

Exploración del impacto del uso de redes sociales en los hábitos de estudiantes del Centro Universitario UAEM Temascaltepec: Resultados de una encuesta aplicada en septiembre de 2023

Exploration of the impact of the use of social networks on the habits of students at the UAEM Temascaltepec University Center: Results of a survey applied in September 2023

*Luis Ángel Olivares-González¹
Ernesto Joel Dorantes-Coronado
Rafael Valentín Mendoza-Méndez*

Recibido: 9 de noviembre de 2023

Aceptado: 16 de febrero de 2024

RESUMEN

Con el objetivo de establecer la relación entre el uso de las redes sociales y los hábitos de los estudiantes del Centro Universitario Temascaltepec (CUT) se aplicaron 205 encuestas a alumnos de las diversas licenciaturas mismas que permitieron realizar un estudio descriptivo, en consecuencia la investigación reveló que el 45.92% de los encuestados las emplean como medio de distracción o relajación generando una pérdida de tiempo dado que el 46.70% afirmó utilizarlas varias veces a la semana lo cual puede conllevar a la falta de atención y descuido en actividades importantes de la vida diaria. Por la simplicidad de uso WhatsApp es la más frecuentada con un 60.20 %, en cambio YouTube es a la que más se accede para producir o consumir información escolar con un 35.90%. Las redes sociales además de utilizarse para fines educativos ofrecen una gran variedad de contenido de entretenimiento, se reveló que el 50.76% consumen “Música y juegos”, “Videos y memes” en un 39.59%. Se identificaron efectos positivos como el fortalecimiento de relaciones sociales, oportunidades de aprendizaje, entre otros, en los efectos negativos destacan la falta de productividad y eficiencia, e incluso perjudicar el rendimiento académico.

Palabras clave: Redes sociales, hábitos, estudiantes, comportamientos, actitudes.

ABSTRACT

With the objective of establishing the relationship between the use of social networks and the habits of the students of the Temascaltepec University Center (CUT), 205 surveys were applied to students from the various degrees that allowed a descriptive study to be carried out, consequently the research revealed that 45.92% of those surveyed use them as a means of distraction or relaxation, generating a loss of time since 46.70% stated that they use them several times a week, which can lead to lack of attention and carelessness in important activities of daily life. . Due to its simplicity of use, WhatsApp is the most frequented with 60.20%, while YouTube is the one most accessed to produce or consume school information with 35.90%. Social networks, in addition to being used for educational purposes, offer a wide variety of entertainment content; it was revealed that 50.76% consume “Music and games”, “Videos and memes” by 39.59%. Positive effects were identified such as the strengthening of social relationships, learning opportunities, among others, the negative effects include the lack of productivity and efficiency, and even harming academic performance.

Keywords: Social networks, habits, students, behaviors, attitudes.

¹Universidad Autónoma del Estado de México, México. Correo-e de contacto: laog798@gmail.com

INTRODUCCIÓN

La llegada de las tecnologías de información y comunicación (TIC) han permitido a la sociedad en general el emplear nuevas formas de comunicación mediante el uso de dispositivos electrónicos con acceso a servicios de internet permitiendo establecer comunicaciones verbales y no verbales entre distintas personas desde cualquier parte del mundo, entre las aplicaciones utilizadas para establecer este tipo de comunicaciones, sobresalen las redes sociales las cuales han tenido una gran influencia sobre la sociedad debido a la gran cantidad de herramientas que ofrecen para expresar los pensamientos de cada individuo así como también por la gran variedad de actividades que se pueden realizar dentro de estas (Alcívar & Yáñez, 2021).

Las redes sociales tienen sus inicios en el año 1997 cuando apareció el sitio SixDegrees.com mismo que fue reconocido como primera red social el cual permitía a los usuarios crear y personalizar su propio perfil, entre otras funciones. Actualmente entre las redes sociales más utilizadas se encuentra Facebook la cual tuvo sus inicios en el 2004 y fue hasta el 2008 cuando tuvo un crecimiento considerable en la cantidad de usuarios. De acuerdo con un estudio realizado por la revista Forbes de los más de 5,000 millones de personas del mundo que utilizan internet, casi el 95% hacen uso de las redes sociales estimando 4,760 millones de personas (Forbes, 2023).

Si bien es cierto que las redes sociales nos facilitan el comunicarnos con amigos, familiares, compañeros y diversas personas de múltiples partes del mundo, también es cierto que el uso excesivo de estas aplicaciones podría generar impactos negativos generados a partir del deterioro de las interacciones cara a cara, impactos que podrían verse presentes en los hábitos de sus usuarios (Flores, Chancusig, Cadena, Guaypatín, & Montaluisa, 2017).

Los hábitos son una parte fundamental de la vida de las personas, son acciones repetitivas que realizamos de manera automática, a menudo sin pensar. Tienen un gran impacto en nuestra rutina diaria y en nuestra calidad de vida, existen diversos factores que podrían modificar o alterar los hábitos cotidianos de las personas generando tantos impactos positivos como negativos, el uso de nuevas tecnologías de información y comunicación (TIC) podría llegar a ser un factor que genere un cambio en los hábitos de los usuarios permitiéndoles mejorar o empeorar su calidad de vida (Escalante, Estrada, Linzaga, & Merlos, 2008).

Considerando la importancia que tienen las redes sociales como nuevo medio de interacción entre personas, se realizó la presente investigación con el objetivo de indagar sobre el impacto del uso de las redes sociales en el comportamiento y los hábitos de los alumnos en el nivel superior, tomando como referencia a los estudiantes de las diferentes licenciaturas en el Centro Universitario UAEM Temascaltepec. Guiados bajo la siguiente pregunta de investigación: ¿De qué manera han influido las redes sociales en la formación de hábitos y comportamientos de los estudiantes universitarios del Centro Universitario UAEM Temascaltepec?

Marco teórico

A nivel nacional se han realizado diversos estudios para determinar la influencia de las redes sociales en las relaciones interpersonales de los sujetos seleccionados para cada estudio, los resultados demuestran que las redes sociales forman parte importante de la vida de los sujetos estudiados, así mismo se afirma que los jóvenes son la población que representa la mayoría de los usuarios activos en estas plataformas. Según datos recopilados por el Departamento de Investigación de Statista (2023), en México, el grupo de edad que muestra el mayor uso

de las redes sociales abarca entre los 25 y 34 años, representando un 29% del total. En segundo lugar, se encuentra el grupo de 18 a 24 años, con un 24.9%. Es importante destacar que esta franja de edad corresponde típicamente a estudiantes universitarios, lo que subraya la relevancia de investigar la influencia de las redes sociales en este grupo demográfico específico.

Las posturas de los autores son diversas en función del uso que los distintos sujetos de estudio les dan a las redes sociales, de acuerdo con estudios previos realizados por Rayo (2014) se ha identificado que, en algunas ocasiones, el uso inadecuado de las redes sociales ha propiciado la adicción a las mismas lo cual ha puesto en peligro tanto relaciones laborales como personales. Echeburúa y Corral (2010), mencionan que el uso excesivo de la tecnología promueve aislamiento, afecta la autoestima, induce a la ansiedad y hace perder la capacidad de control del sujeto. Así mismo Martínez (2022) menciona que el uso de las redes sociales, desalienta las actividades fuera de estas sustituyendo las relaciones afectivas reales por relaciones virtuales, por otra parte los usuarios de estas plataformas tienden a privarse del sueño, descuidar otras actividades importantes, como el contacto con la familia, relaciones sociales, el estudio o cuidado de la salud por lo cual infieren que en diversas circunstancias la dependencia o adicción que genera el uso de estas redes sociales podría ser perjudicial para sus usuarios en función de sus hábitos y comportamientos.

Por otra parte, autores como Concha et al., (2018) mencionan que el uso correcto y adecuado de estas plataformas ha propiciado nuevas formas de interactuar entre personas, generando nuevas amistades, compartir contenido, crear comunidades con intereses similares, propiciar canales de

comunicación para personas que no se encuentran en el mismo espacio geográfico permitiéndoles mantenerse comunicados desde cualquier sitio, entre otros beneficios que trae consigo el emplear las redes sociales en la vida cotidiana.

De acuerdo con López, (2018) las redes sociales en la educación han permitido el desarrollo del aprendizaje colaborativo dado que generan espacios de intercambio de información pues permiten a sus usuarios el publicar distintas investigaciones generando medios de consulta de materiales mejorando con ello la practica didáctica, convirtiendo así estas plataformas en herramientas didácticas-tecnológicas con las que se puede fomentar el aprendizaje en la sociedad.

Materiales y Métodos

El Centro Universitario UAEM Temascaltepec, se encuentra situado en el municipio de Temascaltepec al sur del estado de México, al norte colinda con Zinacantepec y Amanalco, al sur con Tejupilco, San Simón de Guerrero y Texcaltitlán; al este con Coatepec Harinas y al oeste con Valle de Bravo y Zacazonapan. Dicho municipio fue fundado en 1861 y cuenta con una población aproximada de 32 870 habitantes, destacando entre sus principales actividades económicas; el turismo, deportes extremos, cafetaleros, floricultura, agricultura, ganadería, planteles educativos entre otros (Ramires, Dorantes, & Baena, 2023).

La UAEM Temascaltepec, tiene sus inicios en los años 80, debido a la importancia y crecimiento de la agricultura y ganadería de la zona sureste del estado de México, donde el municipio de Temascaltepec es puerta de entrada a través de su carretera Toluca-Ciudad Altamirano, después de Temascaltepec inicia el trópico seco, donde se destaca la mayor población de ganado bovino para carne y de caprinos del Estado

(Dorantes, Mendoza, Baena, Lopez, & Romero, 2021). Por tal razón se origina la Licenciatura de Ingeniero Agrónomo Zootecnista, hoy en día el centro universitario cuenta con cinco licenciaturas, dos maestrías y dos diplomados (Mejía, 2018) con una matrícula total de 1 006 estudiantes.

Para este estudio se aplicaron encuestas a 205 estudiantes de los 1 006 matriculados en el Centro Universitario UAEM Temascaltepec la cantidad de la muestra se obtuvo utilizando la fórmula de muestreo aleatorio simple en las cinco licenciaturas: Informática Administrativa, Ingeniero Agrónomo Zootecnista, Turismo, Derecho y Contaduría. La encuesta se aplicó en el mes de septiembre de 2023.

