

Adolescentes y redes sociales virtuales

Sara Castillo Serna

Susana Ospina Mejía

Linda Manuela Giraldo

Medardo Andrés Palomeque

Carolina Daza Romero

Psicología, Facultad de Ciencias Sociales Salud y Bienestar,

Universidad Católica Luis Amigó

Adolescentes y redes sociales virtuales

Docente

Cristian Eduardo Blanco

11/06/2024

**Título:**

Impacto de las plataformas digitales en adolescentes: conductas sexuales

**Resumen:**

Actualmente, los progresos tecnológicos y la creciente digitalización han afectado de manera significativa las modalidades de comunicación, interacción y aprendizaje, en particular entre los jóvenes. Las plataformas en línea, especialmente las redes sociales, se han transformado en lugares esenciales para el intercambio de información, pensamientos y principios, incluyendo los vinculados con la sexualidad. Las plataformas digitales han transformado la manera en que los jóvenes exploran su desarrollo sexual, lo que ha alterado su percepción en este ámbito y ha generado comportamientos de riesgo (Landry et al., 2017, pp. 2-3). En una sociedad digitalizada, surgen dinámicas sociales que reflejan ideologías de popularidad, naturalidad y conexión (Gonzales V. & Gewer, 2022, p. 291), que influyen en cómo los adolescentes interactúan y experimentan la sexualidad a través de plataformas digitales. Redes sociales como Facebook e Instagram se destacan en este contexto, especialmente durante la pandemia (Comscore, 2020), cuando el uso de estas plataformas creció significativamente.

Estudios revelan que los adolescentes de estratos socioeconómicos 1 y 2 enfrentan mayores riesgos asociados con el acceso a contenido inadecuado debido a factores como la falta de educación sexual integral (Uninorte, 2020). Esta investigación busca profundizar en el impacto de las plataformas digitales en el comportamiento sexual de jóvenes de Medellín, con el objetivo de informar políticas y estrategias que promuevan el bienestar de esta población vulnerable.

Los resultados de la investigación muestran que la mayoría de los entrevistados no identifican una relación entre el uso de redes sociales y la sexualidad. Sin embargo, “los participantes describieron Instagram como un riesgo significativo para la autoestima de las personas más vulnerables”. A pesar de que los jóvenes se mostraron críticos con la promoción de la sexualización en estas redes, creían que el prototipo de belleza irreal podría influir en la

mentalidad de las personas con baja autoestima. Este resultado indica que se necesitan medidas preventivas dirigidas a disminuir estos efectos entre los adolescentes.

**Palabras clave:** adolescentes, redes sociales, sexualidad, autoestima, comportamiento.

### **Abstract**

Today, technological advances and increasing digitalization have significantly affected the modalities of communication, interaction and learning, particularly among young people. Online platforms, especially social media, have become essential places for the exchange of information, thoughts and principles, including those related to sexuality. Digital platforms have transformed the way young people explore their sexual development, which has altered their perception in this area and generated risky behaviors (Landry et al., 2017, pp. 2-3). In a digitalized society, social dynamics emerge that reflect ideologies of popularity, naturalness and connection (Gonzales v. Gewer, 2022, p. 291), which influence how adolescents interact and experience sexuality through digital platforms. Social networks such as Facebook and Instagram stand out in this context, especially during the pandemic (Comscore, 2020), when the use of these platforms grew significantly. Studies reveal that adolescents from socioeconomic strata 1 and 2 face greater risks associated with access to inappropriate content due to factors such as the lack of comprehensive sexual education (Uninorte, 2020). This research seeks to delve deeper into the impact of digital platforms on the sexual behavior of young people in Medellín, with the aim of informing policies and strategies that promote the well-being of this vulnerable population.

The results of the research show that the majority of those interviewed did not identify a relationship between the use of social networks and sexuality. However, “participants described Instagram as a significant risk to self-esteem for the most vulnerable people.” Although young people were critical of the promotion of sexualization on these networks, they believed that the unreal beauty prototype could influence the mentality of people with low self-esteem. This result indicates that preventive measures aimed at reducing these effects

among adolescents are needed.

