



Relación entre Redes Sociales y Hábitos de Estudio de Estudiantes de Secundaria de la Educación Escolar Básica de la Ciudad de Encarnación, Paraguay

The Relationship Between Social Networks and Study Habits Among High School Students in Encarnación, Paraguay

doi: [10.34623/2184-8661.2025.alfamed.402](https://doi.org/10.34623/2184-8661.2025.alfamed.402)

Yamila Machado Atienza
yamila.machado56@unae.edu.py
Universidad Autónoma de Encarnación
Encarnación, Paraguay
 [0009-0005-7007-2952](https://orcid.org/0009-0005-7007-2952)

Laura Verena Schaefer
verena.schaefer@unae.edu.py
Universidad Autónoma de Encarnación
Encarnación, Paraguay
 [0000-0003-1427-4910](https://orcid.org/0000-0003-1427-4910)

Juan-Francisco Álvarez-Herrero
juanfran.alvarez@ua.es
Universidad de Alicante
Alicante, España
 [0000-0002-9988-8286](https://orcid.org/0000-0002-9988-8286)

Resumen

Dada la creciente influencia de las plataformas digitales transformando las dinámicas educativas y sociales de los jóvenes, este estudio identifica la relación entre el uso de redes sociales y los hábitos de estudio en estudiantes de Educación Escolar Básica (EEB) en Encarnación. La investigación se llevó a cabo en instituciones educativas de la ciudad de Encarnación durante el 2024, utilizando un enfoque cuantitativo. Se encuestó a 321 estudiantes de 7º a 9º grado, con una distribución equilibrada entre géneros (51,60% masculino, 48,40% femenino) y grados escolares. Las variables de estudio fueron: sexo, nivel escolar, uso de redes sociales y hábitos de estudio. Para el análisis de los datos, se empleó el SPSS v.22, aplicando la prueba de chi-cuadrado para evaluar la relación entre las variables, complementada con el cálculo del tamaño del efecto mediante V de

Cramer. Los resultados indican que, en días hábiles, la mayoría de los estudiantes usa redes sociales por más de cinco horas diarias, mientras que una proporción menor las emplea entre tres y cuatro horas. Durante los fines de semana, el tiempo de uso superior a cinco horas aumenta significativamente, mientras que el uso moderado disminuye, lo que se refleja en el análisis de chi-cuadrado ($\chi^2 = 504.248$, $df = 25$, $p < 0.001$, $V = 0.56$, potencia = 0.99). En cuanto a los hábitos de estudio, se observó que la mayoría de los adolescentes solo repasa los contenidos en períodos cercanos a los exámenes, con patrones diferenciados según el nivel educativo. El análisis estadístico reveló una asociación significativa entre el uso de redes sociales y los hábitos de estudio, como indica la prueba de chi-cuadrado ($\chi^2 = 82.916$, $df = 30$, $p < 0.001$, $V = 0.23$, potencia = 0.92). En futuras investigaciones debería incorporarse metodologías cualitativas para profundizar en los intereses digitales de los estudiantes para diseñar estrategias pedagógicas que integren el uso de redes sociales en el proceso de enseñanza-aprendizaje, fortaleciendo la alfabetización digital y preparando a los jóvenes para los desafíos de un entorno tecnológico en constante evolución, a los que el sistema educativo no responde.

Artigo recebido em 2025-01-31
Artigo aceite em 2025-04-30
Artigo publicado em 2025-04-30

© Yamila Machado Atienza, Laura Verena Schaefer, Juan Francisco Álvarez Herrero

 This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

Machado Atienza, Y., Schaefer, L. V., & Álvarez Herrero, J. F. (2025). The relationship between social networks and study habits among high school students in Encarnación, Paraguay. *Rotura – Revista de Comunicação, Cultura e Artes*, 113-124. <https://doi.org/10.34623/2184-8661.2025.alfamed.402>

Palabras clave

Medios sociales • Competencia Digital • Método de estudio • Rendimiento Escolar • Estudiante de secundaria

Abstract

Given the growing influence of digital platforms transforming the educational and social dynamics of young people, this study identifies the relationship between social media usage and study habits in students of Basic Education (EEB) in Encarnación. The research was conducted in educational institutions in the city of Encarnación during 2024, using a quantitative approach. A total of 321 students from 7th to 9th grade were surveyed, with a balanced distribution between genders (51.60% male, 48.40% female) and grade levels. The study variables were: sex, school grade, social media usage, and study habits. For data analysis, SPSS v.22 was used, applying the chi-square test to assess the relationship between the variables, complemented with Cramer's V effect size calculation. The results indicate that on weekdays, most students use social media for more than five hours daily, while a smaller proportion uses it for three to four hours. On weekends, the time spent using social media for more than five hours increases significantly, while moderate usage decreases, as reflected

in the chi-square analysis ($\chi^2 = 504.248$, $df = 25$, $p < 0.001$, $V = 0.56$, $power = 0.99$). Regarding study habits, it was observed that most adolescents only review content close to exam periods, with differentiated patterns according to educational level. The statistical analysis revealed a significant association between social media usage and study habits, as indicated by the chi-square test ($\chi^2 = 82.916$, $df = 30$, $p < 0.001$, $V = 0.23$, $power = 0.92$). Future research should incorporate qualitative methodologies to delve into students' digital interests and design pedagogical strategies that integrate social media use into the teaching-learning process, strengthening digital literacy and preparing young people for the challenges of a constantly evolving technological environment, to which the current education system does not respond.

Keywords

Social Media • Digital Competence • Study Habits • Academic Performance • High School Students

1. Introducción

El rápido avance de las tecnologías digitales ha transformado la forma en que las personas acceden a la información, creando nuevas formas de interacción que no solo permiten consumir contenidos, sino también producirlos y compartirlos. Este fenómeno ha alterado las dinámicas tradicionales de comunicación, lo que compromete el aprendizaje escolar (Lozano-Blasco *et al.*, 2023).

En Paraguay, el uso de internet se ha extendido notablemente entre los adolescentes. De acuerdo con los resultados de la Encuesta Permanente de Hogares (Instituto Nacional de Estadística, 2023), en 2021 el 77% de la población de 10 años o más accedió a internet, con un 40% de los jóvenes de entre 10 y 14 años utilizando la red. Las aplicaciones de mensajería instantánea fueron las más populares, con un 97.2% de los usuarios mayores de diez años empleando plataformas como WhatsApp, mientras que un 85% se conectaba a redes sociales como Facebook, Twitter e Instagram. Estos datos reflejaban un cambio en la manera en que los adolescentes se relacionan entre sí y con su entorno y abren nuevas interrogantes sobre la influencia que estos hábitos digitales tienen en sus procesos de aprendizaje.

