

Jóvenes y adolescentes ante el abuso de las TIC: el COVID-19 y los efectos del aislamiento social forzado

Young people and adolescents facing ICT abuse: COVID-19 and the effects of forced social isolation

Giuliano Tardivo^{1,a}, Eduardo Díaz Cano^{1,b}

¹ Universidad Rey Juan Carlos, Fuenlabrada, Madrid, España

✉ a:giuliano.tardivo@urjc.es

✉ b:eduardo.diaz@urjc.es

Recibido: 14/09/2023; Aceptado: 10/10/2023

Resumen

El objetivo de este artículo es investigar el abuso de las redes sociales durante el confinamiento por COVID-19 en España. Para recoger los datos hemos utilizado la encuesta online en la que han participado estudiantes universitarios españoles que estudian en distintos grados y universidades públicas españolas. Hemos utilizado un enfoque lo más neutral posible, rechazando tanto la perspectiva ciberutópica como la ciberfóbica. Los resultados demuestran que el uso de las redes sociales ha aumentado de forma considerable durante el confinamiento, sobre todo entre los que viven en casas más grandes. Si por un lado parece que se ha producido cierto abuso de las redes sociales durante el confinamiento, no se puede probar que esto haya tenido consecuencias directas sobre el rendimiento académico o la salud de las y los jóvenes encuestados. Sí resulta evidente el aumento de la conflictividad intrafamiliar.

Palabras clave: COVID-19; redes sociales; juventud; España; bienestar emocional; relaciones familiares.

Abstract

The aim of this paper is to research the social network abuse during the COVID-19 confinement in Spain. To collect the data, we have used the online survey. Respondents were Spanish university students studying in different degrees and Spanish public universities. We have used an approach as neutral as possible, rejecting both the cyber-utopian and cyber-phobic perspectives. The results show first that the use of social networks has increased significantly during confinement, especially among those living in larger houses. Second, on the one hand it seems to be that some abuse of social networks has occurred during confinement, on the other hand and according to the results of our survey, it cannot be proven that this has had direct consequences on the academic performance or health of the young people surveyed. The increase in intrafamily conflict is evident.

Keywords: COVID-19; Social networks; Youth; Spain; Emotional wellbeing; Family relationships.

1. INTRODUCCIÓN Y ANTECEDENTES TEÓRICOS

Sabemos que el COVID-19 ha representado para esta generación de jóvenes y adolescentes una experiencia vivencial compartida, que ha marcado y sigue marcando su socialización, “un hecho social total”, parafraseando a Marcel Mauss (Sanz Abad, 2022: 14). De hecho, cada generación y cohorte ha vivido o sufrido el COVID-19 de forma diferente.

Si el COVID-19 ha tenido consecuencias a nivel económico, sanitario, geopolítico, en nuestro caso queremos centrarnos en el estudio de las y los jóvenes y adolescentes, porque en este periodo de la vida se producen cambios físicos y hormonales, así como rápidos cambios de humor, al tiempo que el reconocimiento del grupo y la llamada “deseabilidad social” (Stella *et al.*, 2018: 92) juegan un papel muy importante (Bueno, 2021: 35), hasta el punto de que si un adolescente percibe rechazo por parte de su entorno, y especialmente de sus amigos, puede llegar a padecer daños irreversibles en su proceso de “maduración cerebral” (Bueno, 2021: 146).

Además, cabe recordar que la precariedad introducida por el COVID-19 se ha sumado a la precariedad generalizada del contexto laboral y económico, añadiendo incertidumbre tras incertidumbre y determinando que se viva en contextos de estrés, depresión, falta de motivación (Durán Díaz, 2022: 135) y ansiedad permanente. Además, se ha determinado un empeoramiento de la salud mental de la población joven (Durán Díaz, 2022: 134): “durante los últimos 30 años el número de días que sentimos estrés ha aumentado un 19%” (Bueno, 2021: 174). Durante la pandemia los niveles de estrés se elevaron sobre todo entre la población joven femenina (Durán Díaz, 2022: 136) especialmente respecto a dimensiones como la posibilidad de contagiarse, de perder a familiares y de sufrir “aislamiento social” (Sandín, *et al.*, 2020:7), hasta el punto de que, en otras investigaciones como la de Sandin *et al.*, (2020: 10), se ha llegado a considerar al género femenino como un “factor de vulnerabilidad” (Lazarus y Steigerwalt, 2018; Bueno Sánchez y Valle, 2007)

Como acabamos de afirmar, sobre todo desde 2008 en adelante, las y los jóvenes se han socializado en contextos cada vez más precarios y han sido “golpeados por sucesivas olas de problemas” (Ballesteros *et al.*, 2022: 7) que han convertido la inestabilidad en un problema estructural (Ballesteros *et al.*, 2022: 21) y la vulnerabilidad en una condición de la que resulta casi imposible salir afectando en mayor o menor medida a muchos, sino a casi todos (Santiago, 2021: 24-25). Pensemos sobre todo en las dificultades que acompañan el proceso de “inserción laboral” (Brunet y Pizzi, 2013: 16) y que se perpetúan luego en la edad adulta (Brunet y Pizzi, 2013: 23). Las y los jóvenes se enfrentan a un escenario económico precario que los condenará con toda probabilidad a asumir trabajos inestables y mal remunerados, los “trabajos de mierda” de los que habla David Graeber (2018).

