

Percepción y uso de las redes sociales por adolescentes

Miriam Nerea Varona Fernández y Raquel Hermosa Peña
Unidad Psiquiátrica Infanto-Juvenil. Hospital Santiago Apóstol – HUA

Contacto: miriam.varona@gmail.com

Manuscrito recibido: 03/10/2019
Manuscrito aceptado: 08/11/2019

Cómo citar este documento

Varona-Fernández MN, Hermosa-Peña R. Percepción y uso de las redes sociales por adolescentes. RqR Enfermería Comunitaria (Revista de SEAPA). 2020 Mayo; 8 (1): 18-30.

Resumen

Objetivo: Describir los efectos emocionales y sociales que implica el uso de las redes sociales de los adolescentes como parte de su socialización.

Método: La muestra fue de 324 adolescentes (14 y 16 años) de cuatro centros educativos de la ciudad de Oviedo. Los datos se obtuvieron mediante la distribución de cuestionarios validados en formato papel. Se realizó un análisis cuantitativo descriptivo y según las variables sexo, edad y centro educativo. Además, el cuestionario contaba con preguntas abiertas de las que se realizó un análisis cualitativo.

Resultados: El 76% de los adolescentes se conectan diariamente. El 66,7% refiere que su vida sentimental ha mejorado poco o nada. Las mujeres refieren sentirse mal por comentarios o fotos colgadas en

la red en mayor medida que los hombres ($p=0,01$). El 83,9% refiere tener restringido el acceso a su perfil. Además, el 65,5% refiere que sus padres controlan poco o nada su uso en las redes.

Conclusiones: Los adolescentes hacen un uso intensivo de las redes pero no perciben que sus relaciones sociales hayan mejorado mucho gracias a estas. La participación de las mujeres en las redes sociales se basa principalmente en compartir contenido y recibir feedback. Además, presentan más consecuencias emocionales negativas relacionadas con su uso que los hombres. En relación a la privacidad, la mayor parte de los jóvenes refieren ser bastante cautelosos a la hora de configurar el acceso a su perfil. Además se observa un mayor control parental de las redes en las mujeres.

Palabras clave:

Adolescente; red social; riesgo; privacidad; prevención & control; salud mental

Perception and use of social networks by adolescents

Abstract

Purpose: Describing the emotional and social effects involved in the use of social networks as part of the adolescent social development.

Method: Participants were 324 adolescents aged 14-16 years old who attended four different high schools of Oviedo. Data was collected by handing out a printed version of a validated survey. We carried out a quantitative descriptive analysis of the general data, also according to variables of sex, age and educational center. A qualitative analysis of the open-ended questions was also conducted.

Results: 76% of the teenagers connected daily to social networks. 66.7% reported that their sentimental life had barely improved. It is statistically significant that women reported feeling worse about comments or photos posted online to a larger extent than men ($p=0,01$). 83.9% reported keeping their social media accounts private. Besides, 65,5% perceived that their parents have little or no control over their use of social networks.

Conclusions: Most adolescents own a Smartphone and they use social media daily, however, they do not perceive that their social relations have improved thanks to this use. Women participation in social networks is mainly based on sharing content and receiving feedback. And they feel more negative emotional consequences related to their use than men. Regarding privacy, most young people report being quite cautious when it comes to managing their social media privacy settings. Also, women perceive that their parents are more controlling of their use of social networks than men do.

Keywords

Adolescent; social networking; risk; privacy; prevention & control; mental health

Introducción

Muchas generaciones han tenido que adaptarse a la llegada de las Tecnologías de la Información y la Comunicación y las redes sociales, sin embargo ya podemos hablar de las primeras generaciones que están en contacto directo desde la infancia; los llamados nativos digitales (1).

Las redes sociales se definen como servicios basados en la web que permiten a sus usuarios relacionarse, compartir información, coordinar acciones y en general, mantenerse en contacto (1).

Según el Instituto Nacional de estadística (INE) (2), en 2018, un 69,8% de los menores de entre 10 y 15 años de nuestro país ya poseía móvil propio. En la misma dirección se situaban los datos recogidos por la Asociación para la Investigación de Medios de Comunicación (AIMC), que corroboraron que 7 de cada 10 niños de entre 12 y 13 años utilizaba las redes sociales, aumentando este dato con la edad. Y un 89% de ellos consumían videos en internet (3).

El uso del teléfono móvil, las redes sociales y la navegación por internet ha supuesto

un cambio radical en las formas de relacionarse de la mayoría de las personas, y en especial de los jóvenes (4).

Se ha demostrado que Internet estimula un mayor número de regiones cerebrales, aumenta la memoria de trabajo, produce una mayor capacidad de aprendizaje perceptual y permite hacer frente a varios estímulos de manera simultánea (5). A su vez, favorece el intercambio de información, el contacto con familiares o personas que viven en otros puntos geográficos o el acceso a una amplia variedad de conocimiento en diferentes campos. Además, las redes sociales tienen gran capacidad de convocatoria, jugando así un papel importante en la creación de ciertos movimientos sociales (1,6).

Los nativos digitales tienen más capacidad para tomar decisiones de forma rápida. Y el uso de las redes, siempre que se establezcan relaciones sanas y seguras, puede ser una manera de superar la timidez, el aislamiento o la fobia social (6).

Sin embargo, el uso inadecuado de las redes sociales entre los más jóvenes puede constituir riesgos a nivel psicológico y social, ya que la adolescencia es una etapa que se caracteriza por profundas transformaciones biológicas, psicológicas y sociales, muchas de ellas generadoras de crisis y conflictos (7).