Para la recopilación de la información, se elaboró una encuesta que fue aplicada en línea a los estudiantes de las distintas licenciaturas. La encuesta estaba compuesta por 32 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- 5 preguntas de carácter personal para conocer diversos rasgos del sujeto de estudio, de las cuales tres fueron preguntas cerradas y dos preguntas abiertas.
- 27 preguntas restantes para conocer el uso de las redes sociales por parte de los estudiantes, de las cuales 7 corresponden a preguntas referidas a las redes sociales y 20 preguntas referentes a los hábitos de los estudiantes al hacer uso de las redes sociales.

Tamaño de la muestra

El centro universitario UAEM Temascaltepec cuenta con una matrícula de 1 006 estudiantes, para la obtención de la muestra por licenciatura se aplicó un muestreo aleatorio simple utilizando la siguiente fórmula (Dorantes Coronado E. , 2012):

$$n = \frac{z^2(p * q)N}{E^2(N - 1) + Z^2(p * q)}$$

Donde:

n= Tamaño de la muestra,

N = Tamaño de la población por licenciatura a muestrear

Z = Confiabilidad 98%

p = Proporción esperada de éxito

q = Proporción esperada de fracaso y

E = Error

Se utilizó una confiabilidad de 98% con un margen de error de 2%, un 0.8 en proporción esperada de éxito y un 0.2 en proporción esperada de fracaso.

Al sustituir y resolver la fórmula con los datos anteriores mostró un resultado para la licenciatura de Ingeniero Agrónomo Zootecnista $n = 45.87$, es decir que para una muestra representativa en los estudiantes 46 encuestas son suficientes, en el caso de la licenciatura de Informática Administrativa $n = 33.89$, para una muestra representativa en los estudiantes solo son necesarias 34 encuestas, en cambio para la licenciatura de Contaduría $n = 40.29$, esto indica que para una muestra representativa en los alumnos son adecuadas 41 encuestas, para la licenciatura de Derecho $n = 44.43$, esto expone que para una muestra representativa en los estudiantes 45 encuestas son idóneas, por último en la licenciatura de Turismo $n = 38.38$, esto quiere decir que para una muestra representativa en los estudiantes 39 encuestas son suficientes.

Sujetos de investigación

A continuación, se describen a los sujetos de estudio dicha descripción está basada en las variables cualitativas obtenidas en el instrumento de recolección de datos empleado para la investigación: Los alumnos encuestados pertenecen en un 22.44% a la Licenciatura en Ingeniero Agrónomo Zootecnista, 16.59% a la Licenciatura en Informática Administrativa, 20% a la Licenciatura en Contaduría, 21.95% a la Licenciatura en Derecho y 19.02% a la Licenciatura en Turismo. La licenciatura con mayor presencia en la

muestra es la Licenciatura en Ingeniero Agrónomo Zootecnista con un 22.44% del total de la población encuestada. Acorde al grado de avance en estudios, el 54.6% de los sujetos de estudio pertenecen al primer semestre con mayor presencia en la muestra, 12.2% al tercer semestre, 15.6% al quinto semestre, 11.7% al séptimo semestre y 5.9% al noveno semestre.

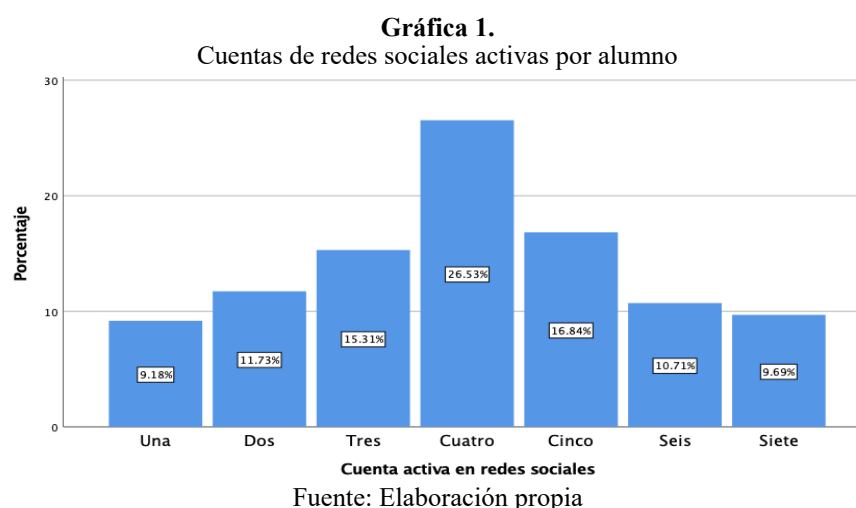
El rango de edades de la población encuestada que se empleó como sujetos de estudio oscilan entre los 17 y 26 años, siendo los de 18 años quienes muestran más frecuencia con un 37.1% de la población encuestada representada por 76 estudiantes.

El 94.1% de los alumnos encuestados son de estado civil “Soltero”, mientras que 1.0% es “Casado” y 4.9% se encuentran en “Unión libre”.

De los encuestados, 55.6% son mujeres y 44.4% son hombres.

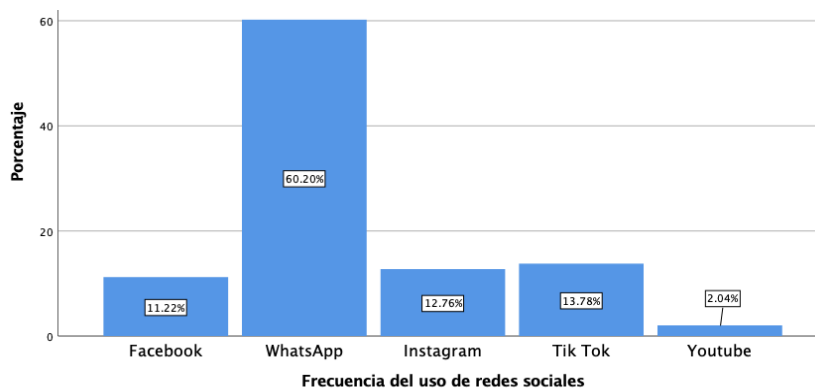
Resultados y Discusión

De acuerdo con la encuesta aplicada a los estudiantes del CUT, sobre las redes sociales y hábitos de los estudiantes se presentan los resultados obtenidos en dicho instrumento.



La Gráfica 1 muestra la serie de redes sociales en el rango de una a siete como Facebook, WhatsApp, Instagram, Tik Tok, YouTube, Snapchat y Twitter de mayor popularidad a nivel mundial, los resultados muestran que los que tienen una red social, tienen una frecuencia menor con un 9.18% de la población encuestada y los que tienen dos y tres redes sociales suman 27.04%, el riesgo de cambio de hábitos aumenta con los estudiantes que mantienen cuatro a siete redes sociales debido a que como lo menciona Chalco, Rodríguez, & Jaimes, (2016) existe una alta relación entre el número de redes activas en exceso vs el autoestima y el autocontrol que lleva a los estudiantes a tener menos habilidades sociales y conforme aumenta la adicción las consecuencias negativas se acentúan repercutiendo en el descuido de la salud e higiene.

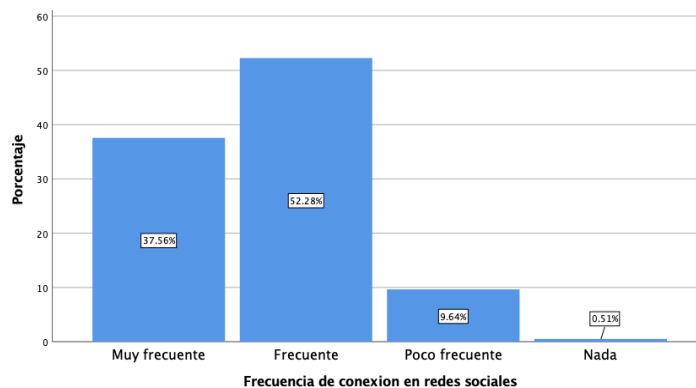
Gráfica 2.
Frecuencia del uso de redes sociales



Fuente: Elaboración propia

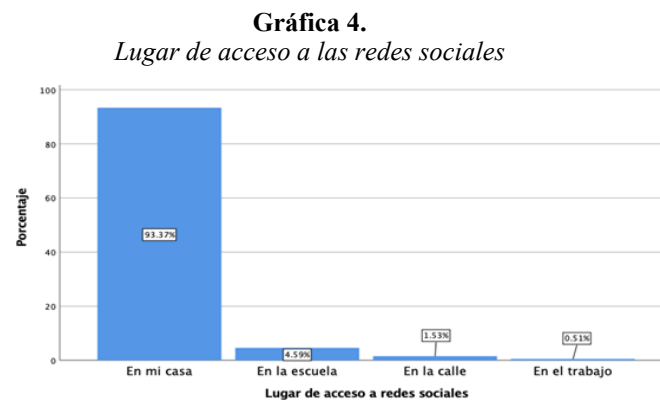
Acorde con el estudio realizado a los alumnos encuestados, con respecto a la frecuencia de uso de las redes sociales (véase Gráfica 2.), la red social menos utilizada es YouTube con un 2.04% mientras que WhatsApp se posiciona como la red social utilizada más frecuentemente con un 60.20% equivalente a 123 encuestados. En la actualidad según el ranking mundial de redes sociales por número de usuarios en 2023, Facebook es la red social más utilizada, con un aproximado de 2,960 millones de usuarios según datos reportados por DataReportal (Fernández, 2023). Mas sin embargo los estudiantes encuestados utilizan mayormente WhatsApp como medio de comunicación pues permite la creación de grupos que pueden emplearse con fines educativos o personales, así como también permite el envío de fotografías, videos, documentos, ubicaciones, entre otros elementos. Esto mediante conversaciones rápidas, directas e inmediatas entre sus usuarios a través de mensajes de texto, notas de audio, llamadas de voz y videollamadas facilitando la conectividad entre amigos, compañeros y familiares.