En este contexto, la generación de jóvenes actuales se caracteriza por su capacidad para crear y compartir contenido en línea, lo cual no solo les permite desarrollar habilidades digitales, sino también aumentar su motivación y participación en su formación académica (De la Torre y Fourcade, 2012; González Coronel, 2023; Morduchowicz, 2012). A pesar de esto, se observa que el rendimiento académico de los estudiantes en Paraguay aún enfrenta serios desafíos.

Según los informes del Programa para la Evaluación Internacional de los Estudiantes para el Desarrollo (PISA-D, 2018, citado por Observatorio Ciudadano Educativo, 2020), los estudiantes del 15 años no alcanzaron los puntajes esperados en áreas clave como matemáticas, lectura y ciencias, con puntuaciones más bajas que las de otros países de la región y miembros de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE), dejando a Paraguay en el puesto 77 de 79. Estos resultados indican la necesidad urgente de explorar cómo el uso intensivo de las redes sociales podría estar afectando el tiempo y la calidad que los adolescentes dedican a los estudios, ya que las evidencias sobre el uso de las redes sociales, así como de los bajos niveles educativos están latentes.

En esa línea, Czeraniuk *et al.* (2023) destacan que, los estudiantes egresados de las escuelas llegan con bajo nivel educativo a la educación superior. A pesar de los esfuerzos por mejorar el acceso a la educación superior, las deficiencias en el aprendizaje en etapas anteriores

dificultan el éxito en la universidad, comprometiendo el cumplimiento del Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) 4 en Paraguay.

Por tanto, y en línea con el ODS número 4, esta investigación resalta la importancia de integrar las tecnologías digitales en los procesos educativos, garantizando una educación inclusiva, equitativa y de calidad que prepare a los estudiantes para un futuro digitalizado (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], 2015); la investigación identificó las relaciones entre el uso de plataformas digitales y los hábitos de estudio de estudiantes de los grados 7º a 9º en instituciones educativas de Encarnación, Paraguay, durante el año 2024.

2. Antecedentes teóricos

2.1 La era de las redes sociales en los nativos digitales

Desde la creación de internet, las tecnologías han avanzado rápidamente al igual que las generaciones emergentes. La última, en la que actualmente se converge, es la generación Alpha que son nacidos entre 2010 y 2025 (Prensky, 2010). Esta generación se caracteriza por ser auténticos nativos digitales, ya que su desarrollo y educación tienen lugar en un entorno donde aprenden a comunicarse y a pensar de manera crítica a través de dispositivos digitales y la inteligencia artificial (Dyadichenko y Dyadichenko, 2021).

En este contexto, las redes sociales se definen como estructuras conformadas por individuos interconectados mediante diversas relaciones, ya sean de amistad, parentesco, trabajo o ideológicas, que comparten intereses comunes. Además, las redes sociales en línea actúan como un reflejo y una herramienta para evaluar las situaciones que se manifiestan en el mundo físico. Así, abordan las necesidades humanas de reconocimiento, pertenencia, construcción y deconstrucción de identidad, acceso a información y fortalecimiento de vínculos emocionales (Islas y Ricaurte, 2013).

Por un lado, los medios digitales han redefinido la vida de los adolescentes en la era tecnológica, transformando la forma en que se relacionan, se expresan y aprenden. Uno de los aspectos positivos de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) es que ofrecen a los menores de edad la introducción a nuevas herramientas de interacción que posibilitan una comunicación más veloz y accesible. De esta manera, también proporcionan nuevos recursos para la búsqueda de documentos de forma más eficiente, mejoran las posibilidades educativas y la realización de tareas interactivas, ofrecen diversas alternativas para el entretenimiento y la socialización, y

exponen a los jóvenes a distintas culturas, permitiéndoles aprender de estas (Urbano, 2022).

Bermejo (2016) y Martín y Medina (2021) exponen que los beneficios positivos de las redes sociales se reflejan en los nuevos métodos de aprendizaje que han surgido a través de las conexiones neuronales adaptadas al uso de estas plataformas, lo que evidencia la plasticidad del cerebro humano. En contraposición, también se presentan efectos adversos significativos, como la potencial inducción de dependencia, ya que parte del procesamiento cerebral relacionado con las redes sociales ocurre en los circuitos asociados con la búsqueda de recompensas.

En cuanto al aprendizaje, las redes sociales en entornos informacionales permiten el acceso a nuevos conocimientos. Además, incorporan las TIC, reflejando así un mundo altamente interconectado en el que los participantes compiten constantemente por establecer conexiones, ya que estos vínculos son esenciales para su supervivencia en esta red global (Aparicio Gómez *et al.*, 2019; Ochoa Quispe y Barragán Condori, 2022). De este modo, los medios sociales fomentan el aprendizaje colaborativo, permitiendo que las personas compartan conocimientos y experiencias. Esto puede beneficiar el proceso de aprendizaje, ya que se accede a una variedad de perspectivas y saberes.

A medida que pasa el tiempo, los adolescentes pasan cada vez más horas en las redes sociales, superando a otras actividades fuera de lo digital. Esta tendencia puede llevar, eventualmente, a la adicción, ya que, al estar en constante exposición a este tipo de tecnologías, son más propensos a generar patrones negativos que afecten su comportamiento y emociones (Barrera y Denis, 2022; Echeburúa y De Corral, 2010; Hernández-Serrano, 2021; Martín y Medina, 2021).

En este contexto, la alfabetización digital se convierte en un aspecto esencial en la sociedad contemporánea. No solo implica la adquisición de habilidades para comunicarse y obtener información a través de los medios de internet, sino que también conlleva la comprensión de la privacidad y seguridad en las redes sociales, especialmente en adolescentes. Los canales de comunicación digital encuentran en los menores a los actores principales de prosumidores (García-Ruiz *et al.*, 2018; Hernández-Serrano *et al.*, 2021; Núñez-Rola y Ruta-Canayong, 2019), quienes, de manera cada vez más temprana, participan en la creación, diseño y reparto de contenidos e información relacionada con su vida diaria (Fechine y Olinto Deodato, 2022; Martín y Medina, 2021).

Sin embargo, a pesar de la facilidad y rapidez con la que los jóvenes manejan las tecnologías, no hay garantía de que sean competentes o capaces de evitar los riesgos digitales (Aguaded, 2015). Por esta razón, cuando los menores publican, consumen o interactúan con información digital, exponen de forma continuada su

identidad (Hernández-Serrano *et al.*, 2021; Livingstone y Brake, 2010). Además de los peligros inherentes en las plataformas sociales, también existen riesgos vinculados a la obtención de información de fuentes no confiables (Hernández-Serrano *et al.*, 2021; Siddiqui y Singh, 2016), al uso inadecuado del lenguaje, así como a las posibles adicciones y el exceso de utilización de las tecnologías (Cabero *et al.*, 2020).

