

REDES SOCIALES EN LA JUVENTUD: EFECTO DE LA MOTIVACIÓN ACADÉMICA VERSUS DISTRACCIÓN DIGITAL EN LOS ESTUDIANTES SOCIAL MEDIA AMONG YOUNG PEOPLE: THE EFFECT OF ACADEMIC MOTIVATION VERSUS DIGITAL DISTRACTION ON STUDENTS

Autores:¹Ivonne Aracelly García Marcillo, ²Andrés David Pinos Tigrero y ³Lorena Alexandra Sarmiento Espinosa

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0005-4355-4008>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-3758-8085>

³ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0004-2201-4275>

¹E-mail de contacto: ivonne.garcia@docentes.educacion.edu.ec

²E-mail de contacto: andres.pinos@educacion.gob.ec

³E-mail de contacto: lorena.sarmiento@educador.docentes.gob.ec

Afiliación: ^{1,2,3}*Ministerio de Educación (Ecuador)

Artículo recibido: 20 de noviembre del 2025

Artículo revisado: 04 de diciembre del 2025

Artículo aprobado: 15 de diciembre del 2025

¹Profesora especialización educación primaria adquirida de la Universidad de Guayaquil (Ecuador). Licenciada en ciencias de la educación especialización educación primaria adquirida de la Universidad de Guayaquil (Ecuador). Magíster en Diseño Curricular adquirida de la Universidad de Guayaquil (Ecuador).

²Licenciado en Ciencias de la Comunicación Social adquirida de la Universidad de Guayaquil (Ecuador). Magíster en Educación Inclusiva adquirida de la Universidad Casa Grande (Ecuador).

³Licenciada en ciencias de la educación adquirida de la Universidad Bolivariana del Ecuador (Ecuador).

Resumen

El fin de este estudio es el de conocer cuántos años empiezan a utilizar las redes sociales los jóvenes, cada cuánto suceden y por cuál de sus razones principalmente impulsan el uso de las RS, pero queremos hacer una conexión con la motivación académica y con la distracción que se produce con el uso de las RS. El estudio se sostiene bajo un enfoque cuantitativo desde la aplicación de un cuestionario con escalas nominales no excluyentes, con una fórmula válida y consensuada por un grupo de expertos en tecnología educativa. La muestra son 155 alumnos del bachillerato con edades entre 15 y 17 años que asisten en una institución pública del suroeste de la ciudad de Guayaquil.

Los resultados muestran que la edad de inicio media para el uso de las RS es de unos 12 años y medio, concentrados entre los 12 y los 14 años. En cuanto a la frecuencia, el 90% de quienes contestan utilizan las RS, y de estos un 73,6% diariamente. En lo que se refiere a las razones de uso, prima la dimensión social (socioexpresiva), en la que están presentes la

interacción con el grupo de iguales, el intercambio de experiencias y la búsqueda de reconocimiento social. En segundo nivel, encontramos motivaciones psicológicas (relacionadas con el bienestar emocional, la aceptación y la autoexpresión).

Los resultados corroboran la idea de las RS en tanto que son las herramientas que son compensatorias de la motivación y de la socialización, pero que también pueden convertirse en fuentes de distracción y/o en fuentes de riesgos para el estudio o para el rendimiento académico de los jóvenes que las están utilizando si no hay en su uso una regulación por parte de ellos mismos. Por todo ello, el estudio expresa la necesidad de crear condiciones para generar estrategias de alfabetización digital y de acompañamiento pedagógico que permitan abordar el uso de las RS de forma consciente, equilibrada y formativa en el ámbito educativo.

Palabras clave: Redes sociales; Juventud; Motivación académica; Distracción digital; Educación secundaria.

Abstract

The purpose of the current study is to determine when young people typically start using social media, how often they use it, and why they use it as a primary reason for using social networks. In addition, this study will explore the correlation between the frequency of social media use and students' academic motivation, and investigate the potential for distractions caused by social media. Participants in the research plan will include a sample of 155 high school students between 15 and 17 years of age from a public high school in southwest Guayaquil. The quantitative methodology used in this research consists of a survey with non-exclusive nominals that have been vetted by a group of Educational Technology Experts to validate the survey tool. Results of the research indicate that students generally begin accessing social media around age 12.5, with a strong emphasis between ages 12-14. Ninety percent of respondents reported they use social media; 73.6 percent of those respondents use it daily. The social dimension of social media is the primary motivation for students' use, as evidenced by interactions with peers, sharing of experiences, and need for social validation. Psychological and social factors contribute to the second-tier motivations of social media usage (psychological well-being; acceptance; self-expression). The results corroborate the idea that social media tools compensate for a lack of motivation and socialization, but they can also become sources of distraction and/or risks to the studies or academic performance of young people who use them if their use is not self-regulated. Therefore, the study highlights the need to create conditions for developing digital literacy strategies and pedagogical support that allow for a conscious, balanced, and educational approach to the use of social media within the educational setting.

Keywords: Social networks; Youth; Academic motivation; Digital distraction; Secondary education.

