



Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí

Facultad de Ciencias Sociales, Derecho, Comunicación y Bienestar Social

Carrera de Trabajo Social

Trabajo de Integración Curricular Bajo la Modalidad de Proyecto de Investigación para
la Obtención del Título de Licenciado en Trabajo Social.

Tema:

Las Redes Sociales y su Impacto en las Relaciones Intrafamiliares de la Urbanización

Cielito Lindo, año 2025

Autor:

Carreño Vera Joseph Aníbal

Docente:

Lic. Marjorie Gómez Zambrano, Mgtr.

Periodo Académico

2025 – 2026 (2)

Manta – Manabí – Ecuador



Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí

Facultad de Ciencias Sociales, Derecho, Comunicación y Bienestar Social

Carrera de Trabajo Social

Trabajo de Integración Curricular Bajo la Modalidad de Proyecto de Investigación para
la Obtención del Título de Licenciado en Trabajo Social.

Tema:

Las Redes Sociales y su Impacto en las Relaciones Intrafamiliares de la Urbanización

Cielito Lindo, año 2025

Autor:

Carreño Vera Joseph Aníbal

Docente:

Lic. Marjorie Gómez Zambrano, Mgtr.

Periodo Académico

2025 – 2026 (2)

Manta – Manabí – Ecuador

Aprobación del Tribunal de Grado

TEMA: Las Redes Sociales y su Impacto en las Relaciones Intrafamiliares de la Urbanización Cielito Lindo, año 2025.

Sometido a consideración de la autoridad de la Facultad de Ciencias Sociales, Derecho y Bienestar, carrera de Trabajo Social y de la Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí, como requisito para la obtención del título de LICENCIADO EN TRABAJO SOCIAL, declara:

APROBADO

	FIRMA
Dr. Lenin Arroyo Baltan, PhD. Decano de Facultad	
Lic. Marjorie Gómez Zambrano, Mgtr. Tutora de Investigación	

	CALIFICACIÓN	FIRMA
Lic. Richard Rodríguez Andrade, Mgtr. Miembro de Tribunal		
Lic. Nancy Reyes Mero, Mgtr. Miembro de Tribunal		

Certificado de Revisión de Tutor

	NOMBRE DEL DOCUMENTO: CERTIFICADO DE TUTOR(A).	CÓDIGO: PAT-04-F-004
	PROCEDIMIENTO: TITULACIÓN DE ESTUDIANTES DE GRADO BAJO LA UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR	REVISIÓN: 1
		Página 1 de 1

CERTIFICACIÓN

En calidad de docente tutora de la Facultad de Ciencias Sociales, Derecho y Bienestar de la Universidad Laica "Eloy Alfaro" de Manabí, CERTIFICO:

Haber dirigido, revisado y aprobado preliminarmente el Trabajo de Integración Curricular bajo la autoría del estudiante Carreño Vera Joseph Aníbal, legalmente matriculado en la carrera de Trabajo Social, período académico 2025-2026 (2), cumpliendo el total de 384 horas, cuyo tema del proyecto es **"LAS REDES SOCIALES Y SU IMPACTO EN LAS RELACIONES INTRAFAMILIARES DE LA URBANIZACIÓN CIELITO LINDO, AÑO 2025"**

La presente investigación ha sido desarrollada en apego al cumplimiento de los requisitos académicos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico y en concordancia con los lineamientos internos de la opción de titulación en mención, reuniendo y cumpliendo con los méritos académicos, científicos y formales, y la originalidad del mismo, requisitos suficientes para ser sometida a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.

Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

Manta, 18 de enero de 2026

Lo certifico,



Lic. Marjorie Gómez Zambrano, Mgtr.
Docente Tutora
Área: Ciencias Sociales

Declaración de Autoría

Declaro que el presente trabajo de investigación es de mi autoría y ha sido elaborado de manera original, cumpliendo con los principios de honestidad académica.

El contenido desarrollado es resultado de mi esfuerzo intelectual y no contiene plagio ni reproducción parcial o total de otros trabajos sin la debida referencia.

Asimismo, afirmo que esta investigación no ha sido presentada previamente para la obtención de otro título académico.



Carreño Vera Joseph Aníbal

CI.1312879958

Agradecimientos

Agradezco a Dios por brindarme fortaleza y perseverancia durante este proceso. Expreso mi sincero agradecimiento a mi familia por su respaldo permanente, a los docentes por sus enseñanzas y orientación, a mi tutora Lic. Marjorie Gómez Zambrano, Mgtr., y a las familias de la Urbanización Cielito Lindo por su colaboración y apertura, las cuales hicieron posible la realización de esta investigación.

Dedicatoria

Dedico este trabajo de investigación, en primer lugar, a Dios, por ser mi guía, mi fortaleza y mi sostén en cada momento de este proceso. Gracias por darme sabiduría, paciencia y la oportunidad de culminar esta etapa tan importante en mi vida.

A mi esposa, por su amor, comprensión y apoyo incondicional. Gracias por acompañarme en este camino, por motivarme en los momentos difíciles

A mis hijos, por ser la inspiración para no abandonar mis estudios, y querer luchar por culminarlos para ofrecerles un ejemplo de perseverancia y un mejor futuro.

A mis padres, por siempre mantener su apoyo y fe en que mi esfuerzo rendiría frutos, gracias por creer en mí y ser ejemplo para mi futuro.

Tabal de Contenido

Aprobación del Tribunal de Grado	3
Certificado de Revisión de Tutor.....	4
Certificado de Revisión del Sistema Compilatio.....	5
Declaración de Autoría	6
Agradecimientos	7
Dedicatoria.....	8
Introducción.....	17
Resumen	18
Abstract.....	19
Capítulo I: Acerca Del Problema.....	19
Planteamiento del Problema	19
Objetivos.....	22
<i>Objetivo General</i>	22
<i>Objetivos Específicos</i>	22
Justificación.....	22
Hipótesis	24
Capítulo II: Marco Teórico	24
Aspectos Teóricos.....	24
<i>Teoría de Redes</i>	24
<i>Teoría del Comportamiento Individual</i>	25

<i>Teoría del Aprendizaje Social</i>	25
Atención.	26
Retención.	26
Reproducción.....	26
Reforzamiento.	26
<i>Teoría de las Redes Sociales</i>	26
<i>Teoría de Relaciones Humanas</i>	27
<i>Teoría de Adicción o Dependencia Tecnológica</i>	28
<i>Teorías de la Comunicación: El Modelo de Lasswell</i>	29
Aspectos Conceptuales	30
<i>Origen de las Redes Sociales</i>	30
<i>Concepto de Redes Sociales</i>	31
<i>Evolución de las Redes Sociales</i>	32
<i>Características de las Redes Sociales</i>	34
Interactividad.	34
Contenido.	35
Conectividad Global.	35
Multifuncionalidad.	35
Personalización.	35
Accesibilidad y Movilidad.	35
Viralidad.	36
Actualización.	36

Construcción de Identidad Digital.....	36
Gratuidad.....	36
<i>Funciones de las Redes Sociales</i>	37
Comunicación e Interacción.....	37
Creación y Difusión de Contenido	37
Socialización y la Construcción de Comunidades Virtuales.....	37
Entretenimiento.....	37
Marketing y la Promoción.....	38
Participación Ciudadana y Activismo Social.....	38
Oportunidades para la Monetización.....	38
<i>Tipos de Redes Sociales</i>	38
Redes Profesionales.....	39
Redes Sociales Generalistas.....	39
Redes Sociales Especializadas.....	40
<i>Redes Sociales más Utilizadas</i>	40
Facebook.....	40
Twitter.....	40
Instagram.....	41
LinkedIn	41
Google My Business.....	41
YouTube.....	41
TikTok.....	42

<i>Habito de Uso de las Redes Sociales</i>	42
<i>Desarrollo Humano y Redes Sociales</i>	43
<i>Dependencia y Adicción a las Redes Sociales.....</i>	44
La Forma Pasiva.....	45
La Forma Activa.....	45
<i>Consecuencias de las Adicción o Dependencia a las Redes Sociales</i>	45
<i>La Depresión.</i>	45
<i>Baja Autoestima.....</i>	45
<i>Ansiedad.</i>	46
<i>Impacto del Uso de Redes Sociales</i>	47
<i>Ventajas y Desventajas de las Redes Sociales</i>	48
Para Santana y Linzán (2021) existen múltiples ventajas y desventajas sobre el uso de las redes sociales en la actualidad, las cuales son:	48
Ventajas.....	48
Desventajas.....	49
<i>Concepto de Relaciones Intrafamiliares</i>	49
<i>Dimensiones de las Relaciones Intrafamiliares</i>	51
Unión y Apoyo.	51
Expresión y Comunicación.....	51
Dificultades o Conflictos.....	51
Adaptabilidad.	52
Cohesión.....	52

<i>Comunicación Intrafamiliar en la Era Digital</i>	52
<i>Consecuencias del Uso Excesivo de Redes Sociales en la Familia</i>	53
<i>Impacto de las Redes Sociales en la Comunicación Intrafamiliar</i>	53
<i>Estrategias Para Fortalecer la Relación Intrafamiliar</i>	55
Antecedentes de la Investigación	55
Fundamentos Legales	61
<i>Declaración Universal de los Derechos Humano 1948</i>	61
<i>Constitución de la República del Ecuador 2008, Última Reforma el 25 de Enero de 2021</i>	61
<i>Ley Orgánica de Comunicación</i>	62
<i>Reglamento General a la Ley Orgánica de Comunicación</i>	63
Fundamentos Teóricos del Trabajo Social	63
<i>Modelo Sistémico Familiar</i>	63
Capítulo III: Diseño Metodológico	65
Tipo de Investigación	65
<i>Exploratorias</i>	65
<i>Descriptivas</i>	66
Métodos de Investigación	66
Operacionalización de Variables	68
Población y Muestra	72
<i>Población</i>	72
<i>Muestra</i>	72

	14
Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos.....	72
Consideraciones Éticas	73
Capítulo IV: Resultados.....	74
Análisis y Discusión de los Resultados	74
Conclusiones.....	90
Recomendaciones	91
Referencias Bibliográficas.....	92

Índice de Tabla

Tabla 1. Edad.	74
Tabla 2 Género.....	75
Tabla 3 Nivel educativo.	76
Tabla 4 Tiempo promedio que se dedica diariamente al uso de redes sociales.	77
Tabla 5 Redes sociales que se usan con mayor frecuencia.	79
Tabla 6 Frecuencia en la que interrumpen una actividad familiar para revisar o usar redes sociales	80
Tabla 7 Existencia de conflictos familiares debido al uso excesivo de redes sociales. .	82
Tabla 8 <i>El uso de redes sociales ha influido en su estado emocional (por ejemplo: estrés, ansiedad, aislamiento).</i>	83
Tabla 9 Frecuencia de compartir tiempo de calidad en familia (como comer juntos, ver una película, conversar).....	84
Tabla 10 Frecuencia de comunicación familiar a través de redes sociales o mensajería instantánea.	86
Tabla 11 Disminución del tiempo de conversación presencial con la familia por el uso de redes sociales.	87

Tabla 12 Realizan actividades familiares donde se limite el uso de celulares o redes sociales.	89
--	----

Índice de Gráficos

Gráfico 1 Edad.	75
Gráfico 2 Género.	76
Gráfico 3 Nivel educativo.	77
Gráfico 4 Tiempo promedio que se dedica diariamente al uso de redes sociales.	78
Gráfico 5 Redes sociales que se usan con mayor frecuencia.	79
Gráfico 6 Frecuencia en la que interrumpen una actividad familiar para revisar o usar redes sociales.	81
Gráfico 7 Existencia de conflictos familiares debido al uso excesivo de redes sociales.	82
Gráfico 8 El uso de redes sociales ha influido en su estado emocional (por ejemplo: estrés, ansiedad, aislamiento).	83
Gráfico 9 Frecuencia de compartir tiempo de calidad en familia (como comer juntos, ver una película, conversar).	85
Gráfico 10 Frecuencia de comunicación familiar a través de redes sociales o mensajería instantánea.	86
Gráfico 11 Disminución del tiempo de conversación presencial con la familia por el uso de redes sociales.	88
Gráfico 12 Realizan actividades familiares donde se limite el uso de celulares o redes sociales.	89

Índice de Anexo

Anexo 1 Cuestionario.	100
Anexo 2 Fotografías de la aplicación de la encuesta.	103

Tema

LAS REDES SOCIALES Y SU IMPACTO EN LAS RELACIONES
INTRAFAMILIARES DE LA URBANIZACIÓN CIELITO LINDO, AÑO 2025

Introducción

En la actualidad, el uso de las redes sociales se ha convertido en una práctica cotidiana que atraviesa distintos ámbitos de la vida social, familiar y personal. Estas plataformas digitales han transformado la manera en que las personas se comunican, se informan y construyen vínculos, generando nuevas dinámicas de interacción que influyen directamente en la convivencia familiar. Si bien las redes sociales ofrecen múltiples beneficios, como el fortalecimiento de la comunicación a distancia y el acceso inmediato a la información, su uso excesivo o inadecuado también puede ocasionar efectos negativos en la calidad de las relaciones intrafamiliares, tales como la disminución del diálogo presencial, el aislamiento emocional y la aparición de conflictos dentro del hogar.

En este contexto, la presente investigación se desarrolla en la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta durante el año 2025, con el propósito de analizar el impacto que tiene el uso de las redes sociales en las relaciones intrafamiliares de sus habitantes. El estudio surge ante la necesidad de comprender cómo las prácticas digitales influyen en la comunicación, la convivencia y el bienestar emocional de las familias, considerando que el hogar constituye un espacio fundamental para el desarrollo humano y social.

El trabajo se estructura en cuatro capítulos. El Capítulo I aborda el planteamiento del problema, el objetivo general y específicos, la justificación del estudio y la hipótesis de investigación, delimitando el alcance del análisis. El Capítulo II presenta el marco teórico, en el que se desarrollan los principales conceptos, teorías, antecedentes y fundamentos relacionados con las redes sociales y las relaciones intrafamiliares, así como su impacto en la comunicación familiar. El Capítulo III describe el diseño metodológico, detallando el tipo y enfoque de investigación, la

población y muestra, las técnicas e instrumentos de recolección de datos y las consideraciones éticas. Finalmente, el Capítulo IV expone el análisis y la discusión de los resultados obtenidos, permitiendo contrastar los hallazgos con la teoría y dar respuesta a los objetivos planteados.

Resumen

El presente proyecto de investigación analiza las redes sociales y su impacto en las relaciones intrafamiliares de la Urbanización Cielito Lindo, año 2025, considerando el creciente papel que estas plataformas desempeñan en la vida cotidiana y su incidencia en la comunicación familiar. El objetivo fue determinar el impacto del uso de las redes sociales en las relaciones intrafamiliares y la metodología adoptada fue de enfoque cuantitativo, con un diseño descriptivo y con el método deductivo e inductivo. La población estuvo conformada por aproximadamente 750 familias, de las cuales se seleccionó una muestra de 260 familias mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, atendiendo a la accesibilidad y disposición de los participantes. Como técnica de recolección de datos se utilizó la encuesta, aplicada a través de un cuestionario estructurado con preguntas cerradas, lo que permitió recopilar información sobre hábitos de uso de redes sociales, comunicación intrafamiliar y convivencia familiar, teniendo como principal resultado que se evidencia que el uso prolongado de redes sociales se asocia con interrupciones frecuentes de actividades familiares, disminución de la comunicación presencial y la aparición de tensiones emocionales, lo que confirma un impacto negativo en la calidad de las relaciones intrafamiliares.

Palabras claves. Redes sociales; relaciones intrafamiliares; comunicación familiar; convivencia familiar; uso excesivo de tecnología.

Abstract

This research project analyzes social media and its impact on intrafamily relationships in the Cielito Lindo Urbanization during the year 2025, considering the growing role these platforms play in everyday life and their influence on family communication. The objective was to determine the impact of social media use on intrafamily relationships, and the methodology adopted was a quantitative approach with a descriptive design, using both deductive and inductive methods. The population consisted of approximately 750 families, from which a sample of 260 families was selected through non-probabilistic convenience sampling, based on accessibility and participants' willingness to collaborate. The survey technique was used for data collection through a structured questionnaire with closed-ended questions, which made it possible to gather information on social media usage habits, intrafamily communication, and family coexistence. The main results show that prolonged use of social media is associated with frequent interruptions of family activities, a decrease in face-to-face communication, and the emergence of emotional tensions, confirming a negative impact on the quality of intrafamily relationships.

Keywords: Social media; intrafamily relationships; family communication; family coexistence; excessive use of technology.

Capítulo I: Acerca Del Problema

Planteamiento del Problema

Para Marte Espinal (2021) las redes sociales se han convertido en entornos virtuales atractivos para interactuar a distancia y se han integrado de forma permanente en la vida cotidiana, ya que permiten una comunicación ágil y el intercambio de diversos contenidos y estas plataformas brindan a las personas un espacio donde pueden

expresarse con mayor libertad, sin las limitaciones que muchas veces impone la interacción cara a cara, la cual requiere habilidades comunicativas específicas, como la expresión oral, y puede verse afectada por la autoestima del interlocutor. Por lo que uno de los principales desafíos que enfrentan actualmente las familias es la disminución de la comunicación directa entre sus miembros, debido al tiempo excesivo que se destina a las redes sociales y la dependencia que estas pueden generar. (p. 4)

Muchas veces no se logra distinguir entre un uso productivo de estas herramientas, por ejemplo, con fines educativos o informativos y un uso superficial que no aporta beneficios significativos y esta problemática suele estar relacionada con la falta de regulación en el uso de dispositivos móviles, el tiempo prolongado de conexión y la distracción que esto genera frente a las responsabilidades familiares, que aunque los miembros de una familia estén físicamente cerca, se produce una especie de barrera que dificulta una comunicación efectiva. Esta situación limita los momentos de orientación que los padres pueden brindar a sus hijos y reduce las oportunidades para transmitir valores fundamentales, lo que a largo plazo podría afectar el desarrollo personal y social de los más jóvenes.

En Ecuador, las redes sociales se han consolidado como una herramienta clave de comunicación que permite a los adultos mayores mantenerse conectados e integrados socialmente, mediante interacciones digitales con familiares y amistades. Dado que, las tecnologías emergentes buscan fortalecer la comunicación en el contexto actual. No obstante, aún existen personas que no tienen acceso regular a estos medios, lo que limita su participación activa en la sociedad, ya que diversas investigaciones coinciden en que el uso adecuado de tecnologías por parte de adultos mayores no solo mejora su comunicación interpersonal, sino que también les permite intercambiar información y

acceder a contenidos que les resultan útiles o de interés personal. (Cunalata y Chilibinga, 2024, p. 78)

En la actualidad, el uso de las redes sociales se ha convertido en una práctica cotidiana que influye de manera significativa en las dinámicas sociales, incluyendo el núcleo familiar y plataformas como Facebook, Instagram, TikTok y WhatsApp, entre otras, han transformado la forma en que las personas se comunican, interactúan y comparten su vida diaria. Sin embargo, este fenómeno también ha generado preocupaciones respecto a su influencia en la calidad de las relaciones intrafamiliares, especialmente en contextos urbanos como la Urbanización Cielito Lindo.