2.2 Hábitos de estudio y su relación con los medios digitales

Según la Real Academia Española (2018), los hábitos de estudio son formas de proceder adquiridas a través de la repetición de actos o derivadas de tendencias instintivas. En este sentido, una vez que el cerebro ha registrado un patrón, tiende a repetirlo, lo que resalta la importancia de fomentar hábitos adecuados desde una edad temprana. Modificar un patrón inadecuado resulta complejo (Pastor, 2018), por lo que es fundamental establecer rutinas que contribuyan al éxito académico y personal. Además, los hábitos de estudio no solo favorecen el rendimiento escolar, sino que también promueven el aprendizaje autónomo y el desarrollo integral.

No obstante, en la actualidad, las redes sociales pueden interrumpir estos hábitos, generando patrones inadecuados que afectan la concentración y el desempeño académico. En este sentido, Giraldo-Luque y Fernández-Rovira, (2020) y Gomes-Franco y Sendín-Gutiérrez (2014), advierten que, a partir de los 15 años, los adolescentes pueden experimentar estrés o malestar cuando no pueden conectarse a internet. Esta necesidad constante de estar en línea puede derivar en distracciones frecuentes debido a notificaciones y contenido digital, lo que dificulta el enfoque en las tareas escolares (Castro Olivera, 2021).

El creciente tiempo de atención que los jóvenes dedican a las pantallas representa un desafío para su rendimiento académico. Grandes compañías tecnológicas han basado su modelo de negocio en la economía de la atención, un concepto que explica cómo el tiempo y la interacción con las plataformas digitales se han convertido en bienes de valor en el mercado de la información (Giraldo-Luque *et al.*, 2020; Morgans, 2017). En este contexto, los datos recopilados a partir de cada clic alimentan algoritmos que, a su vez, refuerzan la necesidad de pasar más tiempo en línea (Roda, 2019).

Plataformas como TikTok, Instagram y YouTube siguen esta lógica de economía de la atención, dificultando que los usuarios reduzcan su consumo digital (Hernández-Serrano, 2021). Según la teoría del uso y las gratificaciones, estas redes sociales satisfacen deseos y necesidades, lo que refuerza el hábito de uso constante, las cuales son clasificadas en necesidades cognitivas, de

interacción personal, de interacción social, emocionales y de entretenimiento (Katz *et al.*, 1974, citado por García-Ruiz, 2018).

Cada red social responde a estas necesidades de manera distinta, determinada por su diseño y algoritmo. YouTube, por ejemplo, se orienta a la creación de contenido extenso, muchas veces educativo o vinculado al activismo ciudadano (Valderrama y Velasco, 2018). TikTok, por su parte, es una plataforma de carácter horizontal que permite consumir y compartir una amplia variedad de contenido de manera rápida, favoreciendo la satisfacción de necesidades como la autoexpresión, la interacción social y el escapismo de la realidad (Barroso-Moreno *et al.*, 2023; Trejos-Gil *et al.*, 2024).

En contraste, Instagram fomenta la interacción a partir de la imagen y la apariencia personal, estableciendo patrones sociales y económicos que influyen en la percepción de la identidad (Barros *et al.*, 2020; Casale *et al.*, 2021). No obstante, también se ha convertido en un espacio de reivindicación social, promoviendo el debate sobre problemáticas como el racismo, la homofobia y la xenofobia (Ruiz-Mora *et al.*, 2021).

Además de estas redes, la mensajería instantánea se ha convertido en una actividad cotidiana que puede fomentar comportamientos adictivos. Barrera y Denis (2022) y Kuss *et al.* (2018) advierten que la interacción constante genera una dependencia en los usuarios, quienes buscan la satisfacción inmediata que ofrece la comunicación en tiempo real (García-Ruiz *et al.*, 2018).

Ante los desafíos que suponen las adicciones a las redes sociales (Chiza-Lozano *et al.*, 2021), las cuales afectan la concentración y la atención (Barrera y Denis, 2022), es fundamental proporcionar a los jóvenes conocimientos y fomentar actitudes críticas que fortalezcan la competencia digital (Cánovas *et al.*, 2023). Esto no solo les permite resistir la impulsividad y la influencia social, sino que también desarrolla habilidades para tomar decisiones informadas (Odrizola, 2012). En este sentido, la alfabetización mediática e informacional juega un papel clave, ya que les capacita para discernir, cuestionar, analizar y contrastar la información en línea (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, UNESCO, 2024), dotándolos de herramientas esenciales para el aprendizaje y desarrollo en la sociedad digital.

3. Metodología

La investigación se ejecutó con un enfoque cuantitativo, de diseño descriptivo y de finalidad aplicada, enfocada en encontrar soluciones a la problemática planteada. La naturaleza del estudio fue de campo, con la recolección de datos directamente de las instituciones educativas.

Además, se realizó en un período determinado, lo que le indica un corte transversal (Avendaño, 2020; Vara-Horna, 2012).

La muestra incluyó a 321 estudiantes de séptimo a noveno grado de escuelas públicas y privadas de Encarnación, distribuidos de manera equilibrada entre los tres niveles educativos (7º grado: 34,58%, 8º grado: 32,71%, 9º grado: 32,71%) y con una representación similar entre géneros (masculino: 51,60%, femenino: 48,40%). Los participantes fueron seleccionados de manera intencional y no probabilística (Avendaño, 2020).

Los datos se recolectaron mediante una encuesta estructurada, dividida en dos secciones: uso de redes sociales y hábitos de estudio. Para asegurar la validez del instrumento de recolección de datos utilizado se realizó una prueba piloto con estudiantes del octavo grado. A partir de los resultados obtenidos, se realizaron los ajustes necesarios para garantizar la claridad, coherencia y pertinencia de las preguntas.

El cuestionario final se aplicó en grupos, con el consentimiento previo de los padres o tutores legales y tras haber sido aprobado por el Comité de Ética de la Universidad Autónoma de Encarnación (UNAE).

Para el análisis de los datos se utilizó SPSS v.22, empleando la prueba de chi cuadrado para evaluar la relación entre variables categóricas. Además, para determinar la relevancia práctica de las asociaciones estadísticamente significativas, se calculó el tamaño del efecto mediante el coeficiente V de Cramer, junto con una estimación de la potencia estadística. Estos análisis permitieron la triangulación de los objetivos, resultados y fundamentos teóricos de la investigación.

La unidad de análisis fueron los estudiantes de las instituciones educativas de Encarnación, y los criterios de inclusión fueron:

- Estudiantes de séptimo a noveno grado de la EEB.
- Consentimiento informado de padres o tutores.
- Uso de redes sociales por parte de los adolescentes.