Sumário

este estudo busca encontrar a idade em que os jovens acessam as mídias sociais pela primeira vez, a frequência com que as utilizam e quais são suas principais razões para usá-las. Também procuramos estudar a relação entre o uso das mídias sociais e a motivação para estudar, assim como a relação entre o uso das mídias sociais e as distrações que podem causar. O estudo tem uma abordagem quantitativa, usando um questionário com escalas nominais não excludentes, que foi validado e aprovado por um grupo de especialistas em tecnologia educacional. A amostra é constituída por 155 alunos de ensino médio (entre 15 e 17 anos de idade), da área pública da região sudoeste de Guayaquil. Os resultados mostram que a média da idade de início no uso de mídias sociais é de aproximadamente 12,5 anos e a faixa da idade concentra-se entre 12 e 14 anos. Em relação à frequência, 90% dos respondentes utilizam mídias sociais e desse percentual 73,6% utilizam-nas diariamente. No que se refere às razões, a dimensão social (socioexpressiva) é preponderante, abrangendo a interação com os pares, a troca de experiências e a busca pela projeção social. No segundo nível, temos motivação psicológica e social (relacionada ao bem-estar emocional à aceitação e autoexpressão). Os resultados estão de acordo com as ideias de que as ferramentas de mídia social servem como uma compensação pela falta de motivação e pela falta de socialização, mas também apresentam um risco ou uma fonte de distração para estudos ou desempenho dos acadêmicos, caso não sejam regulados. Portanto, o estudo salienta a necessidade de serem criadas condições para o desenvolvimento de estratégias para um letramento digital e apoio pedagógico que permitam uma gestão consciente, equilibrada e educacional no uso das mídias sociais no espaço educacional.

Palavras-chave: Redes sociais; Juventude; Motivação acadêmica; Distração digital; Educação secundária.

Introducción

La proliferación de plataformas de redes sociales ha dejado huellas en la vida estudiantil de la comunidad global. Lo que alguna vez se consideró mera socialización y entretenimiento ha cambiado radicalmente con el avance de la tecnología al servicio de las necesidades educativas. Estas plataformas tienen avances educativos, así como lo que algunos han utilizado como apoyo de aprendizaje y distracción. La llamada generación digital está motivada académicamente y desmotivada al mismo tiempo. Al utilizar frecuentemente los medios sociales, se ven afectados los parámetros de atención, rendimiento y estado psicológico y emocional de los usuarios.

La naturaleza dual de estos espacios en línea surge del contraste entre la capacidad de las plataformas sociales para motivar a los estudiantes y la tremenda información y distracciones sobre estimulantes, que pueden obstaculizar la atención y la concentración y llevar a la procrastinación digital y la dependencia de las redes sociales. Este problema es más pronunciado en los estudiantes de universidad y secundaria, así como en el resto de la población mundial que se encuentra entre actividades educativas y sociales.

Una serie de estudios recientes ha documentado los beneficios positivos y las consecuencias negativas que las redes sociales tienen en el contexto educativo. Mientras que algunos autores han señalado el potencial de mejora de la motivación y el aprendizaje autónomo (Acuña et al., 2022; Formento-Torres et al., 2023), otros académicos advierten que el uso excesivo tiende a estar asociado con la distracción, un menor rendimiento y consecuencias emocionales (Conde et al., 2021;

Lyubomirsky, 2021). Este escenario ilustra un mero rastreo de resultados en cuanto a efectividad de las redes desde una perspectiva más crítica y equilibrada.

La repercusión de las comunidades digitales y redes en la motivación de los estudiantes para aprender, así como en el desapego académico, requiere una reconsideración adicional al diseñar enfoques pedagógicos contemporáneos. Ya no se trata de si las redes sociales tienen una influencia positiva o negativa. Se trata más bien de determinar los medios en que el social media puede ser utilizado como facilitador del aprendizaje o como barrera para el desarrollo académico y personal.

Con la consideración de la discusión precedente, este documento esboza un marco teórico que aborda seis subtemas: ‘(1) Redes sociales y educación en la era moderna, (2) Redes sociales y aprendizaje en el contexto de la motivación académica, (3) Distracción digital en el aula y rendimiento académico, (4) Aspectos psicológicos del bienestar y redes sociales, (5) Autorregulación en el uso académico de las redes sociales, y (6) Redes sociales en pedagogía: la dualidad de las redes sociales como medio de enseñanza.’ Esta estructura permitirá un examen exhaustivo del tema y también sentará las bases para estudios posteriores destinados a un uso más reflexivo y pedagógicamente beneficioso de estos recursos.

Redes sociales y educación en la era moderna

Las prácticas de aprendizaje y educativas se han integrado de manera más sofisticada en las redes sociales con el auge de plataformas como Facebook, YouTube y TikTok, en virtud de su facilidad de acceso y su variado contenido educativo gratuito disponible para individuos de

diversas demografías, todo esto mencionado por Montenegro Montenegro et al. (2025). Los sistemas de educación básica y superior han cambiado profundamente las prácticas de aprendizaje gracias a la utilización de los medios sociales y las nuevas vías que han abierto para el aprendizaje más allá del aula física.

En este caso particular, los estudiantes universitarios aprovechan el ecosistema digital para acceder a plataformas y participar en foros, comunidades de interés y grupos de aprendizaje colaborativo virtual, fomentando la interacción social académica y la construcción de comunidades epistémicas (Rodríguez, et al., 2023). Estos espacios permiten el compromiso simultáneo y en tiempo real de los usuarios en actividades conjuntas como el intercambio colaborativo de recursos y la co-creación de conocimiento.