Los nativos digitales tienen más capacidad para tomar decisiones de forma rápida. Y el uso de las redes, siempre que se establezcan relaciones sanas y seguras, puede ser una manera de superar la timidez, el aislamiento o la fobia social. Sin embargo, el uso inadecuado de las redes sociales entre los más jóvenes puede constituir riesgos a nivel psicológico y social.

Los adolescentes se caracterizan por priorizar la gratificación inmediata, aumentar su percepción de invulnerabilidad ante el peligro y sentir curiosidad por nuevas vivencias; lo que les hará más susceptibles a practicar conductas de riesgo. Además tienen mayor dificultad en el control de impulsos y son más influenciados por los medios de comunicación y la publicidad (4).

Según la Encuesta sobre Hábitos de Uso y Seguridad de Internet de menores y jóvenes en España del Ministerio del Interior en 2014 (8), a más de la mitad de los adolescentes les enviaron directamente mensajes desagradables, además el 30% de ellos en el último año ha visto a través de internet páginas sobre bulimia/anorexia, drogas o suicidio.

Hoy en día, está muy extendido entre los más jóvenes compartir datos, fotos y videos de carácter personal en las redes, que acaban estando al alcance de un gran número de personas y que puede acarrear problemas de privacidad e incluso de suplantación de identidad online (5).

Otro problema al que nos enfrentamos es la violencia virtual o ciberbullying, en la que las nuevas formas de comunicación online y las redes sociales pueden convertirse en una herramienta para dar una extensión virtual a un maltrato que se realiza presencialmente (5,8).

Además, las redes sociales pueden tener un efecto negativo en las relaciones de pareja e influir en la violencia de género (9,10).

El uso inadecuado de las redes sociales ha mostrado una asociación con depresión, déficit de atención e hiperactividad, insomnio, abuso de sustancias, ansiedad y un amplio rango de problemas psicosociales en relación al desarrollo de la personalidad, la regulación del estado del ánimo y del manejo del estrés (5,11-13).

Por todo lo anteriormente expuesto, se considera importante describir el impacto psicosocial que tienen las redes en los adolescentes, ya que esto puede ayudar a los profesionales y a los servicios de salud

a desarrollar sistemas de prevención y de promoción de la salud para esta nueva demanda y evitar así, futuros problemas de salud mental en relación a esta problemática.

El objetivo principal de este estudio fue describir los efectos emocionales y sociales que implica el uso de las redes sociales de los adolescentes como parte de su socialización.

Método

Diseño

Se realizó un estudio de tipo descriptivo transversal mediante la entrega del cuestionario de redes sociales y adolescencia, validado por Martín Martín M. en 2016 (5).

Población y Ámbito de estudio.

La población de estudio estuvo constituida por 5.207 adolescentes de entre 14 y 16 años de Oviedo. Se realizó un muestreo intencionado, no probabilístico por conveniencia. La muestra fue recolectada en el periodo de septiembre-diciembre de 2018 en Oviedo. Siendo la muestra final de 324 adolescentes.

Criterios de inclusión: adolescentes de 14 a 16 años, que se encontraban cursando, los estudios de 3º y 4º de Educación Secundaria Obligatoria (E.S.O), durante el curso 2018/2019 y pertenecientes a la ciudad de Oviedo.

Criterios de exclusión: negativa a participar en el estudio.

Recogida de datos

Para obtener los datos del estudio, las investigadoras distribuyeron un total de 493 cuestionarios a las personas encargadas de los cuatro centros educativos que aceptaron participar. Se recogieron 371, de los cuales, 47 se descartaron por edad inferior a 14 años.

Los cuestionarios repartidos se encontraban en formato papel, compuestos por 18

ítems de escala tipo Likert de cinco posibilidades de respuesta, dos ítems de escala dicotómica, un ítem de ordenación y cuatro preguntas abiertas, además de una serie de datos identificativos en el encabezado de los mismos.

Procedimiento de análisis de datos

Para el análisis de los datos cuantitativos obtenidos se utilizó el programa estadístico SPSS versión 22.

Se realizó, por un lado un análisis descriptivo y un análisis de frecuencias de la totalidad del cuestionario, obteniendo medianas, porcentajes y frecuencias de cada uno. Posteriormente, se efectuó un análisis según las variables sexo, edad y centro educativo y un análisis de relación entre diferentes ítems del cuestionario. Para encontrar diferencias significativas entre las distintas variables, se utilizó la prueba Chi-Cuadrado de Pearson. Estableciendo como valor significativo $p < 0,05$.

Para el análisis de los datos cualitativos, se analizaron los datos obtenidos de las preguntas abiertas del cuestionario mediante el análisis del contenido temático, elaborando un listado de códigos y categorías. Se analizaron 231 respuestas válidas.

Resultados

La media de edad de los encuestados era de 14,44 años. Mediana = 14. Respecto a la variable sexo, el 52,5% (IC95%: 46,9-58,1) eran chicas (168 adolescentes) y el 47,5% (IC95%: 41,9-53,1) eran chicos (152 adolescentes). Respecto al tipo de centro educativo, el 42,3% (IC95%: 36,8-47,8) estudiaban en colegio concertado (137 adolescentes) y el 57,7% (IC95%: 52,18-63,25), en colegio público (187 adolescentes). El 96,3% (IC95%: 94,1-98,5) tenían Smartphone propio (312 adolescentes) y el 3,7%, no (12 adolescentes).

Se realizó un análisis descriptivo de los ítems más relevantes. (Tabla 1) (Tabla 2) (Figura 1) (Figura 2).

Tabla 1: Resultado de la encuesta sobre uso de redes sociales (1).