Los objetivos de la investigación fueron:

- Objetivo general: identificar la relación entre el uso de las redes sociales y los hábitos de estudio de estudiantes de secundaria en instituciones educativas en la ciudad de Encarnación durante el año 2024.
- Objetivos específicos:
 - Identificar la frecuencia en cantidad de horas y días de la semana que usan las redes sociales.
 - Determinar la frecuencia en cantidad de horas y días de la semana con la que los adolescentes estudian fuera de la escuela.
 - Demostrar las formas de uso que le dan a las redes sociales.

4. Resultados

En términos generales, el 98,10% de los estudiantes hace uso de redes sociales. La distribución entre géneros es casi igual, con un 51,60% de usuarios masculinos y un 48,40% de usuarios femeninos, lo que refleja un uso equilibrado de las plataformas.

Se llevó a cabo un análisis de las cuatro redes sociales con mayor porcentaje de uso, ya que los estudiantes mencionaron predominantemente que nunca utilizan el resto de las plataformas. Las redes sociales mencionadas se pueden ver en la Tabla 1.

La plataforma TikTok es la red social más utilizada por los estudiantes (60,20%), sobresaliendo como una plataforma multifuncional que abarca una amplia serie de usos. El análisis por grupos de edad muestra diferencias significativas ($\chi^2 = 9.37$, $df = 2$, $p < 0.01$, $V = 0.17$) en el uso de esta plataforma, siendo más popular entre los estudiantes de 7º grado (65,76%) que entre los de 9º grado (52,38%). Esta plataforma destaca principalmente en la búsqueda de información (26,21%), lo que indica que los estudiantes escogen una fuente de datos más dinámica e interactiva. Al ofrecer un contenido más entretenido, se convierte en una plataforma popular para seguir celebridades o influencers (26%) que crean este tipo de entretenimiento. Además, la interacción social también es una parte integral de la experiencia en TikTok, es por esto que los jóvenes también eligen como una red para hablar con amigos (25%).

Instagram, con un 54,68% de usuarios, refleja una diferencia significativa según el nivel educativo ($\chi^2 = 14.83$, $df = 2$, $p < 0.001$, $V = 0.22$). Esta plataforma es más utilizada por los estudiantes de 9º grado (67,62%) que por los de 7º grado (43,24%), lo que sugiere una progresión en las preferencias de redes sociales a medida que los estudiantes avanzan en su escolaridad. Instagram se destaca por la capacidad para fomentar la comunicación entre pares (17%), permitiendo intercambiar momentos importantes de sus vidas por medio del compartir y ver fotos (15,35% y 14,60%).

YouTube, con un 50,18% de usuarios entre estudiantes, muestra un patrón de uso más uniforme entre los diferentes niveles educativos, sin diferencias estadísticamente significativas ($\chi^2 = 3.52$, $df = 2$, $p = 0.17$). El 20,59% de los estudiantes lo utilizan principalmente

Redes sociales	%
Tik Tok	60,20
Instagram	54,68
YouTube	50,18

Tabla 1. Redes sociales más utilizadas por los estudiantes adolescentes. Fuente: elaboración propia

para ver videos, mientras que un 17,60% la utiliza para buscar información, lo que sugiere un uso más orientado al consumo de contenido que a la interacción social.

Según los datos de la Figura 1, durante la semana, el porcentaje de estudiantes que usan redes sociales se encuentran entre 3 y 4 horas oscilando entre el 27,71% y el 32,20%, y aquellos que las usan por más de 5 horas diarias aumenta considerablemente hacia el fin de semana, alcanzando hasta el 62,50% los sábados. El análisis por nivel educativo reveló diferencias significativas ($\chi^2 = 18.74$, $df = 8$, $p < 0.05$, $V = 0.17$) en los patrones de uso durante la semana, con los estudiantes de 9º grado dedicando más tiempo a las redes sociales que los de 7º grado.

Estos patrones pueden explicarse por el inicio de la semana escolar y las responsabilidades académicas. Durante mitad de semana muestran un aumento en el uso de entre 3 y 4 horas, indicando una tendencia creciente de uso a medida que avanza la semana. Por último, el fin de semana presenta un uso mucho más elevado, con más de 5 horas siendo el rango más común durante el sábado y el domingo, reflejando mayor tiempo libre para el entretenimiento en redes sociales.

Con relación a los hábitos de estudio de los estudiantes adolescentes, los resultados indican que la mayoría de los adolescentes estudian solo cuando se aproximan los exámenes, con porcentajes que van entre el 59,56% y el 66% a lo largo de la semana (ver Figura 2). Al analizar por nivel educativo, se observan diferencias significativas ($\chi^2 = 16.92$, $df = 6$, $p < 0.01$, $V = 0.16$), con los estudiantes de 7º grado mostrando una mayor tendencia a estudiar regularmente (22,52%) en comparación con los de 9º grado (14,29%).

En cuanto a la duración del estudio, la mayoría de los adolescentes que estudian lo hacen por menos de 30 minutos, con porcentajes que varían entre el 15,81% y el 19,49% durante la semana. El análisis por nivel educativo mostró diferencias significativas ($\chi^2 = 15.63$, $df = 6$, $p < 0.05$, $V = 0.16$), con estudiantes de 9º grado tendiendo a dedicar sesiones de estudio más largas (1-2 horas: 11,43%) que los de 7º grado (1-2 horas: 6,31%). Este resultado indica que, aunque los alumnos dedican tiempo al estudio, tienden a hacerlo en sesiones cortas. Esta práctica podría estar influenciada por el hecho de que el 72% de los estudiantes indican estudiar solos, con una diferencia significativa según el nivel educativo ($\chi^2 = 14.87$, $df = 6$, $p = 0.025$, $V = 0.15$).

Además, la distracción causada por las redes sociales muestra una diferencia significativa según el nivel educativo ($\chi^2 = 20.36$, $df = 6$, $p = 0.002$, $V = 0.18$). Por un lado, el 71,53% de los estudiantes indican que nunca o casi nunca dejan de estudiar por mirar las redes sociales, lo que sugiere una priorización efectiva durante las cortas sesiones de estudio. Sin embargo, esta proporción varía significativamente entre los diferentes niveles, con los estudiantes de 9º grado reportando mayor tendencia

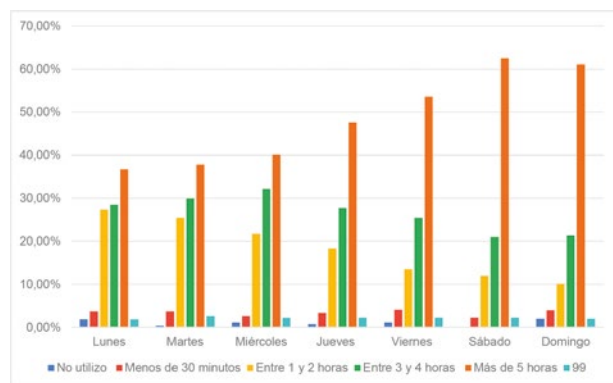


Figura 1. Frecuencia en cantidad de horas y días de la semana que usan las redes sociales. Fuente: elaboración propia