La efectividad de tales plataformas es cuestionable, ya que existe el fenómeno de la inflación de contenido e información en el que los usuarios y los estudiantes en particular tienen una tarea más engorrosa para discernir contenido científicamente riguroso de contenido que carece de tales estándares (Reyes, 2023). Se justifica la imperativa necesidad de incluir competencias que validen, verifiquen y evalúen la información en la alfabetización digital.

Giler et al. (2025) indican que poder autogestionar la utilización de las plataformas sociales es de suma relevancia, pues a mayor actividad de ocio menor es la cantidad de horas dedicadas al estudio. Por ello, los educandos deben aprender a identificar y equilibrar cuáles

son las demandas más urgentes en cuanto a su vida estudiantil.

Consecuentemente, al comprender las plataformas digitales y su uso empleado en la instrucción, se permiten regular y potenciar innovadoras destrezas como herramientas pedagógicas; de la misma manera, sus limitantes y posibles desventajas.

Redes sociales y aprendizaje en el contexto de la motivación académica

La motivación para aprender se refiere a la disposición, el esfuerzo y la perseverancia que demuestran los discentes. En este caso, Formento-Torres et al. (2023), señalan que las redes sociales estimulan y sirven de aliado recursivo que puede lograr el aumento de la motivación, ya sea de carácter intrínseco o extrínseco, en el ámbito. La condición de los estudiantes en el mundo contemporáneo y la pulsión de los contenidos que se están impermeabilizando requieren lazos cognitivos y vigorosas modalidades de aprendizaje, que las redes sociales pueden proveer.

Las plataformas de redes sociales ofrecen retroalimentación constructiva e inmediata que fomenta la participación activa de los estudiantes en actividades de aprendizaje formal. La habilidad de los educandos para recibir retroalimentación en términos de comentarios, objetivos, logros y participación en foros académicos, ayuda a facilitar cambios del comportamiento de manera intencional y a organizar las inversiones que realizan los estudiantes con su enfoque por el aprendizaje (Acuña et al, 2022).

El componente de aprendizaje colaborativo de las interacciones digitales puede ampliar la

capacidad de los estudiantes para lograr participar en comunidades virtuales para la mejora de prácticas de cooperación y de empatía. Tal compromiso no solo mejora la destreza académica de los estudiantes, sino que también ayuda a desarrollar sus habilidades socioemocionales, autoestima y comunicación efectiva (Andreu, 2025).

También se puede argumentar que la motivación puede mantenerse y canalizarse solo hacia el deseo de aprobación social del contenido en forma de "me gusta" o comentarios positivos. En este caso, la motivación intrínseca es paradójicamente el mismo elemento que puede socavar el interés genuino por parte del aprendiz en el proceso de aprendizaje y crea dependencia psicológica de la aprobación social (Delgado, 2023).

Consecuentemente, es necesario orientar las redes sociales hacia un uso educativo que fomente una motivación genuina y duradera basada en el deseo de aprender, en oposición a la gratificación efímera.

Distracción digital en el aula y rendimiento académico

A pesar de los beneficios de las plataformas de redes sociales, actúan como un detractor persistente del enfoque, obstaculizando así la productividad general. Como señalan Conde et al. (2021), las notificaciones siempre presentes, los mensajes instantáneos y los visuales en línea asociados con las redes sociales distraen las actividades cognitivas y fragmentan el enfoque, teniendo así un impacto negativo en el rendimiento de los estudiantes.

El logro simultáneo de tareas educativas y de ocio, considerado como "multitarea digital", perjudica aún más el aprendizaje. Flanigan et al.

(2023), afirman que el acto de escuchar una conferencia y tener que revisar páginas o sitios sociales distrae a los estudiantes lo suficiente como para que no puedan entender ni apreciar la conferencia que se está impartiendo.

La distracción en forma de procrastinación es otro problema al que la entretención digital está contribuyendo. Los estudiantes, en lugar de avanzar en sus estudios o prepararse para las lecciones, tienden a evitar sus responsabilidades. González-Brignardello et al. (2023) señalan que este comportamiento crea un ciclo de ansiedad, procrastinación y trabajo incompleto.

El vínculo generado en las redes sociales y el bajo desempeño académico, así como el comportamiento de evasión, están bien documentados. Serrudo et al. (2021) sostienen que las redes sociales, por supuesto, están implicadas como el agente causal, pero esta no es la historia completa. La realidad completa es el contexto de los estudiantes, su edad y la autodisciplina mostrada en el control de sus comportamientos digitales.

Por eso es necesario fortalecer las iniciativas de alfabetización digital para que los estudiantes aprendan a gestionar su tiempo y eviten dependencias tecnológicas innecesarias, fomentando un aprendizaje más significativo y eficaz.

Aspectos psicológicos del bienestar y redes sociales

En los últimos años, los individuos se han vuelto más sensibles ante el bienestar psicológico y el uso de las redes sociales. Los estudiantes obtienen ciertos beneficios del uso moderado y razonable de las plataformas de redes sociales, que les brindan la oportunidad de

interacción y apoyo, mejorando así su autoestima y sentido de pertenencia (Carbajal, et al., 2022).