También podemos afirmar que las y los adolescentes y jóvenes de hoy en día nacen y crecen con las TIC y, por tanto, no han conocido el mundo predigital. Además, viven en una sociedad caracterizada por el auge de los procesos de individualización y desinstitucionalización (Bauman, 2018: 10) que determinan que las y los jóvenes no tengan ningún modelo de referencia y tengan que construirse autónomamente su camino (Parsons, 2006: 78). A este respecto, Sanz Abad (2021: 12) habla de “un individualismo posesivo que no reconoce ningún límite”, contrario a los “espacios de autonomía” buscados en los años 60 (Feixa, 2011:114). No podemos olvidar la pérdida de influencia de instituciones como la familia y, más aún, la iglesia o las reducidas tasas de fertilidad que determinan que muchas de estas y estos jóvenes sean descendencia única. Aun así, la construcción de la identidad de las y los jóvenes depende en gran medida de “la interacción con los otros” (Stella *et al.*,

2018: 88), y esto se ha incrementado con el auge de la interacción online abierta a conocidos, desconocidos, influencers, etc.

Las TIC han invadido todos los campos y todas las actividades humanas (Requena y García Moreno, 2023) desde el mundo financiero, donde se ha producido un auténtico “maridaje entre las finanzas y los desarrollos digitales” (Ontiveros, 2019: 128), hasta el mundo del ocio -con el aumento, sobre todo entre las y los jóvenes, y especialmente durante el confinamiento, del “visionado de contenido multimedia”, de la música online y de los juegos y videojuegos (Fundación Telefónica, 2021: 237)- y de las interrelaciones personales. De hecho, las TIC se han convertido en una agencia de socialización más, sustituyendo muchas veces a los padres y a otras agencias, que han perdido su papel hegemónico.

En los últimos años han aumentado sobre todo las redes o apps de mensajería, como WhatsApp, que permiten un uso más privado y un acceso más restringido y seleccionado de las personas (Fundación Telefónica, 2021: 203), o como Instagram que permiten la convivencia entre perfiles públicos y privados o restringidos. En efecto, podemos decir que la familia, aunque por el momento no ha desaparecido como algunos preveían, ya no desempeña un papel primordial y exclusivo en el proceso de socialización.

Diffícilmente hoy se podría afirmar con Max Weber (1944: 172) que “las autoridades de los padres y de la escuela llevan su influencia mucho más allá de aquellos bienes culturales de carácter (aparentemente) formal, pues conforma a la juventud y de esa manera a los hombres”. Inés Alberdi (2020: 244), a este respecto, habla de una socialización paralela. Mientras que Alessandro Baricco, centrándose en los efectos de las TIC, ha evidenciado cómo estas “han cambiado nuestra relación con la realidad e incluso nuestra propia concepción de ella” (Ontiveros, 2019: 94).

Por otro lado, las y los jóvenes y las y los adolescentes se sienten especialmente atraídos por factores como el riesgo, la novedad y las experiencias fuertes, así como por las grandes emociones, y si no pueden experimentarlas en persona, las buscan a través de Internet, de las TIC, y de las redes sociales sin darse cuenta, en la mayoría de los casos, de los riesgos que conlleva el uso y el abuso de las TIC como pérdida de autonomía, ansiedad, control y disciplina, entre otros.

Sin embargo, sabemos que no toda la juventud tiene los mismos patrones ni se relacionan con las TIC de la misma manera (Silió, 2023; Recasens Pérez-Vera, 2022). Igual que ocurre con el sujeto mujer, estudiado por el feminismo y los estudios de género, también en el caso de las y los jóvenes y de la juventud podemos hablar de interseccionalidad entre la edad y otros factores o condicionantes sociales. De hecho, Bourdieu considera la edad, al igual que el sexo o la clase social, “una forma de imponer límites, de producir un orden en el cual cada quien debe mantenerse” (Bourdieu, 1990: 164) y debe ocupar un lugar preestablecido y construido por la sociedad y por las estructuras sociales.

Muchas elecciones personales están en realidad estructuradas (Becker, 1995) y condicionadas, produciéndose así una imbricación entre lo individual/existencial y lo social/colectivo (Martuccelli, 2021: 45) que ya Parsons había visualizado hablando de “individualismo institucionalizado” (Merino, 2006: 14), mientras se ocultan o pasan desapercibidas las experiencias de sufrimiento común o los “vínculos de clase subyacentes” (Brunet y Pizzi, 2013: 18). Como dice José Santiago (2021: 24), la vulnerabilidad, así como el privilegio o la respuesta ante el COVID, se desarrolla en torno a distintos “ejes de opresión y privilegio”. Hay condicionantes de género, que afectan a las mujeres jóvenes desde, por ejemplo, el punto de vista psicológico (Ballesteros *et al.*, 2022: 12), de clase social, socioafectivos y étnico-culturales que los diferencian de los jóvenes y, por consiguiente, no se pueden tratar a las y los jóvenes como si fueran un grupo homogéneo. Más aún en una época

como la actual, en la que crece el peso de las “trayectorias individuales” (Dueñas Rello, 2022: 2) y, por ende, de las “inseguridades socio-existenciales” (Dueñas Rello, 2022: 6). Estamos convencidos de que el virus y el confinamiento, que se produjo como consecuencia de la declaración del estado de alarma el 14 de marzo de 2020 (Durán Díaz, 2022: 134), no han sido iguales para todos, sino que han tenido un impacto distinto “sobre el espacio urbano y la cotidianeidad” (Sanz Abad, 2022: 21), y no han tenido consecuencias solo económicas, sino también sociales y psicológicas sobre todo en la población más vulnerable, como las y los jóvenes, pero especialmente para ellas.