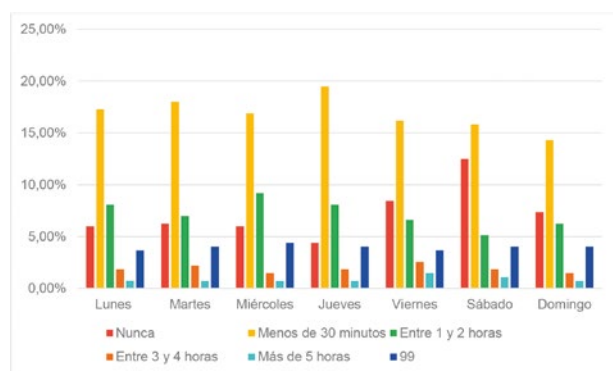


Figura 2. Frecuencia en cantidad de horas y días de la semana con la que los adolescentes estudian fuera de la escuela. Fuente: elaboración propia

a la distracción (33,33%) que los de 7º grado (19,82%). Por otro lado, el 26% que admite dejar de estudiar para mirar redes sociales podrían experimentar una menor comprensión del material de estudio.

Para verificar si existe una asociación entre las horas dedicadas a las redes sociales y las horas dedicadas al estudio fuera de la escuela, se realizó una prueba de chi-cuadrado complementada con el cálculo del tamaño del efecto (V de Cramer) y una estimación de la potencia estadística. Los resultados de esta prueba confirmaron la existencia de una relación entre ambas variables para cada día de la semana, como se muestra en la Tabla 2. Los valores de V de Cramer indican un efecto de magnitud moderada (entre 0.23 y 0.27), lo que sugiere que la asociación, aunque estadísticamente significativa, explica aproximadamente entre el 5% y el 7% de la varianza compartida entre ambas variables.

Estos resultados indican que existe una asociación estadísticamente significativa entre el tiempo dedicado a las redes sociales y los patrones de estudio de los estudiantes. Esta relación es más fuerte los viernes, lo

que podría reflejar un momento crítico de transición entre las actividades escolares y el tiempo libre del fin de semana. La consistencia de estos resultados a lo largo de la semana, junto con la adecuada potencia estadística (superior a 0.80 en todos los casos), respalda la confiabilidad de estos hallazgos.

Dado que en las tablas de contingencia más del 20% de las casillas presentaban un conteo inferior a 5, se aplicó el test exacto de Fisher (para tablas 2x2) y la simulación de Monte Carlo (para tablas más grandes) en el programa estadístico SPSS v. 22. Los resultados siguen mostrando una asociación significativa entre el uso de redes sociales y los hábitos de estudio, tanto en la muestra completa ($p < 0.001$, V de Cramer = 0.23, potencia = 0.92) como en los análisis realizados por nivel educativo (7º grado: $p < 0.01$, V = 0.31; 8º grado: $p < 0.001$, V = 0.26; 9º grado: $p < 0.001$, V = 0.24). Por tanto, la aplicación de estas correcciones estadísticas no modifica las conclusiones principales del estudio, y sí garantiza la validez de los contrastes realizados cuando existen frecuencias esperadas bajas en las tablas de contingencia.

5. Discusión y conclusiones

El uso constante de redes sociales como Instagram, TikTok y YouTube ofrece gratificación inmediata, lo que puede convertirse en una fuente de distracción que afecta la productividad en actividades académicas (García-Ruiz *et al.*, 2018; Hernández Serrano *et al.*, 2021). En particular, la adicción al “me gusta” y la necesidad de validación social, especialmente en la generación Alpha, han generado una pérdida de tiempo en el ámbito educativo (Aguilar y Said, 2010; Martín y Medina, 2021; Sarabia, 2013). Como consecuencia, el uso excesivo de estas plataformas interfiere en los hábitos de estudio adecuados y podría influenciar negativamente en el rendimiento académico de los estudiantes paraguayos.

Este uso constante de los medios sociales en Paraguay se intensificó con la pandemia del COVID-19, periodo en el que el uso de redes sociales aumentó considerablemente (Ochoa Quispe y Barragán Condori, 2022). En muchos casos, esto no solo reforzó la adicción digital, sino que también contribuyó a la desmotivación en los estudios, afectando el rendimiento académico e incluso fomentando la exclusión educativa (Banco Mundial, 2021; UNESCO, 2021). De hecho, esta realidad parece visible en este estudio. Los resultados de la investigación indican que solo el 2% de los estudiantes encuestados no utiliza redes sociales y entre quienes sí las usan, una gran parte pasa más de tres horas diarias en ellas, con un incremento en el tiempo de uso hacia el fin de semana.

El análisis por nivel educativo reveló patrones diferenciados que son importantes para comprender el fenómeno

en su complejidad. Los estudiantes de 7^o grado muestran una mayor preferencia por TikTok, mientras que Instagram gana popularidad en los grados superiores. Esta evolución en las preferencias podría responder a cambios en los intereses sociales y de comunicación a medida que los adolescentes maduran. Del mismo modo, los hábitos de estudio también muestran variaciones según el nivel educativo, con los estudiantes de grados superiores dedicando más tiempo a sesiones de estudio más largas, pero también mostrando mayor susceptibilidad a las distracciones de las redes sociales.

La asociación estadísticamente significativa entre el uso de redes sociales y los hábitos de estudio, con tamaños de efecto moderados y alta potencia estadística, sugiere que estas variables están relacionadas de manera consistente, aunque no necesariamente en una relación causal directa. Esta matización es importante, ya que permite una interpretación más precisa de los hallazgos y reconoce la complejidad de los fenómenos estudiados.

Sin embargo, cuando se utilizan de manera estratégica, las redes sociales pueden convertirse en una valiosa herramienta para la educación (Denis y Schaefer, 2023; Maciente Colvara *et al.*, 2022), facilitando la colaboración en grupos de estudio virtuales y el acceso a plataformas educativas (Echeburúa y De Corral, 2010). En este sentido, la Agenda 2030 de la ONU y los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) (UNESCO, 2021) enfatizan la importancia de una educación de calidad, inclusiva y equitativa, lo que subraya la necesidad de fomentar hábitos digitales responsables. Para lograrlo, es fundamental la participación activa de estudiantes, educadores y familias, además de la disposición de políticas públicas en alfabetización mediática que aseguren un acceso a la tecnología que favorezca el desarrollo académico y personal.