El contacto social y el apoyo emocional que aliviaron el sentido de aislamiento en entornos virtuales durante la pandemia de COVID-19 fueron proporcionados por las redes sociales (Calloapaza, 2022). Su uso en ese contexto habla mucho sobre su relación con el bienestar de los jóvenes.

Por otro lado, la pérdida de control en los estados emocionales a menudo conduce al exceso de uso de las redes sociales y sus repercusiones asociadas, que incluyen ansiedad, depresión y soledad, incluso cuando los alrededores están hiperconectados. El estrés psicológico derivado de las redes sociales y las comparaciones sociales interminables también conduce a estados emocionales desequilibrados (Lyubomirsky, 2021).

Las redes sociales pueden ser consideradas una de las herramientas adecuadas de los estudiantes, el bienestar emocional tiene una relación directa con las redes sociales y el rendimiento académico: los estudiantes que tienen estabilidad psicológica exhiben control sobre el uso que hacen de las redes sociales (Sánchez-Valtierra et al., 2024), en el caso de los estudiantes que no controlan su comportamiento emocional, la predisposición a sufrir efectos negativos es mayor.

Así, surge la necesidad de que los sistemas educativos integren técnicas de autoconocimiento/autocuidado y la construcción de resiliencia como componentes centrales del currículo para ayudarles a afrontar los desafíos de un mundo hiper-conectado.

Autorregulación en el uso académico de las redes sociales

La capacidad para autorregularse, auto disciplinarse y auto dirigirse dentro de los entornos de aprendizaje es de suma importancia en la esfera digital del aprendizaje. La autorregulación es regular los impulsos, el tiempo, la atención hacia los "modelos mentales académicos", incluso cediendo ante las constantes distracciones digitales (Sosa, 2022).

Formas de complementar las habilidades de autorregulación son estrategias como programar horarios de conexión, aplicaciones para bloquear notificaciones, autorregular el tiempo social y recreativo, establecer la academia en primer lugar (Romero-Méndez, & Romero-Méndez, 2024).

En la misma línea, las redes sociales pueden integrarse en la lección como una herramienta para alcanzar objetivos de aprendizaje bien definidos y específicos. Esto se logra utilizando las redes sociales para las etapas de indagación, colaboración y compartición de conocimientos (Coronel, 2023).

Como requisito previo, los componentes de autorregulación cognitiva y alfabetización digital de esta habilidad pueden desarrollarse a través de la instrucción sobre la crítica de los propios comportamientos digitales. Se necesita entrenamiento en autorregulación para promover una autorregulación efectiva (Carvajal & Zambrano, 2021).

Así, la autorregulación social es fundamental en el contexto donde los estudiantes pueden convertir el uso de las redes sociales con finalidad académica en un auto-sabotaje.

Redes sociales en pedagogía: la dualidad de las redes sociales como medio de enseñanza

Como otros fenómenos provocados por el rápido avance tecnológico del siglo XXI, el uso de medios digitales como las redes en el aula debe ser tanto crítico como reflexivo. Fuentes-Cancell et al. (2021) refieren que esto plantea desafíos adicionales para su uso pedagógico al equilibrar los aspectos motivacionales, de atención y de dependencia de las herramientas tecnológicas.

Con base en esto, se han creado actividades educativas en las que las redes sociales se aprovechan como herramientas durante el trabajo colaborativo en proyectos, discusiones en línea y otras formas de investigación virtual. Estas actividades permiten la transformación del conocimiento de un mero consumo pasivo de contenido a un proceso activo de construcción del conocimiento (Ruiz-Loor & Gallegos-Macías, 2021).

Al mismo tiempo, existe la necesidad de desarrollar iniciativas educativas destinadas a aumentar el nivel de confianza en la alfabetización emocional y digital de los estudiantes. Esta es la única manera en la que un estudiante podrá desarrollar habilidades analíticas y estrategias de autocuidado para convertirse en un pensador crítico funcional en la era digital (Yu, 2022).

Lo mismo se puede decir sobre el rol profesional del docente. Mediante la implementación de estrategias activas, se guía a los educandos hacia un empleo pedagógico de las redes sociales y otras herramientas web, sin censurar los aspectos sociales y de entretenimiento, sino más bien para una

socialización orientada a la educación (Alenezi, 2023).

En resumen, el análisis sobre la naturaleza dualista de las redes sociales confirma que estas son capaces de servir como herramientas que fomentan intereses académicos, así como de servir como fuentes de distracción digital, dependiendo del control y la supervisión pedagógica lograda con las redes sociales en contextos educativos.

Métodos

La obtención de los datos se llevó a cabo mediante el diseño de un cuestionario elaborado a partir de escalas nominales no excluyentes. La escala construida (véase tabla 1) se estructuró tomando como base las revisiones teóricas previas —relacionadas con motivos psicológicos y sociales—, los aportes de especialistas en tecnologías de la información y la información directa proporcionada por jóvenes, obtenida anteriormente a través de entrevistas abiertas sobre los motivos de uso de las redes sociales. En una primera sección, el instrumento recopila información sociodemográfica general de la muestra, como sexo, edad, nacionalidad, tipo de institución educativa, nivel de estudios y curso académico.