En este sector se ha observado un creciente uso de dispositivos móviles y redes sociales por parte de los diferentes miembros del hogar, lo cual ha comenzado a modificar los espacios de interacción familiar, mientras que las conversaciones cara a cara se han reducido, los momentos de convivencia se ven interrumpidos por el uso constante del celular, y se ha generado una cierta desconexión emocional entre padres, hijos y otros integrantes del grupo familiar. A pesar de que las redes sociales pueden facilitar la comunicación, también pueden provocar aislamiento, distracción y conflictos intrafamiliares si no se gestionan adecuadamente. Por lo que es evidente la necesidad de analizar ¿De qué manera el uso de las redes sociales está impactando las relaciones intrafamiliares en la Urbanización Cielito Lindo en el año 2025? y responder esta interrogante permitió comprender si las redes sociales están fortaleciendo o debilitando la comunicación, el afecto y la convivencia en los hogares de esta comunidad, y proporciona insumos para proponer estrategias que fomenten un uso más equilibrado y consciente de estas herramientas digitales.

Objetivos

Objetivo General

Determinar el impacto del uso de las redes sociales en las relaciones intrafamiliares de los habitantes de la Urbanización Cielito Lindo durante el año 2025.

Objetivos Específicos

Identificar los patrones de uso de redes sociales entre los distintos miembros de las familias residentes en la Urbanización Cielito Lindo.

Examinar cómo el uso excesivo de redes sociales influye en la comunicación y convivencia dentro del entorno familiar en la Urbanización Cielito Lindo.

Establecer las consecuencias emocionales y sociales que genera el uso inadecuado de redes sociales en las dinámicas intrafamiliares.

Justificación

La elección del tema “Las redes sociales y su impacto en las relaciones intrafamiliares de la Urbanización Cielito Lindo” surge de una preocupación creciente por los cambios que las tecnologías digitales están generando en la estructura y dinámica de las familias, ya que, en los últimos años, se ha vuelto cada vez más evidente cómo el uso intensivo de redes sociales ha influido en la forma en que los miembros del hogar se comunican, comparten tiempo y construyen vínculos afectivos. En sectores como la Urbanización Cielito Lindo, esta realidad se hace visible en la vida cotidiana, donde padres, madres, hijos y otros familiares conviven bajo un mismo techo, pero con una interacción limitada debido a la constante presencia de dispositivos móviles.

Este fenómeno plantea interrogantes importantes sobre el papel que las redes sociales están desempeñando dentro del entorno familiar y en ese sentido, el presente estudio se propone como una vía para comprender más a fondo cómo estas herramientas digitales están transformando las relaciones interpersonales al interior de los hogares. Por lo que la investigación no solo busca describir una situación, sino generar conocimiento contextualizado que contribuya a entender de forma clara y específica el impacto real de las redes sociales en una comunidad determinada, superando enfoques generalistas.

La necesidad de realizar esta investigación parte del reconocimiento de que, si bien las redes sociales pueden ofrecer beneficios como la conectividad, el acceso a la información y la posibilidad de mantener relaciones a distancia, también pueden convertirse en un factor de aislamiento emocional, malentendidos, dependencia digital y debilitamiento de los lazos afectivos cuando no se manejan con responsabilidad. Por ello, la presente investigación pretende abordar el tema de forma crítica, pero también propositiva, con el fin de aportar información y buenas prácticas.

Entre los aportes más relevantes de este estudio se encuentran la descripción de información proporcionado por las familias sobre el uso consciente de las redes sociales, la identificación de prácticas que debilitan o fortalecen la comunicación intrafamiliar y las relaciones presenciales. También se espera que los resultados puedan ser utilizados como base para intervenciones comunitarias o escolares, campañas de orientación y talleres familiares.

Los beneficiarios directos de esta investigación serán los habitantes de la Urbanización Cielito Lindo, quienes tendrán la oportunidad de conocer el estado actual de sus relaciones intrafamiliares en relación con el uso de redes sociales y de manera indirecta, los resultados podrán ser de gran utilidad para educadores, orientadores,

psicólogos, trabajadores sociales, líderes comunitarios y tomadores de decisiones interesados en el bienestar emocional y social de las familias. Además, este estudio puede servir de punto de partida para investigaciones futuras en otros contextos similares.

Hipótesis

¿El uso excesivo de redes sociales afecta negativamente la calidad de las relaciones intrafamiliares en los hogares de la Urbanización Cielito Lindo durante el año 2025?

Capítulo II: Marco Teórico

Aspectos Teóricos

Teoría de Redes

La teoría de redes se construye a partir de diversos enfoques y marcos teóricos provenientes de disciplinas como la antropología, la psicología, la sociología e incluso las matemáticas. Esta diversidad de influencias ha sido ampliamente analizada por J. Scott, quien dedica sus primeras páginas a trazar sus antecedentes conceptuales. Scott identifica los orígenes de la teoría de redes en la Gestalt, corriente que sostiene que la percepción de los objetos ocurre dentro de una totalidad compleja y organizada, cuyas características no pueden reducirse simplemente a la suma de sus partes. Además, recupera los aportes del psicólogo Kurt Lewin, quien señaló que tanto la forma en que las personas perciben su entorno como su comportamiento dentro de un grupo están condicionados por un “espacio social” en el que se interrelacionan los miembros del grupo y su contexto. Este entramado, conocido como campo de relaciones, puede ser examinado mediante herramientas analíticas de tipo matemático. (Scott, 1991, como se citó en Lozares, 1996, p. 104)

Teoría del Comportamiento Individual

El comportamiento individual se define como la forma en que una persona responde a estímulos tanto internos como externos y en situaciones de emergencia, las respuestas de las personas varían en función de la percepción del peligro, y estas reacciones pueden diferir ampliamente entre individuos. No obstante, factores como el nivel educativo, la edad y el género influyen en la manera en que los evacuados actúan ante un riesgo inminente. Por ello, entender cómo una persona decide abandonar un área de peligro y qué elementos intervienen en esa decisión es fundamental para una planificación eficaz de evacuaciones. (Bakhshian y Martinez, 2023, p. 488) Identificar los aspectos que influyen en el proceso de toma de decisiones permite implementar medidas que contribuyan a minimizar los riesgos, prevenir daños y mejorar la respuesta en situaciones críticas y una de las herramientas más utilizadas para detectar estos factores es la encuesta.

Teoría del Aprendizaje Social

La teoría del aprendizaje social, desarrollada por el psicólogo Albert Bandura, sostiene que las personas son capaces de aprender conductas, habilidades y conocimientos a través de la observación de las acciones de otros. Es decir, no es necesario que el aprendizaje surja exclusivamente de la experiencia directa, sino que también puede producirse al observar el comportamiento de otros individuos y las consecuencias que este genera y uno de los aspectos claves de esta teoría es que el aprendizaje observacional está influenciado por el estado psicológico del observador; factores como la motivación, la atención y las emociones pueden facilitar o dificultar el proceso. Además, aprender una conducta no implica necesariamente un cambio inmediato en el comportamiento, ya que este depende de otros elementos como el refuerzo o la intención de actuar.

Bandura (1977, como se citó en Sulbarán, 2025) plantea que el aprendizaje social se desarrolla a través de cuatro etapas principales, las cuales son esenciales para que el proceso sea efectivo:

Atención. El primer paso consiste en que el individuo preste atención al modelo o conducta observada y esta atención dependerá de la relevancia del estímulo, el contexto, y el interés que despierte en el observador. Si el estímulo es llamativo o significativo, aumentan las probabilidades de que la persona lo observe cuidadosamente.

Retención. En esta fase, la información observada se almacena en la memoria del individuo. El sujeto crea una representación cognitiva de la conducta, lo que le permitirá reproducirla posteriormente. Esta etapa es crucial para asegurar que el aprendizaje no se pierda una vez que el estímulo ya no esté presente.

Reproducción. Aquí, el individuo intenta ejecutar la conducta previamente observada, lo que implica convertir la imagen mental del comportamiento en una acción concreta, lo cual requiere habilidad, coordinación, práctica y la reproducción puede no ser exacta al principio, pero se perfecciona con la repetición.

Reforzamiento. Esta etapa retoma principios del conductismo, destacando la importancia de las consecuencias del comportamiento y si el resultado de la acción es positivo (por ejemplo, reconocimiento, éxito o aprobación), el individuo estará más motivado a repetirlo en el futuro. El refuerzo positivo fortalece el aprendizaje, mientras que la falta de recompensa o una consecuencia negativa puede inhibirlo. (párr. 15-21)

Teoría de las Redes Sociales

Para Gómez (2021) las redes sociales, concebidas como herramientas digitales que facilitan la difusión de contenido, la interacción entre usuarios y el acceso a información personal y pública de otros, por lo que han integrado profundamente en la

vida social de las personas. Su creciente relevancia se debe, en gran medida, a las transformaciones en los métodos de obtener información, así como en la forma en que se desarrollan actividades políticas, comerciales y aspectos fundamentales del estilo de vida contemporáneo. (p. 191)

Según Carrillo et al. (2019) la teoría de las redes sociales es un enfoque analítico que estudia las estructuras sociales mediante el análisis de las relaciones que existen entre los actores sociales; personas, grupos, instituciones, etc. Esta teoría no se enfoca únicamente en las características individuales de los actores, sino en los patrones de interacción que surgen entre ellos, si no que, en lugar de estudiar a las personas de forma aislada, se centra en cómo sus conexiones influyen en su comportamiento, acceso a la información, toma de decisiones y dinámica social. Desde sus orígenes, la teoría de redes sociales ha sido influenciada por múltiples disciplinas, entre ellas la sociología, la antropología, la psicología social y las matemáticas. Mientras que, uno de los primeros aportes teóricos provino de la Gestalt, que sugería que las partes de un sistema no pueden entenderse completamente de forma aislada, sino en el contexto del todo al que pertenecen. Posteriormente, Kurt Lewin, mediante su teoría del “campo”, explicó cómo el comportamiento humano está determinado por el entorno social y las relaciones existentes dentro de un espacio social dinámico.

Teoría de Relaciones Humanas

La teoría de las relaciones humanas surge como una respuesta a la necesidad de hacer más humana y participativa la administración dentro de las organizaciones, este enfoque se apoyó en los avances de las ciencias humanas, especialmente la psicología, y en sus primeras aplicaciones dentro del entorno industrial. Gracias a pensadores como Elton Mayo, John Dewey, Kurt Lewin, y a los aportes de la sociología de Vilfredo Pareto y los experimentos de Hawthorne, se evidenció que los principios de la teoría

clásica eran insuficientes para abordar adecuadamente el comportamiento humano en el trabajo, por lo que este enfoque considera a la organización como un conjunto de individuos cuyas interacciones deben basarse en la confianza, la dinámica de grupo y la interacción interpersonal. También resalta la importancia de delegar responsabilidades, valorar al ser humano como eje central del sistema organizativo y promover relaciones laborales armónicas. (Chiavenato, 2006, como se citó en Ramírez y Tesén, 2022, pp. 20-21)

Entre los principales objetivos de las relaciones humanas están el desarrollo integral del individuo, el incremento de la productividad y la satisfacción personal tanto dentro de la organización como en la vida social y también busca atender las distintas frustraciones personales, identificar y responder a las necesidades individuales y colectivas, y fomentar la participación activa, la integración y una comunicación efectiva entre las personas y en última instancia, esta teoría propone alcanzar simultáneamente los objetivos institucionales y el bienestar humano.

Teoría de Adicción o Dependencia Tecnológica

Las teorías de dependencia en redes sociales abordan cómo los individuos desarrollan vínculos psicológicos y conductuales con las plataformas digitales, al punto de que estas se convierten en elementos fundamentales de su vida cotidiana. Estas teorías no solo explican el uso frecuente de las redes, sino también cómo dicho uso puede generar efectos en las emociones, las relaciones y las rutinas sociales. (Sun y Zhang, 2021) Otro concepto relacionado es la adicción a las redes sociales, que algunos investigadores consideran una forma de dependencia psicológica. Esta se caracteriza por el uso excesivo y descontrolado de estas plataformas, al punto de interferir con las responsabilidades personales, laborales o familiares. En el entorno familiar, esta

dependencia puede afectar negativamente la comunicación cara a cara, disminuir el tiempo compartido y debilitar los vínculos afectivos.

Una de las teorías más relevantes es la Teoría de la Dependencia de los Medios, propuesta por Ball-Rokeach y DeFleur que sostiene que cuanto más dependen los usuarios de los medios (incluidas las redes sociales) para satisfacer sus necesidades, mayor será la influencia que estos medios ejercerán sobre sus pensamientos, actitudes y comportamientos. Es decir, si una persona recurre constantemente a las redes sociales para informarse, entretenerse o socializar, es probable que estas plataformas comiencen a moldear sus percepciones de la realidad y sus decisiones personales. (Ball-Rokeach y DeFleur, 1977, como se citó en Hernández, 2023) En el contexto digital actual, esta dependencia se ve intensificada por características propias de las redes sociales como la interacción constante, la retroalimentación inmediata (likes, comentarios, compartidos), la construcción de identidad, y la conexión permanente. Además, estas dinámicas hacen que muchos usuarios experimenten una necesidad continua de estar conectados, lo que puede generar comportamientos compulsivos, ansiedad o aislamiento de los vínculos familiares cercanos.

Teorías de la Comunicación: El Modelo de Lasswell

Harold D. Lasswell propuso un modelo clásico de la comunicación que se basa en cinco interrogantes fundamentales: ¿quién comunica?, ¿qué dice?, ¿a través de qué canal?, ¿a quién se dirige el mensaje? y ¿con qué efecto? Este enfoque permite analizar el proceso comunicativo desde diferentes perspectivas, según el elemento que se desee estudiar con mayor profundidad. Por ejemplo, el análisis del emisor está vinculado al estudio del control del mensaje; el contenido del mensaje se examina a través del análisis de contenido; los canales de transmisión, como medios impresos, audiovisuales o digitales, se abordan desde el análisis de medios; el análisis de audiencia se centra en

los receptores del mensaje, mientras que el análisis de los efectos estudia el impacto que el mensaje produce en la audiencia. Este modelo ha sido fundamental para el desarrollo de las ciencias de la comunicación, ya que permite comprender cómo funciona la transmisión de información y cómo puede influir en el comportamiento y pensamiento de los individuos. Además, sigue siendo aplicable en contextos contemporáneos, como el uso de redes sociales, donde se pueden identificar claramente todos estos componentes en la dinámica comunicacional entre los usuarios. (Lasswell ,1948, como se citó en Vega, 2020, p. 15)

Aspectos Conceptuales

Origen de las Redes Sociales

Según Blanco y Iglesias (2021) el surgimiento de las redes sociales se remonta al año 1995, cuando Randy Conrads, ingeniero industrial, desarrolló el sitio web “Classmates.com” con el propósito de permitir a las personas reconectarse con antiguos compañeros de escuela o universidad y esta iniciativa resultó ser muy exitosa y se popularizó rápidamente. A partir de entonces, en el año 2002, apareció “Friendster”, considerada la primera red social moderna, a la que le siguieron otras plataformas como Tribe.net, Myspace, y LinkedIn, entre muchas más. La creciente aceptación de estas herramientas impulsó a grandes empresas a integrarlas como parte de sus estrategias de desarrollo y expansión. (p. 316) Actualmente, las redes sociales permiten el intercambio inmediato de contenidos y la comunicación en tiempo real, facilitando una interacción dinámica entre los usuarios.

Por lo tanto, las redes sociales se han consolidado como canales de acceso ágil y eficiente a todo tipo de información, dado que, no solo representan una extensión del lenguaje humano, sino también una valiosa oportunidad para las empresas, que

encuentran en ellas una herramienta clave para fortalecer su presencia y competitividad en el mercado.

Concepto de Redes Sociales

Las redes sociales son plataformas digitales que operan a través de internet y se basan en los principios tecnológicos e ideológicos de la Web 2.0. Estas aplicaciones se caracterizan por ofrecer un doble enfoque: actúan como medios de comunicación y, al mismo tiempo, como canales de comunicación personal, dando lugar a entornos tecnológicos complejos y a extensas redes de interacción entre usuarios. (Tarragó, 2014 como se citó en Reyes et al., 2022, p. 144) En términos generales, se pueden describir como herramientas digitales que facilitan la conexión entre personas, el intercambio de contenidos, la coordinación de actividades y la comunicación constante. Además, el concepto de “red social” fue introducido por los antropólogos británicos John Barnes y Elizabeth Bott, quienes señalaron la importancia de incluir en el análisis de las relaciones humanas los vínculos con familiares y otros integrantes de distintos círculos sociales.

La red social puede entenderse como una construcción teórica útil para analizar la compleja red de relaciones que establece un individuo con otros actores sociales, ya sean personas u organizaciones, a lo largo de su existencia y este concepto permite visualizar los vínculos que conectan a los seres humanos entre sí, y es particularmente valioso en las ciencias sociales como herramienta para examinar dinámicas sociales. Su utilidad ha cobrado mayor relevancia a partir de los grandes cambios derivados de las revoluciones industriales, que no solo han facilitado nuevas formas de interacción social, sino que también han intensificado y acelerado dichos procesos, así, las redes sociales representan tanto conexiones humanas como una estructura analítica clave para comprender la evolución de la vida en sociedad. (García, 2021, pp. 257-358)

Por tanto, una red social es un sistema de interacción que permite a las personas establecer conexiones, compartir información, comunicarse y formar comunidades en función de intereses, vínculos o afinidades comunes. Más allá de su uso digital, el concepto abarca las relaciones humanas en su conjunto, sirviendo como herramienta fundamental para comprender cómo se estructuran y desarrollan los vínculos sociales en distintos contextos y que, con el auge de las tecnologías digitales, las redes sociales han transformado profundamente la forma en que las personas se relacionan, influyendo en sus comportamientos, emociones y formas de percibir el mundo que las rodea.

Evolución de las Redes Sociales

Durante la última década, las redes sociales han experimentado una transformación profunda en la forma de interactuar, que de un modelo unidireccional de comunicación (punto-multipunto), se ha pasado a una interacción horizontal y colaborativa (multipunto-multipunto), donde los usuarios no solo consumen información, sino que también la generan, comparten y modifican. Esta evolución ha sido impulsada por plataformas que integran chats, foros, blogs y redes sociales en línea, potenciando una experiencia personalizada, instantánea y sin límites geográficos ni temporales, y con la llegada de la Web 2.0, los internautas dejaron de ser receptores pasivos para convertirse en protagonistas activos, mientras que el desarrollo de la Web 3.0 y 4.0 ha introducido elementos como la inteligencia artificial, la personalización algorítmica y nuevas formas de interacción como el reconocimiento de voz o los dispositivos inteligentes y a partir de 2010, se democratizó la publicación de contenidos: cualquier usuario puede ser autor y editor de su obra sin depender de intermediarios, lo que ha modificado radicalmente el ecosistema comunicativo y mediático. Mientras que las empresas también han adaptado su estrategia a este entorno, buscando relaciones más directas y personalizadas con los consumidores, lo que ha favorecido el crecimiento

de plataformas como Facebook, Instagram, TikTok o Twitch, que no solo permiten compartir contenido multimedia, sino que también cumplen funciones sociales, comerciales y recreativas. (Solís y Critikián, 2022, pp. 382-385)

Para Ridge (2023) las redes sociales actuales tienen sus antecedentes en las comunidades virtuales surgidas en los años 70, especialmente con el desarrollo de ARPANET, una red de comunicación impulsada por el Departamento de Defensa de Estados Unidos que permitía la interacción entre instituciones académicas y militares, facilitando el intercambio de mensajes e información entre sus usuarios. A partir de 2003, comenzó una rápida expansión de las redes sociales, siendo Friendster una de las pioneras en conectar personas a través de una interfaz social. No obstante, dificultades técnicas y decisiones empresariales poco acertadas causaron su declive en 2005, con la llegada de Facebook en 2004, creada por Mark Zuckerberg, el concepto de red social dio un giro radical, posicionándose como una de las plataformas más influyentes del mundo con miles de millones de usuarios, poco después, en 2006, surgió Twitter, destacándose por su formato de mensajes breves y su capacidad para difundir información en tiempo real, lo que atrajo a millones de personas en todo el mundo.