En Paraguay, la alfabetización mediática e informacional aún no ha sido objeto de estudios y las publicaciones sobre este tema, así como la disposición de la alfabetización mediática en los currículos educativos, son prácticamente inexistentes (Rojas Estrada *et al.*, 2023; Rojas-Estrada *et al.*, 2024). De hecho, recién desde 2024 se están ejecutando tres investigaciones cofinanciadas por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología de

Paraguay (CONACYT) que están abarcando la temática de alfabetización mediática e informacional.¹ Por ello, resulta fundamental la creación de programas que integren la alfabetización mediática desde la educación primaria (Picazo Sánchez y Tomás Fernández, 2024).

Para lograr este equilibrio, las políticas de alfabetización mediática deben centrarse en proporcionar herramientas y recursos tanto a estudiantes como a docentes (Álvarez-Herrero *et al.*, 2023; Denis y Schaefer, 2021; Mereles y Canese, 2020), promoviendo competencias digitales que orienten, especialmente a los estudiantes, en el uso saludable de la tecnología en el aprendizaje. Estos programas deberían adaptarse a las diferentes etapas educativas, reconociendo las variaciones en preferencias y comportamientos identificadas en este estudio.

Solo a través de un enfoque colaborativo entre la comunidad educativa y las políticas públicas será posible garantizar una educación que maximice los beneficios de la digitalización, al tiempo que se mitiguen los riesgos asociados a un uso excesivo e inadecuado de las redes sociales.

Una limitación de la investigación está en la muestra, que para ser representativa requería un N de 370. En este caso, no es representativa de la población de la ciudad de Encarnación ante casos perdidos por situaciones ajenas a la investigación como las ausencias a clase en días de aplicación del instrumento. Esto implica que los resultados obtenidos no son generalizables a toda la comunidad.

Para futuras investigaciones, sería recomendable adoptar un enfoque cualitativo que permita una mayor profundización y comprensión de las experiencias y percepciones individuales dentro de cada nivel educativo estudiado. Este enfoque podría proporcionar perspectivas más detalladas y contextuales que complementen y enriquezcan los hallazgos cuantitativos obtenidos en el estudio. Además, sería valioso explorar las diferencias en el uso de las redes sociales y los hábitos de estudio según otras variables como el tipo de institución educativa (pública o privada) y el contexto socioeconómico, lo que permitiría desarrollar intervenciones más específicas y efectivas para cada población.

Referencias

- [1] Aguedad, J. I. (2007). *Observatics: La implementación del software libre en los centros TICs andaluces. Análisis de las repercusiones en los procesos de enseñanza-aprendizaje*. Ministerio de Educación y Ciencia de España. <https://produccion-cientifica.uhu.es/documentos/603e1931441e300476342328>
- [2] Aguilar Rodríguez, D. E., & Said Hung, E. (2010). Identidad y subjetividad en las redes sociales virtuales: caso de Facebook. *Zona próxima*, 12, 190-207. <https://doi.org/10.14482/zp.12.657.42>
- [3] Álvarez-Herrero, J. F., Denis, M., Palacios Zuiderwyk, R. M. C., & Raychakowski Sowa, E. C. (2023). Adaptación y validación del instrumento CODIDORA al contexto paraguayo. *AULA PYAHU – Revista de Formación Docente y Enseñanza*, 1(2), 108-116. <https://doi.org/10.47133/rdap2023-12art8>
- [4] Aparicio Gómez, O., Ostos Ortiz, O. L., & Cortés Gallego, M. (2019). Redes sociales, tejidos de paz. *Hallazgos*, 16(32), 17-25. <https://doi.org/10.15332/2422409X.4999>
- [5] Avendaño, Y. (2020). Influencia de las estrategias de lectura de Isabel Solé en la comprensión lectora de los educandos de quinto grado de primaria. *Revista Chakiñan de Ciencias Sociales y Humanidades*, 12, 95-105. <https://doi.org/10.37135/chk.002.12.06>
- [6] Banco Mundial (BM) (22 de enero de 2021). *Se requieren medidas urgentes y eficaces para mitigar los impactos de la COVID-19 en la educación en todo el mundo*. <https://bit.ly/3Fn1d1A>
- [7] Barrera, A. L., & Denis Cácaro, M. (2022). Adicción al móvil e Impulsividad: ¿Cuánto tardas en responder un mensaje de Whatsapp? *Informació psicològica*, 123, 24-38. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8548282>
- [8] Barros, V. N., Hauché, R. A., De Grandis, C., & Elgier, Á. M. (2020). Aumento del uso de Instagram y su relación con la Soledad Percibida, en contexto de pandemia Covid-19. Subjetividad y Procesos Cognitivos, 24(2), 161-177. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7781476.pdf>
- [9] Barroso-Moreno, C., Rayón-Rumayor, L., Bañares-Marivela, E., & Hernández-Ortega, J. (2023). Polarization, virality and contrary sentiments for LGTB content on Instagram, TikTok, and Twitter. *Profesional de la información*, 32(2). <https://revista.profesionaldelainformacion.com/index.php/EPI/article/view/87253>
- [10] Bermejo, P. (2016, 19 de abril). *Las redes sociales ya han modificado nuestro cerebro*. Redes III reunión Pfizer. <https://bit.ly/2QWjYA5>
- [11] Cabero Almenara, J., Martínez Pérez, S., Valencia Ortiz, R., Leiva Núñez, J. P., Orellana Hernández, M. L., & Harvey López, I. C. (2020). La adicción de los estudiantes a las redes sociales on-line: un estudio en el contexto latinoamericano. *Revista Complutense de Educación*, 31(1), 1-12. <https://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/view/61722>
- [12] Cánovas Pelegrín, R., Ballesta Pagán, F. J., & Ibañez López, F. J. (2023). Percepción de los adolescentes sobre el consumo de redes sociales. *RELATEC: Revista Latinoamericana de Tecnología Educativa*, 22(1). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8768134>
- [13] Casale, S., Gemelli, G., Calosi, C., Giangrasso, B., & Fioravanti, G. (2021). Multiple exposure to appearance-focused real accounts on Instagram: Effects on body image among both genders. *Current Psychology*, 40, 2877-2886. <https://psycnet.apa.org/record/2019-14939-001>
- [14] Castro Olivera, J. E. (2021). *Gestión de notificaciones en dispositivos móviles de chicos/as en edad escolar* [Doctoral dissertation, Universidad Nacional de La Plata]. <https://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/121912>
- [15] Chiza-Lozano, D., Vásquez-Mendoza, D., & Vega, C. R. (2021). Adicción a redes sociales y cyberbullying en los adolescentes. *Revista Muro de la Investigación*, 6(1), 34-44. <https://doi.org/10.17162/rmi.v6i1.1437>
- [16] Czeraniuk, N., Denis, M., Sowa, E. C. R., & Schaefer, L. V. (2023). Logros de aprendizaje y acceso a la educación superior: un caso que pone en jaque el ODS 4 en Paraguay. En *Las universidades iberoamericanas ante los retos de los objetivos de desarrollo sostenible* (pp. 77-86). Tirant lo Blanch.
- [17] De la Torre, L. & Fourcade, H. (2012). El uso de las redes sociales virtuales en niños, niñas y adolescentes. *Revista Infancias Imágenes*, 11, 69-73. <https://revistas.udistrital.edu.co/index.php/infancias/article/view/5627>
- [18] Denis, M., & Schaefer, L. V. (2021). Necesidades en la migración a la virtualidad según docentes paraguayos. *Reflexión Académica en Diseño y Comunicación*, 48, 122-126.
- [19] Denis, M., & Schaefer, L. V. (2023). Una propuesta didáctica para enseñar y aprender a investigar y ejercer en la Formación Docente. En *Educación y sociedad: claves interdisciplinarias* (pp. 448-453). Octaedro.
- [20] Dyadichenko, E., & Dyadichenko, O. (2021). Alpha generation internet addiction. En *Child in the Digital World* (pp. 18-18). <https://elibrary.ru/item.asp?id=47468327>
- [21] Echeburúa, E., & De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías ya las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-95. <https://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/196>
- [22] Fehine, I., y Olinto Deodato, P. G. (2022). Educación en medios: identificar y combatir la información falsa. *Rotura – Revista de Comunicación, Cultura y Artes*, 2(2), 67-73. <https://doi.org/10.34623/5p33-5674>
- [23] García-Ruiz, R., Morueta, R. T., & Gómez, Á. H. (2018). Redes sociales y estudiantes: motivos de uso y gratificaciones. Evidencias para el aprendizaje. *Aula abierta*, 47(3), 291-298. <https://reunido.uniovi.es/index.php/AA/article/view/12686>
- [24] Giraldo-Luque, S., & Fernández-Rovira, C. (2020). Redes sociales y consumo digital en jóvenes universitarios: economía de la atención y oligopolios de la comunicación en el siglo XXI. *Profesional de la información*, 29(5). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7626298>
- [25] Gomes-Franco-Silva, F., & Sendín-Gutiérrez, J. (2014). Internet as a haven and social shield. Problematic uses of the network by young Spaniards. [Internet como refugio y escudo social: Usos problemáticos de la Red por jóvenes españoles]. *Comunicar*, 43, 45-53. <https://doi.org/10.3916/C43-2014-04>