Los ítems del cuestionario fueron diseñados para recabar información sobre la frecuencia de uso y los motivos para conectarse a la red social. La tabla siguiente muestra los ítems que la conforman. La versión inicial del cuestionario fue revisada por un panel de expertos (n=8), todos ellos investigadores especialistas en tecnología educativa. Esta revisión mejoró la propuesta de ítems, tanto en su contenido como en su redacción. Posteriormente, se hizo una

versión electrónica del cuestionario para su cumplimentación vía Internet.

Los centros educativos que participan en este estudio han dado el consentimiento para la participación de su alumnado. Los alumnos/as de la muestra fueron informados del estudio y se solicitó su consentimiento para participar en el mismo.

El tiempo estimado del cuestionario fue de 10 minutos. La información expuesta en este trabajo refleja la población juvenil: fue recogida en una institución de educación pública que se encuentra en el suroeste de Guayaquil. La muestra fue de 155 alumnos de bachillerato (con edades comprendidas entre los 15 y los 17 años), lo que da la posibilidad de caracterizar correctamente a adolescentes en una etapa decisiva de su desarrollo personal, social y académico. Para la elección de los sujetos de estudio se tomaron en cuenta criterios de accesibilidad y de adecuación al contexto educativo, asegurando el consentimiento informado y la voluntariedad por parte de los participantes. La información recogida es válida para el estudio del uso de redes sociales en alumnado juvenil becado, incorporando evidencia empírica en un contexto adecuado (dentro del ámbito público) en la ciudad de Guayaquil.

Tabla 1. Ítem de cuestionario de encuesta dirigida a estudiantes para la recolección de información

Dimensión	Ítems
Datos generales de uso	Edad de inicio en el uso de las redes sociales
	Frecuencia de uso:

	☐ Diariamente ☐ Algunos días a la semana ☐ Algunos días al mes ☐ Ocasionalmente
	¿Puedes conectarte a la red social cuando quieras? ☐ Sí ☐ No
Motivos de uso de las redes sociales	Para estar en contacto y compartir experiencias con mis amigos
	Establecer nuevas relaciones de amistad.
	Experimentar bienestar emocional en momentos de tristeza.
	Conocer la opinión de mis amistades sobre las imágenes que publico y las experiencias que compartimos
	Sentir satisfacción al percibir aceptación y valoración por parte de mis amigos
	Expresarme con mayor sinceridad con mis amistades en comparación con la interacción presencial.
	Utilizar la red como un medio para explorar y realizar actividades que no llevaría a cabo por otras vías.
	Considerar las redes sociales no solo como espacios de interacción, sino como parte integral del estilo de vida.
OTROS USOS	Otros usos (especificar):

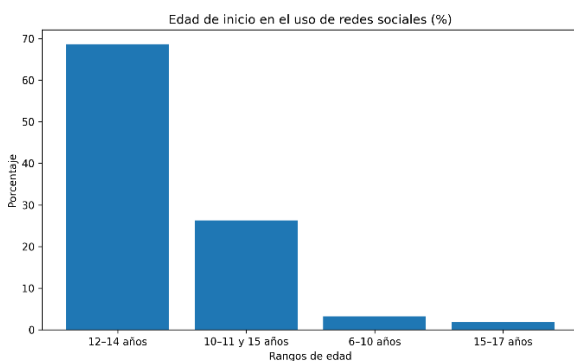
Fuente: Elaboración propia

Análisis y resultados

Atendiendo al primer objetivo del estudio, orientado a identificar la edad de inicio en el uso de las redes sociales, los resultados evidencian que la edad media de inicio es de algo más de 12 años y medio, con una mediana de 13 años y una moda de 12 años.

El gráfico 1 muestra la dispersión de estos datos. Como puede apreciarse, el 68,7 % de los jóvenes empezó a utilizar redes sociales entre los 12 y los 14 años, porcentaje que se incrementa hasta el 94,99 % en el intervalo de edad de 10 a 15 años. Por su parte, un 3,2% de los participantes comenzó a utilizar estas plataformas de manera temprana, entre los 6 y los 10 años, mientras que un 1,8% lo hizo de forma más tardía, entre los 15 y los 17 años, conformando en conjunto el 5% restante.

Gráfico 1. Edad de inicio en uso de redes sociales



Fuente: Elaboración propia

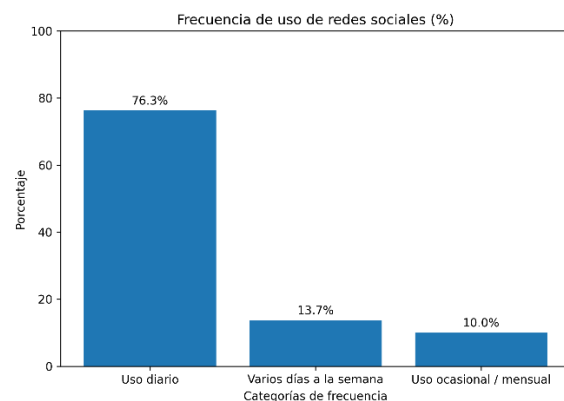
Estos resultados dejan entrever que el inicio del uso de las redes sociales coincide, en su mayoría, con la etapa inicial de la pubertad, cuando empiezan a surgir y consolidarse las relaciones sociales en entornos digitales y va siendo más importante el grupo de iguales. Esta tendencia confirma la línea de las posturas de

las teorías evolutivas del desarrollo psicológico que consideran la etapa de la adolescencia como importante en la construcción de las relaciones sociales y en el grupo de iguales.