Ítem	Nunca			Con poca frecuencia			Con bastante frecuencia			Con mucha frecuencia			Siempre		
	n	%	IC95%	n	%	IC95%	n	%	IC95%	n	%	IC95%	n	%	IC95%
Agrego a todos los que quieran ser mis amigos, aunque no los conozca	172	53,6	48-59,2	108	33,6	28,3-39	21	6,5	3,7-9,4	11	3,4	1,3-5,6	9	2,8	0,9-4,8
Converso con todos los contactos que tengo en mi lista	129	40,1	34,6-45,6	125	38,8	33,4-44,3	47	14,6	10,6-18,6	16	5	2,4-7,5	5	1,6	0,5-3,6
En mi perfil hablo de mis estados de ánimo, sentimientos, gustos, parejas...	173	53,4	47,8-60	90	27,8	22,8-32,8	35	10,8	7,3-14,3	20	6,2	3,4-9	6	1,9	0,2-3,5
Me he sentido mal por comentarios o fotos colgadas en la red en los que salgo poco favorecido/a	208	64,6	59,2-70	86	26,7	21,7-31,7	16	5	2,4-7,5	8	2,5	0,6-4,3	4	1,2	0,3-3,2
Lo que pasa en la red social con mis amigos me afecta en la forma de tratarlos después en persona	104	32,2	27-37,5	95	29,4	24,3-34,5	65	20,1	15,6-24,7	39	12,1	8,4-15,8	20	6,2	3,4-9
Soy capaz de saber cómo se está sintiendo la persona con la que estoy chateando sin necesidad de verla	39	9,5	6,1-12,8	62	19,6	15-24,1	92	29	23,9-34,2	94	29,7	24,5-34,8	39	12,3	8,5-16,1
He tenido problemas o conflictos por comentarios en la red social	205	63,5	58,1-68,9	77	23,8	19-28,6	23	7,1	4,2-10,1	13	4	1,7-6,3	5	1,5	0,5-3,6
Mis amigos de la red, a los que no suelo ver en persona, confían en mí para contarme cosas o pedirme consejo	77	24	19,2-28,8	82	25,5	20,6-30,5	54	16,8	12,6-21,1	58	18,1	13,7-22,4	50	15,6	11,5-19,7

Fuente: Elaboración propia a partir de datos del análisis descriptivo

Tabla 2. Resultado de la encuesta sobre uso de redes sociales (2)

Variable	Categoría	n	%	IC95%
El tiempo que dedico en las redes sociales cada vez que me conecto	Media hora	158	50,8	45,1-56,5
	Una hora	66	21,2	16,5-25,9
	Entre 1 y 2 horas	48	15,4	11,3-19,6
	Entre 2 y 3 horas	24	7,7	4,6-10,8
	Más de 3 horas	15	4,8	2,3-7,4
La frecuencia con la que me conecto a las redes sociales es de...	Menos de 1 vez a la semana	12	3,8	1,5-6
	Una vez a la semana	13	4,1	1,8-6,4
	Varias veces a la semana	51	16,1	11,9-20,3
Mi vida sentimental y social ha mejorado con las redes sociales	A diario	241	76	71,2-80,9
	Nada	61	19,2	14,7-23,7
	Poco	151	47,5	41,8-53,1
Mis padres controlan mi uso de las redes sociales	Bastante	91	28,6	23,5-33,7
	Mucho	15	4,7	2,2-7,2
	Nada	117	36,3	30,9-41,7
Tengo restringido el acceso a mi perfil (privado) para que sólo lo vean mis amigos	Poco	94	29,2	24,1-34,3
	Bastante	85	26,4	21,4-31,7
	Mucho	26	8,1	4,9-11,2
Conozco mejor a la gente que me rodea gracias a internet	Si	271	83,9	79,7-88,1
	No	52	16,1	11,9-20,3
¿Es importante para ti pertenecer a una red social?	Si	177	55	49,4-60,6
	No	145	45	39,4-50,6
	Si	130	44,5	38,7-50,4
	No	162	55,5	49,6-61,4

Fuente: Elaboración propia a partir de datos del análisis descriptivo

Figura 1. Resultados del análisis descriptivo del ítem
 "¿En qué redes sociales tienes cuenta y en cuales te sueles conectar?"