Con el paso del tiempo, las redes sociales han experimentado una evolución constante para responder a las demandas cambiantes de sus usuarios, en donde se incorporaron funciones como el intercambio de imágenes y videos, la mensajería instantánea y la transmisión en vivo. Además, se han convertido en una herramienta fundamental para el marketing digital, permitiendo a las marcas establecer vínculos directos con sus audiencias y realizar campañas publicitarias más segmentadas impulsada por avances tecnológicos como la Web 2.0, 3.0 y 4.0, ha redefinido los modelos de comunicación, eliminando barreras espacio-temporales y favoreciendo una conectividad constante y global.

Características de las Redes Sociales

Entre los aspectos que hacen que las redes sociales resulten especialmente atractivas, Crespo et al. (2017, como se citó en Govea et al., 2023) destacan que su éxito radica en que han sido diseñadas y gestionadas por los propios usuarios, ya que son ellos quienes generan y comparten los contenidos, lo que promueve una experiencia interactiva y personalizada. Estas plataformas ofrecen múltiples funcionalidades orientadas al entretenimiento, como la posibilidad de reconectar con personas del pasado, compartir intereses comunes, y acceder fácilmente a contenidos gracias a redes de contacto ya establecidas. Además, permiten una comunicación directa y dinámica, así como el intercambio de mensajes, imágenes, foros, juegos, y el uso de cámaras web. (pp. 1610-1611) Estas características ofrecen múltiples beneficios, como la creación de una identidad digital o personal, la eliminación de barreras comunicativas, y la posibilidad de retomar vínculos sociales o conocer nuevas personas con intereses similares.

De igual forma, en los últimos años, las redes sociales se han convertido en una de las principales formas de ocio, especialmente entre los jóvenes, quienes tienden a mostrar mayores niveles de dependencia en comparación con los adultos.

Mientras que para García et al. (2020) son diez las características de las redes sociales, las cuales son:

Interactividad. Las redes sociales permiten una interacción constante y dinámica entre los usuarios y no solo se trata de ver contenido, sino de reaccionar, comentar, compartir y generar conversaciones, esta característica ha transformado la comunicación en una experiencia más participativa, en la que todos pueden ser emisores

y receptores, por ejemplo, en Facebook o Instagram, los usuarios pueden comentar publicaciones, dar "me gusta" o participar en encuestas interactivas.

Contenido. Uno de los elementos más distintivos de las redes sociales es que el contenido lo crean los propios usuarios y esto democratiza la información y permite una diversidad de voces, opiniones y experiencias, por ejemplo, TikTok o YouTube, cualquier persona puede subir un video y alcanzar una gran audiencia sin necesidad de medios tradicionales.

Conectividad Global. Las redes sociales rompen barreras geográficas, conectando a personas de distintas culturas, edades e intereses, lo que facilita la creación de comunidades, redes de apoyo, movimientos sociales o vínculos profesionales, por ejemplo, LinkedIn conecta a profesionales y empresas de todo el mundo con fines laborales y de colaboración.

Multifuncionalidad. Hoy en día, las redes sociales no se limitan solo a compartir fotos o estados e incluyen funciones como videollamadas, transmisiones en vivo, comercio electrónico, encuestas, eventos, etc. Por ejemplo, Instagram permite desde publicar historias efímeras hasta hacer compras directamente en la aplicación.

Personalización. Cada usuario puede personalizar su experiencia: elegir a quién seguir, qué contenido ver primero, configurar alertas y privacidad, a que los algoritmos adaptan el contenido a los gustos y comportamientos individuales, por ejemplo, en TikTok, el "For You Page" (página para ti) muestra videos ajustados al historial de visualización del usuario.

Accesibilidad y Movilidad. Las redes sociales están diseñadas para ser usadas en dispositivos móviles, lo que permite estar conectado en todo momento y lugar, lo que ha hecho que se conviertan en parte de la rutina diaria, por ejemplo, WhatsApp permite

enviar mensajes, documentos, ubicaciones y realizar videollamadas, todo desde el celular.

Viralidad. Cualquier contenido puede hacerse viral si capta el interés de los usuarios y esta viralidad convierte a las redes sociales en herramientas poderosas para difundir mensajes, campañas o productos, por ejemplo, un reto en TikTok puede alcanzar millones de visualizaciones en pocas horas si se vuelve tendencia.

Actualización. El flujo de información es continuo, lo que permite a los usuarios estar informados de lo que sucede en el mundo casi en tiempo real, por lo que esta característica es útil, pero también puede generar saturación informativa, un ejemplo es Twitter que es conocido por ser una de las redes más rápidas para difundir noticias y eventos en desarrollo.

Construcción de Identidad Digital. Las redes sociales permiten crear un perfil o imagen pública, ya sea personal, profesional o comercial que puede ser cuidadosamente construida para proyectar ciertos valores, intereses o competencias y un claro ejemplo son los influencers que utilizan Instagram o YouTube para construir una marca personal basada en estilo de vida, moda, viajes, etc.

Gratuidad. La mayoría de las redes sociales son gratuitas, lo que ha facilitado su adopción masiva. Sin embargo, muchas ofrecen servicios premium o incluyen publicidad como modelo de monetización, como, por ejemplo; Spotify o YouTube tienen versiones gratuitas con anuncios y opciones de pago para eliminar restricciones.

(pp. 270-277)

Funciones de las Redes Sociales

Para Fontecilla (2021) las redes sociales cumplen diversas funciones en la vida cotidiana de millones de personas y organizaciones en todo el mundo, entre sus principales funciones están:

Comunicación e Interacción. Dado que permiten el contacto instantáneo entre usuarios sin importar la ubicación geográfica y a través de estas plataformas, se pueden establecer conversaciones en tiempo real, ya sea de forma pública o privada, lo que facilita el intercambio constante de ideas, opiniones y experiencias.

Creación y Difusión de Contenido. Los usuarios tienen la posibilidad de generar publicaciones propias en distintos formatos como imágenes, videos, textos o enlaces, lo que les da la oportunidad de expresarse, informar o entretener a su audiencia. Plataformas como YouTube, TikTok o Instagram han sido clave para que individuos y empresas construyan su marca personal y compartan información de valor con millones de seguidores.

Socialización y la Construcción de Comunidades Virtuales. Gracias a ellas, las personas pueden conectar con familiares, amigos o individuos con intereses comunes, incluso si nunca se han conocido en persona, ya que permiten mantener relaciones personales o profesionales y participar en grupos o foros que refuerzan el sentido de pertenencia.

Entretenimiento. Las redes sociales se han convertido en una fuente inagotable de ocio digital y ofrecen acceso a contenidos divertidos como memes, música, transmisiones en vivo y videos virales, lo que ha captado especialmente la atención de los más jóvenes y al mismo tiempo, también cumplen una función educativa e informativa, al facilitar el acceso a noticias, recursos académicos, tutoriales y clases en

línea, lo que ha llevado a muchos docentes a integrarlas como herramientas de apoyo en procesos de enseñanza y aprendizaje.

Marketing y la Promoción. En el campo empresarial, las redes sociales son una herramienta esencial para que las marcas puedan llegar a públicos específicos, interactuar con los clientes y fortalecer su presencia digital. Dado que, a través de estrategias de segmentación y campañas publicitarias, las empresas pueden posicionar sus productos y servicios de forma más efectiva. Además, se han convertido en un canal importante para brindar atención al cliente, ya que permiten resolver dudas, recibir quejas o comentarios y mejorar la experiencia del consumidor en tiempo real.

Participación Ciudadana y Activismo Social. Las redes sociales han sido clave en la organización de movimientos sociales y campañas solidarias, al dar voz a causas que tradicionalmente no encontraban espacio en los medios tradicionales, asimismo, ofrecen un entorno propicio para la construcción de la identidad digital, ya sea personal o profesional, permitiendo a los usuarios proyectar una imagen pública alineada con sus intereses o metas.

Oportunidades para la Monetización. Esta función esta tanto para creadores de contenido como para empresas, debido a que plataformas como YouTube, TikTok o Facebook permiten obtener ingresos a través de visualizaciones, patrocinios, ventas en línea o suscripciones, convirtiéndose en una fuente económica alternativa para muchos usuarios. (pp. 4-15)

Tipos de Redes Sociales

Según Celaya (2008, como citó en Herrera, 2012) los tipos de redes sociales se clasifica en:

Redes Profesionales. Las redes sociales de carácter profesional han sido fundamentales para promover el concepto de networking, especialmente entre pequeñas y medianas empresas (Pymes) y mandos medios en compañías de mayor tamaño y estas plataformas ofrecen un valor diferencial al facilitar la creación y fortalecimiento de una red de contactos laborales. Son útiles tanto para generar alianzas comerciales como para la búsqueda de oportunidades profesionales. Los usuarios suelen incluir su perfil profesional, lo que se convierte en la base para futuras interacciones. Además, estas redes disponen de motores de búsqueda que permiten localizar personas, empresas o instituciones educativas y la conexión entre usuarios se da en función de sus intereses, metas y afinidades profesionales.

Redes Sociales Generalistas. Este tipo de redes comparte algunas similitudes con las profesionales, aunque con objetivos distintos y su crecimiento se basa en la interacción informal y en la creación de vínculos entre personas cercanas o conocidas a través de publicaciones, fotos, música y videos. Plataformas como Tuenti, Hi5, MySpace o Facebook fueron pioneras en este ámbito, alcanzando millones de usuarios en poco tiempo. Sin embargo, a diferencia de redes como LinkedIn, donde los perfiles tienden a ser auténticos y verificados, las redes generalistas han sido criticadas por la presencia de perfiles falsos y por la escasa supervisión de su autenticidad, aunque esta falta de control ha generado cierta inseguridad y desconfianza en algunos usuarios, lo cual ha obligado a estas plataformas a implementar políticas de moderación más estrictas. No obstante, ha habido una ligera disminución en el uso, no se percibe una tendencia clara hacia su desaparición. Por el contrario, se han reinventado mediante la mejora de la experiencia de usuario, el fortalecimiento de las normas de comportamiento y el desarrollo de nuevas estrategias de monetización, como transacciones directas dentro de la plataforma. Estos espacios tienden a transformarse en

comunidades verticales, es decir, grupos con intereses muy específicos, donde se promueve contenido especializado y eventos orientados a fidelizar audiencias particulares.

Redes Sociales Especializadas. En los últimos años, ha surgido un nuevo tipo de red social orientada a actividades específicas, ya sea culturales, deportivas o profesionales que permiten a los usuarios vincularse con personas que comparten los mismos gustos o intereses, respondiendo así a la necesidad humana de pertenencia, tal como lo plantea la pirámide de Maslow. Ejemplos destacados incluyen Flixster, que reúne a amantes del cine, o SkiSpace, enfocada en deportes de invierno. Este modelo no solo ha logrado consolidar comunidades muy definidas, sino que también ha captado el interés de anunciantes que buscan llegar a audiencias segmentadas según sus preferencias. (pp. 124-125)

Redes Sociales más Utilizadas

Según Moreano Guerra et al. (2024) son cinco la redes sociales más utilizadas personas:

Facebook. Es la red social con mayor número de usuarios a nivel global, y resulta especialmente efectiva para negocios del tipo B2C (Business to Consumer). Esto se debe a que las personas suelen compartir aspectos personales y preferencias individuales en esta plataforma. Por ello, empresas orientadas al consumidor final, como agencias de viajes, gimnasios o cines, se benefician al tener presencia activa en Facebook mediante perfiles corporativos.

Twitter. Amplia y frecuentemente utilizada por compañías, Twitter destaca por su inmediatez y la naturaleza efímera de su contenido. Para que un producto logre posicionarse con éxito en esta red, es fundamental mantener una actividad constante y

estar al tanto de las interacciones y gracias a su dinamismo, Twitter se convierte en una excelente herramienta para la atención al cliente, facilitando respuestas rápidas y conversaciones directas, lo que hace útil tanto para empresas B2B como B2C.

Instagram. En esta plataforma, los usuarios pueden compartir imágenes y datos, lo cual representa una gran ventaja para las empresas, ya que permite mostrar productos de manera visual y atractiva, contribuyendo a la difusión de la marca y al crecimiento del negocio dentro de la red.

LinkedIn. Aunque es conocida por su papel en la búsqueda de empleo, LinkedIn es la red más adecuada para empresas enfocadas en relaciones B2B (Business to Business). Su propósito principal es establecer conexiones profesionales que puedan traducirse en oportunidades de negocio y para sacar el máximo provecho de esta plataforma, es recomendable publicar contenido relevante centrado en temas laborales y del sector.

Google My Business. Esta herramienta está diseñada para mejorar la visibilidad local de las empresas, dado que posibilita a los clientes dejar reseñas y calificaciones, lo que aporta información valiosa para otros usuarios y ayuda a reforzar la reputación del negocio. Además, facilita que potenciales consumidores encuentren el establecimiento, lo que favorece su promoción y posicionamiento en el mercado.

YouTube. Están orientadas a la creación, publicación y difusión de contenido multimedia, como imágenes, videos o presentaciones, su objetivo es compartir creaciones, descubrir talentos y promover el arte digital o audiovisual. (pp. 837-838)

Mientras tanto, Loaiza et al. (2024) afirma que en la era actual una nueva red social surgió a raíz de la pandemia COVID-19, la cual se popularizó durante el aislamiento obligatorio.

TikTok. Es la red social que ha consolidado como una de las redes sociales más influyentes, especialmente entre adolescentes y jóvenes adultos. Su principal fortaleza radica en la creación y difusión de videos cortos, con un enfoque altamente visual, creativo y dinámico. Esta red es ideal para campañas de marketing que buscan viralidad y conexión emocional con el público, ya que permite mostrar productos, servicios o mensajes de forma auténtica y entretenida. (p. 73)

Habito de Uso de las Redes Sociales

Los hábitos de conexión de los usuarios a las redes sociales revelan patrones preocupantes sobre su autonomía digital y la falta de control parental, ya que la mayoría accede a estas plataformas principalmente por la noche, después de la cena, aunque muchos reconocen no tener un horario definido, lo que demuestra una utilización espontánea y poco regulada. Esta conducta se ve reforzada por el hecho de que, en su mayoría, son ellos mismos quienes deciden cuánto tiempo permanecen conectados a diferencia de los jóvenes que tienen intervención directa de los adultos. Aunque algunos negocian este tiempo con sus padres, un número significativo afirma no tener ninguna restricción, lo que evidencia una ausencia de límites claros y este contexto favorece una exposición prolongada a los contenidos digitales, que en algunos casos genera dependencia: ante una hipotética desconexión prolongada, varios adolescentes experimentarían malestar emocional, lo que apunta a síntomas de nomofobia. (Álvarez et al., 2021, pp. 284-285)

Por lo tanto, el hábito de uso de las redes sociales se ha consolidado como una práctica cotidiana entre los adolescentes, moldeando no solo su forma de comunicarse, sino también sus rutinas y relaciones, y al estar en constante conexión al entorno digital refleja una generación que encuentra en estas plataformas un espacio de expresión, entretenimiento y pertenencia. Sin embargo, la falta de límites claros y el uso sin

supervisión pueden derivar en una dependencia poco saludable, afectando tanto el bienestar emocional como el rendimiento académico y social. Por ello, resulta fundamental fomentar una cultura digital equilibrada, donde el uso consciente y responsable de las redes sociales sea promovido desde el hogar y la escuela, con el fin de potenciar sus beneficios y minimizar sus riesgos.

Desarrollo Humano y Redes Sociales

En la actualidad, los jóvenes utilizan de forma intensiva redes como Instagram, TikTok, YouTube o Twitch para comunicarse, informarse e interactuar. Este comportamiento se intensificó con la pandemia, consolidando a TikTok e Instagram como las más descargadas entre adolescentes y casi la mitad de los jóvenes entre 18 y 24 años pasa más de cuatro horas diarias en su móvil, dedicando la mayor parte del tiempo a redes sociales o mensajería instantánea. (Gozálvez et al., 2023, p. 46) En este entorno digital globalizado, las redes sociales representan una herramienta clave para el empoderamiento juvenil y la formación de una ciudadanía crítica y participativa. Sin embargo, no todo uso digital fomenta el desarrollo humano ni los valores democráticos, por lo que es fundamental promover una educación ética, intercultural y transformadora que aproveche el potencial de estos medios para fortalecer el compromiso cívico y el bienestar colectivo.

En un mundo cada vez más mediado por lo digital, las redes sociales e internet han dejado de ser meros instrumentos de comunicación para convertirse en escenarios determinantes en la configuración de nuestras relaciones, identidades y formas de comprender la realidad. Donde su potencial para fomentar el diálogo intercultural y el empoderamiento individual y colectivo es indiscutible, siempre que se asuman con una mirada crítica y ética. Por ello, resulta fundamental promover una educación digital que no solo dote de competencias técnicas, sino que también fomente valores democráticos,

responsabilidad social y conciencia intercultural, permitiendo así que estos nuevos espacios virtuales contribuyan genuinamente al desarrollo humano y a la construcción de sociedades más justas, inclusivas y solidarias.

Dependencia y Adicción a las Redes Sociales

El uso excesivo de las redes sociales se ha convertido en un fenómeno cada vez más común, en gran parte impulsado por el constante desarrollo tecnológico. Según investigaciones recientes, como Alarcón y Salas (2022, como se citó en Deza, 2023), existen diversas razones que explican esta dependencia, entre ellas el trabajo, los estudios, la necesidad de mantener relaciones sociales, el acceso a información y otros factores. Asimismo, señalan que el crecimiento del internet ha transformado significativamente la vida diaria de las personas, lo cual contribuye al uso compulsivo de estas plataformas y este incremento del uso de redes sociales entre los jóvenes es evidente y, en muchos casos, está asociado a un uso inadecuado, por lo que este comportamiento tiene un impacto negativo en su salud y en el desarrollo de sus actividades cotidianas, especialmente en el ámbito académico y personal. (p. 3)

Mientras que para Klimenko et al. (2021) el concepto de adicción a las redes sociales, al Internet o a los entornos virtuales continúa siendo motivo de debate, ya que algunos especialistas consideran que el uso intensivo de estas plataformas no constituye una adicción como tal, sino que responde a nuevas dinámicas sociales propias de adolescentes y jóvenes actuales. Desde esta perspectiva, aunque puedan surgir ciertas dificultades, estas no necesariamente configuran un trastorno adictivo. Mientras que otros enfoques sugieren que lo que se interpreta como adicción en realidad podría ser una manifestación de problemas psicológicos subyacentes, como la depresión, trastornos de conducta, dificultades para regular emociones, o incluso rasgos de personalidad que predisponen a ciertos comportamientos compulsivos. (p. 4) No

obstante, clasifica de dos formas las dependencias a las redes sociales que es pasiva y otra activa:

La Forma Pasiva. Se relaciona, por ejemplo, con el consumo excesivo de televisión, que puede fomentar el aislamiento social al permitir que el individuo se vea influenciado por los contenidos que observa.