2. PLANTEAMIENTO

Para llevar a cabo nuestra investigación, hemos tomado en consideración una perspectiva plural, según lo que nos sugiere Mills cuando habla de imaginación sociológica, para intentar relacionar las prácticas individuales, relacionadas con las TIC, con los cambios estructurales determinados por el auge de la sociedad de los *new media*. Las conductas individuales dependen también de las transformaciones sociales, como las que se han generado con el COVID-19 (Álvarez Cantalapiedra, 2022: 25).

Sólo combinando las dos perspectivas, la individual/particular y la estructural/general, se puede llegar a entender por qué muchos jóvenes han incrementado el uso de Internet y de las redes sociales y por qué han utilizado las TIC, durante y después del confinamiento, como válvula de escape, y por qué, aunque un grupo minoritario pero considerable de jóvenes haya percibido incluso algunos aspectos positivos a nivel individual y relacional, como pueden ser la posibilidad de reflexionar sobre sus vidas y la sociedad más en general (Sanz Abad, 2021: 6), u opinar de forma rápida y compartir experiencias y conocimientos (Moreno, 2015: 41), así como la posibilidad de disfrutar de más tiempo libre (Durán Díaz, 2022: 135), aunque exclusivamente dentro de las paredes domésticas o, por último, mayor disfrute de y con la familia, más altruismo, interés por el futuro y más valoración de “las actividades al aire libre” (Sandín *et al.*, 2020: 15). De todas formas, un 50,9% cree que el COVID-19 les ha afectado negativamente en el ocio y un 66,8% sobre su salud mental (Ballesteros *et al.*, 2022: 36).

Por eso hemos tenido que mirar más allá de sus vivencias personales y tomar en consideración también los cambios estructurales, sociales, que se han producido en las últimas décadas (Mills, 2017: 22) para ponerlos en relación con las prácticas individuales: la vulnerabilidad generalizada y el contexto precario. Estos dos aspectos tienen efectos directos sobre la salud mental contribuyendo a producir “depresión, ansiedad o pérdida de sueño” (García Selgas, 2021: 68), sobre todo entre las y los jóvenes que viven en contextos económicamente precarios y/o en casas pequeñas (Santos *et al.*, 2022: 64). Durante el confinamiento, las diferencias de clase y el tamaño de la vivienda fueron factores fundamentales en la percepción de estos efectos.

Pensemos también en la pérdida de poder de la figura del padre autoritario y de prácticas parentales basadas en la sumisión forzada o en los acontecimientos disciplinarios, como decía el psicólogo francés Beauvois (2008). La mayoría de las familias hoy navegan entre una paternidad democrática, con padres más permisivos, tanto interna como externamente (Parsons, 2006: 61), y/o negligentes y pasotas. Y en este caso, las TIC y las redes sociales pueden constituir un elemento sustitutivo válido para muchos/as jóvenes.

De todas formas, es probable que el porcentaje descrito por Beauvois (2008: 170), quien ha hablado de un 70% de interacciones paternofiliales basadas en acontecimientos disciplinarios, tenga que ser revisado a la baja. De hecho, no se puede entender el uso (y

el abuso) por parte de las y los jóvenes de las TIC sin relacionar estas prácticas con los cambios sociales y estructurales que se están produciendo y con los que se han generado como consecuencia del COVID-19, que desde muchos puntos de vista ha representado un auténtico tsunami social y cultural.

Como dice [Latour \(2005: 21\)](#), con su teoría del actor-red, hoy en día hay que tomar en consideración, para llevar a cabo un análisis sociológico válido y completo, también a los actores no humanos, como los robots o las TIC, porque, como hemos visto durante la pandemia, los cambios en nuestras sociedades son continuos y los viejos marcos de referencia no son útiles para comprender la complejidad contemporánea.

3. PREGUNTAS A CONTESTAR

En este caso, por razones de oportunidad y acceso a la población objetivo, nos hemos centrado en las y los jóvenes estudiantes universitarios españoles. Las principales preguntas de investigación a las que queremos responder a través de este estudio son las siguientes:

¿Ha aumentado o cambiado radicalmente el uso de Internet y de las redes sociales, a raíz de COVID-19 entre las y los jóvenes? A este respecto ¿han influido factores como las condiciones materiales del encuestado o el impacto negativo de la pandemia sobre diversas cuestiones como salud, rendimiento académico, relaciones sociales y situación económica? Se plantea la posibilidad de que, ante peores condiciones materiales (ingresos y menos metros cuadrados de la residencia en la que se pasó el confinamiento) y subjetivas (impacto negativo de la pandemia) aumente el uso de las redes sociales, dado que estas se podrían emplear como una posible “vía de escape”.

Es bien sabido que el sentimiento de soledad -el intenso miedo de la exclusión del que habló Parsons ([Merico, 2006: 18](#))- provoca estrés y ansiedad en muchos/as adolescentes y que el tener amigos/as y verse con ellos reduce la ansiedad y otras posibles consecuencias negativas a nivel psicológico y conductual ([Bueno, 2021: 77](#)). De ahí la necesidad de estudiar si las TIC cumplen o no una función sustitutiva o mitigadora del malestar personal ([Ballesteros et al., 2022: 8](#)), teniendo en cuenta que el contacto personal con los amigos/as se ha reducido, especialmente durante los periodos peores de la pandemia, y ha sido reemplazado por las redes sociales, las videoconferencias, los juegos online, etc. ([Fundación Telefónica, 2021: 194](#)).