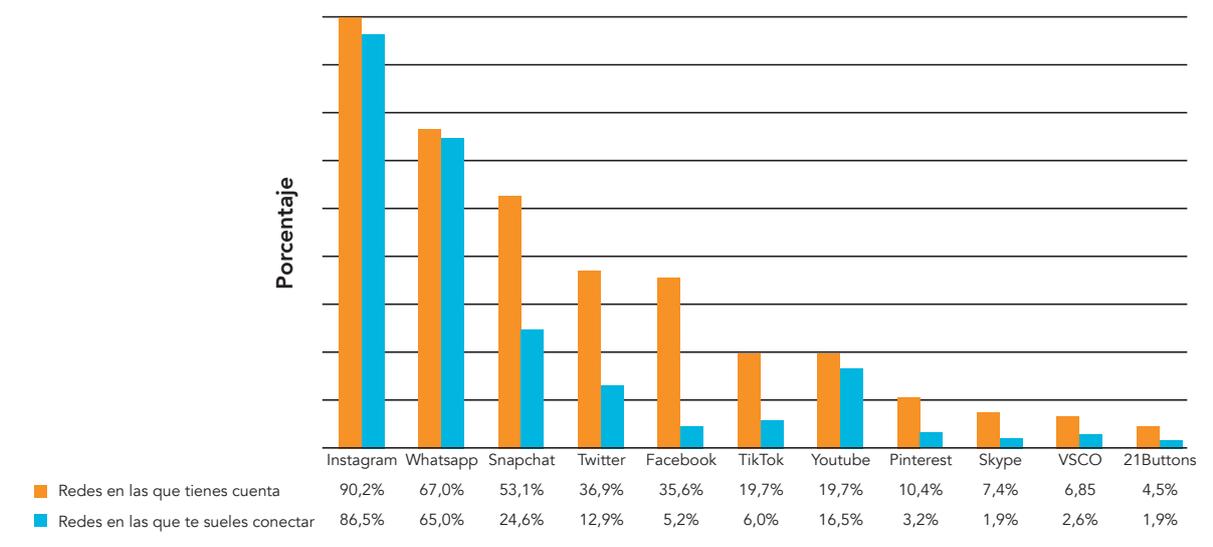
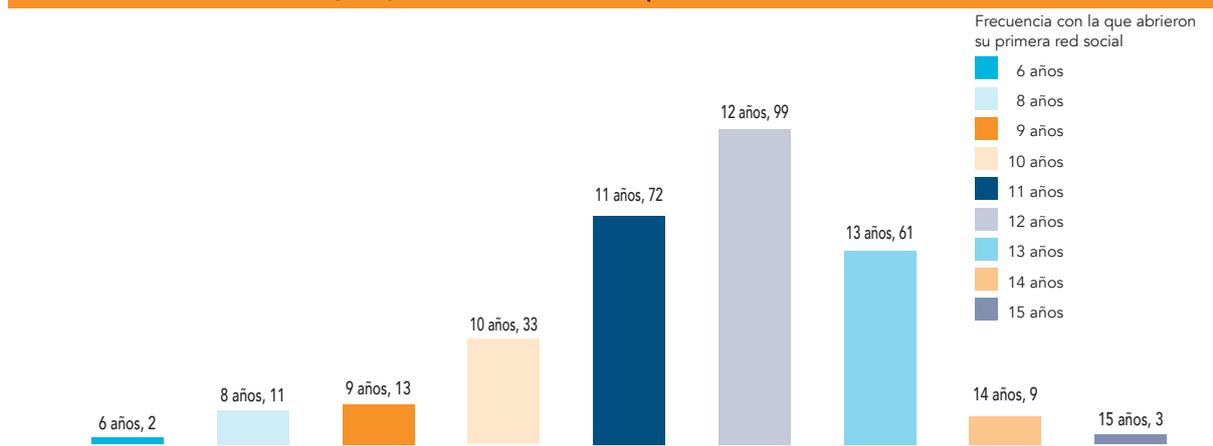


Figura 2. Resultados del análisis descriptivo del ítem
 "¿A qué edad abriste tu primera red social?"



Se encuentran diferencias significativas en función de la edad en los siguientes ítems:

"Converso con todos los contactos que tengo en mi lista": (Un 34,7% del grupo de 14 años responde 1 = nunca) (Un 45% del grupo de 15 años responde 1 = nunca) (Un 75% del grupo de 16 años responde 1 = nunca) ($p = 0,046$)

"He tenido problemas o conflictos por comentarios en la red social": (Un 66,5% del grupo de 14 años responde 1 = nunca) (Un 60,8% del grupo de 15 años responde

1 = nunca) (Un 41,7% del grupo de 16 años responde 1 = nunca) ($p = 0,002$).

"Mi vida sentimental y social ha mejorado con las redes sociales": (Un 25% del grupo de 16 años responde 3 = mucho) (Un 4,3% del grupo de 14 años responde 3 = mucho) (Un 3,4% del grupo de 15 años responde 3 = mucho) ($p = 0,014$).

"La frecuencia con la que me conecto a las redes sociales es de...": (Un 69% del grupo de 14 años responde 3 = a diario) (Un 84,7% del grupo de 15 años responde

3 = a diario) (Un 100% del grupo de 16 años responde 3 = a diario) ($p = 0,027$).

Se encuentran diferencias significativas en función del sexo en los siguientes ítems:

“En mi perfil hablo de mis estados de ánimo, sentimientos, gustos, parejas...”: (49% de las mujeres responde 1 = nunca) (58,6% de los hombres responde 1 = nunca) ($p = 0,039$).

“Me he sentido mal por comentarios o fotos colgadas en la red en los que salgo poco favorecido/a”: (56,9% de las mujeres responde 1 = nunca) (72,8% de los hombres responde 1 = nunca) ($p = 0,010$).

“Lo que pasa en la red social con mis amigos me afecta en la forma de tratarlos después en persona” (39,5% de los hombres responde 1 = nunca) (26,3% de las mujeres responde 1 = nunca) ($p = 0,011$).

“Mis padres controlan mi uso de las redes sociales”: (29,3% de las mujeres responden 0 = nada) (43,7% de los hombres responde 0 = nada) ($p = 0,038$).

“¿Es importante para ti pertenecer a una red social?”: (48,1% de las mujeres responde 1 = Si) (34,9% de los hombres responden 1 = si). ($p = 0,047$).

“En qué redes sociales te sueles conectar” (Figura 3)

En el ítem “Tengo restringido el acceso a mi perfil (privado) para que sólo lo vean

mis amigos” se encontraron diferencias significativas según las variables sexo y edad. Por sexo (88,1% de las mujeres responde 1 = si) (79,5% de los hombres responde 1 = si) ($p = 0,036$). Y por edad (Un 88% del grupo de 14 años responde 1 = si) (Un 79% del grupo de 15 años responde 1 = si) (Un 66,7% del grupo de 16 años responde 1 = si) ($p = 0,028$).

Se encuentran diferencias significativas en función del tipo de centro educativo en los siguientes ítems:

“Mis amigos de la red, a los que no suelo ver en persona, confían en mí para contarme cosas o pedirme consejo”: (Un 29,6% del centro público responde 0 = nunca) (Un 16,3% del centro concertado 0 = nunca) ($p = 0,034$).