La Forma Activa. Representa una manifestación más severa, ya que está asociada a problemáticas de orden social, económico y psicológico. Esta se manifiesta en conductas adictivas relacionadas con el sexo, el juego, las redes sociales o las compras, utilizando plataformas digitales como medio de expresión. (p. 5)

Consecuencias de las Adicción o Dependencia a las Redes Sociales

Según Deza (2023) El uso desmedido de las redes sociales ha demostrado tener un impacto negativo significativo en la salud mental, afectando diversos aspectos emocionales y psicológicos y entre las consecuencias más comunes se encuentran la depresión, el estrés, la ansiedad, la fatiga mental, los trastornos del sueño, el cansancio emocional y una disminución en la autoestima.

La Depresión. Por ejemplo, se ha relacionado con situaciones de acoso en línea, lo cual puede desencadenar comportamientos depresivos graves, especialmente entre los adolescentes.

Baja Autoestima. Ha sido identificada como una de las secuelas más frecuentes del uso excesivo de estas plataformas, muchas veces asociada al aislamiento social y la falta de interacción cara a cara y en algunos casos, esta condición se agrava cuando el usuario es víctima de agresiones digitales, lo que intensifica los sentimientos de inseguridad y vulnerabilidad emocional.

Ansiedad. También representa una consecuencia recurrente, ya que muchos jóvenes experimentan la necesidad constante de estar conectados y atentos a lo que ocurre en sus redes sociales, lo que interfiere con sus responsabilidades diarias y altera su equilibrio emocional. Además, debido a los múltiples cambios físicos, emocionales y sociales propios de la etapa adolescente, esta población se encuentra en una situación de mayor fragilidad, lo que los hace más susceptibles a los efectos negativos del entorno digital. (p. 4)

De igual forma, García y Arosemena (2023) afirman que las redes sociales han transformado significativamente la vida de millones de personas, presentándose como una herramienta poderosa para el desarrollo social y tecnológico. No obstante, su uso desmedido también ha provocado efectos negativos en la salud psicológica y emocional de los usuarios, que entre estos efectos se destacan; la aparición de adicciones, alteraciones en la personalidad, trastornos neurológicos e incluso consecuencias en el desarrollo motriz y en las habilidades lingüísticas, cognitivas y sociales, especialmente en la infancia. (p. 8235) Por lo tanto, el uso excesivo de estas plataformas puede estar relacionado con problemas como la depresión, la pérdida de privacidad, el acoso en línea, el ciberacoso, así como altos niveles de estrés, ansiedad y fatiga. Así mismo, estas consecuencias negativas surgen, en gran parte, porque las redes sociales pueden volverse altamente adictivas si no se ejerce un control adecuado sobre el tiempo dedicado a ellas.

La adicción a las redes sociales puede generar una fuerte dependencia emocional en las personas, llevándolas a experimentar ansiedad cuando no tienen acceso a las plataformas, no reciben interacciones como “me gusta” o no aumentan su número de seguidores y esta necesidad constante de validación puede llevarlas a compartir aspectos íntimos de su vida de forma inapropiada, en un intento por captar atención. Sin

embargo, al hacerlo, muchas veces se exponen a una sociedad que tiende a ser crítica o incluso hostil, reaccionando con juicios o mensajes de odio sin comprender el contexto real de lo publicado. Por lo que, esta dinámica puede desencadenar altos niveles de estrés, sentimientos de rechazo y, en casos más graves, derivar en cuadros depresivos profundos que, lamentablemente, algunas personas no logran superar, llegando incluso al suicidio.

Impacto del Uso de Redes Sociales

Debido al gran impacto que han tenido en la vida cotidiana, las redes sociales han sido objeto de análisis desde múltiples enfoques: político, económico, comercial, cultural, conductual e incluso educativo, en este último ámbito, el interés ha crecido significativamente en los últimos cinco años, al reconocerse que el fuerte vínculo y entusiasmo que muestran los estudiantes por estas plataformas, así como por los dispositivos móviles, puede aprovecharse en favor del aprendizaje, que lejos de ser una distracción, redes y móviles pueden convertirse en herramientas que fomenten el aprendizaje colaborativo, el intercambio de conocimientos y la cooperación entre pares, integrándose de manera estratégica en los procesos formativos. Esta tendencia es cada vez más visible en universidades tanto de España como de América Latina. (Alcívar, 2020, p. 4)

El uso de redes sociales ha transformado significativamente la forma en que las personas se comunican, informan, aprenden y se relacionan y su impacto abarca múltiples dimensiones: a nivel social, promueven la conexión y el intercambio cultural; en lo educativo, facilitan el aprendizaje colaborativo y el acceso a información; en lo económico, ofrecen nuevas oportunidades de marketing y emprendimiento digital; y en lo político, influyen en la formación de opinión y participación ciudadana. No obstante,

su uso también plantea desafíos relacionados con la privacidad, la desinformación y la salud mental, por lo que su aprovechamiento debe ser crítico y responsable.

Ventajas y Desventajas de las Redes Sociales

Para Santana y Linzán (2021) existen múltiples ventajas y desventajas sobre el uso de las redes sociales en la actualidad, las cuales son:

Ventajas. En este sentido, es posible señalar que las redes sociales ofrecen múltiples ventajas significativas:

Facilitan la interacción entre personas, incluso cuando no se conocen previamente, superando barreras geográficas y sociales.

Se trata de sistemas abiertos y dinámicos, en los cuales cada usuario aporta contenido que contribuye a su constante evolución.

La incorporación de nuevos miembros modifica de inmediato la composición y dinámica de la red, otorgándole una naturaleza flexible y adaptable.

La salida de un integrante también altera el ecosistema de la red, lo que evidencia su carácter colectivo e interdependiente.

Participar en una red social implica, en muchos casos, encontrar personas con intereses, preocupaciones o necesidades similares, lo que, en sí mismo, es valioso por romper con el aislamiento que muchas personas enfrentan.

Estas plataformas promueven la integración de pluralidad y sentido de comunidad, permitiendo que incluso usuarios anónimos adquieran cierta visibilidad y reconocimiento. Además, el poder colectivo del grupo puede impulsar transformaciones personales y profesionales que serían difíciles de lograr de forma individual, generando vínculos tanto afectivos como comerciales.

Es importante subrayar que las redes sociales constituyen una herramienta poderosa para la comunicación y la interacción, pero deben ser vistas como un medio para lograr fines significativos, no como un fin en sí mismas.

Desventajas. Aunque las redes sociales han abierto múltiples oportunidades de interacción y comunicación, también es crucial reconocer los riesgos que conlleva su uso y entre los principales peligros se encuentran; experiencias negativas que los usuarios pueden compartir, afectando la percepción de las plataformas y, en algunos casos, la reputación de otros usuarios. Además, la falta de sinceridad o transparencia puede generar desconfianza dentro de las propias comunidades virtuales. Uno de los riesgos más comunes es la pérdida de privacidad, ya que al compartir información personal sin restricciones como números telefónicos, direcciones o incluso datos bancarios se incrementa la posibilidad de robo de identidad o difamación. Aunque existen mecanismos de privacidad para limitar quién accede al contenido personal, muchas veces no se utilizan adecuadamente, exponiendo a los usuarios a un nivel de visibilidad que puede ser perjudicial, a esto se suma la tendencia al exhibicionismo digital, motivado por el deseo de ser visto o reconocido, lo que puede fomentar una dependencia emocional de la aprobación ajena y generar un uso excesivo de tiempo y energía. No obstante, como en toda herramienta, su impacto dependerá del uso responsable que se le dé. Por ello, es fundamental ser conscientes, prudentes y éticos al momento de compartir información en línea, entendiendo que las redes sociales pueden ser espacios enriquecedores si se manejan con criterio y precaución. (pp. 179-180)

Concepto de Relaciones Intrafamiliares

Según Carrillo et al. (2024) las relaciones intrafamiliares se refieren a los vínculos, interacciones y dinámicas que se establecen entre los miembros de una familia que abarcan aspectos afectivos, comunicativos y conductuales, y son fundamentales

para el desarrollo emocional, social y psicológico de cada integrante. Por lo que, una buena relación intrafamiliar se caracteriza por el respeto, la empatía, la cooperación y el apoyo mutuo, mientras que las relaciones disfuncionales pueden generar conflictos, tensiones y afectar negativamente el bienestar familiar y en conjunto, estas relaciones influyen directamente en la estabilidad del hogar y en la formación de valores y comportamientos en cada uno de sus miembros. (p. 161)

El término relaciones intrafamiliares puede entenderse de manera similar a los conceptos de clima familiar o recursos familiares, ya que estos hacen alusión a las interacciones recíprocas entre los integrantes de una familia, e incluyen percepciones sobre la cohesión del grupo, las estrategias para enfrentar dificultades, la forma en que se expresan las emociones, la gestión de normas internas y la capacidad de adaptarse a los cambios. La escala original identifica tres dimensiones principales: Unión y Apoyo, que implica la disposición familiar para compartir tiempo, actividades y respaldo emocional; Expresión, relacionada con la comunicación abierta de sentimientos, ideas y experiencias dentro de un contexto de respeto; y Dificultades, que engloba los aspectos que pueden generar conflicto o tensión, ya sea desde una visión individual o social. (Castañeda et al., 2021)

Las relaciones intrafamiliares constituyen un pilar fundamental tanto en el desarrollo emocional de sus miembros como en la dinámica general del entorno familiar y al considerar este concepto como equivalente al clima o ambiente familiar, se comprende que dichas relaciones abarcan la manera en que los integrantes se comunican, se apoyan, resuelven conflictos y se adaptan a los cambios. Por tanto, la calidad de estas interacciones influye directamente en el bienestar individual y colectivo, ya que una familia que promueve la unión, la expresión emocional respetuosa

y el manejo saludable de las dificultades, fortalece los vínculos afectivos y crea un entorno propicio para el crecimiento personal y social.

Dimensiones de las Relaciones Intrafamiliares

Las relaciones intrafamiliares pueden comprenderse a través de tres dimensiones clave; la primera, conocida como núcleo central, hace referencia a la proximidad emocional y la intimidad en el contacto con los miembros de la red de apoyo familiar, así como al grado de cohesión y respaldo que se manifiesta dentro del entorno familiar; la segunda dimensión se relaciona con el número de personas que conforman dicha red de apoyo, es decir, la amplitud de la familia o del círculo de confianza. Por último, la tercera dimensión se centra en la calidad de la expresión emocional y la fluidez en la comunicación entre los integrantes del núcleo familiar. (Macías, 2021, p. 87)

Según Moscoso (2020) las dimensiones de las relaciones intrafamiliares se clasifican en:

Unión y Apoyo. Esta dimensión se refiere al grado de cercanía afectiva, cohesión y disposición que tienen los miembros de la familia para convivir, compartir tiempo y brindar respaldo emocional. Debido a que una familia con altos niveles de unión y apoyo suele generar un entorno protector y confiable para sus integrantes.

Expresión y Comunicación. Evalúa la capacidad de los miembros para manifestar sus sentimientos, ideas y experiencias de forma abierta y respetuosa, por lo que una comunicación saludable dentro del núcleo familiar promueve la empatía, la resolución de conflictos y el fortalecimiento de los lazos afectivos.

Dificultades o Conflictos. Hace referencia a la presencia de tensiones, desacuerdos o dinámicas problemáticas dentro del sistema familiar y esta dimensión

considera los factores que generan malestar o afectan negativamente la convivencia, como la rigidez en las reglas, la falta de comunicación o la escasa gestión emocional.

Adaptabilidad. Implica la capacidad de la familia para ajustarse ante los cambios o crisis, modificando roles, reglas o dinámicas según sea necesario y las familias adaptativas son más resilientes ante situaciones estresantes o inesperadas.

Cohesión. Se refiere al grado de conexión emocional entre los miembros, desde familias muy unidas hasta familias en las que predomina la independencia, mientras que la cohesión ideal permite un equilibrio entre la cercanía y la autonomía de cada miembro. (p. 27)

Comunicación Intrafamiliar en la Era Digital

En la actualidad digital, la tecnología ha permeado profundamente en múltiples ámbitos de la vida cotidiana, entre ellos, la dinámica familiar. Debido a que las herramientas tecnológicas han modificado significativamente la manera en que los integrantes de una familia se relacionan, intercambian información y gestionan sus rutinas, por lo que este avance no solo ha facilitado la organización doméstica, sino que también ha contribuido al fortalecimiento de los vínculos emocionales, al ofrecer nuevas posibilidades de conexión y comunicación. (Radio Columbia, 2023, párr. 1)

Según González (2023) en el contexto actual de la era digital, las redes sociales han alterado significativamente las formas tradicionales de comunicación, interacción y transmisión de información entre las personas y este cambio no solo afecta la manera en que las personas se relacionan diariamente, sino que también ha influido profundamente en uno de los pilares más importantes de la sociedad: la familia. Ante esta realidad, se vuelve esencial analizar cómo estas plataformas digitales están modificando los

patrones comunicativos en el entorno familiar, dando lugar a una paradoja cada vez más evidente estar conectados, pero emocionalmente distantes. (p. 1)

La familia, entendida como la base del tejido social, ha visto modificadas sus formas de comunicación por la constante presencia de las redes sociales, aunque facilitan el contacto inmediato, también generan interrogantes respecto a la calidad de las interacciones entre sus miembros y el efecto de estas plataformas sobre la comunicación familiar, destacando los desafíos que implica mantener un vínculo emocional sólido en medio de una conectividad constante pero superficial.

Consecuencias del Uso Excesivo de Redes Sociales en la Familia

Las relaciones familiares pueden verse influenciadas por diversos factores que generan un impacto directo en el crecimiento personal, emocional, psicológico y social de los individuos. Aunque afrontar conflictos, compartir emociones y respetar normas de convivencia puede parecer sencillo, en realidad cada miembro de la familia experimenta los vínculos de forma única. Por ello, es importante estudiar aspectos como los estilos de comunicación, la presencia de experiencias traumáticas, y el nivel de cercanía o distanciamiento entre los integrantes, ya que estos elementos moldean las dinámicas internas del entorno familiar. Solo mediante una comprensión profunda de estos procesos se pueden fortalecer relaciones familiares sanas y constructivas. (Cacay y Rodríguez, 2022, p. 22)

Impacto de las Redes Sociales en la Comunicación Intrafamiliar

Para Laura (2025) las redes sociales, si bien ofrecen oportunidades valiosas para mantener el contacto y compartir momentos significativos dentro del núcleo familiar, también presentan riesgos que pueden afectar negativamente la calidad de la comunicación entre sus miembros. El fácil acceso a plataformas como Instagram o

TikTok permite una conexión constante, pero esta misma disponibilidad puede llevar a una disminución del diálogo presencial, a una menor atención durante la convivencia y a una sobreexposición a contenidos que influyen en la autoestima y el bienestar emocional, especialmente de los adolescentes. (párr. 2-3) por lo tanto, el uso de redes sociales de manera excesiva en los miembros de la familia puede generar conductas más introvertidas y síntomas de ansiedad.

Las redes sociales han transformado de manera significativa la forma en que los miembros de una familia se relacionan y se comunican entre sí y su influencia puede observarse en múltiples dimensiones de la vida cotidiana, tanto en aspectos positivos como en desafíos emergentes. Por un lado, estas plataformas han permitido mantener el contacto constante entre familiares que se encuentran en distintas ubicaciones geográficas, facilitando la expresión de afecto, el intercambio de información y la coordinación de actividades. Además, han abierto espacios para compartir intereses comunes, celebraciones y logros, fortaleciendo el sentido de pertenencia y conexión. (Velasco et al., 2021, p. 1001)

Por lo que, el uso excesivo o inadecuado de las redes sociales también ha generado tensiones dentro del núcleo familiar, sobre todo la distracción constante, el aislamiento emocional, la sobreexposición de la vida privada y la reducción del tiempo de calidad compartido cara a cara son factores que afectan directamente la comunicación intrafamiliar. En particular, los adolescentes tienden a reemplazar las conversaciones familiares por interacciones virtuales con sus pares, lo que puede llevar a malentendidos, desconexión emocional y dificultades para resolver conflictos.

Estrategias Para Fortalecer la Relación Intrafamiliar

Para Mammoliti (2024) estas son las principales estrategias que deben seguir las familias para mejorar las relaciones intrafamiliares es promover la sinceridad dentro del entorno familiar es clave para fortalecer vínculos y establecer una comunicación genuina, así como también crear un espacio donde la verdad sea valorada ayuda a que cada miembro se sienta en libertad de expresar sus pensamientos de manera abierta. Y es fundamental destacar, en cada oportunidad posible, la relevancia de ser sinceros con nuestros seres queridos. Asimismo, reconocer y dar validez a las emociones ajenas contribuye a una convivencia empática, aunque las dificultades de los demás pueden no parecer significativas desde nuestra perspectiva, es importante escucharlas con comprensión y ponerse en el lugar del otro, lo cual constituye un paso esencial hacia una relación familiar saludable. (párr. 2-5) Además, es vital tener en cuenta la comunicación no verbal, ya que los gestos, posturas y expresiones también transmiten sentimientos. Observar estos aspectos en los miembros de la familia puede proporcionar una comprensión más profunda de lo que realmente están experimentando.

Antecedentes de la Investigación

El primer antecedente corresponde al artículo titulado “Comunicación familiar y medios tecnológicos: Siglo XXI” (Arciniega, 2019) se llevó a cabo con el propósito de examinar el impacto que tienen los medios tecnológicos en la forma en que se comunican los integrantes de una familia, por lo que se planteó como objetivo principal determinar en qué medida estos recursos tecnológicos influyen, ya sea de forma positiva o negativa, en los procesos de comunicación intrafamiliar. La problemática central abordada en esta investigación se vincula con los cambios que ha generado la tecnología en la interacción familiar, particularmente en un contexto donde dispositivos como los teléfonos móviles, la televisión y el acceso a internet están cada vez más presentes en la

vida cotidiana. En cuanto a la metodología, se empleó un enfoque cuantitativo mediante la aplicación de encuestas estructuradas dirigidas a 126 estudiantes junto a sus padres, quienes participaron en una encuesta diseñada para recopilar datos relevantes sobre los hábitos comunicativos dentro del hogar, este instrumento permitió recopilar percepciones, frecuencias de uso, medios preferidos y tipo de interacciones que se generan gracias a la tecnología y la elección de esta técnica facilitó una visión integral de cómo se manifiesta la comunicación familiar en la era digital. Los resultados obtenidos revelaron que los medios tecnológicos con mayor presencia en los hogares son la televisión y el teléfono celular, siendo este último el más utilizado para mantener la comunicación entre padres e hijos, así como con otros familiares que se encuentran geográficamente distantes. Asimismo, el uso del internet fue valorado positivamente por los participantes, ya que no solo facilita la rapidez en el intercambio de mensajes, sino que también contribuye a generar nuevos temas de conversación en el ámbito familiar, enriqueciendo la interacción diaria. La investigación concluyó que los medios tecnológicos, lejos de representar una barrera en la comunicación familiar, pueden convertirse en aliados importantes cuando son utilizados de forma adecuada y con fines positivos. Estos dispositivos permiten mantener el contacto permanente entre los miembros del hogar, fortalecer los vínculos afectivos y promover el diálogo, incluso cuando existen distancias físicas. Sin embargo, se sugiere la necesidad de fomentar un uso equilibrado de la tecnología para evitar suplantar la comunicación cara a cara, que sigue siendo fundamental en la construcción de relaciones sólidas dentro de la familia.