Por otro lado, muchas y muchos jóvenes son muy activos en las redes sociales y, al mismo tiempo, aunque parezca una contradicción, tienen sentimientos de aislamiento y soledad, y, por lo general, los problemas psicológicos han aumentado durante la pandemia entre las cohortes más jóvenes ([Ballesteros et al., 2022: 12](#)), y en los últimos tiempos siguen al alza ([Ballesteros et al., 2022: 28](#)).

En efecto, las redes sociales y los *new media* aumentan el número de contactos, pero favorecen una relacionalidad tenue y ligera ([Christakis y Fowler, 2010: 266](#)), es decir, “conexiones débiles con amigos distantes” ([Christakis y Fowler, 2010: 276](#)), que se pueden establecer y abandonar muy rápidamente ([Stella et al., 2018: 98](#)) y que consiguen satisfacer “unas necesidades más periféricas de compañía” ([Aguilera, 2013: 3](#)) generando “una sociabilidad contradictoria” ([Amezaga Etxebarria, Carrasco y Sádaba Rodríguez, 2022: 1](#)).

Pensemos en la metáfora de [Sherry Turkle \(2011\)](#) del *Alone together*: “juntos pero solos”, en referencia a los contactos digitales con muchas personas sin la necesidad de crear vínculos relacionales profundos ([Stella et al., 2018: 112](#)). Los límites de los contactos no presenciales,

que tienen lugar solo a través de Internet y de redes sociales, se pueden resumir en “la falta del abrazo” (Amezaga Etxebarria, Carrasco y Sádaba Rodríguez, 2022: 10), y en la idea de la sociedad *contactless* (Fundación Telefónica, 2021: 196).

Todos estos condicionantes pueden generar una tendencia a abusar de las redes sociales. Respecto a esta cuestión surge otra pregunta:

¿Puede detectarse un patrón de abuso de las redes sociales? ¿Qué consecuencias tiene este abuso?

Esta investigación se plantea como un primer paso para responder estas cuestiones desde una perspectiva exploratoria y descriptiva.

4. JUSTIFICACIÓN

Como justificación de la presente investigación, podemos decir que, aunque hayan aumentado en los últimos tiempos, todavía son escasos los estudios en España que se centran en profundizar sobre el bienestar de las y los jóvenes y sobre cómo estas/os interactúan entre ellos, con los demás miembros del entorno, y sobre cómo usan las nuevas TIC (Moreno, 2015: 43) y las redes sociales. Este tipo de estudios son cada día más necesarios y urgentes, sobre todo desde una perspectiva sociológica que tenga en cuenta el impacto de las redes y de las TIC sobre las relaciones sociales y la identidad personal (Stella *et al.*, 2018: 107).

Teniendo en cuenta que, a las dificultades relacionadas con la edad y las condiciones sociales y materiales, se han añadido las consecuencias del COVID-19 y del confinamiento forzado, que han reducido los contactos físicos y “han obligado a todas las personas, en mayor o menor medida, a utilizar herramientas digitales” (Fundación Telefónica, 2021: 171). Por esto urge interpelar a las y los jóvenes, para que nos cuenten ellos/as mismos/as sus vivencias en relación a su situación particular y social/generacional, sin olvidar que existen pocos estudios que se hayan centrado en profundizar “sobre los efectos psicológicos del COVID-19 en personas bajo cuarentena global” (Sandín *et al.*, 2020: 2). Por eso hemos decidido utilizar un enfoque multidisciplinar, abarcando cuestiones sociológicas y otras más propias de la psicología.

Como marco teórico de referencia, además de los autores que hemos citado a lo largo del texto y recogidos en la bibliografía final, hemos utilizado las reflexiones de Mannheim, Parsons, Bourdieu, y otros científicos sociales, que han estudiado el tema de las y los jóvenes y han intentado desgranar el concepto de juventud. Por ejemplo, en el caso de Parsons (2006), más que sus teorías funcionalistas sobre la juventud, hemos tomado como referencia la importancia de utilizar un enfoque multidisciplinar a la hora de estudiar a las y los jóvenes (Merico, 2006: 12).

Por otro lado, Bourdieu (1990: 165) nos ha enseñado que no podemos encerrar a todos los y las jóvenes en una categoría común o en una unidad social, si no queremos que la palabra juventud se convierta en una categoría *bulldozer*, es decir demasiado genérica. Por consiguiente, resulta más útil hablar de juventudes, en plural (Santos *et al.*, 2022: 8), en lugar de tratar a la juventud “como un todo homogéneo” (Brunet y Pizzi, 2013: 13). Mannheim afirmó algo parecido, desligando la cohorte de la idea de grupo social homogéneo (Brunet y Pizzi, 2013: 25) o Erikson (1994: 89) quien afirma que su identidad “depende del apoyo que reciben del grupo que es significativo para ellos” indicando que la diversidad de identidades de los jóvenes depende del entorno, del contexto en el que cada una/o se encuentra o vive.

Además, hemos tomado como referencia los estudios de psicólogos/as sociales como [Álvaro Estramiana, Garrido Luque y Schweiger Gallo \(2010: 336\)](#), quienes relacionan la ansiedad y la depresión con factores sociales y estructurales como la clase social, el estatus, “la posición que la persona ocupa en la estructura social”, y las relaciones sociales y afectivas, rompiendo así con la explicación puramente psicológica, que se centraba en los factores internos. A este respecto, estamos convencidos de que el COVID-19 y el confinamiento no habrán tenido las mismas consecuencias sobre todos las y los jóvenes, y que las condiciones materiales de existencia habrán influido notablemente, determinando percepciones muy distintas.