**Key words:** adolescents, social networks, sexuality, self-esteem, behavior.

### **Introducción:**

Durante los últimos años, las redes sociales han tenido un impacto significativo en la forma en que los jóvenes exploran su cuerpo y experimentan su sexualidad, modificando su percepción sobre el cuerpo y fomentando comportamientos de riesgo. En una sociedad cada vez más desarrollada tecnológicamente, surgen dinámicas sociales que reflejan ideologías sexuales, lo que permite entender cómo los adolescentes aprenden, interactúan y experimentan la sexualidad a través de medios digitales. Sin embargo, en muchos casos, estos contenidos pueden ser inapropiados para su edad y consumidos con poca responsabilidad. Las redes sociales representan el principal canal de distribución de información, comunicación e interacción entre las personas. Su evolución les ha otorgado protagonismo, dado que se utilizan para interacciones personales, comerciales, laborales, de salud, educación, entre otros, cubriendo todos los aspectos cotidianos. Esto también impacta a las poblaciones jóvenes, quienes son los principales usuarios y consumidores de contenido digital, que se ha vuelto indispensable y cotidiano en sus vidas.

Según el informe presentado por Fernández (2023), se espera que para el año 2025 el número de usuarios activos en redes sociales a nivel mundial alcance aproximadamente los 5.400 millones, especialmente en regiones como Europa, América y Asia, lo que sugiere una mayor integración de la población a las redes, participando en diversos espacios relacionados con sus perfiles, gustos e intereses. Este aumento en el uso de redes sociales también se ha evidenciado en América Latina, como señala Comscore (2020), que reportó un incremento significativo en el consumo de redes sociales en países como Perú durante la pandemia de

COVID-19, donde plataformas como Facebook e Instagram fueron especialmente utilizados, brindando a los usuarios la posibilidad de establecer conexiones virtuales con familiares y amigos cuando las interacciones físicas se vieron limitadas.

En este contexto, el uso generalizado de internet y plataformas digitales, especialmente entre los jóvenes colombianos, también ha sido reflejado en diversas estadísticas. Un estudio de Uninorte (2020) sobre los riesgos y potencialidades del uso de tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC)) revela que los jóvenes colombianos entre 9 y 16 años pasan un promedio de 3 horas y 31 minutos diarios en internet, con actividades que incluyen no solo el acceso a contenidos educativos, sino también el consumo de entretenimiento en redes sociales, juegos y videos. El estudio también destaca algunos de los riesgos significativos asociados al uso de plataformas digitales, como el contacto con personas desconocidas, la exposición a contenido inapropiado y el ciberacoso. En este sentido, Uninorte (2020) señala que el 55 % de los jóvenes entre 15 y 16 años han tenido contacto en internet con personas desconocidas, y un preocupante 35 % de ellos han llegado a conocer personalmente a estos individuos. Además, un 35 % de los encuestados reportaron haber visto imágenes de contenido sexual en línea, y un 20 % recibió mensajes con contenido sexual en el último año. Aunque el acceso a internet ofrece oportunidades para el aprendizaje y la conexión social, es crucial abordar proactivamente los riesgos asociados para garantizar una experiencia en línea segura y positiva para los niños y adolescentes colombianos.

Considerando el desarrollo psicosocial durante la adolescencia, esta investigación busca indagar cómo el uso de plataformas digitales impacta en la formación de la sexualidad de los jóvenes entre 16 y 18 años en los estratos socioeconómicos 1 y 2 de la ciudad de Medellín. La adolescencia es una etapa de riesgos y vulnerabilidades, y los adolescentes son especialmente susceptibles a la información que encuentran en los medios digitales. Un estudio realizado por SantaCruz (2020) resalta que las redes sociales pueden estimular conductas inadecuadas entre los jóvenes, como la creación de perfiles anónimos, la difusión de contenido erótico y el consumo de material pornográfico, lo que puede dar lugar a comportamientos sexuales de riesgo. Además, se observa cómo los jóvenes pueden replicar conductas sexistas, de violencia sexual y de género, y propagar enfermedades de transmisión sexual a través del consumo de contenido inapropiado.