Gráfica 3.
Frecuencia de conexión en las redes sociales



Fuente: Elaboración propia

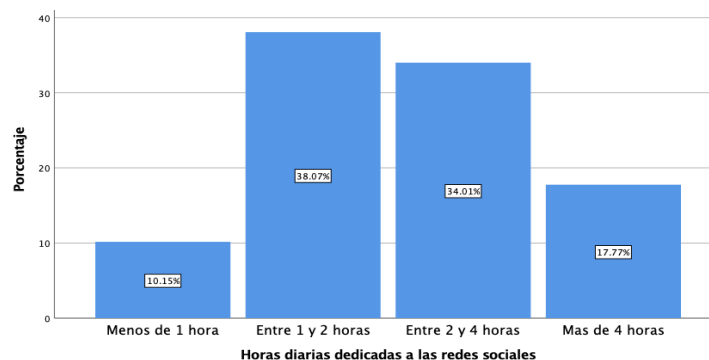
a gráfica 3 muestra la frecuencia de uso de las redes sociales de las personas encuestadas mediante una escala de Likert que contemplo las siguientes opciones: Muy frecuente, Frecuente, Poco frecuente y Nada, se puede apreciar que el 52.28% de la población encuestada representa más de la mitad de los encuestados utilizan las redes sociales “Frecuentemente”, y si anexamos a este dato a los estudiantes que se conecta a las redes sociales muy frecuentemente (37.56%) nos da una suma de 89.83%, Con relación a la frecuencia de conexión en redes sociales Armaza, (2023) menciona que el uso frecuente de las redes sociales puede conllevar a generar distracciones recurrentes que se ven reflejadas en la falta de concentración y eficiencia. El exceso de uso de las redes sociales puede conllevar a la búsqueda de aceptación social o la comparación constante con otros generando un impacto negativo en la autoestima y en la salud mental, por ello es realmente importante administrar adecuadamente la cantidad de horas dedicadas a las redes sociales y establecer límites para preservar buenos hábitos tanto de estudio como de comportamientos saludables (Espuny, González, Lleixà, & Gisbert, 2011).



Fuente: Elaboración propia

En la gráfica 4, se puede apreciar que del total de la población encuestada el 93.37% equivalente a 191 personas utilizan las redes sociales comúnmente en su hogar, el acceso a estas plataformas en un ambiente tan cómodo como es el hogar puede influir en los hábitos de relación e interacción social afectando también la manera en que las personas distribuyen su tiempo, su energía y sus formas de comunicación (Amador, Santana, García, Gurrión, & Flores, 2014). Por otra parte, como lo menciona (Aponte Rueda, Castillo Chávez, & González Estrella, 2017) la adicción a internet repercute en el funcionamiento familiar, generando graves problemas en la vida cotidiana de los usuarios y en las relaciones con los miembros de su familia alterando su desarrollo psicosocial.

Gráfica 5.
Horas diarias dedicadas a las redes sociales

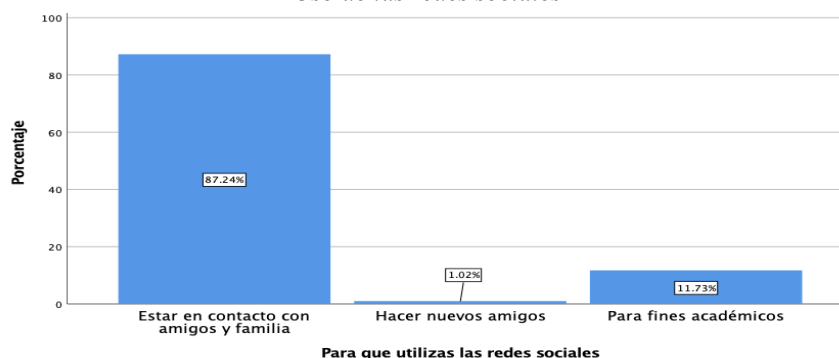


Fuente: Elaboración propia

La gráfica 5, muestra que el 10.15% de los encuestados dedica de 1 hora diaria a las redes sociales, el 38.07% de los alumnos dedica entre 1 y 2 horas, el 34.01% de los alumnos dedica 2 y 4 horas y por último el 17.77% dedican más de 4 horas diarias a las redes sociales, es crucial establecer límites razonables en el uso de las redes sociales, Paz, (2010) sugiere que un uso razonable de estas plataformas seria de 1 a 2 horas diarias para evitar efectos negativos en los hábitos de sus usuarios promoviendo con ello un mayor enfoque en el estudio y el bienestar emocional.

Diversos estudios establecen una relación existente en el uso excesivo de las redes sociales con los hábitos de estudio de los alumnos que se ve presente principalmente en la pérdida de productividad y falta de concentración en sus tareas académicas generando con ello problemas en su rendimiento académico, la constante presión social puede generar estrés, ansiedad e incluso disminución en la autoestima de los estudiantes (Challco et al., 2016).

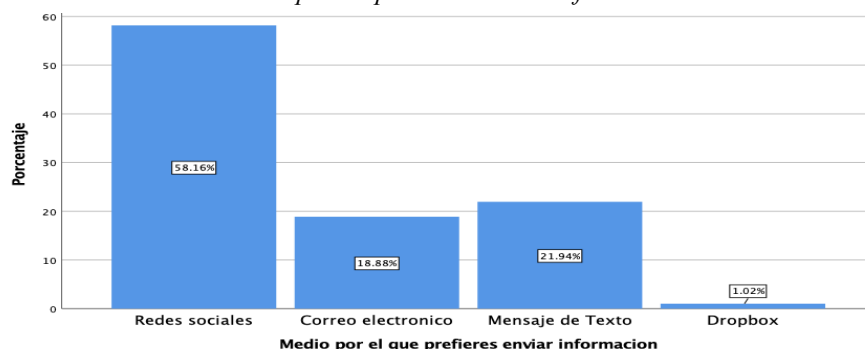
Gráfica 6.
Uso de las redes sociales



Fuente: Elaboración propia

La gráfica 6 muestra que acorde a las funciones que tienen las redes sociales, el principal uso que los alumnos encuestados le dan a estas plataformas es: “Estar en contacto con mi familia y amigos” con un 87.24%, seguido de “Fines académicos” con un 11.73% y finalmente “Hacer nuevos amigos” con un 1.02% de la población encuestada. Estos resultados son un efecto de que las redes sociales han permitido establecer contacto con familiares y amigos sin importar el espacio geográfico en el que se encuentran las personas, estas plataformas han mejorado la forma en que mantenemos relaciones a distancia dado que nos han permitido mantener conexiones significativas con seres queridos alrededor del mundo permitiéndonos fortalecer lazos familiares y amistades ya sea mediante el uso de mensajes de texto, notas de voz, llamadas, videollamadas entre otros métodos de interacción que nos permiten utilizar distintas redes sociales existentes (Pérez & López, 2014).

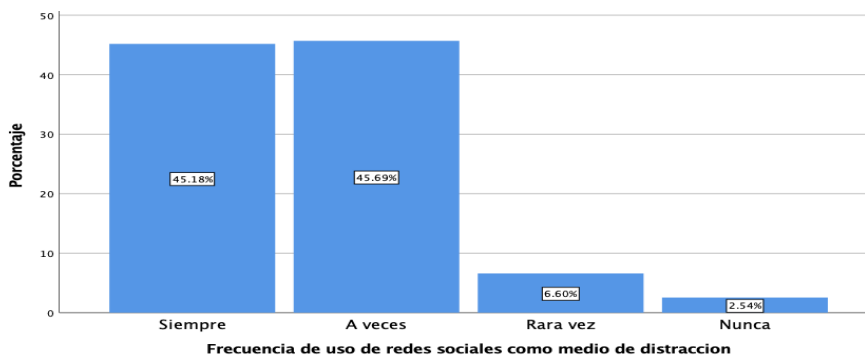
Gráfica 7.
Medio empleado para el envío de información



Fuente: Elaboración propia

Se solicitó a los encuestados el indicar el medio digital por el cual más comúnmente envían información, los resultados obtenidos (véase Gráfica 7) indican que más de la mitad de los encuestados con un 58.16% hacen uso de las redes sociales como medio para el envío de información, esto nos indica que las plataformas de redes sociales no solo se utilizan para conectar con amigos y familiares, sino también como potentes herramientas de difusión de información para cualquier estudiante, la facilidad de uso y la accesibilidad de las redes sociales hacen que enviar información sea más accesible que nunca (Mendoza, 2018).

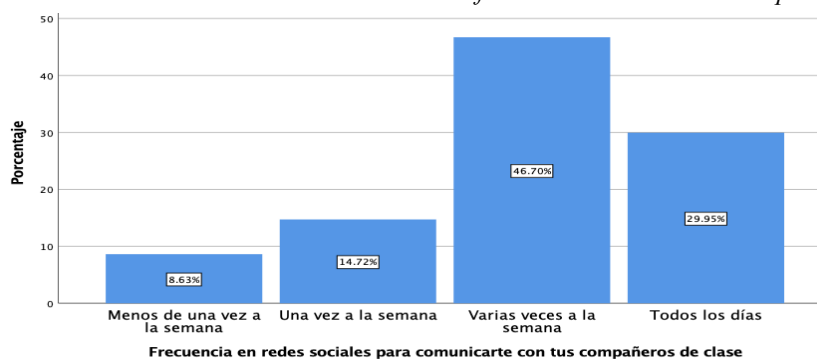
Gráfica 8.
Frecuencias de uso de redes sociales como medio de distracción



Fuente: Elaboración propia

En cuestión a las frecuencias de uso de redes sociales como medio de distracción, el 45.18% de la población encuestada selecciono la opción “Siempre”, (véase Gráfica 8) mientras que el 45.69% la utiliza “A veces”, dejando la opción “Rara vez” y “Nunca” con un 6.60% y 2.54% respectivamente. Estos resultados nos indican que una gran cantidad de la población encuestada puede ser susceptible a los efectos negativos que trae consigo el uso inadecuado de las redes sociales. De acuerdo con estudios realizados por Mendoza, (2018) establece que el uso frecuente de las redes sociales entre estudiantes sin un fin de aprendizaje, indica la presencia de una distracción significativa en sus hábitos de estudio y vida cotidiana dado que generan una distracción en las tareas académicas y compromisos cotidianos, la distracción constante puede generar dificultades para realizar trabajos escolares y estudiar de manera eficiente.