- [26] González Coronel, K. (2023). Uso de las redes sociales y su influencia en el desarrollo educativo. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 579-593. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.6897
- [27] Hernández-Serrano, M. J., Renés-Arellano, P., Campos Ortuño, R., & González-Larrea, B. (2021). Privacidad en redes sociales: análisis de los riesgos de auto-representación digital de adolescentes españoles. *Revista Latina de Comunicación Social*, (79), 133-154. <https://doi.org/10.4185/RLCS-2021-1528>
- [28] Instituto Nacional de Estadística (INE) (2022). Tecnología de la Información y Comunicación en el Paraguay (TIC). EPH 2015-2022 EPH 2015 – 2022. INE <https://www.ine.gov.py/news/news-contenido.php?cod-news=1643#:~:text=En%20t%C3%A9rminos%20de%20poblaci%C3%B3n%20significativa%201.346.000%20personas>
- [29] Islas, O., & Ricaurte, P. (2013). *Investigar las redes sociales. Comunicación total en la sociedad de la ubicuidad*. Razón y Palabra. <https://www.academia.edu/download/39057719/InvestigarRedesSociales.pdf>
- [30] Kuss, D. J., Kanjo, E., Crook-Rumsey, M., Kibowski, F., Wang, G. Y., & Sumich, A. (2018). Problematic mobile phone use and addiction across generations: The roles of psychopathological symptoms and smartphone use. *Journal of technology in behavioral science*, 3, 141-149. <https://doi.org/10.1007/s41347-017-0041-3>
- [31] Livingstone, S., & Brake, D. R. (2010). On the rapid rise of social networking sites: New findings and policy implications. *Children & society*, 24(1), 75-83. <https://doi.org/10.1111/j.1099-0860.2009.00243.x>
- [32] Lozano-Blasco, R., Mira-Aladrén, M., & Gil-Lamata, M. (2023). Social media influence on young people and children: Analysis on Instagram, Twitter and YouTube. [Redes sociales y su influencia en los jóvenes y niños: Análisis en Instagram, Twitter y YouTube]. *Comunicar*, 74, 125-137. <https://doi.org/10.3916/C74-2023-10>
- [33] Maciente Colvara, B., & Maria Ferreira Vieira, S. (2022). Comida e informação para todos: as redes sociais podem contribuir para a aprendizagem social do sujeito? Food and information for everyone: can social networks contribute to the individual's social learning? *Rotura – Revista de Comunicação, Cultura e Artes*, 2(1), 54-61. <https://doi.org/10.34623/4a5a-q167>
- [34] Martín Critikián, D., & Medina Núñez, M. (2021). Redes sociales y la adicción al like de la generación Z. *Revista de comunicación y salud*, 11, 55-76. <https://doi.org/10.35669/rcys.2021.11.e281>
- [35] Mereles, J. I., & Canese, V. (2020). Acceso a las TIC de los principales actores educativos en Paraguay en tiempos de pandemia. *La Saeta Universitaria Académica y de Investigación*, 9(2), 1-14. <https://doi.org/10.56067/saetauniversitaria.v9i2.237>
- [36] Morduchowicz, R. (2012). La escuela, los medios y la cultura juvenil. *[Con]textos*, 1(1), 21-24.
- [37] Morgans, J. (2017). The secret ways social media is built for addiction. *Vice*. https://www.vice.com/en_uk/article/vv5jkb/the-secret-ways-socialmedia-is-built-for-addiction
- [38] Nuñez-Rola, C., & Ruta-Canayong, N. J. (2019). Social Media Influences to Teenagers. *International Journal of Research Science and Management*, 6(6), 38-48. https://www.researchgate.net/publication/342436676_SOCIAL_MEDIA_INFLUENCES_TO_TEENAGERS
- [39] Observatorio Educativo Ciudadano. (2020). *Niveles de desempeño de las pruebas de SNEPE 2015 y 2018*. Observatorio Educativo Ciudadano <https://observatorio.org.py/indicadores/indicador/264>
- [40] Ochoa Quispe, F. Z. & Barragán Condori, M. (2022). El uso en exceso de las redes sociales en medio de la pandemia. *Academo (Asunción)*, 9(1), 85-92. http://scielo.iics.una.py/scielo.php?pid=S241489382022000100085&script=sci_abstract&tlng=es
- [41] Odriozola, E. E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista española de drogodependencias*, 4, 435-48. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4113810>
- [42] Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. [UNESCO] (2015). *Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*. UNESCO <https://docs.un.org/es/A/RES/70/1>
- [43] Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. [UNESCO] (2023, 14 de septiembre). *Herramientas innovadoras de la UNESCO para la alfabetización mediática e informacional*. UNESCO. <https://www.unesco.org/es/articulos/herramientas-innovadoras-de-la-unesco-para-la-alfabetizacion-mediatica-e-informacional>
- [44] Pástor, D., Jiménez, J., Arcos, G., Romero, M., & Urquizo, L. (2018). Patrones de diseño para la construcción de cursos on-line en un entorno virtual de aprendizaje. *Ingeniare. Revista chilena de ingeniería*, 26(1), 157-171. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-33052018000100157&script=sci_arttext
- [45] Picazo Sánchez, L., & Tomás Fernández, E. (2024). Educación mediática en Primaria: Intervención contra el odio en redes. *Rotura – Revista de Comunicación, Cultura e Artes*, 4(1), 14-29. <https://doi.org/10.34623/dj7r-qr76>
- [46] Prensky, M. (2010). *Nativos e inmigrantes digitales*. SEK S.A [https://skat.ihmc.us/rid=1RK88K5LN-44P1MC-2WQZ/Prensky-NATIVOS%20E%20INMIGRANTES%20DIGITALES%20\(SEK\).pdf](https://skat.ihmc.us/rid=1RK88K5LN-44P1MC-2WQZ/Prensky-NATIVOS%20E%20INMIGRANTES%20DIGITALES%20(SEK).pdf)
- [47] Real Academia Española. (junio de 2018). *Diccionario de la Lengua Española*. RAE <http://dle.rae.es/?id=Jvcxrlo>
- [48] Roda, C. (2019). A roadmap of studies in attention and digital technology. *Communication in the Era of Attention Scarcity*, 7-20. https://www.researchgate.net/publication/335810095_A_Roadmap_of_Studies_in_Attention_and_Digital_Technology
- [49] Rojas-Estrada E.G., García-Ruiz R., & Aguaded I. (2023). Media competence in the curriculum from Latin American countries: a systematic review. *Медиаобразование*, (1), 154-170. <https://cyberleninka.ru/article/n/media-competence-in-the-curriculum-from-latin-american-countries-a-systematic-review>