Otro de los antecedentes corresponde al artículo “Conectados pero Distantes: El Impacto de las Redes Sociales en la Comunicación Familiar” de (González, 2023) que se enfocó en examinar el efecto que tienen las redes sociales sobre la comunicación en el entorno familiar, con el propósito de explorar cómo perciben y experimentan estos

cambios los distintos miembros de las familias en la actualidad. La problemática central gira en torno a la creciente presencia de las redes sociales en la vida cotidiana y su posible influencia en los vínculos familiares, en este sentido, se buscó entender si estas plataformas favorecen, entorpecen o no modifican significativamente la calidad de la comunicación entre los integrantes del hogar. El estudio se desarrolló mediante un enfoque de investigación mixta, integrando métodos cuantitativos y cualitativos para obtener una visión más amplia y detallada del fenómeno. Se trabajó con una muestra diversa conformada por 300 familias de distintas edades, contextos y estructuras familiares. Entre los hallazgos más relevantes, se destaca que una parte considerable de los participantes considera que las redes sociales han tenido un efecto positivo o neutro sobre la comunicación familiar. Facebook fue identificada como la plataforma más comúnmente utilizada dentro de los hogares, lo que evidencia una tendencia hacia la conectividad en redes más tradicionales. Además, la frecuencia con la que los miembros de la familia comparten contenidos o se comunican a través de estas plataformas varía considerablemente, lo que demuestra la diversidad de hábitos digitales y preferencias entre generaciones, otro aspecto importante revelado por el estudio es la existencia de estrategias que algunas familias han adoptado para gestionar el uso de las redes sociales y evitar conflictos. Estas medidas incluyen acuerdos sobre tiempos de uso, espacios libres de tecnología y reglas para el uso respetuoso de los dispositivos. En conclusión, este estudio aporta una perspectiva integral sobre la relación entre redes sociales y comunicación familiar, reconociendo que su influencia no es homogénea y que depende de múltiples factores como la edad, el tipo de relación familiar y las prácticas digitales. Los resultados también sugieren que es fundamental adoptar enfoques individualizados tanto en la investigación como en las intervenciones sociales, con el fin de fomentar un uso consciente y saludable de las redes en el seno familiar.

El otro, corresponde a un proyecto de investigación de pregrado titulado “Comunicación familiar y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de Lima Sur, 2021” de (Cabanillas, 2023) el propósito principal del estudio fue identificar y analizar el vínculo existente entre el nivel de comunicación familiar y el grado de adicción a redes sociales en jóvenes universitarios, con el fin de comprender cómo las dinámicas familiares pueden influir en el comportamiento digital de los estudiantes, la problemática se centra que en la actualidad, el uso excesivo de redes sociales se ha convertido en una preocupación creciente, especialmente entre los jóvenes y esta conducta puede derivar en una adicción que afecta no solo el rendimiento académico, sino también las relaciones interpersonales, particularmente dentro del núcleo familiar. Ante esta situación, surge la necesidad de examinar si existe una relación significativa entre la calidad de la comunicación familiar y la dependencia hacia estas plataformas digitales. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un tipo de investigación correlacional, diseño no experimental y de corte transversal. La muestra estuvo compuesta por 350 estudiantes universitarios de diversas instituciones educativas ubicadas en Lima Sur y se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia. Para recolectar los datos, se aplicaron dos instrumentos validados: la escala de Comunicación Familiar (FCS), adaptada por Copez et al. (2016), y el cuestionario de Adicción a Redes Sociales elaborado por Salas y Ecurra (2014). Los hallazgos del estudio revelaron una correlación inversa y significativa de alta magnitud ($p < .001$, $\rho = -0.744^{**}$) entre la comunicación familiar y la adicción a redes sociales, es decir, a mayor calidad en la comunicación dentro del núcleo familiar, menor es la tendencia a desarrollar comportamientos adictivos hacia el uso de redes sociales y este patrón también se mantuvo al analizar las dimensiones específicas de ambas variables, reforzando la consistencia de los resultados obtenidos. Se concluye que existe una relación inversa y

estadísticamente significativa entre la comunicación familiar y la adicción a redes sociales en los estudiantes universitarios evaluados, lo que implica que fortalecer los canales de diálogo, comprensión y apoyo dentro de la familia podría ser un factor protector ante el uso desmedido de plataformas digitales. Por lo tanto, el estudio aporta evidencia valiosa para desarrollar estrategias de intervención orientadas a mejorar la comunicación en el hogar como medida preventiva frente a la dependencia tecnológica en jóvenes universitarios.

El cuarto, corresponde a un proyecto de investigación de posgrado denominado “La percepción de los padres de familia sobre la influencia de las redes sociales en la comunicación familiar, por parte de adolescentes entre 15 y 17 años de una institución educativa privada de un Municipio de Santander.” (Zapata Jiménez, 2024) el objetivo principal de la investigación fue analizar la percepción de los padres sobre el impacto que el uso de redes sociales tiene en la calidad de la comunicación con sus hijos adolescentes, considerando los cambios generacionales y la inmersión de los jóvenes en entornos digitales. La irrupción de las tecnologías digitales ha transformado profundamente la forma en que los adolescentes se comunican, lo cual ha suscitado preocupación por sus posibles efectos en los procesos de socialización y en la interacción dentro del núcleo familiar. Esta transformación, marcada por un acceso constante a internet y una fuerte presencia en redes sociales, puede debilitar los lazos afectivos si no se aborda con conciencia y equilibrio. La investigación se enmarcó en un enfoque cualitativo, empleando como técnica principal la entrevista semiestructurada en profundidad y la muestra estuvo compuesta por veinte padres de familia con hijos adolescentes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, pertenecientes a una institución educativa privada. Los resultados permitieron identificar y evidenciar modificaciones significativas en la comunicación intrafamiliar,

derivadas del uso frecuente de redes sociales por parte de los adolescentes y los padres observaron que la interacción familiar a menudo queda desplazada por el interés de sus hijos en compartir contenido y mantener contacto constante con sus pares a través de plataformas digitales. Esta situación ha generado una reconfiguración en los tiempos y espacios destinados al diálogo familiar. El estudio concluye que las redes sociales han introducido cambios relevantes en la manera en que las familias se comunican, especialmente cuando los adolescentes priorizan su interacción virtual sobre la convivencia con sus familiares. No obstante, también se reconoce que estas tecnologías, si se gestionan adecuadamente, pueden convertirse en herramientas para fortalecer el vínculo familiar. Por ello, se destaca la importancia de fomentar un uso consciente y equilibrado de las redes sociales, promoviendo espacios de comunicación auténtica y afectiva entre los miembros del hogar.

Finalmente, el proyecto de pregrado titulado “Uso de redes sociales y comunicación familiar de los estudiantes de la carrera de Orientación Familiar de la Universidad de Cuenca en el periodo académico marzo 2024 - febrero 2025” de (Villavicencio, 2025) que tuvo como propósito general de la investigación fue identificar el impacto que tiene el uso de redes sociales en la comunicación familiar de los estudiantes de la carrera de Orientación Familiar de la Universidad de Cuenca, durante el periodo académico marzo 2024 – febrero 2025. La problemática estudiada se basa que, en la actualidad, las redes sociales han transformado profundamente la forma en que los individuos se relacionan, incluso dentro del núcleo familiar. Sin embargo, diversas investigaciones alertan que su uso desmedido puede limitar la comunicación directa y afectiva entre los miembros de una familia, provocando desconexión emocional, malentendidos o aislamiento, especialmente entre los más jóvenes. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, utilizando un diseño no

experimental y de corte transversal. Se trabajó con una muestra aleatoria compuesta por 114 estudiantes universitarios y uno de sus progenitores. Para la recolección de datos se utilizaron dos instrumentos validados: el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014) y la Escala de Comunicación Familiar (FCS) de Olson. Los hallazgos revelaron una asociación significativa entre el uso excesivo de redes sociales y una percepción negativa de la calidad en la comunicación familiar. Un 46,49% de los estudiantes evaluó su comunicación familiar como baja. Además, se observó que los estudiantes más jóvenes tendían a presentar niveles más altos de adicción a las redes, con un preocupante 89,47% que manifestaron conductas obsesivas relacionadas con estas plataformas. Los resultados reflejan la necesidad urgente de desarrollar estrategias que promuevan una comunicación más efectiva dentro de las familias y que, al mismo tiempo, reduzcan los efectos adversos del uso excesivo de redes sociales. Se concluye que el fortalecimiento del diálogo y la interacción presencial es clave para contrarrestar la influencia negativa que estas herramientas digitales pueden tener en los vínculos afectivos familiares.

Fundamentos Legales

Declaración Universal de los Derechos Humano 1948

Artículo 19 Todo individuo tiene derecho a la libertad de opinión y de expresión; este derecho incluye el no ser molestado a causa de sus opiniones, el de investigar y recibir informaciones y opiniones, y el de difundirlas, sin limitación de fronteras, por cualquier medio de expresión. (United Nations, 1948)

Constitución de la República del Ecuador 2008, Última Reforma el 25 de Enero de 2021

Art. 16.- Todas las personas, en forma individual o colectiva, tienen derecho a:

1. Una comunicación libre, intercultural, incluyente, diversa y participativa, en todos los ámbitos de la interacción social, por cualquier medio y forma, en su propia lengua y con sus propios símbolos.
2. El acceso universal a las tecnologías de información y comunicación.
3. La creación de medios de comunicación social, y al acceso en igualdad de condiciones al uso de las frecuencias del espectro radioeléctrico para la gestión de estaciones de radio y televisión públicas, privadas y comunitarias, y a bandas libres para la explotación de redes inalámbricas.
4. El acceso y uso de todas las formas de comunicación visual, auditiva, sensorial y a otras que permitan la inclusión de personas con discapacidad.
5. Integrar los espacios de participación previstos en la Constitución en el campo de la comunicación. (Constitución de la República del Ecuador, 2008)

Ley Orgánica de Comunicación

Art. 4.- Contenidos personales en internet.- Esta Ley no regula la información u opinión que de modo personal se emita a través de internet. Esta disposición no excluye las acciones penales o civiles a las que haya lugar por las infracciones a otras leyes que se cometan a través del internet.

Art. 31.- Derecho a la protección de las comunicaciones personales.- Todas las personas tienen derecho a la inviolabilidad y al secreto de sus comunicaciones personales, ya sea que éstas se hayan realizado verbalmente, a través de las redes y servicios de telecomunicaciones legalmente autorizadas o estén soportadas en papel o dispositivos de almacenamiento electrónico.

Queda prohibido grabar o registrar por cualquier medio las comunicaciones personales de terceros sin que ellos hayan conocido y autorizado dicha grabación o registro, salvo el caso de las investigaciones encubiertas autorizadas y ordenadas por un juez competente y ejecutadas de acuerdo a la Ley.

Art. 35.- Derecho al acceso universal a las tecnologías de la información y comunicación.- Todas las personas tienen derecho a acceder, capacitarse y usar las tecnologías de información y comunicación para potenciar el disfrute de sus derechos y oportunidades de desarrollo. (Ley Orgánica de Comunicación, 2019)

Reglamento General a la Ley Orgánica de Comunicación

Art. 6.- Plataformas digitales.- Los medios de comunicación señalados en el artículo 70 de la Ley Orgánica de Comunicación podrán utilizar tecnologías de información y comunicación para difundir información, noticias, entretenimiento y otros contenidos a través de internet u otras herramientas digitales, que incluye sitios web, aplicaciones móviles, redes sociales, plataformas de video y audio en línea, blogs y otros canales. (Reglamento General a la Ley Orgánica de Comunicación, 2023)

Fundamentos Teóricos del Trabajo Social

Modelo Sistémico Familiar

El modelo sistémico familiar constituye un enfoque integral que permite comprender a la familia como un sistema interrelacionado, en el que cada miembro influye en los demás y es, a su vez, influido por ellos, además reconoce que los problemas individuales no pueden abordarse de forma aislada, sino que deben analizarse en el contexto de las dinámicas, roles y patrones de comunicación dentro del núcleo familiar. Desde esta perspectiva, el profesional de Trabajo Social observa las relaciones

circulares que mantienen los conflictos y busca intervenir modificando los patrones disfuncionales, promoviendo la cohesión, la comunicación efectiva y el fortalecimiento de los vínculos afectivos. Así mismo, considera el entorno social, económico y cultural en el que se desenvuelve la familia, reconociendo la influencia del contexto en su funcionamiento. Su aplicación es especialmente útil en casos de violencia intrafamiliar, desintegración familiar, problemas de salud mental o situaciones de riesgo social, permitiendo diseñar intervenciones orientadas al bienestar colectivo y a la resiliencia familiar. (Viscarret, 2014, pp. 281-283)

El modelo sistémico familiar aporta al proyecto un enfoque holístico y relacional que permite comprender y abordar de manera más efectiva las dinámicas familiares afectadas por el uso de las redes sociales, dado que no solo considera al individuo como un ente aislado, sino que lo sitúa dentro de un sistema familiar interdependiente, donde cada comportamiento influye en el equilibrio del grupo. En el contexto del proyecto, el modelo sistémico permite identificar cómo el uso excesivo de redes sociales puede alterar los patrones de comunicación, generar desconexión emocional o modificar roles dentro del hogar y su aplicación facilita el diseño de estrategias de intervención que promuevan el diálogo, la empatía y el fortalecimiento de vínculos, al mismo tiempo que reconoce la importancia del entorno social y tecnológico. De este modo, el modelo contribuye a proponer soluciones más integrales y sostenibles, que favorezcan una comunicación intrafamiliar saludable en la era digital.

Capítulo III: Diseño Metodológico

Tipo de Investigación

Exploratorias

La investigación exploratoria es un tipo de estudio que se utiliza cuando el tema a tratar aún no ha sido ampliamente investigado o cuando se desea obtener una comprensión inicial sobre un fenómeno poco conocido y su propósito principal es identificar variables relevantes, formular preguntas de investigación más precisas y establecer las bases para estudios posteriores más profundos, no solo busca confirmar hipótesis específicas, sino más bien descubrir ideas, patrones y relaciones potenciales que puedan servir de guía para futuros análisis. Se caracteriza por su flexibilidad metodológica, utilizando técnicas como entrevistas abiertas, grupos focales, observación directa o revisión documental. (Lösch et al., 2023, p. 3) En el contexto de proyectos sociales, la investigación exploratoria resulta especialmente útil para abordar temas emergentes, como el impacto de las redes sociales en la comunicación familiar, permitiendo así un acercamiento preliminar que oriente el desarrollo de intervenciones más fundamentadas.

El aporte de la investigación exploratoria al proyecto radica en su capacidad para ofrecer una comprensión inicial y profunda de fenómenos complejos o poco estudiados, como lo es el impacto de las redes sociales en la comunicación intrafamiliar, además, de permitir identificar patrones de comportamiento, percepciones y dinámicas familiares que podrían pasar desapercibidos con otros tipos de investigación más estructurados, proporcionando una base sólida para definir con mayor claridad los objetivos, las variables y las metodologías de estudios futuros. Por lo que, la investigación exploratoria facilitó la detección de necesidades, fortalezas y problemáticas dentro de

las familias, sirviendo como punto de partida para el diseño de estrategias de intervención desde el Trabajo Social que promuevan una comunicación más efectiva, consciente y equilibrada en la era digital.

Descriptivas

La investigación exploratoria se enfocó en describir detalladamente las particularidades del grupo o fenómeno que se estudia y “se efectúa cuando se desea describir, en todos sus componentes principales, una realidad.” (Alban et al., 2020, p. 165) Este tipo de investigación científica implica observar, analizar e interpretar la situación actual y los procesos relacionados con determinados fenómenos, el cual su objetivo principal es comprender cómo actúan o se comportan, en el presente, las personas, los grupos o los objetos investigados, con el fin de obtener conclusiones relevantes sobre su funcionamiento o estructura.

El enfoque exploratorio aporta al proyecto al permitir una comprensión inicial y profunda de cómo las redes sociales influyen en la comunicación intrafamiliar, especialmente en contextos donde no se dispone de estudios previos suficientes.

Métodos de Investigación

La presente investigación de enfoque cuantitativo se “distingue por su énfasis en la medición y el análisis numérico de datos.” (Vizcaíno Zúñiga et al., 2023, p. 9727) Este método se distingue por su enfoque estructurado y objetivo, basado en la recolección ordenada de datos numéricos que pueden ser medidos y analizados mediante procedimientos estadísticos y su aplicación permite obtener resultados generalizables y comparables, lo que lo convierte en una herramienta valiosa para validar hipótesis y tomar decisiones fundamentadas a partir de evidencias empíricas.

Por lo tanto, para esta investigación se ha determinado el método inductivo que según Espinoza (2023) se fundamenta en un razonamiento que parte de principios o teorías generales para llegar a conclusiones específicas y busca aplicar conocimientos previamente aceptados para explicar o interpretar hechos particulares. En lugar de partir de la observación directa, utiliza premisas universales para inferir resultados concretos, lo que permite analizar situaciones específicas bajo marcos teóricos establecidos, cuando es especialmente útil verificar la validez de una hipótesis o establecer relaciones lógicas entre conceptos, brindando un enfoque ordenado y sistemático en el proceso investigativo. (p. 38)

El método deductivo aporta al proyecto una estructura lógica y coherente para analizar cómo conceptos generales, como el impacto de las redes sociales en la comunicación intrafamiliar, se manifiestan en casos concretos dentro de la población estudiada, permitiendo partir de teorías existentes sobre dinámicas familiares y el uso de tecnología para interpretar y explicar los comportamientos en las familias encuestadas.

Operacionalización de Variables

Tabla 1. Variable Independiente: Redes Sociales.

Definición conceptual	Dimensión	Indicadores	Ítems	Técnica
Las redes sociales son plataformas digitales que operan a través de internet y se basan en los principios tecnológicos e ideológicos de la Web 2.0. Estas aplicaciones se caracterizan por ofrecer un doble enfoque: actúan como medios de comunicación y, al mismo tiempo, como canales de comunicación personal, dando lugar a entornos tecno-sociales complejos	Características de las Redes Sociales	Principales características	¿Qué características consideras más importantes en una red social que usas frecuentemente?	Encuesta
	Funciones de las Redes Sociales	Comunicación e interacción	¿Para qué finalidad utilizas principalmente las redes sociales?	Encuesta
	Tipos de Redes Sociales	Redes Profesionales.		
		Redes Sociales Generalistas	¿Qué tipos de redes sociales utilizas con mayor frecuencia?	Encuesta
	Redes Sociales más Utilizadas	Redes Sociales Especializadas. Instagram, Facebook, X, TikTok, YouTube, LinkedIn.	¿Cuál es la red social que más utilizas en tu vida diaria?	Encuesta

y a extensas redes de interacción entre usuarios. (Tarragó, 2014 como se citó en Reyes et al., 2022, p. 144)	Habito de Uso de las Redes Sociales	Frecuencia de utilización	¿Cuánto tiempo promedio dedicas diariamente al uso de redes sociales?	Encuesta
	Dependencia y Adicción a las Redes Sociales	Nivel de dependencia o uso de redes sociales	¿Sientes ansiedad o malestar cuando no puedes acceder a tus redes sociales por un tiempo prolongado?	Encuesta
	Consecuencias de las Adicción o Dependencia a las Redes Sociales	Problemas psicosociales	¿Has notado que el uso excesivo de redes sociales ha afectado tu relación o comunicación con tu familia?	Encuesta
	Impacto del Uso de Redes Sociales	Cambio de la dinámica de comunicación familiar	En general, ¿cómo consideras que el uso de redes sociales ha influido en tu comunicación familiar?	Encuesta
	Ventajas y Desventajas de las Redes Sociales	Principales ventajas y desventajas	¿Crees que los beneficios de las redes sociales superan sus posibles	Encuesta

efectos negativos en tu vida
diaria?