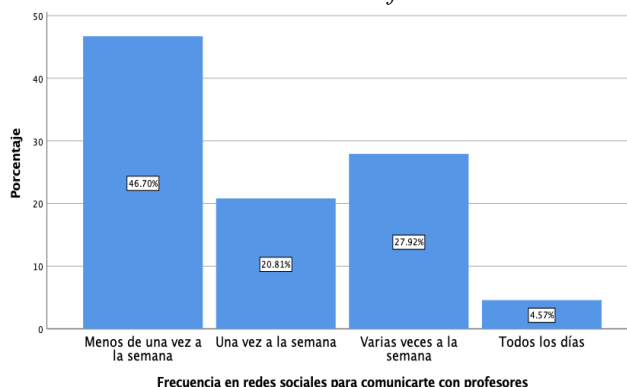
Gráfica 9.
Frecuencia del uso de las redes sociales con el fin de comunicarse con compañeros



Fuente: Elaboración propia

Las redes sociales como medio de comunicación entre compañeros de clase es algo muy recurrente , la gráfica 9 indica que el 46.70% las utilizan varias veces a la semana, el 29.95% las usan todos los días, el 14.72% las utilizan una vez a la semana y con el menor porcentaje, el 8.63% las usan menos de una vez a la semana mostrando la gran usabilidad que le dan a las redes sociales las personas encuestadas esto debido a que a través de estas plataformas pueden tener una comunicación en tiempo real que a su vez les permite el intercambio de información relevante, compartir recursos, entre otras funciones que enriquecen la comunicación e interacción entre sus usuarios superando las barreras geográficas y permitiendo mantener una cercanía entre compañeros que les permita colaborar de manera efectiva sin tener que estar en el mismo sitio (Espuny et al., 2011).

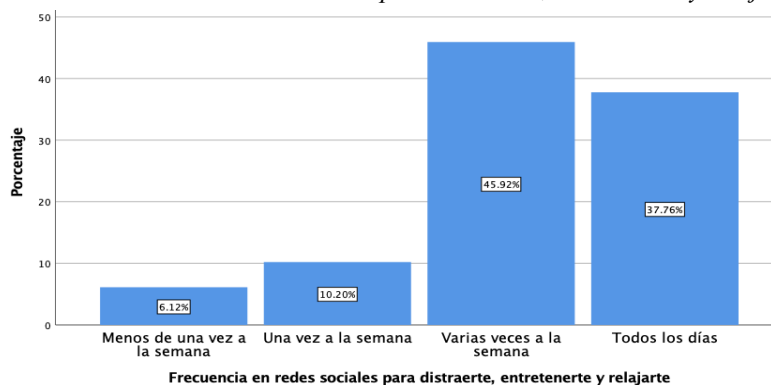
Gráfica 10.
Frecuencia del uso de las redes sociales con el fin de comunicarse con profesores



Fuente: Elaboración propia

La relación entre estudiantes y profesores ha traído cambios actualmente debido al cambio en sus hábitos de comunicación e interacción, la gráfica 10 muestra la frecuencia con la que los estudiantes utilizan estas plataformas para comunicarse con sus profesores, el 46.70% las utilizan menos de una vez a la semana, el 20.81% las utilizan una vez a la semana, el 27.92% las utilizan varias veces a la semana y el 4.57% las emplean todos los días. El cambio en los hábitos de comunicación e interacción entre profesores y alumnos que ha generado el uso de las redes sociales se debe principalmente a que estas plataformas permiten a los estudiantes hacer preguntas a sus profesores para resolver dudas, solicitar material de clase, compartir trabajos, etc. Sin importar el espacio geográfico en que se encuentren, esta comunicación fomenta una relación más cercana entre docentes y alumnos que a su vez enriquece la experiencia educativa (Mendoza, 2018).

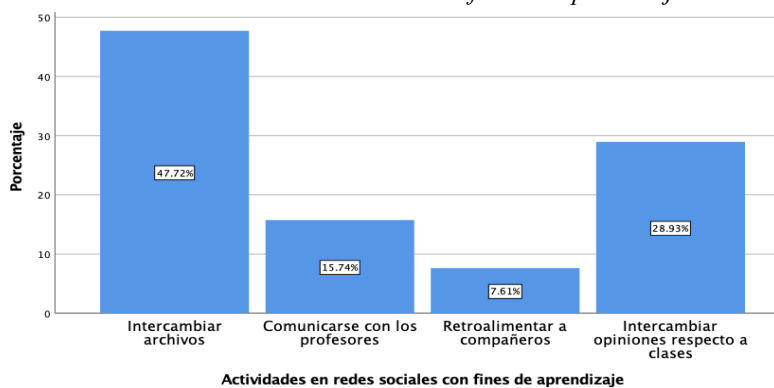
Gráfica 11.
Frecuencia del uso de redes sociales para distraerte, entretenerte y relajarte



Fuente: Elaboración propia

En la frecuencia de uso de redes sociales como medio de distracción, entretenimiento y relajación, la gráfica 11 muestra que el 45.92% utiliza las aplicaciones con este fin varias veces a la semana y el 37.76% las usan todos los días, siendo las opciones menos de una vez a la semana y una vez a la semana las menos elegidas con un 6.12% y 10.20% respectivamente. El uso recurrente de las redes sociales trae consigo indudablemente cambios en los hábitos de sus usuarios, dichos cambios pueden ser tanto positivos como negativos esto depende de la funcionalidad que cada persona le da a la plataforma misma que depende en gran medida de la personalidad del ser humano, autodisciplina y motivación (Escalante et al., 2008).

Gráfica 12.
Actividades en redes sociales con fines de aprendizaje

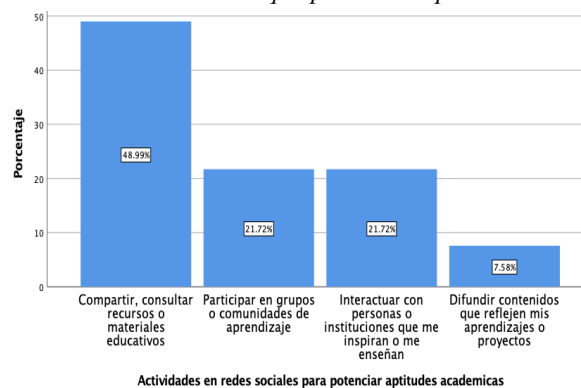


Fuente: Elaboración propia

L
a

En la Gráfica 12, muestra aquellas actividades que los encuestados realizan mediante el uso de las redes sociales con fines de aprendizaje de las cuales destacan el envío de archivos con un 47.72% y el emplearlas como medio de comunicación para el intercambio de ideas y opiniones respecto a sus clases con el 28.93%. El uso de las redes sociales ha tenido impactos positivos en el contexto educativo dado los fines de aprendizaje que se les han dado a sus distintas funciones, a través de distintas redes sociales como; Facebook, WhatsApp, entre otras se han logrado generar grupos de estudio empleados principalmente para el envío de archivos (documentos, presentaciones, recursos, etc.) y el intercambio de ideas y opiniones entre compañeros de clases permitiendo así resolver dudas mediante la discusión de temas de estudio creando un entorno de aprendizaje significativo y colaborativo que fomenta la interacción sana en línea modificando con esto los hábitos comunes de interacción entre los estudiantes (Mendoza, 2018).

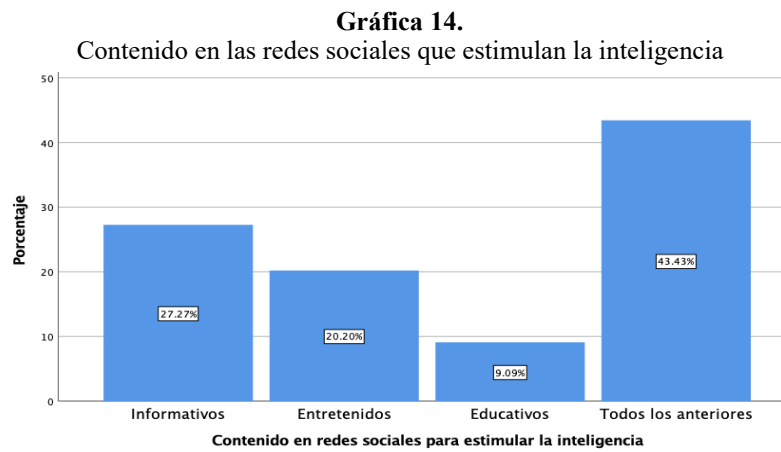
Gráfica 13.
Actividades en redes sociales que potencian aptitudes académicas



Actividades en redes sociales para potenciar aptitudes académicas

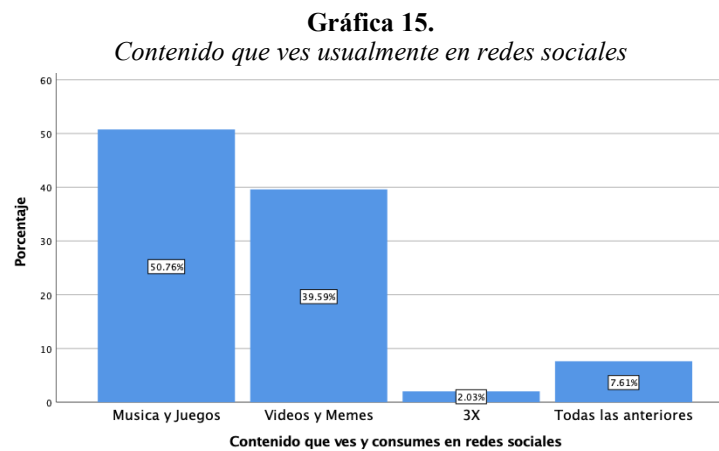
Fuente: Elaboración propia

La gráfica 13 muestra las actividades disponibles en redes sociales que permiten al usuario el potenciar aptitudes académicas, entre las cuales destacan “Compartir, consultar recursos o materiales educativos” y “Participar en grupos o comunidades de aprendizaje” e “Interactuar con personas o instituciones que me inspiran o me enseñan” con 48.99% y 21.72% respectivamente, hoy en día mediante el uso de estas plataformas se pueden utilizar como canales educativos en los que se comparten investigaciones y eventos académicos, creación de grupos de estudio y comunidades de aprendizaje donde los estudiantes pueden intercambiar tanto recursos educativos como conocimientos modificando con ello los hábitos de interacción y comunicación cotidianos de las personas, por otra parte existen expertos y profesionales que comparten su conocimiento a través de publicaciones en redes sociales permitiendo así el acceso fácil a dicho conocimiento inspirando y enseñando a otras personas (Amador et al., 2014).