- [50] Rojas-Estrada, E.G., Aguaded, I. & García-Ruiz, R. (2024). Alfabetización mediática e informacional en el currículo prescrito: una revisión sistemática sobre su integración. *Education and Information Technologies*, 29, 9445-9472. <https://doi.org/10.1007/s10639-023-12154-0>
- [51] Ruiz-Mora, I., Ruiz-Muñoz, M. J., & Álvarez-Nobell, A. (2021). Las pautas de comunicación digital de los principales movimientos ciudadanos en Málaga (España) en el periodo 2018-2019. *Convergencia*, 28. <https://convergencia.uaemex.mx/article/view/article/14303>
- [52] Sarabia, H. M. H. (2013). Influencia de redes sociales en hábitos de estudio de universitarios de primer año. *Foro educacional*, 22, 131-148. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6429479.pdf>
- [53] Siddiqui, S., & Singh, T. (2016). Social media its impact with positive and negative aspects. *International journal of computer applications technology and research*, 5(2), 71-75.
- [54] Trejos-Gil, C. A., Tordecilla-Pájaro, C. C., & Mena, D. M. (2024). Adicción a la red social Tik Tok en jóvenes universitarios. *Revista de Comunicación y Salud*, 14, 1-18. <https://www.revistadecomunicacionysalud.es/index.php/rcys/article/view/339>
- [55] Urbano Coral, Á. M. (2022) *Protección de niños, niñas y adolescentes en el uso de redes sociales: análisis de riesgos y medidas eficaces*. Biblioteca General Alfonso Borrero Cabal S. J. <https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/60838?locale-attribute=en>
- [56] Valderrama, M., & Velasco, P. (2018). ¿Programando la creación? Una exploración al campo socio-técnico de YouTube en Chile. *Cuadernos.Info*, 42, 39-53. <https://doi.org/10.7764/cdi.42.1370>
- [57] Vara-Horna, Arístides (2012). *Desde La Idea hasta la sustentación: Siete pasos para una tesis exitosa. Un método efectivo para las ciencias empresariales*. Instituto de Investigación de la Facultad de Ciencias Administrativas y Recursos Humanos. Universidad de San Martín de Porres. Lima. <http://www.administracion.usmp.edu.pe/investigacion/files/7-PASOS-PARA-UNA-TESIS-EXITOSA-Desde-la-idea-inicial-hasta-la-sustentacion%C3%B3n.pdf>

Bio

Yamila Machado Atienza es licenciada en Psicopedagogía por la Universidad Autónoma de Encarnación (UNAE), egresada en 2024. Colabora en proyectos de

investigación sobre Alfabetización Mediática e Informacional (AMI) cofinanciados por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT) y la UNAE. Se desempeña como auxiliar de investigación en la UNAE y como maestra integradora en los niveles de educación primaria y secundaria. Ha sido adscripta en las materias de Metodología de la Investigación y, actualmente, en el Taller de Trabajo Final de Grado. Cursa actualmente dos especializaciones: en Didáctica Universitaria y en Metodología de la Investigación. Es miembro de la Red Alfamed Joven.

Laura Verena Schaefer profesional en el ámbito de la educación. Es máster y licenciada en Psicopedagogía y especialista en Neurociencias aplicadas a la educación. Es investigadora en el Sistema Nacional de Investigadores del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT). Miembro de la Red Alfamed Joven. Actualmente, investigadora principal en proyectos relacionados con la alfabetización mediática y la competencia mediática del profesorado. Desempeña el cargo de Adjunta de Rectorado en la Universidad Autónoma de Encarnación (UNAE) y de Coordinadora Académica en el Instituto Superior de Educación Divina Esperanza.

Juan-Francisco Álvarez-Herrero es Doctor en Tecnología Educativa: e-learning y gestión del conocimiento por la Universidad Rovira i Virgili (Sobresaliente Cum Laude). Es también Máster en Dirección y Gestión de Centros Educativos (UCV) y en Tecnología Educativa (URV), además de Experto Universitario en Internet y sus Aplicaciones (UNED). Licenciado en Ciencias Químicas por la Universidad de Valencia, cuenta con amplia experiencia docente en secundaria y universitaria. Actualmente se desempeña como Profesor Permanente Laboral en la Universidad de Alicante, en el departamento de Didáctica General y Didácticas Específicas. Ha dirigido numerosos TFG y TFM, y participado en tribunales académicos. Es autor y coordinador de cursos del INTEF y ha sido formador en centros de desarrollo docente de España. Ha impartido conferencias y capacitaciones a nivel nacional e internacional en universidades y centros educativos de distintas etapas.