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 2. *Variable Dependiente Relaciones Intrafamiliares.*

Definición conceptual	Dimensión	Indicadores	Ítems	Técnica
Según Carrillo et al. (2024) las relaciones intrafamiliares se refieren a los vínculos, interacciones y dinámicas que se establecen entre los miembros de una familia que abarcan aspectos afectivos, comunicativos y conductuales, y son fundamentales para el desarrollo emocional,	Dimensiones de las Relaciones Intrafamiliares	Nivel de cohesión familiar	¿Con qué frecuencia compartes tiempo de calidad con tu familia (como comer juntos, ver una película, conversar)?	Encuesta
	Comunicación Intrafamiliar en la Era Digital	Frecuencia de comunicación digital entre miembros de la familia	¿Con qué frecuencia te comunicas con tu familia a través de redes sociales o mensajería instantánea?	Encuesta
	Consecuencias del Uso Excesivo de Redes Sociales en la Familia	Interrupción de momentos familiares por el uso del celular	¿Interrumpes actividades familiares (como comer juntos o conversar) para revisar tus redes sociales?	Encuesta

social y psicológico de
cada integrante. (p. 161)

Impacto de las Redes Sociales en la Comunicación Intrafamiliar	Reducción de interacción familiar directa		
	Aislamiento o desconexión emocional		
	Cambios en la frecuencia de conversación entre miembros	¿Ha disminuido el tiempo de conversación	
	Calidad emocional de las conversaciones	presencial con tu familia desde que usas redes sociales?	Encuesta
Estrategias Para Fortalecer la Relación Intrafamiliar	Reemplazo del diálogo por interacciones digitales		
	Participación en actividades sin tecnología	¿Realizan actividades familiares donde se limite el uso de celulares o redes sociales?	Encuesta

Fuente: Elaboración propia.

Población y Muestra

Población

En este proyecto de investigación, la población está constituida por los las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta que son aproximadamente 750 familias.

Muestra

La muestra, por su parte, se seleccionará a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia, tomando en cuenta la accesibilidad y disposición de los participantes para colaborar con el estudio, la cual fue de 260 familias. Esta selección permitió obtener una visión integral desde la perspectiva de los jóvenes y los adultos responsables, favoreciendo una comprensión más completa de cómo las redes sociales inciden en la comunicación intrafamiliar.

Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

En el presente proyecto de investigación, se empleó la técnica de la encuesta como medio principal para recopilar datos relevantes sobre el impacto del uso de las redes sociales en la comunicación intrafamiliar. Según Fera Ávila et al. (2020) esta técnica se caracteriza por facilitar la recolección de información de manera estructurada y eficiente, permitiendo acceder a las percepciones, actitudes y comportamientos de una muestra representativa de la población estudiada. (p. 64)

Como instrumento, se utilizó un cuestionario que según Ocampo (2020) es un “instrumento para medir las variables conceptualizadas al plantear su problema de investigación”. (párr. 6) Por lo tanto, está diseñado específicamente para abordar

diversas dimensiones del fenómeno analizado. Este cuestionario incluyó preguntas cerradas y escalas de tipo Likert, organizadas en secciones temáticas que abordan aspectos como las características y hábitos de uso de las redes sociales, los tipos más frecuentes, la percepción de la calidad de la comunicación familiar, las consecuencias del uso excesivo y las estrategias empleadas para fortalecer los vínculos intrafamiliares.

La combinación de esta técnica e instrumento permitió obtener datos cuantificables, que posteriormente fueron sometidos a análisis estadístico, facilitando la interpretación objetiva de los resultados y proporcionando una base sólida para las conclusiones del estudio.

Consideraciones Éticas

El desarrollo del trabajo de investigación se realizó bajo principios éticos fundamentales, los cuales se enfocaron en la honestidad, la dignidad y el bienestar de las de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta. Para empezar, la participación de las familias fue de carácter voluntario, procurando que cada familia encuestada tuviera la libertad de decir la información sin ningún tipo de presión, condicionamiento o beneficio a cambio. Antes de la aplicación de los instrumentos, se explicó de manera clara y accesible el propósito de la investigación, el tipo de información solicitada y la socialización del consentimiento informado.

Se garantizó en todo momento la confidencialidad y el anonimato de la información proporcionada por las familias, ya que los datos obtenidos a través de la encuesta fueron utilizados exclusivamente con fines académicos, evitando la identificación personal de los participantes y protegiendo su privacidad. Asimismo, se les indicó a los encuestados sobre el cuidado en el manejo y resguardo de la

información, evitando su divulgación indebida o el uso fuera del marco establecido en la investigación y los criterios informados.

Durante la aplicación de la encuesta de manera física, se procuró mantener un trato respetuoso y empático, considerando las dinámicas familiares y el contexto sociocultural de la urbanización y en el caso de las preguntas que pudieren generar malestar o incomodidad, se les brindó un espacio para analizar su respuesta.

Es importante, manifestar que la investigación también se desarrolló bajo el principio de no maleficencia, que quiere decir, se procuró que la participación no generara daño psicológico, emocional o social.

Finalmente, la investigación se ejecutó principalmente bajo la honestidad académica, evitando la manipulación de datos y garantizando una interpretación responsable de los resultados por parte del investigador y el análisis se realizó de manera objetiva, teniendo como base central la información proporcionada.

Capítulo IV: Resultados

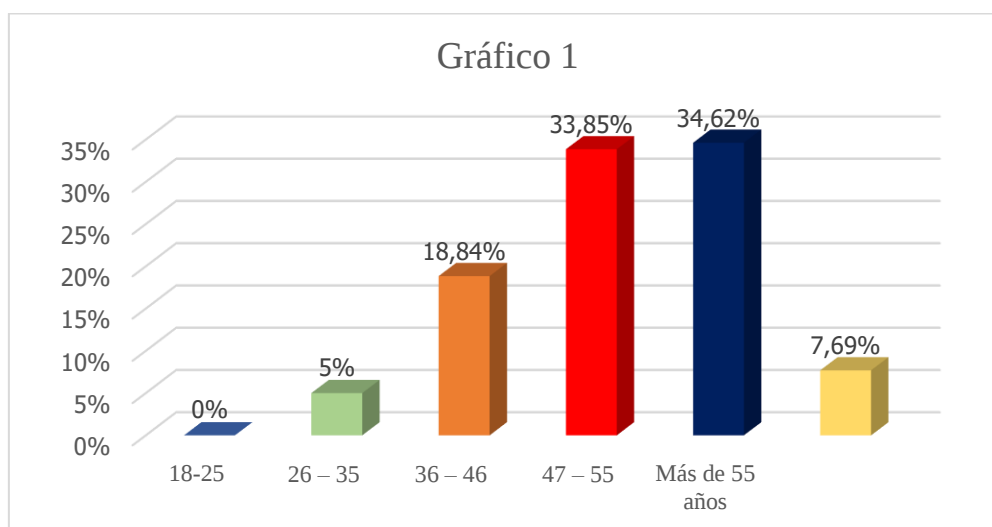
Análisis y Discusión de los Resultados

Tabla 1. *Edad.*

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Menos de 18 años	0	0%
18-25	13	5%
26 – 35	49	18.84%
36 – 46	88	33.85%
47 – 55	90	34.62%
Más de 55 años	20	7.69%
Total	260	100%

Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón

Manta

Gráfico 1 *Edad.*

Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta

Análisis e Interpretación

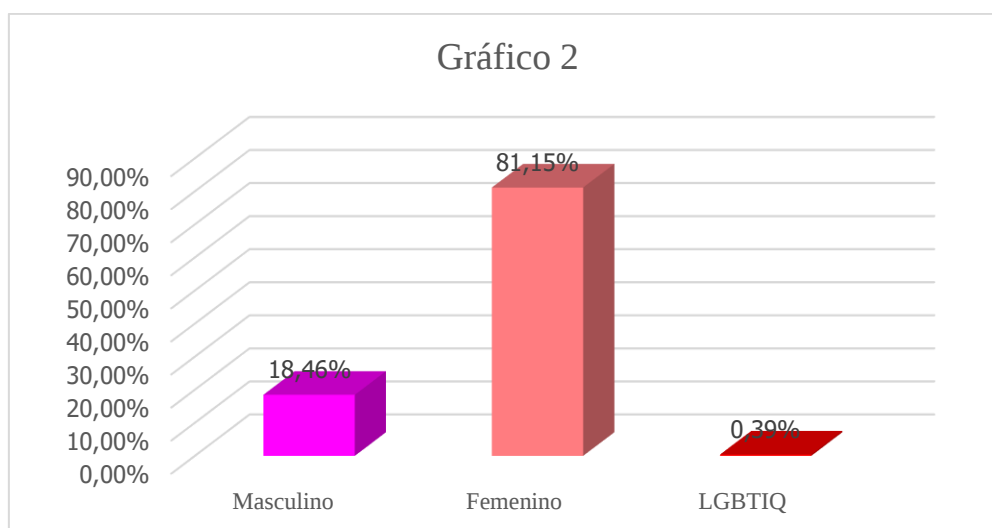
La distribución etaria de las familias, se evidencia que la mayoría se concentran en los rangos de 47 a 55 años 34,62%, de 36 a 46 años con un 33,85%, de 26 a 35 un 18.84%, un 7.69% más de 55 y de 18 a 25 un 5%. Lo que indica una población predominantemente es adulta, con responsabilidades familiares y sociales consolidadas. Por lo que esta información, da indicadores esenciales, ya que el uso de redes sociales no se limita a jóvenes, sino que también forma parte de la vida cotidiana de adultos que cumplen roles parentales y de convivencia familiar.

Tabla 2 *Género.*

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	48	18.46%
Femenino	211	81.15%
LGBTIQ	1	0.39%
Total	260	100%

Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta

Gráfico 2 Género.



Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta

Análisis e Interpretación

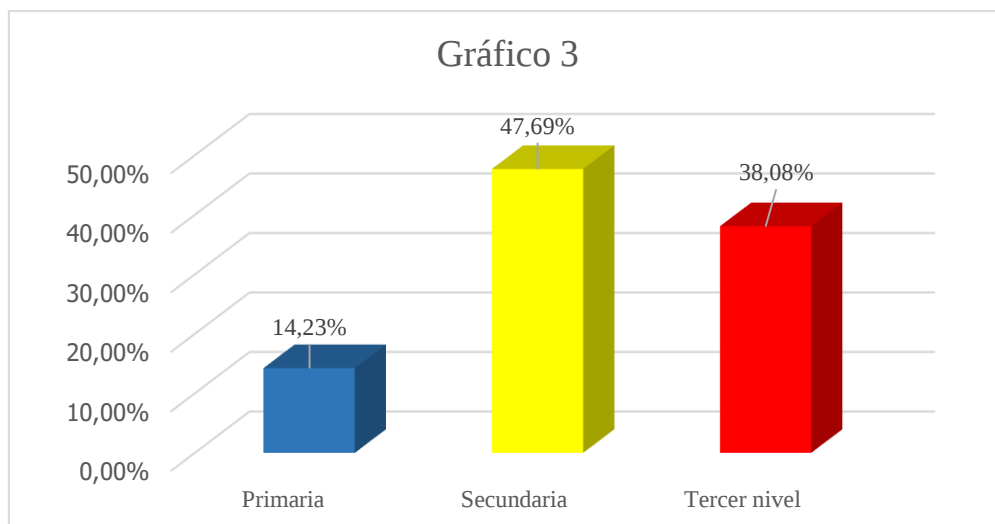
Del 100% de las familias encuestadas, el porcentaje mayoritario son mujeres con el 81,15%, lo que puede asociarse a su rol activo dentro de la familia, seguido del 18,46% que fueron masculinos y el 0,39% LGBTIQ, con estos datos se evidencia que las mujeres suelen asumir una mayor responsabilidad el cuidado del hogar y en la la convivencia familiar.

Tabla 3 Nivel educativo.

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Primaria	37	14.23%
Secundaria	124	47.69%
Tercer nivel	99	38.08%
Total	260	100%

Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta

Gráfico 3 Nivel educativo.



Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta

Análisis e Interpretación

En cuanto al nivel educativo, del 100% de las familias se observa que casi la mitad de los participantes cuenta con educación secundaria 47,69%, seguida de un porcentaje significativo con un nivel educativo de tercer nivel 38,08% y un 14,23% pose primaria. Este panorama refleja una población con capacidades para comprender y utilizar tecnologías digitales, lo que facilita el acceso a redes sociales. Sin embargo, el nivel educativo no necesariamente garantiza un uso equilibrado de estas herramientas, ya que cuando especialmente no existen reglas claras para su manejo dentro del entorno familiar.

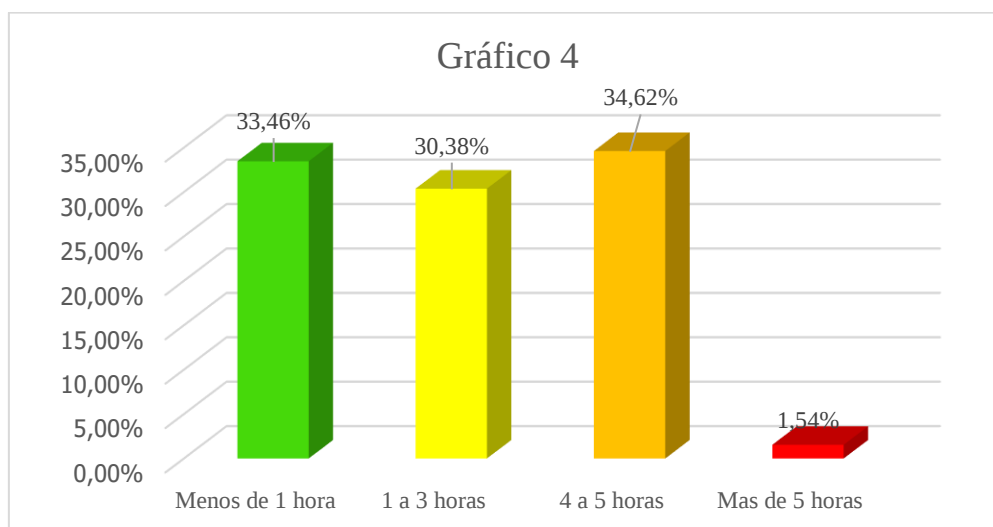
Tabla 4 Tiempo promedio que se dedica diariamente al uso de redes sociales.

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Menos de 1 hora	87	33.46%

1 a 3 horas	79	30.38%
4 a 5 horas	90	34.62%
Mas de 5 horas	4	1.54%
Total	260	100%

Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta

Gráfico 4 Tiempo promedio que se dedica diariamente al uso de redes sociales.



Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta

Análisis e Interpretación

Como se evidencia en el gráfico, el uso de redes sociales ocupa un espacio significativo en la rutina diaria de las familias de la Urbanización Cielito Lindo, ya que con un 34,62% de los participantes manifiesta dedicar entre 4 y 5 horas diarias, mientras que un 30,38% señala un uso de 1 a 3 horas, un 33,46% indica emplear menos de una hora al día y el 5% afirman dedicar más de cinco hora diarias para el uso de redes sociales, lo que reflejan una realidad diversa, donde coexisten prácticas de uso moderado con otras de mayor intensidad.

Por lo tanto, la dedicación prolongada a las redes sociales, especialmente en adultos que cumplen el rol de cabeza de hogar, puede influir directamente en la organización del tiempo doméstico, reduciendo los espacios destinados al diálogo, la convivencia y el acompañamiento dentro del sistema familiar.

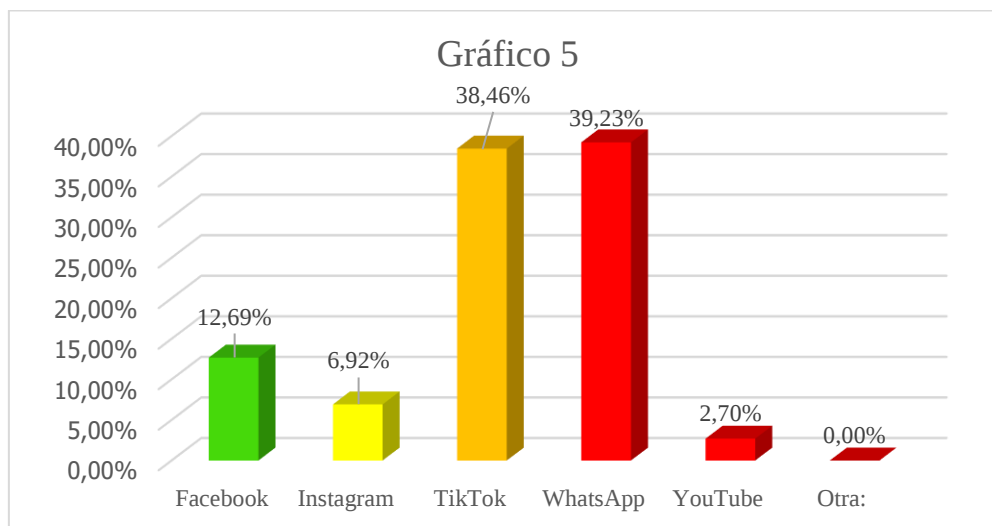
Tabla 5 Redes sociales que se usan con mayor frecuencia.

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Facebook	33	12.69%
Instagram	18	6.92%
TikTok	100	38.46%
WhatsApp	102	39.23%
YouTube	7	2.70%
Otra:	0	0%
Total	260	100%

Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón

Manta

Gráfico 5 Redes sociales que se usan con mayor frecuencia.



Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón

Manta

Análisis e Interpretación

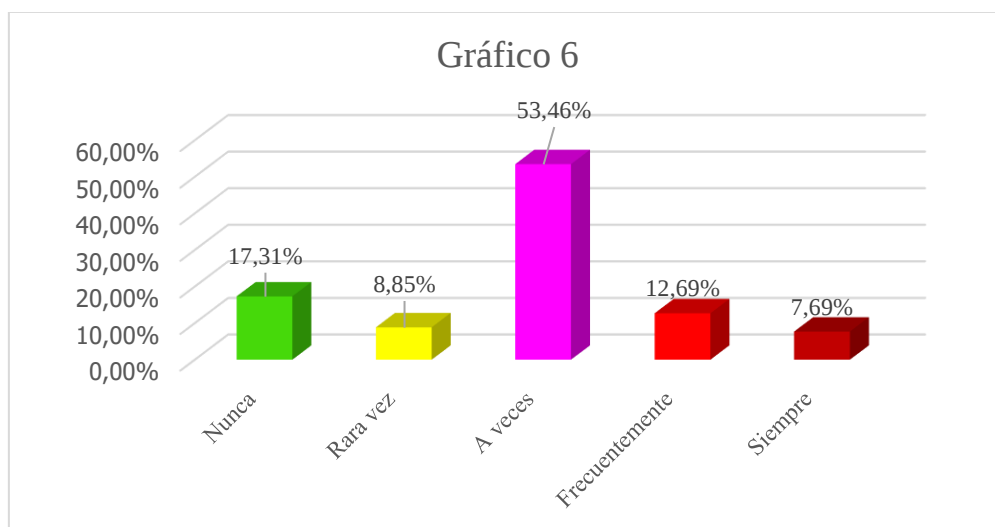
Las plataformas más usadas por las familias, como se observa en el gráfico las redes sociales con mayor utilización son el WhatsApp con el 39,23% y TikTok con un 38,46%, siendo WhatsApp se posiciona como una herramienta clave para la comunicación familiar y social, facilitando el contacto inmediato entre sus miembros. No obstante, su uso constante puede generar interrupciones frecuentes durante actividades familiares, afectando la calidad de la interacción presencial. Mientras que TikTok se destaca como una red orientada al entretenimiento y al consumo rápido de contenidos, lo que puede incentivar un uso prolongado y poco consciente del tiempo. La menor utilización de plataformas como Facebook con el 12,69%, Instagram 6,92% y YouTube 2,70% por lo que se evidencia una transición hacia aplicaciones más dinámicas y en tendencia, que captan la atención de manera continua y favorecen la permanencia prolongada frente a los dispositivos móviles.

Tabla 6 *Frecuencia en la que interrumpen una actividad familiar para revisar o usar redes sociales*

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	45	17.31%
Rara vez	23	8.85%
A veces	139	53.46%
Frecuentemente	33	12.69%
Siempre	20	7.69%
Total	260	100%

Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta

Gráfico 6 *Frecuencia en la que interrumpen una actividad familiar para revisar o usar redes sociales*



Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta

Análisis e Interpretación

Más de la mitad de las familias encuestadas que corresponde al 53,46% reconocen que a veces interrumpe actividades familiares para revisar redes sociales, mientras que un 12,69% lo hace frecuentemente y un 7,69% siempre. Estos resultados afirman que las familias tienen normalizado el uso del teléfono móvil incluso en espacios destinados a la convivencia familiar, como comidas o reuniones.

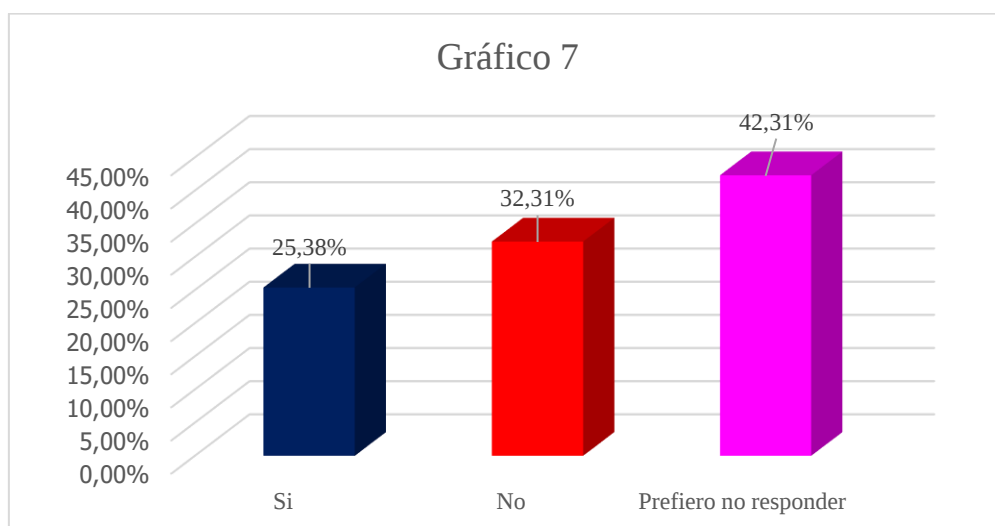
La frecuencia del uso de las redes sociales por parte de las familias, aunque en ocasiones parezcan inofensivas, pueden generar distanciamiento emocional, pérdida de atención e incluso debilitamiento de los vínculos familiares. Por lo tanto, la frecuencia con la que se presentan estas conductas pone de manifiesto la necesidad de reflexionar sobre hábitos digitales más conscientes dentro del hogar.

Tabla 7 Existencia de conflictos familiares debido al uso excesivo de redes sociales.

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Si	66	25.38%
No	84	32.31%
Prefiero no responder	110	42.31%
Total	260	100%

Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón

Manta

Gráfico 7 Existencia de conflictos familiares debido al uso excesivo de redes sociales.

Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón

Manta

Análisis e Interpretación

Un 25,38% de las familias encuestadas afirman haber experimentado conflictos familiares relacionados con el uso excesivo de redes sociales. Sin embargo, resulta significativo que el 42,31% haya optado por no responder a esta pregunta, lo que puede interpretarse como una dificultad para reconocer o visibilizar conflictos dentro del ámbito familiar.

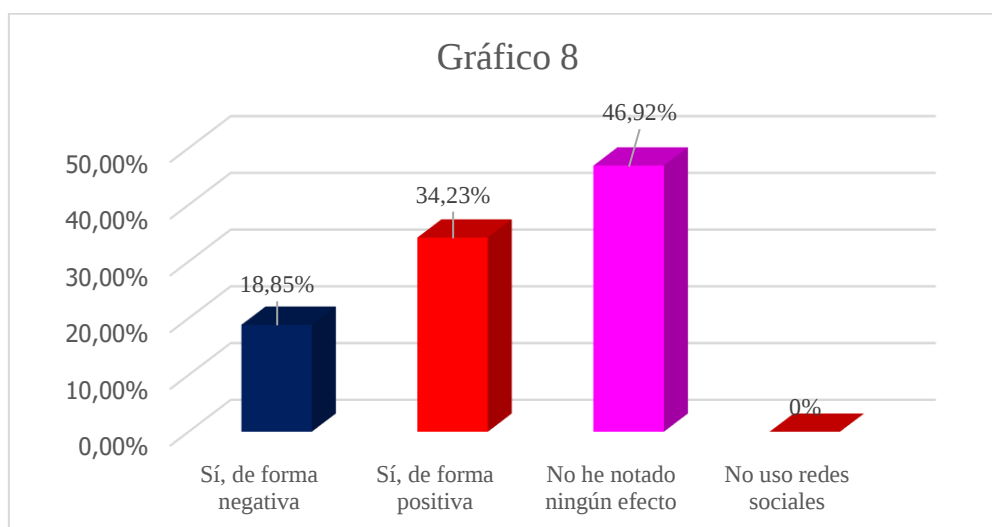
Por lo tanto, este resultado significa, en muchos casos de los problemas familiares asociadas al uso de redes sociales se encuentran naturalizadas o minimizadas, lo que dificulta su identificación y desde una perspectiva social, la negación o el silencio de las víctimas frente al conflicto puede generar su permanencia.

Tabla 8 *El uso de redes sociales ha influido en su estado emocional (por ejemplo: estrés, ansiedad, aislamiento).*

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Sí, de forma negativa	49	18.85%
Sí, de forma positiva	89	34.23%
No he notado ningún efecto	122	46.92%
No uso redes sociales	0	0%
Total	260	100%

Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta

Gráfico 8 *El uso de redes sociales ha influido en su estado emocional (por ejemplo: estrés, ansiedad, aislamiento).*



Nota: *Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta*

Análisis e Interpretación

Conforme se evidencia en el gráfico, del 100% de las familias encuestadas un 46,92% afirma no haber percibido efectos en su estado emocional, mientras que un 34,23% reconoce influencias positivas y un 18,85% identifica efectos negativos como estrés, ansiedad o aislamiento, por lo que, los datos describen que la experiencia emocional asociada al uso de redes sociales no es semejante y depende del tipo de uso, del tiempo dedicado y del estado personal y familiar.

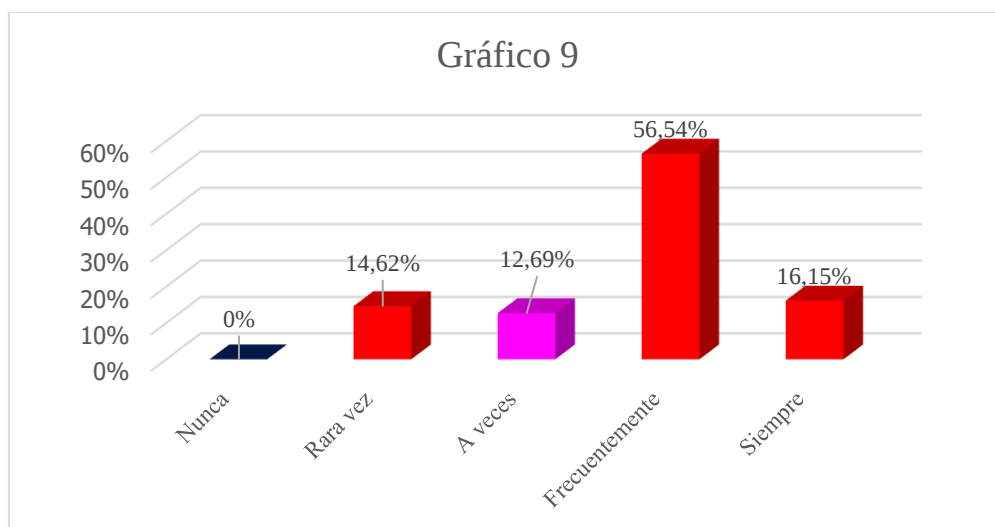
Por lo tanto, a pesar de que los de efectos negativos por la utilización de redes sociales sea minoritaria, resulta relevante, ya que puede afectar la comunicación, la tolerancia y la convivencia dentro del hogar, incrementando la probabilidad de conflictos familiares y dificultades emocionales.

Tabla 9 *Frecuencia de compartir tiempo de calidad en familia (como comer juntos, ver una película, conversar).*

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	0	0%
Rara vez	38	14.62%
A veces	33	12.69%
Frecuentemente	147	56.54%
Siempre	42	16.15%
Total	260	100%

Nota: *Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta*

Gráfico 9 *Frecuencia de compartir tiempo de calidad en familia (como comer juntos, ver una película, conversar).*



Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta

Análisis e Interpretación

A pesar del uso constante de redes sociales en las familias encuestadas, los resultados revelan que un 56,54% comparte tiempo de calidad en familia de manera frecuente, un 16,15% siempre, el 14,62% rara vez, el 12,69% a veces y un 0% nunca. Por lo que, estos datos evidencian que las familias aún valoran los espacios de encuentro y convivencia dentro del sistema familiar, lo que representa un factor protector frente a los efectos negativos del uso excesivo de la tecnología.

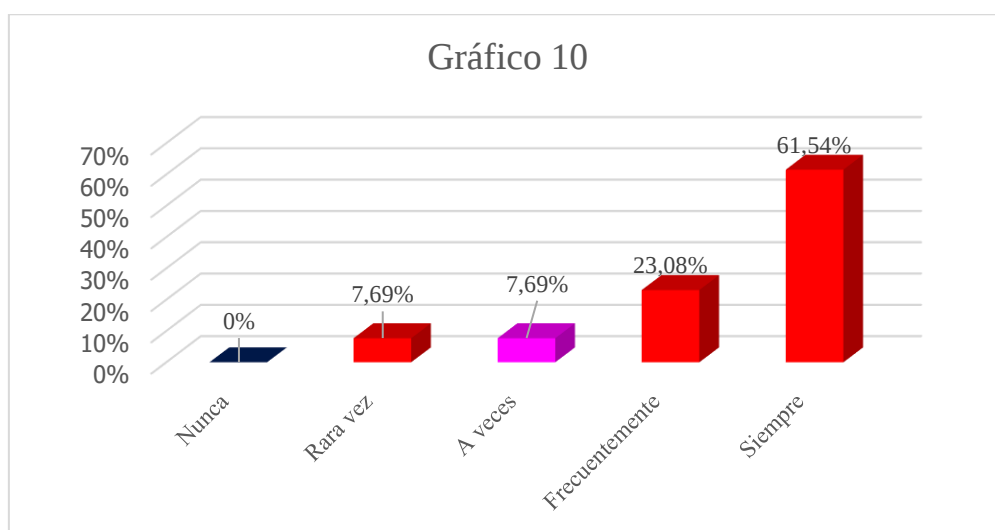
A pesar de los resultados obtenidos, aún persiste un porcentaje de familias que poseen poca frecuencia de compartir tiempo de calidad en el núcleo de calidad, por lo que, si existe una incidencia de las redes sociales al momento de interactuar con la familia.

Tabla 10 *Frecuencia de comunicación familiar a través de redes sociales o mensajería instantánea.*

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	0	0%
Rara vez	20	7.69%
A veces	20	7.69%
Frecuentemente	60	23.08%
Siempre	160	61.54%
Total	260	100%

Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta

Gráfico 10 *Frecuencia de comunicación familiar a través de redes sociales o mensajería instantánea.*



Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta

Análisis e Interpretación

En función a los resultados obtenidos de los encuestados, la comunicación digital se ha consolidado como una práctica habitual en las familias de la Urbanización Cielito

Lindo, ya que el 61,54% afirman que siempre se comunica con su familia a través de redes sociales, el 23,08% frecuentemente, el 7,69% rara vez y con el mismo porcentaje a veces. Por lo que, estos resultados manifiestan la tecnología juega un rol muy importante para la comunicación, especialmente en contextos donde los miembros del hogar pasan gran parte del día fuera.

Sin embargo, la utilización de estos canales de comunicación de manera excesiva, puede sustituir progresivamente la comunicación presencial, cambiando sustancialmente la forma en que se expresan emociones las familias, se resuelven conflictos y se fortalecen los vínculos familiares.

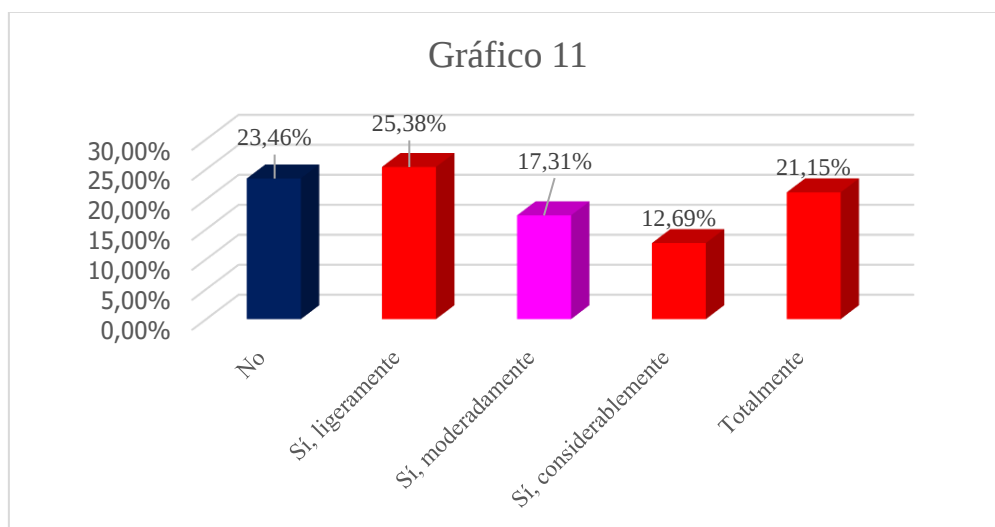
Tabla 11 *Disminución del tiempo de conversación presencial con la familia por el uso de redes sociales.*

Opción	Frecuencia	Porcentaje
No	61	23.46%
Sí, ligeramente	66	25.38%
Sí, moderadamente	45	17.31%
Sí, considerablemente	33	12.69%
Totalmente	55	21.15%
Total	260	100%

Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón

Manta

Gráfico 11 *Disminución del tiempo de conversación presencial con la familia por el uso de redes sociales.*



Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta

Análisis e Interpretación

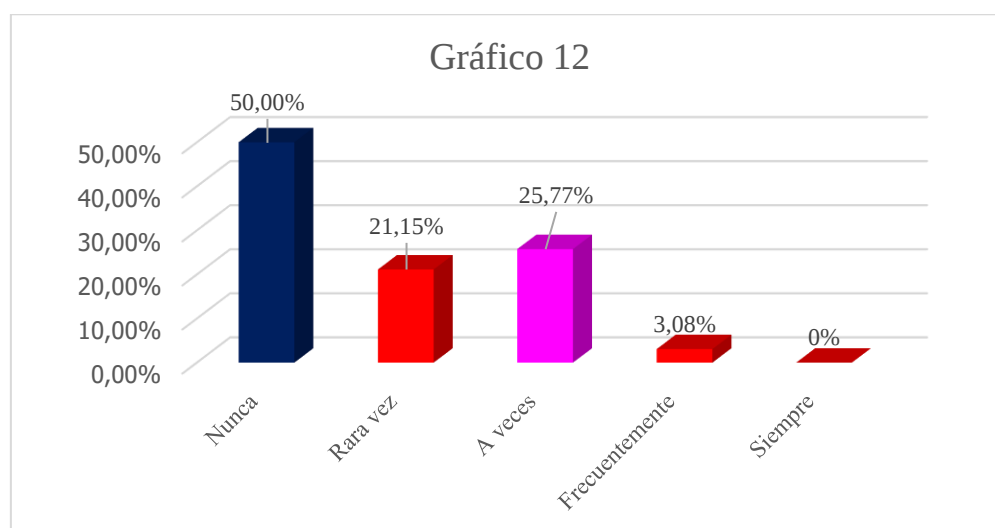
Los datos obtenidos de los encuestados, revelan que un porcentaje mayoritario reconocen una disminución en la conversación presencial, resaltando que el 25,38% afirman que, si ha existido la reducción del tiempo de conversación a causa del uso de redes sociales, el 23,46% que no, el 17,31% que modernamente, el 21,15% considera que esta reducción ha sido total y el 12,69% totalmente. Por lo tanto, estos datos revelan que existe una reestructuración en las dinámicas comunicacionales dentro del sistema familiar, donde la interacción digital comienza a ocupar el lugar del diálogo directo y la reducción de la comunicación cara a cara puede limitar los tipos de expresión durante un proceso de comunicación, la escucha activa y la resolución adecuada de conflictos familiares.

Tabla 12 Realizan actividades familiares donde se limite el uso de celulares o redes sociales.

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	130	50.00%
Rara vez	55	21.15%
A veces	67	25.77%
Frecuentemente	8	3.08%
Siempre	0	0%
Total	260	100%

Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta

Gráfico 12 Realizan actividades familiares donde se limite el uso de celulares o redes sociales.