Fuente: Elaboración propia

Con respecto al contenido en redes sociales que permite estimular la inteligencia, la gráfica 14 muestra las categorías de contenido que estimula la inteligencia que comúnmente utilizan los alumnos encuestados, siendo la opción “Todos las anteriores” la más seleccionada indicándonos que el 43.43% de los alumnos encuestados consultan información educativa, informativa, y entretenida en sus redes sociales. Hoy en día las redes sociales nos permiten acceder a diversos recursos educativos e informativos, mediante diversas funciones que estas poseen permitiendo a sus usuarios el acceder de manera fácil y segura a una gran variedad de recursos educativos a los cuales cualquier persona con redes sociales puede acceder (Espuny et al., 2011).

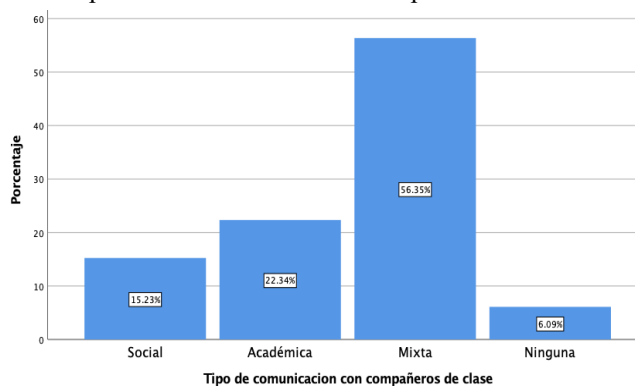


Fuente: Elaboración propia

Respecto al contenido que usualmente ven los encuestados en sus redes sociales, en la gráfica 15 sobresalen “Música y juegos” así como también “Videos y memes” con un 50.76% y 39.59% respectivamente. Las redes sociales ofrecen una gran variedad de contenido que no solo proporciona entretenimiento, sino que también sirve como inspiración y motivación para desarrollar hábitos más saludables (Pérez & López, 2014).

Armaza, (2023) menciona que es importante tener un equilibrio entre el tiempo dedicado al contenido que ofrecen estas plataformas con el tiempo dedicado a otras actividades importantes, evitando así que la diversión interfiera negativamente en la calidad de vida

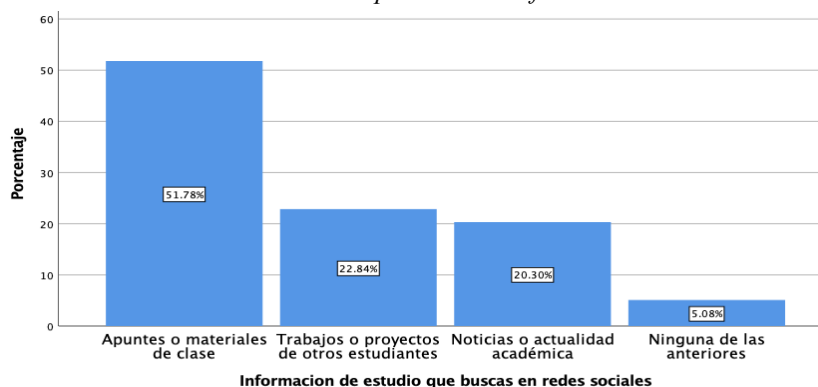
Gráfica 16.
Tipos de comunicación con compañeros de clase



Fuente: Elaboración propia

Las redes sociales en la actualidad no solo se emplean para establecer conversaciones de tipo personal, hoy en día también se utilizan con fines académicos, la gráfica 16 indica los tipos de comunicación que se establecen entre los compañeros de clase, el porcentaje mayor con un 56.35% es para la comunicación mixta, una comunicación tanto social como académica, esto se debe a que en la actualidad los alumnos mediante las redes sociales; comparten ideas, discuten tareas, piden aclaraciones o explicaciones sobre alguna actividad en específico, intercambian notas de clase, recursos y herramientas, entre otras comunicaciones de tipo académicas que se establecen mediante el uso de las redes sociales permitiendo con ello no solo ser una plataforma de carácter social sino también académica (Escalante et al., 2008).

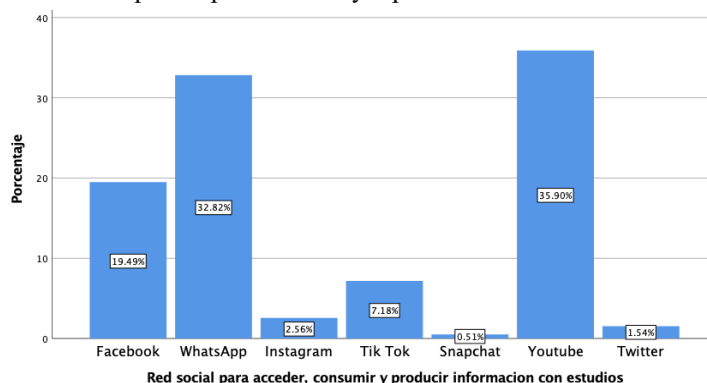
Gráfica 17.
Redes sociales como medio para buscar información de estudio



Fuente: Elaboración propia

Respecto al uso de las redes sociales para realizar búsquedas de información de estudio, la gráfica 17 muestra las actividades más comunes para las cuales utilizan las redes sociales, entre las cuales el emplearlas como medio de transmisión de apuntes o materiales de clase tiene el mayor porcentaje con un 51.78%, seguido de realización de trabajos o proyectos escolares con 22.84%, posteriormente noticias o actualidad académica con 20.30% y finalmente ninguna de las anteriores con 5.05%. Diversos estudios indican que el mayor uso académico que se les da a las redes sociales radica en el envío de materiales de estudio, así como en establecer conversaciones para esclarecer dudas sobre determinados temas o actividades, esto debido a la gran facilidad mediante la cual los usuarios de estas plataformas pueden compartir diversos recursos y establecer comunicaciones instantáneas (Flores et al., 2017).

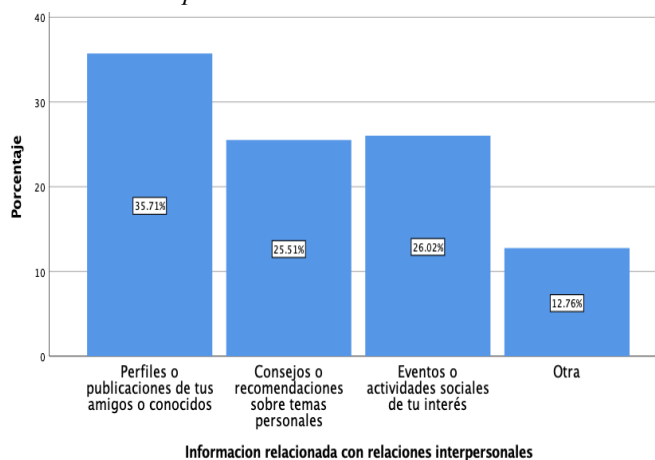
Gráfica 18.
Red social empleada para acceder y/o producir información de estudio



Fuente: Elaboración propia

La Gráfica 18 muestra las redes sociales que emplean los sujetos de estudio para acceder y/o reproducir información de estudio, en esta Gráfica podemos apreciar que la red social YouTube es la red social mayormente empleada para acceder y crear información de estudio con un 35.90% seguida de WhatsApp con 32.82%. Estudios realizados por Escalante et al., (2008) indican que debido a la simplicidad de uso, la red social mayormente empleada para la transferencia de información de estudio es WhatsApp, mientras que YouTube debido a sus funciones y características se posiciona como la red social a la que más se accede para producir o consumir información de estudio esto a través de canales educativos que ofrecen lecciones y tutoriales de una amplia variedad de temas que permiten a los alumnos generar un aprendizaje más significativo retroalimentando y generando un mayor grado de comprensión sobre determinados temas.

Gráfica 19.
Relaciones interpersonales mediante el uso de redes sociales

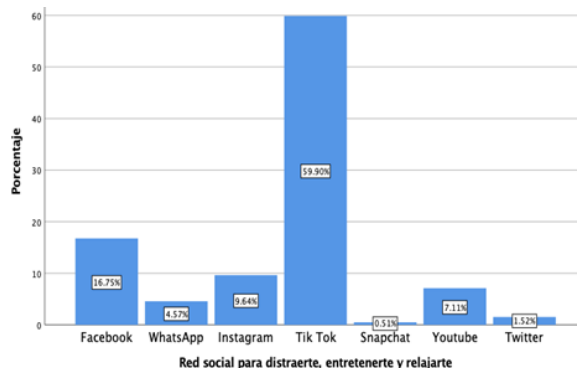


Fuente: Elaboración propia

La gráfica 19 indica que las publicaciones en dichas plataformas son una de las acciones que genera mayor interacción entre las personas con un 35.71% seguido de los eventos o actividades sociales generadas en las redes sociales con un 26.02%, consejos o recomendaciones sobre temas personales con 25.51% y en la categoría otra con un 12.76%, las publicaciones que se pueden realizar en las redes sociales permiten crear tendencias, inspirar a otros mediante logros personales, influir en la toma de decisiones, crear hábitos compartidos; ya sea la adopción de

hábitos más saludables, la exploración de nuevos intereses, la participación en eventos o actividades sociales generando una fuente de motivación y cambio en la vida cotidiana de sus usuarios principalmente en la forma en que viven y se relacionan (Escalante et al., 2008). La posibilidad que ofrecen las redes sociales de compartir experiencias, pensamientos y contenido variado fomenta una cultura de participación constante permitiendo una interacción entre usuarios que a su vez genera una influencia en los hábitos diarios de estos, entre las funciones que emplean los alumnos encuestados de las plataformas de redes sociales para establecer relaciones interpersonales (Aponte Rueda, Castillo Chávez, & González Estrella, 2017)

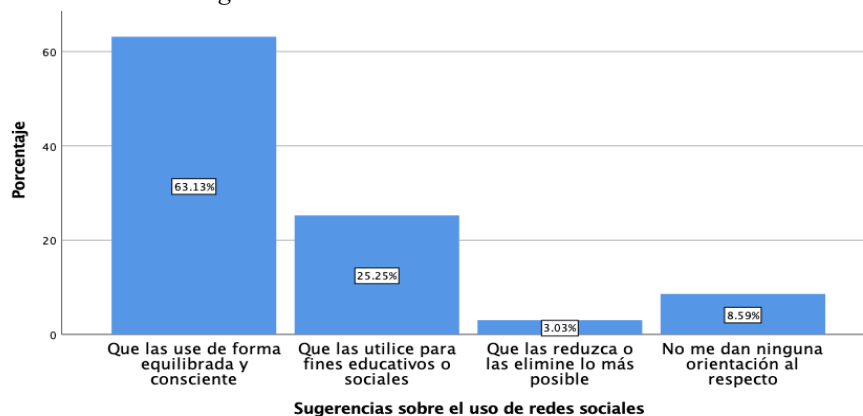
Gráfica 20.
Red social empleada como medio de distracción, entretenimiento y relajación



Fuente: Elaboración propia

La Gráfica 20 muestra las redes sociales utilizadas como medio de distracción, entretenimiento y relajación, en ella podemos ver que Tik Tok es la plataforma mayormente empleada con estos fines teniendo un 59.90% de la población encuestada seguida por Facebook con 16.75%. Tik Tok ha ganado una gran popularidad mediante el uso de videos cortos como fuente de entretenimiento creativo y diversión, dichos videos hacen que los usuarios de la plataforma pasen grandes cantidades de tiempo en ella reduciendo con ello la productividad y la atención en otras áreas, sin embargo la plataforma también ofrece información de calidad que permite aprender nuevas habilidades, desde aprender recetas de cocina, ejercicios de acondicionamiento físico, entre otras acciones así como también promueve la creatividad y expresión personal que fomenta el desarrollo de talentos artísticos y habilidades de comunicación influyendo con esto en los hábitos de sus usuarios (Pérez & López, 2014).