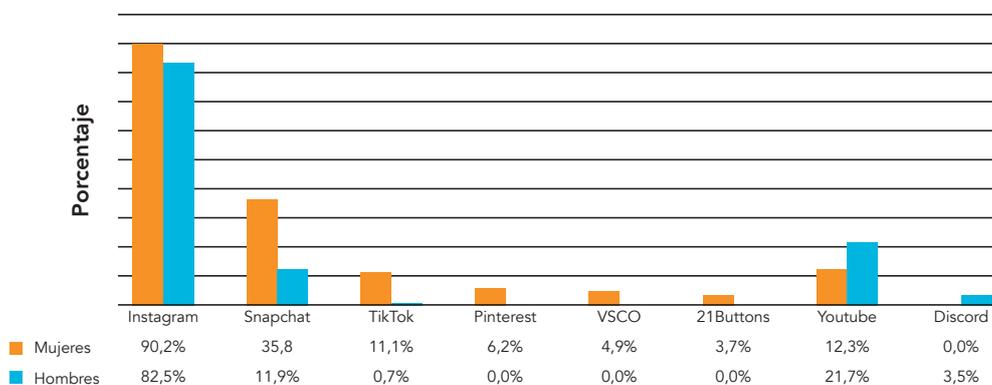
“Conozco mejor a la gente que me rodea gracias a Internet”: (Un 50,3% del centro público responde 1 = si) (Un 61,5% del centro concertado 1 = si) ($p = 0,046$).

“El tiempo que dedico a las redes sociales cada vez que me conecto es de...”: (Un 19% del centro público responde 2 = Una hora) (Un 24,2% del centro concertado 2 = Una hora) ($p = 0,006$).

Se encuentran diferencias significativas en el análisis de relación de ítems:

En la relación del ítem 16 “Tengo restringido el acceso a mi perfil (privado) para que sólo lo vean mis amigos” con los ítems:

Figura 3. Resultados del análisis según la variable sexo del ítem “¿En qué redes sociales te sueles conectar?”



1 "Agrego a mis contactos a todos los que quieran ser mis amigos, aunque no los conozca" y el ítem 10 "He tenido problemas o conflictos por comentarios en la red social".

Con el ítem 1 (de los que tienen el perfil privado el 56,7% responde 1 = nunca) (de los que tienen el perfil público el 36,5% responden 1 = nunca) ($p < 0,001$).

Y con el ítem 10 (de los que tienen el perfil privado el 65,2% responden 1 = nunca) (de los que tienen el perfil público 53,8% responden 1 = nunca) ($p = 0,019$).

En la relación del ítem 15 "Mis padres controlan mi uso de las redes sociales" con el ítem 10 "He tenido problemas o conflictos por comentarios en la red social":

De los adolescentes que refieren que sus padres nunca controlan su uso en las redes, el 40,2% refiere haber tenido alguna vez conflictos. De los que refieren que sus padres les controlan mucho el uso de las redes, el 19,2% refiere haber tenido alguna vez conflictos ($p = 0,011$).

Respecto al análisis cualitativo de la pregunta 24 del cuestionario "¿Por qué es importante para ti pertenecer a una red social?" se recogieron frecuencias y porcentajes de las diferentes categorías (Tabla 3).

Discusión

La gran mayoría de los adolescentes entre 14 y 16 años poseen móvil propio y están muy presentes en las redes sociales, con perfiles en varias redes diferentes, lo que concuerda con otros estudios hechos en estos rangos de edad, o incluso en edades más bajas (2,14-17). Además, se conectan a diario, aunque en este estudio se obtuvieron cifras de conexión diaria algo inferiores de lo que refieren otras investigaciones (18,15,16). Al analizar según la variable edad, se encuentra que los adolescentes más mayores pasan más tiempo conectados que los de menor edad, lo que apoyan otros estudios (18,19).

En cuanto a la red social favorita, la tendencia de los últimos años y lo que nuestro estudio confirma, es que la más usada y preferida por los jóvenes es Instagram (20-22) y Whatsapp parece consolidarse como el servicio de mensajería instantáneo más usado. Lo que concuerda con el Estudio Anual de Redes Sociales de 2017 (21).

Se observa, a su vez, que la edad más frecuente para abrir su primera cuenta en una red social es los 12 años (6) y a pesar de que la edad de apertura de las redes es temprana los adolescentes, en general, no le dan importancia a pertenecer a una red social. Sin embargo, al analizar los datos por sexo

Tabla 3 Resultados del análisis cualitativo

Categoría	Códigos	Frecuencia	Porcentaje
Relacionarse	"Lo utilizo para conversar o conocer gente nueva", "Para tener y mejorar la vida social", "Forma de hacer amigos".	92	39,8%
Informarse sobre el entorno	"Cotillear", "Ver lo que sucede en el mundo". "Mantenerme al tanto de todo".	66	28,6%
Entretenimiento	"Me entretiene en mi tiempo libre", "Si me aburro, entro", "Manera de desconectarme".	42	18,1%
Necesidad	"Es necesario para quedar con mis amigos", "Es una necesidad que todos los adolescentes tenemos".	10	4,3%
Estatus Social	"Si no estás en alguna red social eres un pringado", "Para no decaer socialmente", "Sino la gente se ríe de ti o te mira raro", "Te da cierta popularidad".	9	3,9%
Moda	"Porque todos lo usamos", "Porque es lo que está de moda", "Mis amigos lo tienen".	8	3,5%
Utilidad	"Tiene muchas utilidades", "Es útil".	4	1,7%

Fuente: Elaboración propia a partir de datos del análisis cualitativo

es significativo que las mujeres le dan más importancia, como apoya Martín M (6).

Las mujeres participan más en redes relacionadas con compartir fotos, videos y recibir feedback de los demás, mientras que los hombres las usan de forma más individual. Esto concuerda con otros estudios en lo que se ha visto que las mujeres utilizan en mayor medida herramientas tecnológicas como la fotografía y el video, además de ser un factor importante el compartirlo (23).