5. DISEÑO METODOLÓGICO

Desde el punto de vista de la metodología, hemos utilizado la cuantitativa, desarrollando una encuesta online con objeto de responder a las preguntas planteadas de forma exploratoria. Por otro lado, nos hemos guiado según un enfoque plural, que rechaza los extremos opuestos, es decir, por un lado, la postura ciberutópica y, por otro, la ciberfóbica.

Las unidades de observación en las que nos hemos centrado para recoger los datos son jóvenes españoles que estudian en los primeros años de la Universidad. Se trata de alumnos/as de distintos grados y de distintas universidades públicas del nuestro país.

Hemos repartido el cuestionario online, porque esta modalidad de difusión resulta más rápida. Además, garantiza una influencia mínima del investigador ([Hernández Sampieri, 2014: 207](#)) respecto a otras modalidades como la entrevista personal o telefónica. Sin embargo, no descartamos a priori la posibilidad de realizar en un futuro próximo otro cuestionario autoadministrado y presencial con una muestra más amplia. Para limitar las posibles consecuencias negativas, hemos elegido un muestreo heterogéneo y polifónico, aunque dejamos para futuras investigaciones el uso de otras técnicas de investigación más cualitativas, para profundizar aspectos más subjetivos y contingentes.

De cara a responder a las preguntas planteadas se hacen uso de diversos indicadores, aunque somos conscientes de que resulta muy complicado, sino imposible, “representar con fidelidad” ([Hernández Sampieri, 2014: 200](#)) cuestiones tan complejas como las aquí estudiadas.

Para la primera pregunta, referida al aumento del uso de las redes sociales durante la pandemia, se opta por preguntar directamente a los encuestados si ha aumentado su uso (del 0 al 10 siendo 0 nada y 10 mucho). Para indagar acerca de los detonantes de dicho uso se analizarán los condicionantes materiales (ingresos y metros cuadrados de la vivienda) así como el impacto de la pandemia en la situación económica, las relaciones sociales, la salud física y mental y el rendimiento académico (del 0 al 10, siendo 0 muy positivamente y 10 muy negativamente) (en el cuestionario la escala tiene una orientación inversa). Además, controlada por variables sociodemográficas (edad y sexo).

Para analizar si se detectan patrones de abuso de las redes sociales se emplea la Versión breve del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS-6) ([Salas-Blas et al., 2020](#)), con el fin de aumentar la validez de nuestra investigación, al utilizar un instrumento ya generalizado para medir este fenómeno ([Hernández Sampieri, 2014: 200](#)). En esta versión se insta a las/os encuestadas/os a responder a seis cuestiones (con categorías de respuesta que van desde 0, nunca; hasta 4, siempre). Las preguntas en cuestión son:

- El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.
- Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.
- Me siento ansioso/ansiosa cuando no puedo conectarme a las redes sociales.
- Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.
- Me propongo, sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.
- Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.

Las posibles consecuencias del abuso de las redes sociales se estructuran en torno a consecuencias para la salud mental y física, las relaciones sociales y el rendimiento académico. Se interroga a las/os encuestadas/os sobre cómo afecta el uso que hacen de las redes sociales a estas cuestiones, ofreciendo como categorías de respuesta (para cada cuestión) una escala que va el 0: muy positivamente, al 10: muy negativamente (en el cuestionario se preguntó de forma inversa). También se pregunta sobre si el uso de las redes sociales provoca discusiones con la familia (en una escala que va de 0 a 10, siendo 0 nunca y 10 siempre).

6. ANÁLISIS Y RESULTADOS

En total se encuesta a 74 estudiantes, un 35% hombres y un 65% mujeres, con una edad media de 20 años (mínimo 18 y máximo 26 años). A continuación, procedemos a responder, de forma descriptiva, las preguntas inicialmente planteadas.

Puede decirse que el uso de las redes sociales ha cambiado radicalmente, a raíz de la pandemia. Entre los encuestados, un 42% de ellos declara que ha aumentado su uso.

No obstante, los detonantes de este aumento no son claros. Sólo uno de los factores planteados tiene una ligera relación significativa con el aumento del tiempo dedicado a las redes sociales durante la pandemia, las condiciones materiales del confinamiento (metros cuadrados de la residencia en la que pasó el confinamiento). A mayor número de metros cuadrados de la vivienda, mayor es el aumento del uso de redes sociales durante la pandemia (correlación de Pearson= 0,213; significativa al 90% de confianza).

El resto de los factores planteados: sociodemográficos (edad y sexo), clase social, impacto negativo de la pandemia (económico, social, en la salud, en el rendimiento académico), no parece tener influencia sobre el aumento del uso de las redes sociales.

En cuanto a la detección de un patrón de abuso de las redes sociales, puede decirse que los resultados derivados del análisis de la encuesta confirman la existencia del mismo. Se aplica un análisis factorial exploratorio de componentes principales a los ítems de la Versión breve del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS-6) (Salas-Blas *et al.*, 2020), quedando estos agrupados en una sola dimensión. La cantidad de varianza explicada (54%) el valor del índice de KMO (0,770) y la significatividad de la prueba de esfericidad de Bartlett confirman la pertinencia del análisis realizado. Como se puede apreciar en la [Tabla 1](#), la saturación de los ítems en un solo componente señala la adecuación de emplear estos como una medida única de abuso a las redes sociales.