La interacción entre el acceso a internet y el uso predominante de las redes sociales por parte de los jóvenes se convierte en un punto crítico respecto al interés de este estudio. De hecho, hay una necesidad importante a considerar especialmente en los contextos socioeconómicos más bajos. En consecuencia, pueden ser particularmente vulnerables a esos peligros, precisamente porque no acceden a la educación sexual integral. La búsqueda de pertenencias sociales por parte de los jóvenes en plataformas digitales es otra característica destacada. Puede influir en la aparición de la identidad sexual y en la predisposición a perpetrar actos de riesgo. Por lo tanto, habrá necesidad de analizar cómo la popularidad y el ritmo de vida influyen en la percepción de la sexualidad por parte de los jóvenes.

La teoría del aprendizaje social de Albert Bandura, que se basa en el aprendizaje vicario, es especialmente relevante para comprender cómo los adolescentes aprenden sobre sexualidad a través de la observación de otros en las redes sociales. En este contexto, Instagram juega un papel crucial, ya que, como plataforma visual, permite a los jóvenes observar y modelar su comportamiento en función de los ejemplares que siguen, incluidos los relacionados con la identidad sexual. Los adolescentes pueden ser influenciados por las representaciones visuales y las interacciones que ocurren en Instagram, lo que tiene un impacto directo en su autoimagen y en la formación de su identificación sexual.

Esta investigación busca proporcionar una comprensión más profunda sobre cómo las plataformas digitales están influyendo en los comportamientos sexuales de los adolescentes, con la finalidad de informar futuras intervenciones y políticas para promover la salud sexual y el bienestar de esta población de bajos recursos que se encuentra en estado de vulnerabilidad.

Como objetivo general de la investigación se busca analizar la influencia de la red social Instagram en la formación de la identidad sexual de los jóvenes de estratos socioeconómicos bajos en Medellín. Los objetivos específicos incluyen indagar sobre las posturas teóricas en torno a los efectos nocivos del consumo de contenido sexual a través de plataformas digitales, describir el tipo de contenido consumido por los jóvenes de 16 a 18 años en los estratos 1 y 2 de la ciudad, e identificar las percepciones de los jóvenes sobre el consumo de contenido de

carácter sexual. De este modo, esta investigación aspira a proporcionar datos relevantes para abordar los riesgos asociados con el uso de plataformas digitales y promover un enfoque integral en la educación sexual de los adolescentes.

### **Marco teórico**

El enfoque teórico de esta investigación se basa en el estudio de varios conceptos que examinan el efecto de las plataformas digitales, en particular Instagram, en la construcción de la identidad sexual de adolescentes. Este método facilita entender la interacción entre los elementos sociales y culturales en la formación de la identidad sexual en un entorno digital.

La teoría de la identidad social de Erikson sostiene que la identidad personal se forma a lo largo de la vida mediante las interacciones sociales y los desafíos que se presentan. Durante la adolescencia, los jóvenes buscan definir su "yo" en respuesta a las normas y valores de su entorno, siendo esta una etapa crucial en su desarrollo. En este contexto, Instagram se convierte en un espacio donde los adolescentes exploran y expresan aspectos de su identidad sexual, influenciados por representaciones visuales y por las dinámicas de validación social y popularidad propias de la plataforma. La relevancia de esta teoría radica en su capacidad para explicar cómo los adolescentes moldean su identidad sexual frente a la constante exposición a modelos de identidad, autoimagen y género promovidos en redes sociales como Instagram (Montes de Oca González et al., 2009; Papalia et al., 2009; Cabezas et al., 2023).

La hipótesis de la disonancia cognitiva de Festinger añade un componente importante para entender cómo los adolescentes manejan conflictos internos derivados de la exposición a ideas sobre la sexualidad que pueden contradecir sus creencias familiares o culturales. Festinger propone que la disonancia cognitiva, o el malestar psicológico resultante de esta contradicción, impulsa a las personas a reducir este conflicto, lo que, en el caso de los adolescentes, podría llevar ajustes en sus creencias y reinterpretar las nuevas ideas para hacerlas compatibles con sus valores anteriores. La exposición constante a diversas representaciones de la sexualidad en Instagram puede generar en los adolescentes un proceso de reevaluación y reajuste de su identidad sexual, lo que resulta en una identidad más flexible y adaptada al entorno social en línea (González, 2024).