Los adolescentes consideran esencial en sus vidas el uso de las redes sociales para relacionarse con sus iguales y mantenerse informados de lo que ocurre en su entorno. Estos resultados concuerdan con otros estudios consultados, aunque llama la atención que razones como entretenimiento aparecen con mayor frecuencia que en el presente estudio (24-27). En general no consideran que las redes mejoren su vida social, como apoya Pollet TV (28). sin embargo en el grupo de mayor edad manifiestan una cierta mejora en comparación con los de menor edad. En cuanto a la vida sentimental, se comprueba que los adolescentes que tienden a compartir más sus emociones perciben que sus relaciones íntimas han mejorado. Y por sexos, las mujeres son las que presentan más consecuencias emocionales negativas relacionado con el uso de las redes. Hechos ampliamente validados por la literatura (23,29,30).

En el análisis según centro educativo, en el instituto concertado pasan más tiempo conectados, perciben conocer mejor a la gente que les rodea gracias a internet y confían más en sus amigos de la red, en comparación con los institutos públicos.

En consonancia con lo descrito en numerosos estudios realizados anteriormente, los jóvenes en general, son bastante cuidadosos con el acceso a su perfil (14,15,18) ya que la gran mayoría lo configura como privado, sobre todo las chicas y los adolescentes de menor edad. Lo que apoyan algunos estudios (25,31).

Según el estudio de Kaveri S en 2016 (31) los adolescentes usan las redes para interactuar con personas conocidas o desconocidas por igual. Pero en nuestro estudio más de la mitad aseguran que nunca agregan a gente desconocida y que prefieren hablar con personas de su entorno, lo que concuerda con otros estudios consultados (5,14).

Como vienen confirmando otros estudios, la mayoría de los adolescentes refieren haber tenido pocos problemas o conflictos en la red (14,15). En el análisis por edades, se observa que el grupo de mayor edad refiere tener más conflictos que el de menor edad, como afirman Martínez Heredia N et al. en su estudio realizado en 2017 (19).

En cuanto al control parental, se puede observar que la mayoría de los padres no supervisan el uso que hacen los menores de las redes sociales, aunque si se compara por sexos las mujeres perciben que se les controla más la actividad online. Estos datos concuerdan con los estudios consultados (31-33).

Respecto a la relación de ítems, se observa que un mayor control parental del uso de las redes sociales se asocia a menores problemas o conflictos en la red. Además, cuanto más privacidad establecen en sus perfiles o menor contacto online con personas desconocidas tienen, menos problemas o conflictos sufren en las redes. Y por otro lado, cuanto más agregan a gente desconocida, tienden a confiar más en ellas para contarles cosas personales o pedirles consejo. Estos resultados concuerdan con el estudio realizado por Lenhart A et al. en 2011 (34).

Conclusiones

La gran mayoría de los adolescentes entre 14 y 16 años poseen móvil propio y están muy presentes en las redes sociales, con perfiles en varias redes diferentes. Además, se conectan a diario, aunque en este estudio se obtuvieron cifras de conexión diaria algo inferiores de lo que refieren

otras investigaciones. Las mujeres participan más en redes relacionadas con compartir fotos, videos y recibir feedback de los demás, mientras que los hombres las usan de forma más individual.

Los adolescentes consideran esencial en sus vidas el uso de las redes sociales para relacionarse con sus iguales y mantenerse informados de lo que ocurre en su entorno. Y aunque le dan bastante importancia a esta forma de relacionarse, en general no consideran que mejore su vida social, sin embargo en el grupo de mayor edad manifiestan una cierta mejora en comparación con los de menor edad. En cuanto a la vida sentimental, se comprueba que los adolescentes que tienden a compartir más sus emociones perciben que sus relaciones íntimas han mejorado. Y por sexos, las mujeres son las que presentan más consecuencias emocionales negativas relacionado con el uso de las redes.

En el análisis según el centro educativo, en el instituto concertado pasan más tiempo conectados, perciben conocer mejor a la gente que les rodea gracias a internet y confían más en sus amigos de la red, en comparación con los institutos públicos.

Las mujeres participan más en redes relacionadas con compartir fotos, videos y recibir feedback de los demás, mientras que los hombres las usan de forma más individual.

Los adolescentes consideran esencial en sus vidas el uso de las redes sociales para relacionarse con sus iguales y mantenerse informados de lo que ocurre en su entorno.

Por lo general, los jóvenes son bastante cuidadosos con el acceso a su perfil, ya que la gran mayoría lo configura como privado, sobre todo las chicas y los adolescentes de menor edad.

Por lo general, los jóvenes son bastante cuidadosos con el acceso a su perfil, ya que la gran mayoría lo configura como privado, sobre todo las chicas y los adolescentes de menor edad. No son propensos a establecer contacto con gente desconocida y el porcentaje de los que han sufrido conflictos a causa del uso de las redes es minoritario, aunque la tendencia manifiesta que conforme se hacen más mayores el porcentaje es algo más elevado. En cuanto al control parental, se puede observar que la mayoría de los padres no supervisan el uso que hacen los menores de las redes sociales, aunque si se compara por sexos las mujeres perciben que se les controla más la actividad online.

A raíz de estos hallazgos consideramos importante la necesidad de educar, tanto a padres como a hijos, en el uso adecuado de las redes sociales para así evitar conflictos que repercutan en la salud psicosocial del adolescente. Esta tarea podría llevarse a cabo por profesionales de enfermería, agentes de promoción de la salud, tanto en el ámbito escolar, como en consultas pediátricas de atención primaria o de salud mental infantojuvenil.