Tabla 1. Análisis factorial de componentes principales. Ítems de la Versión breve del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS-6) (Salas-Blas et al., 2020).

Variables	Componente 1: Abuso de las redes sociales
El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más	0,766
Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales	0,828
Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales	0,731
Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales	0,752
Me propongo, sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales	0,623
Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales	0,685

Fuente: Elaboración propia. n= 74.

Para explorar las posibles consecuencias negativas del abuso de las redes sociales sobre la salud, las relaciones sociales y el rendimiento académico, se guardan las puntuaciones factoriales (a través del método de regresión) del análisis realizado, creando una variable que se denomina “Abuso de redes sociales”.

Se analizan las relaciones de dicha variable con diversas cuestiones¹ no obstante no se encuentra ninguna relación significativa entre abuso de redes sociales e impacto del uso de las redes en la salud, las relaciones sociales y el rendimiento académico. Esto no quiere decir que esta relación no exista, solo que no puede probarse con los resultados de esta encuesta, teniendo en cuenta que otras investigaciones han llegado a resultados contrarios y han puesto en evidencia el empeoramiento de la salud mental, sobre todo entre las y los más jóvenes (Durán Díaz, 2022: 138).

Sí se aprecia una fuerte relación entre el abuso de las redes sociales y la frecuencia de las discusiones familiares relacionadas con el uso de las redes. Las variables que miden ambas cuestiones tienen una correlación de Pearson del 0,4531 significativa a un 99% de confianza.

7. CONCLUSIONES

A través de este estudio se ha tratado de responder a diversas cuestiones como las dos siguientes: ¿Ha aumentado o cambiado radicalmente el uso de Internet y de las redes sociales, a raíz de COVID-19 entre las y los jóvenes? ¿Han influido factores como las condiciones materiales del encuestado o el impacto negativo de la pandemia sobre diversas cuestiones (salud, rendimiento académico, relaciones sociales y situación económica)?

Por un lado, se puede afirmar que el uso de las redes sociales ha aumentado notablemente en las y los jóvenes durante la pandemia. Y esto ha ocurrido, al contrario de lo que habíamos planteado en las hipótesis, sobre todo entre los jóvenes que viven en casas más grandes y que disponen de más metros cuadrados. No obstante, no se ha podido dar una explicación clara acerca de este aumento.

¹ Cómo afecta el uso que haces de las redes sociales a (respuestas de 0 a 10, siendo 0 muy positivamente y 10 muy negativamente) a tu salud física, salud mental, relaciones sociales y rendimiento académico.

Respecto a la tercera pregunta, que hacía referencia al posible abuso de las redes sociales, podemos afirmar en base a los resultados conseguidos que se detecta un patrón de abuso de redes sociales, mediante el cuestionario de adicción a las redes sociales. No obstante, no se observa que, el hecho de que los encuestados perciban que las redes sociales afecten negativamente a su salud, relaciones sociales y rendimiento académico esté relacionado con que abusen de las mismas. Sí se detecta una relación interesante entre discusiones familiares y abuso de las redes sociales, al contrario de lo que habían detectado otras investigaciones (Tardivo, Suárez-Vergne y Díaz Cano, 2021) que habían conseguido al respecto resultados “contradictorios y ambivalentes”. De todas formas, no debemos olvidar que a través de nuestra encuesta hemos podido detectar solo las percepciones subjetivas de los participantes en la encuesta y que otras técnicas de investigación, como las entrevistas cualitativas o la misma observación participante, podrían aportar una perspectiva distinta a la que aquí hemos presentado. Esto lleva a una interesante doble pregunta ¿tiene el uso de las redes sociales un impacto negativo sobre los sujetos que las emplean? ¿o más bien se trata de un cambio de paradigma en las relaciones sociales que lleva aparejado un conflicto intergeneracional?

En base a la bibliografía especializada, sospechamos que la respuesta se encuentra en un punto medio entre las dos preguntas y que hablar de juventud, como si fuera un bloque homogéneo, tiene un escaso valor empírico porque no representa la realidad actual, compleja y plural. Ni las redes sociales son inofensivas, ni tampoco representan un instrumento maquiavélico con terribles consecuencias para la vida cotidiana. Esto resalta la necesidad de huir de posturas extremas, tanto de corte ciberutópica como ciberfóbica a la hora de estudiar el uso que se hace de las mismas. De hecho, todas las contraposiciones binarias y dicotómicas resultan ineficaces para describir la complejidad contemporánea (Stella *et al.*, 2018: 124).

8. Bibliografía

- AGUILERA, Miguel (2013). “Desde mi teclado”, *Crítica*, 985, 3.
- ALBERDI, Inés (2020). *La Sociología como vocación*, Madrid: CIS.
- ÁLVAREZ CANTALAPIEDRA, Santiago (2022). “Crisis ecosocial, pandemia y, por si fuera poco, ahora la guerra”, en J. SANZ ABAD (Coord.) *Salir mejores*, Madrid: Ediciones HOAC, 23-48.
- ÁLVARO ESTRAMIANA, José Luís, Alicia GARRIDO LUQUE e Inge SCHWEIGER GALLO (2010). “Causas sociales de la depresión. Una revisión crítica del modelo atributivo de la depresión”, *RIS*, vol. 68 (2), 333-348. <https://doi.org/10.3989/ris.2008.06.08>
- AMEZAGA ETXEBARRIA, Asier, Carlos LÓPEZ CARRASCO e Igor SÁDABA RODRÍGUEZ (2022). “La conexión como sociabilidad. Mediación de las redes sociales en las soledades juveniles”, *Athenea Digital*, 22 (3), e3303. <https://doi.org/10.5565/rev/athenea.3303>
- BALLESTEROS, Juan Carlos, Alejandro GÓMEZ, Stribor KURIC y Ana SANMARTÍN (2022). *Jóvenes en pleno desarrollo y crisis pandémica. Cómo miran al futuro*, Madrid: Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, Fundación Fad.
- BAUMAN, Zygmunt (2018). *Amor líquido. Sobre la fragilidad de los vínculos humanos*, Barcelona: Paidós.
- BEAUVOIS, Jean-Léon (2008). *Tratado de la servidumbre liberal*, Madrid: La Oveja Roja.
- BECKER, Howard S. (1995). “The power of inertia”, *Qualitative Sociology*, 18 (3), 301-309. <https://doi.org/10.1007/BF02393344>