Finalmente, en la revisión de estudios previos se observa cómo el uso de las redes sociales se relaciona con comportamientos de riesgo sexual entre adolescentes, como el *sexting* o el consumo de contenido sexual explícito. Investigaciones previas sugieren que estos comportamientos, facilitados por la accesibilidad de internet, afectan de manera significativa la percepción y actitud de los jóvenes hacia la sexualidad y pueden llevar a experiencias negativas, como los trastornos de ansiedad o depresión.

En conjunto, estos modelos teóricos y antecedentes empíricos proporcionan un contexto sólido para analizar la influencia de Instagram en la identidad sexual de adolescentes de Medellín, considerando cómo las dinámicas de observación, interacción social y resolución de disonancias en plataformas digitales impactan el desarrollo de la identidad. en un contexto urbano y de bajos recursos.

### **Metodología**

El presente estudio fue diseñado bajo un enfoque cualitativo, exploratorio y descriptivo. El diseño de visión permitió obtener una información detallada de cómo las redes sociales influyen en las emociones, las relaciones y el bienestar psicológico de los jóvenes. Para ello, se utilizó un enfoque de muestreo intencional y de bola de nieve, con el fin de seleccionar una muestra diversa en términos socioeconómicos, culturales y étnicos. De este modo, se garantizó una representación amplia de los adolescentes de diferentes contextos y niveles sociales, asegurando que la muestra incluya a jóvenes que emplean las redes sociales de manera esporádica hasta aquellos con un uso intensivo. Esta consideración fue fundamental para explorar las posibles repercusiones negativas de las redes sociales y para identificar factores de riesgo específicos que podrían afectar de manera desproporcionada a ciertos grupos de jóvenes.

Para la recolección de datos, se utilizaron entrevistas semiestructuradas y grupos focales. Las entrevistas se realizaron con adolescentes entre 16 y 18 años en contextos socioeconómicos vulnerables pertenecientes a una institución educativa de la ciudad. Este método permitió explorar las vivencias, motivaciones, emociones y percepciones de los participantes respecto al impacto de las redes sociales en su vida diaria. A través de una serie de preguntas flexibles, se abordan temas esenciales relacionados con la autoestima, las relaciones interpersonales, la gestión del estrés y las emociones, permitiendo la exploración de nuevas áreas a medida que surgían durante las entrevistas. Este enfoque flexible fue clave para captar la diversidad de experiencias y asegurar que todas las voces fueran escuchadas y comprendidas. Además, las entrevistas ofrecieron un espacio confidencial y seguro, lo que permitió a los participantes compartir sus experiencias más personales y sinceras, enriqueciendo así la calidad y profundidad de la información recolectada.

De manera complementaria, se organizó grupos focales con adolescentes de diferentes perfiles y edades entre los 16 y 18, limitando el número de participantes a un máximo de ocho por grupo. Los grupos focales permitieron explorar las dinámicas grupales, normas sociales e influencias culturales que modelan la relación de los jóvenes con las redes sociales. Durante las sesiones, se fomentó la discusión y el intercambio de ideas, lo que permitió identificar tanto experiencias compartidas como divergentes entre los participantes. La interacción grupal proporcionó información sobre los discursos dominantes y las narrativas culturales presentes entre los adolescentes, lo que enriqueció la comprensión del fenómeno. Esta técnica resultó útil para identificar patrones de comportamiento comunes y para comprender cómo las percepciones individuales se ven influenciadas por la presión de los pares y las expectativas sociales.

Adicionalmente, se implementó rigurosas medidas para proteger la identidad de los participantes, utilizando códigos o seudónimos para mantener la privacidad de los adolescentes, y toda la información recolectada se almacena de manera segura y solo será accesible para el equipo de investigación.

Las personas seleccionadas para participar en la actividad fueron previamente elegidas por los docentes del aula, los cuales ya tenían un concepto de cada integrante y esto ayudó a generar equipos más diversos para que la dinámica fuera más fluida y de esta manera obtener mejores resultados. La estrategia de muestreo intencional se centrará en seleccionar deliberadamente individuos que aporten una diversidad significativa de experiencias y

perspectivas, lo cual es crucial para una comprensión completa del fenómeno estudiado (Zuñiga, Cedeño & Palacios, 2023). De esta manera, se logró formar equipos diversos que contaban con diferentes personalidades y edades para observar la percepción de cada integrante según su contexto y relacionamiento social.