Por último es preciso reconocer las limitaciones de este estudio, como las que tienen que ver con la muestra, no representativa, y el procedimiento muestral, no aleatorio. Además, respecto a los ítems de preguntas abiertas, podría ser que los participantes del estudio realizaran una libre interpretación de lo que consideran una red social.

Bibliografía

1. Llamas Salguero F, Pagador Otero I. Estudio sobre las redes sociales y su implicación en la adolescencia. *Enseñanza & Teaching*. [Internet]. 2014. [citado el 16 de noviembre de 2018];32(1):43-57. Disponible en: <http://revistas.usal.es/index.php/0212-5374/article/view/et20143214357/12546#.W9lloHH1baE.mendeley>
2. Instituto Nacional de Estadística. [Internet]. Madrid: 2018; Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares. [citado el 16 de noviembre de 2018]. Disponible en: https://www.ine.es/prensa/tich_2018.pdf
3. Asociación para la investigación de medios de comunicación. [Internet]. Madrid: 2018; 21o Navegantes en la Red [citado el 20 de noviembre de 2018]. Disponible en: <https://www.aimc.es/otros-estudios-trabajos/navegantes-la-red/infografia-resumen-21o-navegantes-la-red/>
4. Muñoz-Miralles R, Ortega-González R, Batalla-Martínez C, López-Morón MR, Manresa JM, Torán-Monserrat P. Acceso y uso de nuevas tecnologías entre los jóvenes de educación secundaria, implicaciones en salud. *Estudio JOITIC. Aten Primaria*. [Internet]. 2014. [citado el 19 de noviembre de 2019];2(46):77-88. Disponible en: <https://medes.com/publication/87407>
5. Arab E, Díaz A. Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: Aspectos positivos y negativos. *Rev. Med. Clin. Condes*. [Internet]. 2015. [citado el 19 de noviembre de 2018];26(1):7-13. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.rmclc.2014.12.001>
6. Martín Martín M. Cambios psicosociales en los adolescentes actuales. Incidencia del uso de las redes sociales. [Tesis]. Madrid: Universidad Complutense de Madrid; 2016. 295 p. Disponible en: <https://eprints.ucm.es/37737/>.
7. Pineda Pérez S, Aliño Santiago M. Manual de prácticas clínicas para la atención en la adolescencia. [Internet]. Ciudad de la Habana: Ministerio de Salud Pública de la República de Cuba; 2002. Capítulo 1, El concepto de la adolescencia; p.15-23. [citado el 2 de diciembre de 2018]; Disponible en: http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/prevem/capitulo_i_el_concepto_de_adolescencia.pdf
8. Gobierno de España. Ministerio del interior. [Internet]. Madrid; c2019. Encuesta sobre hábitos de uso y seguridad de internet de menores y jóvenes en España; [citado el 20 de noviembre de 2018]. Disponible en: <http://www.interior.gob.es/documents/10180/2563633/Encuesta+sobre+hábitos+de+uso+y+seguridad+de+internet+de+menores+y+jóvenes+en+España/b88a590a-514d-49a2-9162-f58b7e2cb354>
9. Delegación del gobierno para la violencia de género. [Internet]. Madrid. 2015. Percepción de la Violencia de Género en la Adolescencia y la Juventud; [citado el 20 de noviembre de 2018]. Disponible en: http://www.violenciagenero.igualdad.mpr.gob.es/violenciaEnCifras/estudios/investigaciones/2015/pdf/Libro20_Percepcion_Social_VG_.pdf
10. Martín Montilla A, Pazos Gómez M, Montilla Coronado M del V, Romero Oliva C. Una modalidad actual de violencia de género en parejas de jóvenes: Las redes sociales. *Educación XXI*. [Internet]. 2016. [citado el 2 de noviembre de 2018];2(19):405-29. Disponible en: <https://doi.org/10.5944/educxx1.16473>
11. Ho RC, Zhang MWB, Tsang TY, Toh AH, Pan F, Lu Y, et al. The association between internet addiction and psychiatric co-morbidity : a meta-analysis. *BMC Psychiatry*. [Internet]. 2014. [citado el 14 de noviembre de 2018];14-183. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24947851>
12. De La Villa Moral M, Suárez C. Factores de riesgo en el uso problemático de Internet y del teléfono móvil en adolescentes españoles. *Rev. iberoam. psicol. Salud*. [Internet]. 2016. [citado el 14 de febrero de 2019];7(2):69-78. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.riips.2016.03.001>
13. Herrera Harfuch MF, Pacheco Murguía MP, Palomar Lever J, Zavala Andrade D. La Adicción a Facebook Relacionada con la Baja Autoestima , la depresión y la falta de habilidades sociales. *Psicología Iberoamericana*. [Internet]. 2010. [citado el 10 de febrero de 2019];18(1):6-18. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133915936002.pdf>
14. García Aparici JL. Estudio sobre la privacidad en el uso de las redes sociales de Internet en el IES Emilio Jimeno de Calatayud. [trabajo fin de máster]. Zaragoza: Universidad Nacional de Educación a Distancia; 2013. 98 p. Disponible en: <http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:masterComEdred-Jlgarcia/Documento.pdf>
15. Cloquell Lozano A. Usos sociales de internet entre los adolescentes españoles. *Revista sobre la Infancia y la Adolescencia* [Internet]. 2015. [citado el 11 de noviembre de 2018];8(Abril 2015):1-14. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/276137460_Usos_sociales_de_internet_entre_los_adolescentes_espanoles