- BOBRIK, Elizaveta (2014). "Digital technology and student health", *The youth of the 21st century: Education, Science, Innovations*. Materials of the International Conference for students, postgraduates, and young scientists. Ministerium of Education of Belarus, 136-139. <https://rep.vsu.by/bitstream/123456789/30688/1/136-139.pdf>.
- BOURDIEU, Pierre (1990). *Sociología y cultura*, Méjico: Editorial Grijalbo.
- BRUNET, Ignasi, y Alejandro PIZZI (2013). "La delimitación sociológica de la juventud", *Última Década*, 38, 11-36. <https://ultimadecada.uchile.cl/index.php/UD/article/view/56126>
- BUENO, David (2021) *El cerebro del adolescente*, Barcelona: Grijalbo.
- BUENO SÁNCHEZ, Eramis y Gloria VALLE (2007). "La vulnerabilidad por género". XXVI Congreso de la Asociación Latinoamericana de Sociología. Asociación Latinoamericana de Sociología, Guadalajara. <https://cdsa.academica.org/000-066/477.pdf>
- CEA D'ANCONA, M^a. Ángeles Autora (2001). *Metodología cuantitativa. Estrategias y técnicas de investigación social*, Madrid: Síntesis.
- CREIGHTON, Theodore B. (2018). "Digital natives, digital immigrants, digital learners: An international empirical integrative review of the literature", *ICPEL Education Leadership Review*, 19(1), 132-140. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1200802.pdf>
- CHRISTAKIS, Nicholas A. y James H. FOWLER (2010) *Conectados*, Madrid: Taurus.
- DUEÑAS RELLO, Erik (2022). "Problemas socio-existenciales derivados del alargamiento de la juventud en un contexto de precariedad", *RES*, 31 (4), a136. <https://doi.org/10.22325/fes/res.2022.136>
- DURÁN DÍAZ, Rebeca M. (2022). "El estrés generado por los estudios durante la pandemia en función del sexo, la edad, el hábitat, y el nivel de estudios en jóvenes españoles: un modelo predictivo", *Teknokultura*, 19 (2), 133-141. <https://doi.org/10.5209/tekn.76435>
- ERIKSON, Erik H. (1994). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W.W. Norton & Company.
- FEIXA, Carles (2011) "Juventud, espacio propio y cultura digital", *Revista Austral de Ciencias Sociales*, 20, 105-1119. <https://doi.org/10.4206/rev.austral.cienc.soc.2011.n20-07>
- FUNDACIÓN TELEFÓNICA (2021) *El año en el que todo cambió*, Madrid: Taurus.
- GARCÍA SELGAS, Fernando José (2021). "Vidas en recomposición. Vulnerabilidad y (re)activación en personas desempleadas mayores de 45 años", en J. SANTIAGO *Caras y soportes de la vulnerabilidad*, Madrid: Catarata, 59-83.
- GINIGE, Pabasari (2017). "Internet addiction disorder", en M.H. Maurer *Child and adolescent mental health*, IntechOpen, 141-163. <http://dx.doi.org/10.5772/66966>
- GRAEBER, David. (2018) *Bullshit Jobs: A theory*. New York: Simon & Schuster.
- HERNÁNDEZ SAMPIERI, Roberto (2014). *Metodología de la investigación*, México: Mc GrawHill.
- KELLY, Peter y Annelies KAMP (Eds.) (2014). *A critical youth studies for the 21st century*, Brill.
- LATOUR, Bruno (2005). *Reensamblar lo social*, Buenos Aires: Ediciones Manantiales.
- LAZARUS, Jeffrey y Amy STEIGERWALT (2018). *Gendered vulnerability: How women work harder to stay in office*. Ann Arbor: University of Michigan Press.