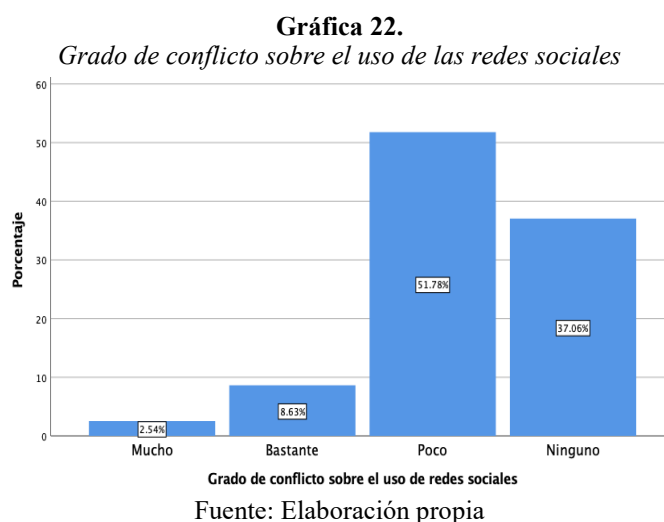
Gráfica 21.
Sugerencias sobre el uso de las redes sociales



Fuente: Elaboración propia

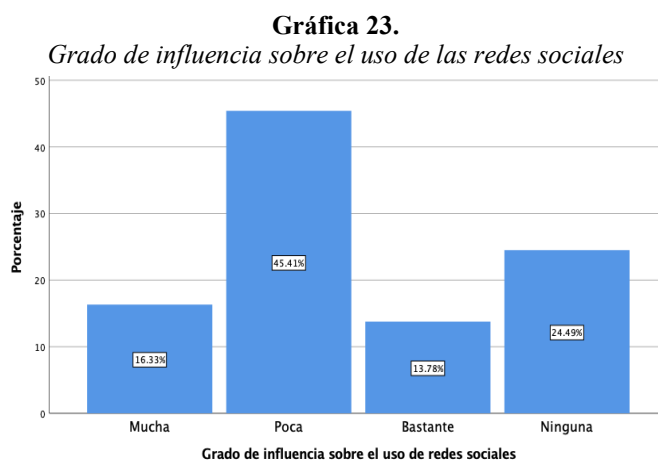
Retomando la importancia del uso equilibrado de las redes sociales, en la gráfica 21, se muestran las sugerencias elegidas por los encuestados sobre el uso adecuado de las redes sociales, siendo la opción “Que las use de forma equilibrada y consciente” la respuesta con mayor porcentaje, con un 63.13% de la población encuestada. Armaza, (2023) expone diversas investigaciones del riesgo del uso excesivo de las redes sociales en los estudiantes de Latinoamérica, declara que las tecnologías de la información (TI) han generado cambios sociales con impacto en los hábitos de los estudiantes.

Es importante establecer límites de tiempo de uso de redes sociales durante el estudio, apagar las notificaciones de redes sociales para evitar distracciones y promover un dialogo sobre la importancia de establecer un equilibrio saludable sobre el uso de estas plataformas fomentando la conciencia de la productividad y gestión de tiempo (Escalante et al., 2008).



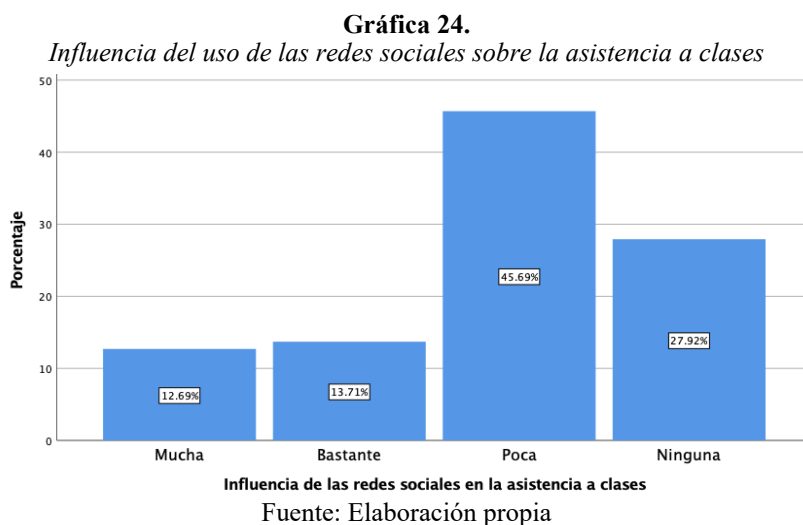
La gráfica 22 muestra el grado de conflicto que puede generar el uso desequilibrado de las redes sociales, se puede observar que más de la mitad de los encuestados consideran que es “Poco” el grado de conflicto que les ocasiona el uso de las redes sociales con un 51.78% del total encuestado. Paz (2010), establece que el uso desmedido de las redes sociales puede generar conflictos en la vida cotidiana de los usuarios de dichas plataformas.

Diversos estudios establecen que el grado de conflicto generado por el uso de las redes sociales varia significativamente de una persona a otra dado que depende de diversos factores como la personalidad, autodisciplina y motivación, para las personas que usan las redes sociales de manera equilibrada, el grado de conflicto podría ser mínimo dado que no sienten que afecte negativamente sus hábitos o responsabilidades, por otra parte para otro grupo de estudiantes el grado de conflicto puede ser bastante especialmente si desarrollan una dependencia en el uso de estas plataformas generando disminución en su productividad y la falta de atención en las actividades importantes de su vida diaria (Escalante et al.2008).



Fuente: Elaboración propia

Sobre la influencia que tiene el uso de las redes sociales en los hábitos de sus usuarios, la gráfica 23 indica que el 16.33% eligió la opción “Mucha”, el 45.41% considera que es “Poca”, el 13.78% “Bastante” y el 24.49% considero que no existe “Ninguna” influencia sobre el uso de las redes sociales. En contradicción con las encuestas realizadas, (Espuny et al., 2011) establecen la existencia de una notable influencia del uso de las redes sociales sobre los hábitos de las personas, impactando principalmente en sus relaciones personales, tiempo, autoimagen y acceso a la información, esto debido a la cantidad significativa de tiempo y atención que consumen estas plataformas generando una influencia en la forma en que se relacionan y comunican las personas así como en sus decisiones y autoestima.

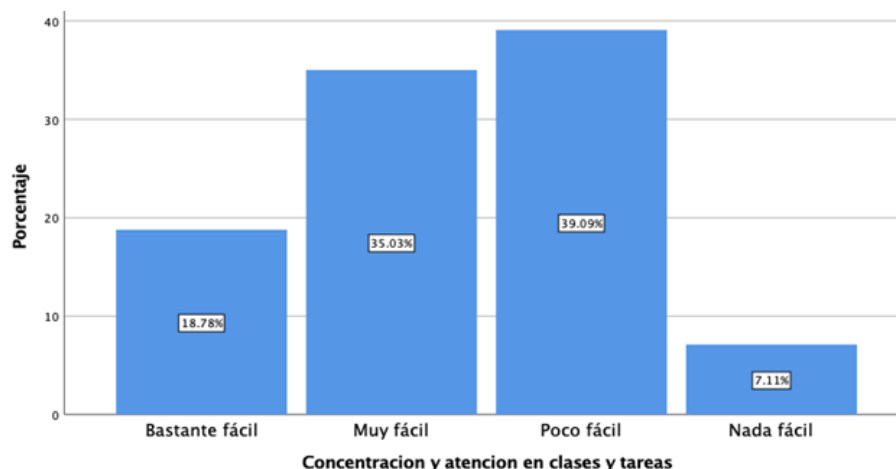


Fuente: Elaboración propia

Sobre la influencia que tiene el uso constante de las redes sociales con la asistencia de los alumnos a sus clases, la Gráfica 24 indica que de la mayor parte de los encuestados con 45.69% considera que tiene poca influencia, sin embargo existieron alumnos que respondieron que el uso de las redes sociales tiene mucha o bastante influencia sobre su asistencia a clases con un 12.69% y 13.71% respectivamente. Mendoza, (2018) menciona que la influencia de las redes sociales sobre la disminución de asistencia a clases depende en gran medida de como se gestionen y utilicen en el contexto académico

Gráfica 25.