A pesar de ello también encontramos un poco de porcentaje de jóvenes que empiezan a realizar este tipo de prácticas en relación con una edad más cercana a lo que muchos consideran como el inicio de la adolescencia o más alejadas, como por ejemplo la situación de quienes se ciñen al inicio a partir de los 15 años o en edades más contiguas a la edad adulta.

Con respecto a la frecuencia del uso, los datos evidencian que un 73,6% de los jóvenes realizan el uso de las redes sociales diariamente y, en el caso de añadir un 13,7% que se conectan diversos días de la semana, representaría en total un 90% de uso habitual. El 10% restante corresponde a jóvenes que se conectan de forma esporádica, ya sea algunos días al mes u ocasionalmente. El gráfico 2 muestra los porcentajes de cada categoría de respuestas.

Gráfico 2. Frecuencia de uso de redes sociales



Fuente: Elaboración propia

No obstante, pese al elevado nivel de uso detectado, alrededor del 10% de los jóvenes no utiliza estos recursos de manera habitual. Este

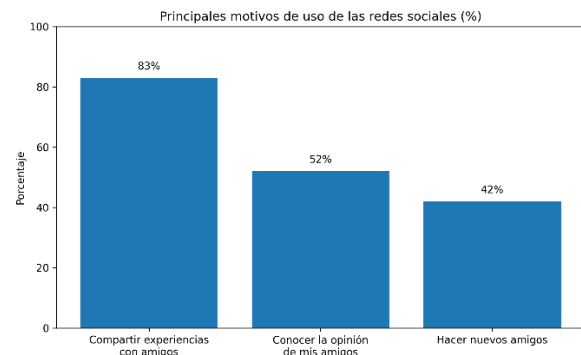
hecho podría explicarse, entre otros factores, por la existencia de control parental o familiar, así como por la presencia de una posible brecha digital.

Sin embargo, este reducido porcentaje de no utilización también ha sido identificado en estudios previos realizados con población universitaria, lo que refuerza la idea de que la brecha digital constituye una explicación plausible, junto con otras variables como la procedencia, el género o determinadas características personales de los sujetos.

Con el fin de profundizar en esta cuestión, se analizó el grado de control familiar sobre el uso de las redes sociales. Los resultados muestran que más de tres cuartas partes de los jóvenes acceden a las redes sociales sin restricciones, conectándose cuando lo desean y sin limitaciones impuestas por la familia, mientras que el 22,3% declara tener regulada esta actividad. Este dato permitiría explicar el 10% de no uso frecuente y sugiere, además, la existencia de aproximadamente un 12% de jóvenes que incumplen las normas familiares establecidas en relación con este uso.

Como se observa en el gráfico 3, el motivo predominante para el uso de las redes sociales es *compartir experiencias con los amigos*, señalado por el 83% de los participantes. A este le siguen *conocer la opinión de mis amigos sobre las fotos que subo y las experiencias que compartimos* con un 52%, y *hacer nuevos amigos* con un 42%. Estos tres motivos comparten un eje común, vinculado a la satisfacción de la necesidad social de interacción con el grupo con características similares a las de esta etapa evolutiva.

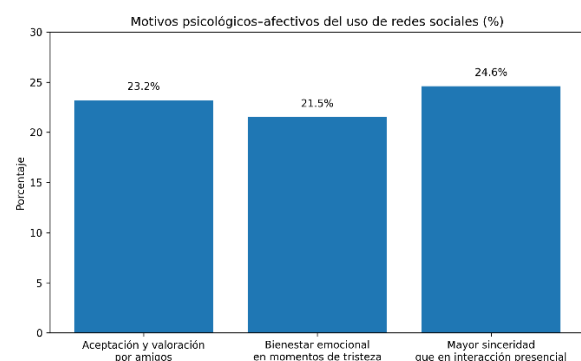
Gráfico 3. Principales motivos de uso de redes sociales.



Fuente: Elaboración propia

En un segundo plano, el porcentaje de usuarios que hacen referencia a motivos que hacen referencia a una dimensión más psicológica y afectiva del uso de las redes sociales, del 20 a 25%, se encuentran las siguientes opciones: *Sentir satisfacción al ser aceptado por parte de mis amigos* (23,2%); *Experimentar bienestar emocional en momentos de tristeza* (21,5%); *Expresar con mayor sinceridad con mis amigos en comparación con la interacción presencial* (24,6%).

Gráfico 4. Motivos psicológicos-afectivos de uso de redes sociales



Fuente: Elaboración propia

Cerrando la lista, se encuentran las opciones menos seleccionadas que son: *Utilizar la red como un medio para explorar y realizar actividades que no llevaría a cabo por otras vías* (16.59) o *Considerar las redes sociales no solo como espacios de interacción, sino como parte integral del estilo de vida* (8.5). Éstas pueden ser interpretadas como el reflejo o indicativa del uso más bien intenso de las redes sociales o, alternativamente, como un uso innovador y altamente creativo de las redes sociales, lo que explicaría la posición de tener un menor nivel de selección entre los usuarios.