- LIVINGSTONE, Sonia (2011) "Internet, children and youth", en M. Consalvo, M. y C. Ess (Eds.) *The Handbook of Internet Studies*, Wiley-Blackwell Publishing, 348-368. <http://eprints.lse.ac.uk/48923/>
- LLUNA BELTRÁN, Susana y Javier PEDREIRA GARCÍA (2017). *Los nativos digitales no existen*, Deusto.
- MARTUCCELLI, Danilo (2021). "La vulnerabilidad: una nueva representación de la vida social", en J. Santiago *Caras y soportes de la vulnerabilidad*, Madrid: Catarata.
- MERICO, Maurizio (2006). "Introduzione", en T. PARSONS *I giovani nella società americana*, Roma: Armando Editore.
- MERINO MALILLOS, Lucía (2010). *Nativos digitales. Una aproximación a la socialización tecnológica de los jóvenes*, Tesis Doctoral: Universidad del País Vasco.
- MILLS, Charles Wright (2017). *La imaginación sociológica*, México: Fondo de Cultura Económica.
- MORENO, Almudena (2015). "Produciendo la juventud: la imagen de los jóvenes en los estudios generales sobre la juventud española", *Revista de Estudios de Juventud*, 110, 35-47. https://www.injuve.es/sites/default/files/2017/46/publicaciones/revista110_2-produciendo-la-juventud_imagen-de-jovenes-en-los-estudios.pdf
- NAVARRO MANCILLA, Álvaro Andrés y Germán Eduardo RUEDA JAIMES (2007). "Adicción a Internet: revisión crítica de la literatura", *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 4, 691-700. <https://www.redalyc.org/pdf/806/80636409.pdf>
- ONTIVEROS, Emilio (2019). *Excesos. Amenazas a la prosperidad global*, Barcelona: Planeta.
- PARSONS, Talcott (2006). *I giovani nella società americana*, Roma: Armando Editore.
- PAŠIĆ, Lana (Coord.) (2020). *Social inclusion, digitalization, and young people*. Council of Europe and European Commission. <https://pjp-eu.coe.int/documents/42128013/47261953/053120+Study+on+SID+Web.pdf>
- PÉREZ ISLAS, José Antonio (2008). *Teorías sobre la juventud*, México: Universidad Autónoma de México.
- PRENSKY, Marc (2001). "Digital natives, digital immigrants", *On the horizon*, 9(5), 1-6. <https://doi.org/10.1108/10748120110424816>
- RECASENS PÉREZ-VERA, Inés (2022) "Cómo acercar el mundo de la ingeniería a las jóvenes adolescentes", *Automática e Instrumentación*, 536, 32-33. <https://www.automaticaeinstrumentacion.com/texto-diario/mostrar/3516891/como-acercar-mundo-ingenieria-jovenes-adolescentes>
- REQUENA, Felix y José Manuel GARCÍA-MORENO (2023). "La economía que viene. Los efectos de las relaciones sociales digitales sobre el rendimiento, la coordinación y la independencia laboral", *Reis*, 184, 85-104. <https://doi.org/10.5477/cis/reis.184.85>
- REVILLA CASTRO, Juan Carlos (2001). "La construcción discursiva de la juventud: lo general y lo particular", *Papers. Revista de Sociología*, 63-64, 103-122. <https://doi.org/10.5565/rev/papers/v63n0.1209>
- RODRÍGUEZ-GÓMEZ, David, Diego CASTRO, Julio MENESES (2018). "Problematic uses of ICT among young people in their personal and school life", *Comunicar*, 56(26), 91-100. <https://doi.org/10.3916/C56-2018-09>

- SALAS-BLAS, Edwins, Anthony COPEZ-LONZOY y César MERINO-SOTO (2020). “¿Realmente es demasiado corto? Versión breve del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS-6)”, *Health & Addictions/Salud y Drogas*, 20(2). <https://doi.org/10.21134/haaj.v20i2.536>
- SANDÍN, Bonifacio, Rosa M. VALIENTE, Julia GARCÍA ESCALERA y Paloma CHOROT (2020). “Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: efectos positivos y negativos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional”, *Revista de Psicopatología y Psicología clínica*, 25 (1), 1-22. <https://doi.org/10.5944/rppc.27569>
- SANTIAGO, José Antonio (Ed) (2021). “Vulnerabilidad y soportes: de la teoría a la investigación empírica”, en J. Santiago *Caras y soportes de la vulnerabilidad*, Madrid: Catarata, 19-58.
- SANTOS, Ariadna, Eduard BALLESTÉ, Carles FEIXA, y Anna SANMARTÍN, A. (eds.) (2022). *¿Hacia una segunda crisis en la juventud? Sociedades juveniles en tiempos de pandemia*, Madrid: Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, Fundación FAD Juventud.
- SANZ ABAD, Jesús (2021). “¿Qué nueva normalidad? Una mirada al mundo post pandémico”, *Éxodo*, 158, 6-13. https://flipbooks.es/exodo/158_exodo/6/
- SANZ ABAD, Jesús (2022). *Salir mejores. Una hoja de ruta de emergencia*, Madrid: Ediciones HOAC.
- SILIÓ, Elisa (2023). “Las adolescentes ya no esconden que quieren ser ingenieras”, *El País*, 10 de julio. <https://elpais.com/educacion/2023-07-10/las-adolescentes-ya-no-esconden-que-quieren-ser-ingenieras.html>
- STELLA, Renato, Claudio RIVA, Cosimo Marco SCARCELLI y Michela DRUSIAN (2018). *Sociología dei new media*, Torino: Utet.
- TARDIVO, Giuliano, Álvaro SUÁREZ-VERGNE y Eduardo DÍAZ CANO (2021). “Cohesión familiar y COVID-19: los efectos de la pandemia sobre las relaciones familiares entre los jóvenes universitarios madrileños y sus padres”, *RIPS*, 20 (1). <https://doi.org/10.15304/rips.20.1.7087>
- TURKLE, Sherry (2011). *Alone together. Why we expect more from technology and less from each other*. New York: Basic Books.
- WANG, Quian, Michael D. MYERS y David SUNDARAM (2013). “Digital Natives and Digital Immigrants”, *Business & Information Systems Engineering*. 5, 409–419. <https://doi.org/10.1007/s12599-013-0296-y>
- WEBER, Max (1944). *Economía y Sociedad. Esbozo de sociología comprensiva*, México: Fondo de Cultura Económica.