Influencia del uso de las redes sociales en la concentración y atención en las clases y tareas



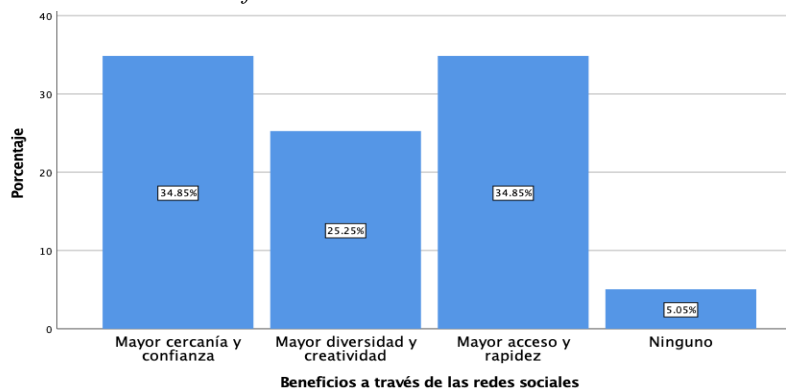
Fuente: Elaboración propia

Sobre los efectos del uso de redes sociales en la concentración de los alumnos al momento de prestar atención a sus clases y tareas, la gráfica 25 muestra que el 18.78% considera que tiene mucha relación el utilizar estas plataformas en cuestión a la relación con prestar atención, el 35.03% considera que tiene bastante relación, el 39.09% opina que tiene poca relación, y el 7.11% nada. Debido a la variedad de contenido de entretenimiento que ofrecen las redes sociales, los alumnos se ven tentados a utilizar sus dispositivos durante las clases en lugar de prestar atención lo cual conlleva al cambio de los hábitos de estudio, mismo que se ve reflejado en el grado de comprensión y aprendizaje del alumno (Mendoza, 2018).

Por estas razones (Challco et al., 2016) considera conveniente limitar el uso de redes sociales durante las clases a menos que el uso de estas forme parte de las actividades a realizar.

Gráfica 26.

Beneficios del uso de las redes sociales

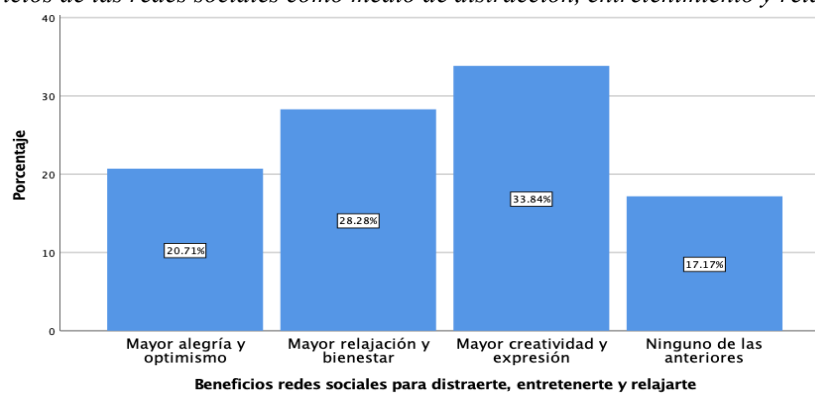


Fuente: Elaboración propia

Sobre los beneficios que mayormente obtienen los usuarios al hacer uso las redes sociales, en la gráfica 26 destacan los beneficios “Mayor cercanía y confianza con los amigos” con un 34.85% y “Mayor acceso y rapidez en la obtención de información” con un 34.85%.

Las redes sociales ofrecen una gran cantidad de conocimiento permitiendo a cualquier estudiante el acceder a estas de manera rápida, conectándolos con noticias, recursos educativos y diverso contenido en un solo sitio. A su vez las redes sociales permiten una comunicación instantánea que permiten mejorar lazos entre amigos, familiares y compañeros brindando una sensación de cercanía sin importar la distancia a la que se encuentren fortaleciendo las relaciones interpersonales y modificando con ello los hábitos de comunicación e interacción normales (Alcívar & Yáñez, 2021).

Gráfica 27.
Beneficios de las redes sociales como medio de distracción, entretenimiento y relajación



Fuente: Elaboración propia

En la gráfica 27 se presentan los beneficios que los encuestados consideran que les trae consigo el emplear redes sociales como medio de distracción, entretenimiento y relajación siendo “Mayor creatividad y expresión” la opción más seleccionada con el 33.84%, seguido de “Mayor relajación y bienestar” con 28.28%, “Mayor alegría y optimismo” con 20.71% y finalmente “Ninguno de las anteriores” con 17.17%. La mayor creatividad y expresión se ven presentes en la posibilidad de compartir contenido original fomentando las habilidades de expresión y comunicación, los contenidos divertidos y entretenidos pueden ayudar a liberar el estrés al salir de la rutina diaria generando una relajación y bienestar, promoviendo la alegría, optimismo y positividad, si se usa de manera equilibrada, el uso de las redes sociales como medio de entretenimiento y relajación podría ser una fuente valiosa de enriquecimiento personal y bienestar emocional (Espuny et al., 2011).

Conclusiones

Las redes sociales han transformado significativamente la vida cotidiana tanto de los estudiantes como de la sociedad en general, estas plataformas han repercutido de manera positiva en el cambio de hábitos de los estudiantes del Centro Universitario UAEM Temascaltepec, pues acorde a la investigación realizada, se demuestra que los sujetos de estudio emplean en gran medida el uso de estas plataformas para el intercambio de opiniones e ideas entre compañeros de clase, asimismo intercambiar recursos educativos, acceder a distinta información a través de ciertas publicaciones, resolver dudas mediante la discusión de temas académicos, crear entornos de aprendizaje significativo y colaborativo que fomenta la interacción sana en línea modificando los hábitos tradicionales de interacción entre ellos.

El estudio realizado demuestra que WhatsApp es la red social más empleada por los sujetos de estudio, haciendo uso de esta plataforma como medio de comunicación entre compañeros y con los docentes al crear comunidades virtuales mediante grupos de WhatsApp para la discusión de diversos temas sobre los trabajos y tareas a realizar en clases. Por otra parte, YouTube es la red social a la que más se accede para producir o consumir información escolar mediante canales educativos, debido a la amplia variedad de lecciones y tutoriales que ofrece. El utilizar mayormente estas plataformas sobre las demás evaluadas, así como identificar el uso que le dan, nos permite afirmar el impacto positivo que tiene el uso de las redes sociales en los sujetos utilizados para el presente estudio.

Por otro lado, dado que un alto porcentaje de los sujetos de estudio emplean en gran medida el uso de las redes sociales como medio de distracción y la frecuencia con que la mayormente las utilizan es: “varias veces a la semana” y “diario”, es que se sugieren estrategias para prevenir la adicción a estas plataformas y continuar con un uso adecuado, se sugiere: limitar la cantidad de horas empleadas a la distracción y el ocio, fomentar la relación con personas, estimular el deporte y las actividades en equipo, desarrollar actividades grupales e incentivar la relación y el dialogo con las personas que los rodean.

En conclusión, si bien las redes sociales ofrecen numerosas oportunidades para la comunicación y el desarrollo intelectual, es crucial reconocer y abordar los riesgos asociados con su uso inadecuado y excesivo.

Esto implica fomentar el uso consciente y equilibrado de estas plataformas, así como promover la educación sobre los riesgos para la salud mental y el bienestar personal que pueden surgir de una dependencia excesiva de las redes sociales.

Para las líneas de investigación futuras se pretende indagar sobre la influencia que tiene el uso de las redes sociales en el aprovechamiento académico de los estudiantes identificando con ello si existe una correlación entre el desempeño académico de los estudiantes con el tiempo que destinan a utilizar las redes sociales y el uso que les dan a estas plataformas.

REFERENCIAS:

- Armaza Deza, J. (2023). EL RIESGO DEL USO EXCESIVO DE LAS REDES SOCIALES EN LOS ESTUDIANTES DE LATINOAMÉRICA.
- Alcívar Moreira, Á. V., & Yáñez Rodríguez, M. A. (2021). Las redes sociales y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de educación básica media. *Polo del conocimiento*, 40-53.
- Amador Ortiz, C. M., Santana Ávalos, L. J., García Nacif, L. E., Gurrión Altman, C. E., & Flores García, R. (2014). Las redes sociales en la Educación Superior. Estudio de caso. *Revista Iberoamericana de Producción Académica y Gestión Educativa*, 15.
- Aponte Rueda, D., Castillo Chávez, P., & González Estrella, J. (2017). Prevalencia de adicción a internet y su relación con disfunción familiar en adolescentes. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 180.
- Canto de Gante, Á. G., Sosa González, W. E., Bautista Ortega, J., Escobar Castillo, J., & Santillán Fernández, A. (2020). Escala de Likert: Una alternativa para elaborar e interpretar un instrumento de percepción social. *Alta Tecnología y Sociedad*, 38-45.
- Concha Gómez, W. N., Domínguez Rodríguez, H. M., Maya López, M. I., & Torres Lira, E. (2018). Redes sociales: su influencia en la personalidad y en las relaciones sociales de estudiantes. *PsicoEducativa*, 20-29.
- Challco Huaytalla, K., Rodríguez Vega, S., & Jaimes Soncco, J. (2016). Riesgo de adicción a redes sociales, autoestima y autocontrol en estudiantes de secundaria. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 12-13.
- Department, S. R. (15 de 10 de 2023). *Statista*. Obtenido de Distribución porcentual de los usuarios de redes sociales en México en enero de 2023, por edad y género: <https://es.statista.com/estadisticas/1139347/distribucion-redes-sociales-usuarios-edad-genero-mexico/>
- Dorantes Coronado, E. (2012). LIMITANTES SOCIOECONÓMICAS DE LOS SISTEMAS DE PRODUCCIÓN CAPRINA EN EL SUR DEL ESTADO DE MÉXICO. *Actas Iberoamericanas de Conservación Animal*, 4.
- Dorantes Coronado, J., Mendoza Mendez, R. V., Baena Castro, G., Lopez Benitez, H., & Romero Mendoza, J. R. (2021). DIAGNÓSTICO DE LA PRODUCCIÓN DE CABRAS EN LA DELEGACIÓN TEJUPILCO DEL SUR DEL ESTADO DE MÉXICO, MÉXICO. *Actas Iberoamericanas de Conservación Animal*, 21-30.
- Escalante Estrada, L. E., Escalante Estrada, Y. I., Linzaga Elizalde, C., & Merlos Escobedo, M. E. (2008). COMPORTAMIENTO DE LOS ESTUDIANTES EN FUNCIÓN A SUS HÁBITOS DE ESTUDIO. *Actualidades investigativas en educación*, 1-15.
- Espuny Vidal, C., González Martínez, J., Lleixà Fortuño, M., & Gisbert Cervera, M. (2011). Actitudes y expectativas del uso educativo de las redes sociales en los alumnos universitarios. *Revista de Universidad y Ciencia del Conocimiento*, 171-185.