Discusión

Los resultados obtenidos permiten constatar que la utilización de las redes sociales se convierte en una práctica generalizada entre los adolescentes de bachillerato que conforman el contexto educativo público estudiado en la ciudad de Guayaquil. El inicio de la práctica en el uso de las redes sociales entre la muestra se da, principalmente, entre los 12 y los 14 años, etapa del desarrollo que coincide con el inicio de la adolescencia y se centra precisamente en la etapa de desarrollo de la identidad personal y social. Estos datos son congruentes con las teorías evolutivas del desarrollo psicológico que enfatizan que en esta etapa evolutiva confluyen la consolidación de las relaciones con el grupo de iguales y la búsqueda de pertenencia social, así como experiencias previas elaboradas en contextos nacionales e internacionales ya documentadas.

La alta frecuencia de uso denotada —con un 90% de los adolescentes considerados usuarios sociales habituales— refuerza la idea de que las redes sociales integran la cotidianidad de los adolescentes. Este patrón es también comúnmente presentado en investigaciones

anteriores en las que se alerta de que, si bien el acceso continuo puede favorecer la comunicación y el intercambio de información, también puede aumentar el potencial de distracción digital y disminuir la atención a nivel académico en caso de no regular su uso. Desde esta perspectiva, el bajo porcentaje de estudiantes que no se encuentran en disposición de un uso frecuente podría explicarse por el control familiar, la desigualdad digital u otras condiciones contextuales, lo que sugiere la importancia del acompañamiento adulto y la alfabetización digital.

Respecto a los motivos de uso, la mayor parte de los resultados nos indican que la dimensión social es mayormente predominante. Compartir experiencias relacionadas con los amigos o conocer qué opinan del tema amigos o de los que se consideran grupo de iguales, compartir experiencias relacionadas con los amigos o conocer qué opinan del tema amigos o de los que se consideran grupo de iguales y hacer nuevos amigos) concentra las mayores proporciones, lo que pone de manifiesto que las redes sociales desarrollan principalmente una función de relación, lo cual también corroboran los estudios que destacan el papel de las redes sociales como contextos de socialización, construcción de la identidad personal y el fortalecimiento del capital social de los jóvenes.

Por contra, aunque en menor proporción surgen motivos referidos a la dimensión psicológica-afectiva (buscar aceptación, sentirse bien emocionalmente en ocasiones de tristeza o tener la posibilidad de expresar sentimientos de forma más sincera que en una conversación verbal), lo que permite suponer que las redes sociales actúan también como reguladores de los estados de ánimo, así como en los casos en los que sirven como forma de compensación, lo

que coincide con estudios que consideran que pueden ser tanto positivas como peligrosas para el bienestar psicológico, o avisos sobre la sobreutilización y la dependencia tanto física como psicológica para la validación de las redes sociales.

Finalmente, los motivos menos seleccionados, referidos a un uso intensivo y a una incorporación de las redes sociales de forma vital, se pueden ver como el reflejo de una práctica específica inusual, también como una primera señal de uso problemático, lo cual refuerza la necesidad de abordar el propio fenómeno desde una perspectiva educativa pero crítica que sea coherente con el uso responsable, equilibrado y centrado en la educación.

Conclusiones

Los resultados obtenidos en este trabajo posibilitan concluir que las redes sociales tienen un papel central en la vida de los adolescentes, tanto a nivel social como a nivel psicológico. La mayoría de los adolescentes comienza a utilizarlas en etapas muy tempranas de la adolescencia y mantiene un elevado grado de conexión, lo que ratifica la consolidación de las redes sociales como espacios habituales de interpersonalidad y comunicación.

También se pone de manifiesto que los principales motivos de uso están directamente relacionados con las necesidades sociales, sobre todo en relación con la interacción en un grupo de iguales, y que responden a las características de esta etapa evolutiva. No obstante, algunos de los motivos de uso también son psicológicos y personales, es decir, las redes sociales pueden cumplir la función compensatoria y emocional que, en determinadas circunstancias, pueden tener.

Estos datos indican la necesidad de que los sistemas educativos integren estrategias pedagógicas que faciliten la autorregulación y el uso de las redes sociales de forma responsable. No se trata de prohibir su uso, sino que se trata de dotar a los estudiantes de competencias para hacer un buen uso educativo y comunicativo de las redes sociales, al mismo tiempo que palían los posibles riesgos que puede tener el uso de la distracción digital, la dependencia emocional o el bajo rendimiento académico.

En definitiva, las redes sociales significan un instrumento que tiene una doble naturaleza, pueden representar una herramienta para la mejora del aprendizaje y de la motivación académica o convertirse, por el contrario, en una fuente de distracción o un factor que causa desajuste emocional. Su utilización va en función del acompañamiento pedagógico, de la familia y del desarrollo de las habilidades de la autorregulación del alumno. Todas ellas deben ser incluidas en futuros trabajos de investigación y en la formulación de políticas educativas que tengan como objetivo una integración social, formativa y consciente de las tecnologías digitales dentro del contexto escolar.