16. Tsitsika AK, Tzavela EC, Janikian M, Ólafsson K, lordache A, Schoenmakers TM, et al. Online Social Networking in Adolescence: Patterns of use in six european countries and links with psychosocial functioning. *Journal of Adolescent Health*. [Internet]. 2014. [citado el 16 de febrero de 2019];55(1):144-7 Disponible: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24618179>
17. Rial A, Gómez P, Braña T, Varela J. Actitudes , percepciones y uso de Internet y las redes sociales entre los adolescentes de la comunidad gallega (España). *Anales de Psicología* [Internet]. 2014. [citado el 15 de noviembre de 2018];30(2):642-655 Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16731188028>
18. Catalina García B, López de Ayala López MC, García Jiménez A. Los riesgos de los adolescentes en Internet : los menores como actores y víctimas de los peligros de Internet. *Revista Latina de Comunicación Social*. [Internet]. 2014. [citado el 15 de noviembre de 2018];(69):462-85. Disponible en: http://www.revistalatinacs.org/069/paper/1020_UR/23es.html
19. Heredia N, García E. Posibles riesgos del uso de las redes sociales en adolescentes. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*. [Internet]. 2017. [citado el 19 de noviembre de 2018];13:6-10. Disponible en: <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.13.2120>
20. Marcelino Mercedes GV. Migración de los jóvenes españoles en redes sociales, de Tuenti a Facebook y de Facebook a Instagram. La segunda migración. *Icono 14* [Internet]. 2015. [citado el 19 de enero de 2019];13(2):48-72. Disponible en: <https://icono14.net/ojs/index.php/icono14/article/view/821>
21. Interactive Advertising Bureau Spain. [Internet]. Madrid: 2019 Estudio anual redes sociales [citado el 18 de junio de 2019]. Disponible en: https://iabspain.es/wp-content/uploads/estudio-anual-redes-sociales-iab-spain-2019_vreducida.pdf
22. Merino Malillos L. Jóvenes en redes sociales: significados y prácticas de una sociabilidad digital. *Estudios de Juventud*. [Internet]. 2011. [citado el 15 de febrero de 2019];95:31-43. Disponible en: http://www.injuve.es/sites/default/files/tema2_revista95.pdf
23. Chóliz M, Villanueva V, Chóliz M carmen. Ellas, ellos y su móvil: Uso, abuso (¿y dependencia?) del teléfono móvil en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias*. [Internet]. 2009. [citado el 15 de febrero de 2019];34(1):74-88 Disponible en: <http://roderic.uv.es/handle/10550/22402>
24. Lee E, Lee J-A, Ho Moon J. Pictures speak louder than words: motivations for using Instagram. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. [Internet]. 2015. [citado el 12 de enero de 2019];18(9):552-556. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26348817>
25. Espinar Ruiz E, González Río MJ. Jóvenes en las redes sociales virtuales. Un análisis exploratorio de las diferencias de género. *Feminismo/s 14*. [Internet]. 2009. [citado el 15 de febrero de 2019];87-105. Disponible en: <http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/13302>
26. Muros-Ruiz B, Aragón-Carretero Y, Bustos-Jimenez A. La ocupación del tiempo libre de jóvenes en el uso de videojuegos y redes. *Revista científica de educomunicación*. [Internet]. 2013. [citado el 17 de febrero de 2019];20(40):31-39. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3916/C40-2013-02-03>
27. Bohórquez López C, Rodríguez-Cárdenas DE. Percepción de Amistad en Adolescentes : el Papel de las Redes Sociales. *Revista Colombiana de Psicología*. [Internet]. 2014. [citado el 19 de febrero de 2019];23(2):325-38. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.15446/rcp.v23n2.37359>
28. Pollet T V, Roberts SG, Dunbar RI. Use of Social Network Sites and Instant Messaging Does Not Lead to Increased Offline Social Network Size, or to Emotionally Closer Relationships with Offline Network Members. *Cyberpsychol Behav Soc Netw* [Internet]. 2010. [citado el 17 de febrero de 2019];00(00). Disponible en: 10.1089/cyber.2010.0161
29. Rodríguez Puentes AP, Fernández Parra A. Relación entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes colombianos. *Acta Colombiana de Psicología*. [Internet]. 2014. [citado el 20 de febrero de 2019];17(1):131-140. Disponible en: 10.14718/ACP.2014.17.1.13
30. Ballesta Pagán FJ, Lozano Martínez J, Cerezo Máiquez MC. Internet, redes sociales y adolescencia: Un estudio en centros de educación secundaria de la región de Murcia. *Revista Fuentes*. [Internet]. 2015. [citado el 20 de febrero de 2019];16:109-130 Disponible en: <http://dx.doi.org/10.12795/revistafuentes.2015.i16.05%0D>
31. Subrahmanyam K, Greenfield P, Michikyan M. Comunicación electrónica y relaciones adolescentes. *Infoamérica: Iberoamerican Communication Review* [Internet]. 2015. [citado el 24 de noviembre de 2018];9:115-130. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5148409>

32. Plaza de la Hoz J. Impacto de las redes sociales virtuales en estudiantes adolescentes: Informe de investigación. Revista Internacional de Tecnologías en Educación [Internet]. 2016. [citado el 26 de noviembre de 2018];3(1):53-63 Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/314099990_Impacto_de_las_redes_sociales_virtuales_en_estudiantes_adolescentes_Informe_de_investigacion
33. Moreno Lopez, Nidia M, González Robles AC, Torres Gómez AC, Araya Hernández J. Alfabetización digital a padres de familia en el uso de las redes sociales. Alteridad. [Internet]. 2017. [citado el 18 de febrero de 2019];12(1):8-19. Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/84702265.pdf>
34. Lenhart A, Madden M, Smith A, Purcell K, Zickuhr K. Teens , Kindness and Cruelty on Social Network Sites. Pew Internet and American Life Project. [Internet]. 2011. [citado el 18 de febrero de 2019]. ; Disponible en: <https://www.pewinternet.org/2011/11/09/teens-kindness-and-cruelty-on-social-network-sites/>