- Fernández, R. (29 de 08 de 2023). *Ranking mundial de redes sociales por número de usuarios en 2023*. Obtenido de <https://es.statista.com/estadisticas/600712/ranking-mundial-de-redes-sociales-por-numero-de-usuarios/#:~:text=Facebook%20encabezaba%20de%20nuevo%20en,red%20social%20ha%20sido%20imparable>.
- Flores Lagla, G. A., Chancusig Chisag, J. C., Cadena Moreano, J. A., Guaypatín Pico, O. A., & Montaluisa Pulloquina, R. H. (2017). La influencia de las redes sociales en los estudiantes universitarios. *Boletín virtual*, 56-65.
- Forbes. (04 de 09 de 2023). *Forbes México*. Obtenido de Redes Sociales: casi el 60% de la población mundial ya las usa: [https://www.forbes.com.mx/redes-sociales-casi-el-60-de-la-poblacion-mundial-ya-las-usa/#:~:text=Esta%20es%20la%20cifra%20de,%25\)%20de%20la%20poblaci%C3%B3n%20mundial](https://www.forbes.com.mx/redes-sociales-casi-el-60-de-la-poblacion-mundial-ya-las-usa/#:~:text=Esta%20es%20la%20cifra%20de,%25)%20de%20la%20poblaci%C3%B3n%20mundial).
- García Bediño, R., González Such, J., & Jornet Meliá, J. M. (2010). SPSS: ANÁLISIS DE FIABILIDAD. *InnovaMide*, 6.
- Martínez Líbano, J., González Campusano, N., & Pereira Castillo, J. I. (2022). Las Redes Sociales y su Influencia en la Salud Mental de los Estudiantes Universitarios: Una Revisión Sistemática. *REIDOCREA*, 44-57.
- Mendoza Lipa, J. R. (2018). USO EXCESIVO DE REDES SOCIALES DE INTERNET Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE CUARTO AÑO DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA UMSA. *Educación Superior*, 58-69.
- Paz Corral, E. E. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Revista Adicciones*, 91-95.
- Pérez Wiesner, M., & López Muñoz, F. (2014). El fenómeno de las redes sociales: evolución y perfil del usuario. *ResearchGate*, 93-118.
- Ramires Hernández, P., Dorantes Coronado, E. J., & Baena Castro, G. R. (2023). Los hábitos de consumo del estudiante universitario. El caso de estudio Centro Universitario UAEM Temascaltepec. *RIDE*, 29.
- RAYO ASCOLI, A. (2014). INFLUENCIA DEL USO DE LAS REDES SOCIALES EN LAS RELACIONES FAMILIARES DE JÓVENES
- Rubio Romero, J., & Lamo Espinosa, M. P. (2015). El fenómeno WhatsApp en el contexto de la comunicación personal: una aproximación a través de los jóvenes universitarios. *Revista de comunicación y tecnologías emergentes*, 73-94.
- Velasteguí López, E. (2018). Influencia de las Redes Sociales como herramienta de interacción en la educación. *Explorador Digital*, 5-21.

Anexos

Encuesta sobre Redes Sociales y Hábitos de Estudiantes

INSTRUCCIONES: Lee cuidadosamente la siguiente encuesta y contesta las siguientes preguntas, con la finalidad de recopilar información para un artículo de investigación.

1. ¿Qué carrera estudias?

- | | |
|---------------|-----------------------------------|
| a) Turismo | d) Informática Administrativa |
| b) Derecho | e) Ingeniero Agrónomo Zootecnista |
| c) Contaduría | |

2. ¿Qué semestre cursas actualmente?

Tu respuesta

3. ¿Qué edad tienes?

Tu respuesta

4. ¿Estado civil?

- | | |
|------------|----------------|
| a) Soltero | c) Divorciado |
| b) Casado | d) Unión libre |

5. Sexo

- a) Hombre
b) Mujer

6. ¿Cuántas redes sociales tienes con cuenta activa?

- | | |
|-----------|----------|
| a) Una | e) Cinco |
| b) Dos | f) Seis |
| c) Tres | g) Siete |
| d) Cuatro | |

7. ¿Cuál es la red social que usas con más frecuencia?

- | | |
|--------------|-------------|
| a) Facebook | e) Snapchat |
| b) WhatsApp | f) YouTube |
| c) Instagram | g) Twitter |
| d) Tik Tok | |

8. ¿Con qué frecuencia te conectas a las redes sociales?

- | | |
|------------------|-------------------|
| a) Muy frecuente | c) Poco frecuente |
| b) Frecuente | d) Nada |

9. ¿Cuál es el lugar donde tienes mayor acceso a las redes sociales?

- | | |
|------------------|------------------|
| a) En mi casa | c) En la calle |
| b) En la escuela | d) En el trabajo |

10. ¿Cuántas horas diarias dedicas a las redes sociales?

- | | |
|----------------------|----------------------|
| a) Menos de 1 hora | c) Entre 2 y 4 horas |
| b) Entre 1 y 2 horas | d) Mas de 4 horas |

11. ¿Normalmente para que utilizas las redes sociales?

- | | |
|---|--------------------------|
| a) Estar en contacto con amigos y familia | c) Buscar pareja |
| b) Hacer nuevos amigos | d) Para fines académicos |

12. ¿Por qué medio prefieres enviar algún tipo de información?
 - a) Redes sociales
 - b) Correo electrónico
 - c) Mensaje de Texto
 - d) Dropbox
13. ¿Qué tan a menudo sueles utilizar las redes sociales como un medio de distracción?
 - a) Siempre
 - b) A veces
 - c) Rara vez
 - d) Nunca
14. ¿Con qué frecuencia usas las redes sociales para comunicarte con tus compañeros de clase?
 - a) Menos de una vez a la semana
 - b) Una vez a la semana
 - c) Varias veces a la semana
 - d) Todos los días
15. ¿Con qué frecuencia usas las redes sociales para comunicarte con tus profesores?
 - a) Menos de una vez a la semana
 - b) Una vez a la semana
 - c) Varias veces a la semana
 - d) Todos los días
16. ¿Con qué frecuencia usas las redes sociales para distraerte, entretenerte y relajarte?
 - a) Menos de una vez a la semana
 - b) Una vez a la semana
 - c) Varias veces a la semana
 - d) Todos los días
17. ¿Qué actividades realizas en las redes sociales con fines de aprendizaje?
 - a) Intercambiar archivos
 - b) Comunicarse con los profesores
 - c) Retroalimentar a compañeros
 - d) Intercambiar opiniones respecto a clase
18. ¿Qué tipo de actividades realizas en las redes sociales que consideras que potencian tus aptitudes académicas?
 - a) Compartir, consultar recursos o materiales educativos
 - b) Participar en grupos o comunidades de aprendizaje
 - c) Interactuar con personas o instituciones que me inspiran o me enseñan
 - d) Difundir contenidos que reflejen mis aprendizajes o proyectos
19. ¿Qué tipo de contenidos consumes en las redes sociales que consideras que estimulan tu inteligencia?
 - a) Informativos
 - b) Entretenidos
 - c) Educativos
 - d) Todos los anteriores
20. ¿Qué tipo de contenido prefieres ver o consumir en las redes sociales?
 - a) Música y Juegos
 - b) Videos y Memes
 - c) 3X
 - d) Todas las anteriores
21. ¿Qué tipo de comunicación tienes con tus compañeros de clase a través de las redes sociales?
 - a) Social
 - b) Académica
 - c) Mixta
 - d) Ninguna
22. ¿Qué tipo de información relacionada con tus estudios buscas o consultas en las redes sociales?
 - a) Apuntes o materiales de clase
 - b) Trabajos o proyectos de otros estudiantes
 - c) Noticias o actualidad académica
 - d) Ninguna de las anteriores
23. ¿Qué red social usas más para acceder, consumir y producir información relacionada con tus estudios?
 - a) Facebook
 - b) WhatsApp
 - c) Instagram
 - d) Tik Tok
 - e) Snapchat
 - f) YouTube
 - g) Twitter

24. ¿Qué tipo de información relacionada con tus relaciones interpersonales buscas o consultas en las redes sociales?
- | | |
|---|---|
| a) Perfiles o publicaciones de tus amigos o conocidos | c) Eventos o actividades sociales de tu interés |
| b) Consejos o recomendaciones sobre temas personales | d) Otra |
25. ¿Qué red social usas más para distraerte, entretenerte y relajarte?
- | | |
|--------------|-------------|
| a) Facebook | e) Snapchat |
| b) WhatsApp | f) YouTube |
| c) Instagram | g) Twitter |
| d) Tik Tok | |
26. ¿Qué sugerencias recibes de tu familia sobre el uso de las redes sociales en tu vida académica?
- | | |
|---|---|
| a) Que las use de forma equilibrada y consciente | c) Que las reduzca o las elimine lo más posible |
| b) Que las utilice para fines educativos o sociales | d) No me dan ninguna orientación al respecto |
27. ¿Qué grado de conflicto hay en tu familia por el uso de las redes sociales?
- | | |
|-------------|------------|
| a) Mucho | c) Poco |
| b) Bastante | d) Ninguno |
28. ¿Qué grado de influencia tienen las opiniones de tu familia sobre el uso de las redes sociales en tu vida académica?
- | | |
|----------|-------------|
| a) Mucha | c) Bastante |
| b) Poca | d) Ninguna |
29. ¿Qué grado de influencia tienen las redes sociales en tu asistencia a clases?
- | | |
|-------------|------------|
| a) Mucha | c) Poca |
| b) Bastante | d) Ninguna |
30. ¿Qué tan fácil o difícil te resulta concentrarte y prestar atención en las clases y en las tareas cuando usas las redes sociales?
- | | |
|-------------------|---------------|
| a) Bastante fácil | c) Poco fácil |
| b) Muy fácil | d) Nada fácil |
31. ¿Qué beneficios consideras que te aporta la comunicación a través de las redes sociales con tus compañeros, profesores y familiares?
- | | |
|-----------------------------------|---------------------------|
| a) Mayor cercanía y confianza | c) Mayor acceso y rapidez |
| b) Mayor diversidad y creatividad | d) Ninguno |
32. ¿Qué beneficios consideras que te aporta el uso de las redes sociales para distraerte, entretenerte y relajarte?
- | | |
|----------------------------------|------------------------------|
| a) Mayor alegría y optimismo | |
| b) Mayor relajación y bienestar | d) Ninguno de las anteriores |
| c) Mayor creatividad y expresión | |