Nota: Información obtenida de las familias de la Urbanización Cielito Lindo del cantón Manta

Análisis e Interpretación

Finalmente, se observa en el gráfico que de 100% de los encuestados, el 50% de las familias nunca realiza actividades en las que se limite el uso de celulares o redes

sociales, el 25,77% a veces, el 21,15% rara vez y solo un 3,08% lo hace con frecuencia. Por lo que este resultado resulta evidente que existe ausencia de acuerdos o normas familiares orientadas a regular el uso de la tecnología y la falta de límites claros puede favorecer el uso excesivo de redes sociales y aumentar el distanciamiento entre los miembros de la familia, lo que resalta la insuficiencia de intervenciones desde el ámbito social y educativo que promuevan prácticas digitales saludables y fortalecimiento de la convivencia familiar, sobre todo el uso adecuado de las redes sociales.

Conclusiones

Dando cumplimiento al primer objetivo, los resultados evidencian que las redes sociales forman parte del día a día de los hogares y se encuentran profundamente integradas en las rutinas familiares, ya que la mayoría de los participantes, principalmente adultos con responsabilidades familiares, utiliza estas plataformas durante varias horas al día, lo que demuestra que su uso no es ocasional, sino constante. WhatsApp y TikTok destacan como las aplicaciones más utilizadas, ya sea para comunicarse con familiares y amistades o como medio de entretenimiento.

Dando respuesta al segundo objetivo, se concluye que este uso de las redes sociales tiene efectos visibles en la forma en que las familias interactúan entre sí, debido a que una gran parte de las familias encuestadas reconocen que, en distintas ocasiones, interrumpe momentos familiares para revisar el celular, lo que afecta la interacción y la calidad del tiempo compartido. Aunque las familias siguen reuniéndose y compartiendo momentos, la comunicación cara a cara se ha ido reduciendo progresivamente, siendo reemplazada por conversaciones de redes sociales. Por lo que, esta situación genera una convivencia más distante, en la que estar juntos físicamente no siempre implica un verdadero encuentro emocional. Así y limita la construcción de espacios de diálogo más cercanos y significativos.

Finalmente, los resultados muestran que, si bien algunas personas no perciben efectos inmediatos, existe un grupo significativo que experimenta malestar emocional, como estrés, ansiedad o sensación de aislamiento, lo que influyen en la interrelación familiar y pueden convertirse en detonantes de conflictos, especialmente cuando el tiempo dedicado a las redes sociales supera el destinado a la interacción familiar. Además, se observa una tendencia a normalizar estos conflictos o a evitar hablar de ellos, lo que puede debilitar los vínculos afectivos a largo plazo y en este sentido, el uso inadecuado de las redes sociales no solo impacta en el bienestar individual, sino que también afecta la dinámica familiar, la comunicación y la calidad de las relaciones entre sus miembros.

Recomendaciones

Se recomienda fomentar espacios de orientación y reflexión dirigidos a las familias de la Urbanización Cielito Lindo, que permitan reconocer los patrones de uso de redes sociales y reflexionar sobre el tiempo dedicado a estas plataformas. Pero para ello, es importante impulsar acuerdos familiares sencillos y consensuados, orientados a regular el uso de dispositivos móviles en determinados momentos del día, como durante las comidas o reuniones familiares, favoreciendo así una convivencia más equilibrada entre la vida digital y la interacción presencial.

Se sugiere incentivar la realización de actividades familiares que prioricen la interacción directa, como encuentros recreativos, espacios de diálogo o dinámicas comunitarias, donde se limite de manera voluntaria el uso de celulares y redes sociales. Ya que estas acciones pueden contribuir a recuperar el diálogo e interacción presencial, mejorar la escucha activa y fortalecer los vínculos afectivos, permitiendo que los miembros de la familia compartan tiempo de calidad y refuercen la cohesión familiar.

Se recomienda implementar estrategias de acompañamiento socioeducativo que permitan identificar y abordar las consecuencias emocionales asociadas al uso inadecuado de redes sociales, tales como el estrés, la ansiedad o el aislamiento.

Referencias Bibliográficas

- Alban, G. P. G., Arguello, A. E. V., & Molina, N. E. C. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *RECIMUNDO*, 4(3), Article 3.
[https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(3\).julio.2020.163-173](https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173)
- Alcívar, A. M. A. (2020). Usos educativos de las principales redes sociales: El estudiante que aprende mientras navega. *REVISTA CIENTÍFICA ECOCIENCIA*, 7, 1-14. <https://doi.org/10.21855/ecociencia.70.294>
- Álvarez-de-Sotomayor, I. D., Carril, P.-C. M., & Sanmamed, M. G. (2021). Hábitos de uso de las redes sociales en la adolescencia: Desafíos educativos. *Revista Fuentes*, 23(3), Article 3. <https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2021.15691>
- Arciniega-Carrión, A. C. (2019). Comunicación familiar y medios tecnológicos: Siglo XXI. *Polo del Conocimiento*, 4(8), Article 8.
<https://doi.org/10.23857/pc.v4i8.1041>
- Bakhshian, E., & Martinez-Pastor, B. (2023). Evaluating human behaviour during a disaster evacuation process: A literature review. *Journal of Traffic and Transportation Engineering (English Edition)*, 10(4).
<https://trid.trb.org/View/2219670>
- Blanco Ruiz, A., & Iglesias Ruiz, J. (2021). El Marketing a través de las redes sociales. *RA&DEM* 5, 315-331 (2021). <http://helvia.uco.es/xmlui/handle/10396/22384>

- Cabanillas Tito, N. del R. (2023). Comunicación familiar y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de Lima Sur, 2021. *AUTONOMA*.
<http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/2506>
- Cacay-Ramos, K. L., & Rodríguez-Alava, L. A. (2022). El nivel educativo de los padres en las relaciones intrafamiliares. *Polo del Conocimiento*, 7(5), Article 5.
<https://doi.org/10.23857/pc.v7i5.3952>
- Carrillo, L., Pilco, G., Carrillo, L., & Pilco, G. (2024). RELACIONES INTRAFAMILIARES Y SALUD MENTAL EN ADOLESCENTES DE PELILEO, ECUADOR. *Revista Chakiñan de Ciencias Sociales y Humanidades*, 22, 159-169. <https://doi.org/10.37135/chk.002.22.10>
- Carrillo-Pascual, E., Puebla-Martinez, B., & Perez-Cuadrado, P. (2019). Una revisión del concepto del modelo analítico de la Teoría de Redes y sus componentes. *Revista ESPACIOS*, 40(22).
<https://www.revistaespacios.com/a19v40n22/19402218.html>
- Castañeda, R. C., Jiménez, E. V., Fadd, S. M. N., Jerónimo, J. E. C., & Ochoa, G. M. (2021). Análisis Psicométrico de la Escala de Relaciones Intrafamiliares. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, 1(58), 19-33.
- Constitución de la República del Ecuador, 0 219 (2008).
https://www.defensa.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/02/Constitucion-de-la-Republica-del-Ecuador_act_ene-2021.pdf
- Cunalata-Altamirano, D. M., & Chiliquinga-Véjar, L. del C. (2024). USO DE REDES SOCIALES TECNOLÓGICAS Y RELACIONES FAMILIARES EN ADULTOS MAYORES. *Revista Científica y Arbitrada de Ciencias Sociales y*

- Trabajo Social: Tejedora*. ISSN: 2697-3626, 7(13), Article 13.
<https://doi.org/10.56124/tj.v7i13.006>
- Deza, J. F. A. (2023). *EL RIESGO DEL USO EXCESIVO DE LAS REDES SOCIALES EN LOS ESTUDIANTES DE LATINOAMÉRICA*. SciELO Preprints.
<https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.5241>
- Espinoza-Freire, E. E. (2023). La enseñanza de las ciencias sociales mediante el método deductivo. *Revista Mexicana de Investigación e Intervención Educativa*, 2(2), Article 2. <https://doi.org/10.62697/rmiie.v2i2.50>
- Feria Avila, H., Matilla González, M., & Mantecón Licea, S. (2020). La entrevista y la encuesta: ¿métodos o técnicas de indagación empírica? *Didasc@lia: Didáctica y Educación*, 11(3 (Julio-Septiembre)), 62-79.
- Fontecilla, H. B. (2021). El impacto de las redes sociales en las personas y en la sociedad: Redes sociales, redil social, ¿o telaraña? *Tarbiya, Revista de Investigación e Innovación Educativa*, 49, Article 49.
<https://doi.org/10.15366/tarbiya2021.49.007>
- García Aguilar, A. J., & Arosemena, A. (2023). Las Redes y el Cambio Social. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 8232-8246.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7559
- García Jiménez, A., López de Ayala López, M. C., & Montes Vozmediano, M. (2020). Características y percepciones sobre el uso de las plataformas de redes sociales y dispositivos tecnológicos por parte de los adolescentes. *Zer: Revista de estudios de comunicación = Komunikazio ikasketen aldizkaria*, 25(48), 269-286.
- García, R. T. (2021). MEDIOS SOCIALES O REDES SOCIALES: CONCEPTUALIZACIÓN Y METODOLOGÍA PARA SOCIOLOGÍA EN ESPAÑOL. *Revista Inclusiones*, 354-369.

- Gómez-Barrera, J. C. (2021). Estudiar las redes sociales: Perspectivas teóricas para un análisis. *MEDIACIONES*, 17(26), 190-203.
<https://doi.org/10.26620/uniminuto.mediaciones.17.26.2021.190-203>
- González, M. (2023). Conectados pero Distantes: El Impacto de las Redes Sociales en la Comunicación Familiar. *Revista de Epistemología y Ciencias Sociales*, 4(2), Article 2.
- Govea, C. M. B., Valverde, Y. M. A., López, E. V., & Villavicencio, P. M. (2023). Impacto de las redes sociales en el comportamiento de los adolescentes de básica superior. *Dominio de las Ciencias*, 9(4), Article 4.
<https://doi.org/10.23857/dc.v9i4.3684>
- Gozálvez-Pérez, V., Cortijo-Ruiz, G., Gozálvez-Pérez, V., & Cortijo-Ruiz, G. (2023). Desarrollo humano y redes sociales en sociedades digitales. *Sophia, Colección de Filosofía de la Educación*, 34, 41-64.
<https://doi.org/10.17163/soph.n34.2023.01>
- Hernández, P. por H. (2023). *Sandra Ball-Rokeach autora fundamental en el análisis de los efectos de los medios de comunicación*.
<https://www.heroinas.net/2023/01/sandra-ball-rokeach-autora-fundamental.html>
- Herrera, H. H. (2012). Las Redes Sociales: Una Nueva Herramienta De Difusión. *Reflexiones*, 91(2), 121-128.
- Klimenko, O., Cataño Restrepo, Y. A., Otálvaro, I., Úsuga Echeverri, S. J., Cataño Restrepo, Y. A., Otálvaro, I., & Úsuga Echeverri, S. J. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. *Psicogente*, 24(46), 123-155.
<https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4382>

Laura. (2025). : *Editorial Hermanos Capuchinos: - Actualidad: Influencia de las Redes Sociales en la Dinámica Familiar.*

<https://www.capuchinoseditorial.org/actualidad/35/influencia-de-las-redes-sociales-en-la-dinamica-familiar>

Ley Orgánica de Comunicación, 1, 1 1 54 (2019).

<https://www.telecomunicaciones.gob.ec/wp-content/uploads/2020/01/Ley-Organica-de-Comunicaci%C3%B3n.pdf>

Loaiza, R. P. F., Belduma, K. D. L., Pesantez, Z. M. O., & Ayala, C. R. C. (2024). La influencia del uso de Instagram y TikTok en los estudiantes universitarios.

Revista Científica Multidisciplinaria SAPIENTIAE. ISSN: 2600-6030, 7(15), Article 15. <https://doi.org/10.56124/sapientiae.v7i15.005>

Löscher, S., Rambo, C. A., & Ferreira, J. L. (2023). A pesquisa exploratória na abordagem qualitativa em educação. *Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação*, e023141. <https://doi.org/10.21723/riace.v18i00.17958>

Lozares, C. (1996). La teoría de redes sociales. *Papers. Revista de Sociologia*, 48, 103-126. <https://doi.org/10.5565/rev/papers/v48n0.1814>

Macías, A. B. (2021). La red de apoyo familiar y las relaciones intrafamiliares como predictoras de la satisfacción vital. *Actualidades en Psicología*, 35(131), 71-87.

Mammoliti. (2024). *Vínculos Familiares: Cómo fomentar Relaciones Intrafamiliares Saludables y Significativas.*

<https://www.psimammoliti.com/recursos/blog/cultivando-vinculos-familiares-claves-para-relaciones-intrafamiliares-saludables-y-significativas>

Marte Espinal, R. (2021). Gestión social: Las redes sociales en las relaciones familiares de la zona urbana del municipio de Villa Isabela República Dominicana. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales (RCCS)*, 10(1), 5.

- Moreano Guerra, C. B., Escobar Erazo, T. E., Haro Haro, E. R., & Villagomez Valencia, P. A. (2024). Redes Sociales y su Impacto en el Entorno Digital de las Empresas. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 831-857.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10531
- Moscoso Calvo, M. E. (2020). Relaciones intrafamiliares, resiliencia y autoeficacia en adolescentes de 3ro y 4to año de secundaria de una institución educativa de Lima Sur. *Repositorio Institucional*.
<http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1054>
- Ocampo, D. S. (2020, junio 23). La encuesta y el cuestionario. *Investigalia*.
<https://investigaliacr.com/investigacion/la-encuesta-y-el-cuestionario/>
- Radio Columbia. (2023, diciembre 14). Organización y Comunicación Familiar en la Era Digital: La Influencia Transformadora de la Tecnología. *Radio Columbia*.
<https://columbia.co.cr/organizacion-y-comunicacion-familiar-en-la-era-digital-la-influencia-transformadora-de-la-tecnologia/>
- Ramírez Agurto, J. N., & Tesén Arroyo, J. (2022). Las relaciones interpersonales y la calidad educativa. *TecnoHumanismo*, 2(3), 17-34.
- Reglamento General a la Ley Orgánica de Comunicación, 1, 1 1 25 (2023).
<https://www.consejodecomunicacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2023/10/lotaip/REGLAMENTO%20GENERAL%20A%20LA%20LEY%20ORG%C3%81NICA%20DE%20COMUNICACI%C3%93N.pdf>
- Reyes-García, Y. B., Suarez-Chang, Y., Tabares-León, Y., Reyes-García, Y. B., Suarez-Chang, Y., & Tabares-León, Y. (2022). Las redes sociales y su influencia en la transformación de los estudiantes en ciudadanos digitales. *Luz*, 21(3), 113-122.

- Ridge, B. (2023). *El Origen y Evolución de las Redes Sociales: Un Vistazo Histórico a su Desarrollo*. <https://www.mediummultimedia.com/social-media/como-fue-el-origen-y-evolucion-de-las-redes-sociales/>
- Santana, J. I. A., & Linzán, M. M. A. (2021). Redes sociales y convivencia familiar en la pandemia Covid 19. 2020: Una mirada desde las ciencias de la información. *Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales (ReHuso), Especial*, 179-190.
- Solís, F. M., & Critikián, D. M. (2022). Redes sociales y Generación Z. *Doxa Comunicación. Revista Interdisciplinar de Estudios de Comunicación y Ciencias Sociales*, 381-399. <https://doi.org/10.31921/doxacom.n36a1707>
- Sulbarán, I. (2025, agosto 9). *5 teorías de la psicología social*. Tiffin University. <https://global.tiffin.edu/blog/principales-teorias-de-la-psicologia-social>
- Sun, Y., & Zhang, Y. (2021). A review of theories and models applied in studies of social media addiction and implications for future research. *Addictive Behaviors*, 114, 106699. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106699>
- United Nations, U. (1948). *La Declaración Universal de los Derechos Humanos* | Naciones Unidas. United Nations; United Nations. <https://www.un.org/es/about-us/universal-declaration-of-human-rights>
- Vega Pérez, C. C. (2020). *Teorías de la comunicación* (Primera edición, Vol. 1). <https://openaccess.uoc.edu/bitstream/10609/150061/1/TeoriasComuniacionLaComunicacinComoObjetoEstudio.pdf>
- Velasco, J. C. C., Correa, G. K. M., Correa, K. E. M., & Urquizo, D. F. Z. (2021). La familia y la comunicación a través de las TIC en época de Pandemia COVID-19. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 5(20), Article 20. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v5i20.252>

Villavicencio López, J. F. (2025). *Uso de redes sociales y comunicación familiar de los estudiantes de la carrera de Orientación Familiar de la Universidad de Cuenca en el periodo académico marzo 2024—Febrero 2025.*

<https://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/46342>

Viscarret, Juan Jesús. (2014). *Modelos y métodos de intervención en Trabajo Social.* Alianza Editorial.

Vizcaíno Zúñiga, P. I., Cedeño Cedeño, R. J., & Maldonado Palacios, I. A. (2023).

Metodología de la investigación científica: Guía práctica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 9723-9762.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7658

Zapata Jiménez, E. (2024). *La percepción de los padres de familia sobre la influencia de las redes sociales en la comunicación familiar, por parte de adolescentes entre 15 y 17 años de una institución educativa privada de un Municipio de Santander.* [Master thesis, Universidad de La Sabana].

<https://intellectum.unisabana.edu.co/handle/10818/61328>

Anexo 1 Cuestionario**1. Edad:**

- ☐ Menos de 18 años
- ☐ 18-25
- ☐ 26 – 35
- ☐ 36 – 46
- ☐ 47 – 55
- ☐ Más de 55 años

2. Género:

- ☐ Masculino
- ☐ Femenino
- ☐ LGBTIQ

3. Nivel educativo:

- ☐ Primaria
- ☐ Secundaria
- ☐ Universitario

4. ¿Cuánto tiempo promedio dedica diariamente al uso de redes sociales?

- ☐ Menos de 1 hora
- ☐ 1 a 3 horas
- ☐ 3 a 5 horas
- ☐ Más de 5 horas

5. ¿Qué redes sociales utiliza con mayor frecuencia? (Puede seleccionar más de una)

- ☐ Facebook
- ☐ Instagram

- ☐ TikTok
- ☐ WhatsApp
- ☐ YouTube
- ☐ Otra:

6. ¿Con qué frecuencia interrumpe una actividad familiar para revisar o usar redes sociales?

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Frecuentemente
- ☐ Siempre

7. ¿Ha experimentado alguna vez conflictos familiares debido al uso excesivo de redes sociales?

- ☐ Sí
- ☐ No
- ☐ Prefiero no responder

8. ¿Cree que el uso de redes sociales ha influido en su estado emocional (por ejemplo: estrés, ansiedad, aislamiento)?

- ☐ Sí, de forma negativa
- ☐ Sí, de forma positiva
- ☐ No he notado ningún efecto
- ☐ No uso redes sociales

9. **¿Con qué frecuencia compartes tiempo de calidad con tu familia (como comer juntos, ver una película, conversar)?**

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Frecuentemente
- ☐ Siempre

10. **¿Con qué frecuencia te comunicas con tu familia a través de redes sociales o mensajería instantánea?**

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Frecuentemente
- ☐ Siempre

11. **¿Ha disminuido el tiempo de conversación presencial con tu familia desde que usas redes sociales?**

- ☐ No
- ☐ Sí, ligeramente
- ☐ Sí, moderadamente
- ☐ Sí, considerablemente
- ☐ Totalmente

12. **¿Realizan actividades familiares donde se limite el uso de celulares o redes sociales?**

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez

- A veces
- Frecuentemente
- Siempre

Anexo 2 *Fotografías de la aplicación de la encuesta*