Referencias Bibliográficas

- Acuña, M. L., Roncal, L. E., Portal, M. D., & Rojas, O. M. (2022). La retroalimentación reflexiva y logros de aprendizaje en educación básica: una revisión de la literatura. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(2), 3242-3261.
- Alenezi, M. (2023). Digital learning and digital institution in higher education. *Education Sciences*, 13(1), 88.
- Andreu, J. M. (2025). Revisión sistemática sobre aprendizaje colaborativo mediante

- realidad virtual, realidad aumentada y realidad mixta. *Teoría de la Educación. Revista Interuniversitaria*, 37(1), 151-186.
- Calloapaza, K. E. (2022). Redes sociales virtuales y la salud mental en tiempos de COVID-19: una revisión de literatura. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 3(2), 773-783.
- Carbajal, O. J., Vivar-Bravo, J., Perez, Y. D., Huerta, C. R., Paucar, G. E., Ruiz, O. N., & Añazco, C. Q. (2022). Bienestar psicológico y uso de redes sociales en estudiantes del Instituto ICT, Huancayo. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 6(22), 147-162.
- Carvajal, C., & Zambrano, J. (2021). Las redes sociales digitales en el desarrollo del pensamiento crítico de estudiantes de secundaria. *Virtualidad, Educación y Ciencia*, 12(23), 43-58.
- Conde, A. B., Suárez, J. R., & Vicente, J. A. (2021). Uso de dispositivos móviles en las aulas de la universidad y rendimiento académico: revisión de la literatura y nueva evidencia en España. *Revista Tecnología, Ciencia y Educación*(20), 7-48.
- Coronel, K. G. (2023). Uso de las redes sociales y su influencia en el desarrollo educativo. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 579-593.
- Delgado, M. A. (2023). Factores asociados a la adicción a redes sociales en universitarios: una revisión sistemática y metaanálisis. *Persona*, 26(1), 11-56.
- Flanigan, A. E., Brady, A. C., Dai, Y., & Ray, E. (2023). Managing student digital distraction in the college classroom: A self-determination theory perspective. *Educational Psychology Review*, 35(2), 60.
- Formento-Torres, A. C., Quílez-Robres, A., & Cortés-Pascual, A. (2023). Motivación y rendimiento académico en la adolescencia: una revisión sistemática meta-analítica. *RELIEVE. Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa*, 29(1), 1-23.
- Fuentes-Cancell, D. R., Estrada-Molina, O., & Delgado-Yanes, N. (2021). Las redes sociales digitales: una valoración socioeducativa. Revisión sistemática. *Revista Fuentes*, 23(1), 41-52.
- Giler, D. J., Bravo, A. M., Ramírez, N. M., Hermosa, E. M., & Miranda, L. E. (2025). Las redes sociales como herramienta para la consolidación de los conocimientos en el proceso de enseñanza aprendizaje. *Ciencia Latina: Revista Multidisciplinar*, 9(1), 4340-4353.
- González-Brignardello, M. P., Sánchez-Elvira Paniagua, A., & López-González, M. Á. (2023). Academic procrastination in children and adolescents: A scoping review. *Children*, 1016.
- Lyubomirsky, S. (2021). *La ciencia de la felicidad*. Ediciones urano.
- Montenegro Montenegro, D., Camacho Martínez, Á., Larco Rodriguez, C., & Gonzalez Gomez, J. (2025). Aulas Conectadas: Transformando la Educación. *Revista de Educación a Distancia*, 16(50), 1-20.
- Reyes, N. S. (2023). Uso de la inteligencia artificial en la personalización de la experiencia del usuario en plataformas digitales. *Polo del Conocimiento*, 8(6), 1190-1206.
- Rodríguez, M. A., Rubio, A. M., Lingán, A. M., Rubio, D. E., Bocanegra, J. C., & Flores, J. W. (2023). *Inteligencia Artificial en la educación digital y los resultados de la valoración del aprendizaje*. (Primera ed.). Lima: Mar Caribe.
- Romero-Méndez, C. A., & Romero-Méndez, D. L. (2024). Procrastinación académica, adicción a redes sociales y funciones ejecutivas: Un estudio de autorreporte en adolescentes. *Revista Panamericana de Pedagogía*(38), 110-127.
- Ruiz-Loor, J. L., & Gallegos-Macías, M. R. (2021). Redes sociales, creatividad y aprendizaje en línea en estudiantes de bachillerato. *Revista Científica Multidisciplinaria arbitrada Yachasun*, 5(9), 86-104.

Sánchez-Valtierra, J. A., Barajas-flores, J., Garzón-Moreno, G. J., & Palacios-Siancas, A. (2024). Evaluación del impacto de las redes sociales en el bienestar psicológico de adolescentes. *MQRInvestigar*, 8(2), 3153-3172.

Serrudo, M. F., Murillo, M. L., Rojas, W. C., & Serrudo, R. O. (2021). Hábitos de acceso y adicción a redes sociales virtuales en estudiantes de secundaria de Unidades Educativas de Sucre. *Current Opinion Nursing & Research*, 3(1), 4-15.

Sosa, H. T. (2022). Aprendizaje cognoscitivo impulsor de la autorregulación en la construcción del conocimiento. *Revista de Ciencias Sociales (Ve)*(5), 172-183.

Yu, Z. (2022). Sustaining student roles, digital literacy, learning achievements, and motivation in online learning environments during the COVID-19 pandemic. *Sustainability*, 14(8), 4388. doi:<https://doi.org/10.3390/su14084388>



Redes sociales en la juventud: Efecto de la motivación académica versus distracción digital en los estudiantes © 2025 by Ivonne Aracelly García Marcillo, Andrés David Pinos Tigrero y Lorena Alexandra Sarmiento Espinosa is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International. To view a copy of this license, visit <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