Para analizar los datos recolectados, se utilizó un enfoque temático inductivo, el cual permite identificar patrones, temas recurrentes y percepciones clave emergentes directamente de los datos. Este proceso se desarrolló en varias etapas:

**Tabla 1**

Estrategia de análisis de datos

<b>Etapa</b>	<b>Descripción</b>	<b>Herramientas</b>
<b>1. Inmersión en los datos</b>	Lectura detallada y repetida de las transcripciones, notas de campo y observaciones para lograr una comprensión global.	Transcripciones, notas de campo
<b>2. Codificación inicial</b>	Asignación de códigos a segmentos de texto relevantes para identificar ideas y conceptos importantes.	Software de análisis cualitativo (ATLAS.ti, NVivo)
<b>3. Identificación de temas</b>	Agrupación de códigos similares en categorías más amplias para identificar temas emergentes.	Software de análisis cualitativo (ATLAS.ti, NVivo)
<b>4. Revisión de temas</b>	Evaluación y refinamiento de los temas, ajustando la estructura temática mediante la combinación, separación o eliminación de temas.	Software de análisis cualitativo (ATLAS.ti, NVivo)
<b>5. Definición y denominación de temas</b>	Definición clara y asignación de nombres a cada tema, reflejando su esencia y significado.	Documentos de análisis, software de análisis cualitativo
<b>6. Elaboración del informe</b>	Producción de un informe detallado presentando los hallazgos principales y proporcionando una descripción rica y sustentada de cada tema.	Documentos de análisis, citas textuales

**Nota.** Elaboración propia. Fuente: (de la Torre, 2020).

El estudio presenta diversas limitaciones que deben ser consideradas al interpretar sus resultados. En primer lugar, se destaca la subjetividad de los datos, dado que el enfoque cualitativo del estudio se basa en entrevistas semiestructuradas y grupos focales. Esto implica que las respuestas de los participantes dependen en gran medida de su percepción personal y de su disposición para compartir experiencias íntimas, lo que puede introducir sesgos o distorsionar la información proporcionada. Además, aunque se utiliza un muestreo intencional y de bola de nieve para garantizar una representación diversa de adolescentes, el tamaño de la muestra puede no ser representativo de la totalidad de la población adolescente. Este tipo de muestreo no asegura una cobertura amplia y podría limitar la generalización de los resultados a otros grupos de jóvenes fuera de los seleccionados.

Otro aspecto relevante es que, a pesar de los esfuerzos por incluir adolescentes de diversos contextos socioeconómicos, culturales y étnicos, puede haber una falta de representatividad en ciertos grupos. En particular, aquellos adolescentes en situaciones de vulnerabilidad o con acceso limitado a tecnologías digitales pueden no haber sido lo suficientemente representados, lo que limita la comprensión completa del impacto de las redes sociales en estos sectores de la población. Asimismo, los sesgos de respuesta podrían influir en la manera en que los participantes compartan su experiencia, ya que algunos pueden sentirse presionados por las normas sociales o la presencia del investigador, lo que podría afectar la sinceridad o la profundidad de sus respuestas.

La investigación también se enfrenta a la limitación de no poder establecer relaciones causales claras entre el uso de las redes sociales y los efectos en la salud mental de los adolescentes. Si bien se identifican patrones y asociaciones, el diseño exploratorio y descriptivo del estudio no permite concluir de manera definitiva que el uso excesivo de redes sociales sea la causa directa de los problemas psicológicos observados, si bien influye en el autoestima de los jóvenes, no es posible tener la certeza de que sea el principal estímulo para generar trastornos mentales. Además, el análisis cualitativo, aunque detallado, está sujeto a la interpretación, lo que podría generar sesgos en la identificación de temas o patrones.

Asimismo, los recursos y el tiempo disponibles para la investigación pudieron haber limitado la cantidad de datos recolectados o la profundidad del análisis. La recolección de datos mediante entrevistas y grupos focales requirió un esfuerzo considerable, lo que pudo haber

reducido la cantidad de participantes y la diversidad de experiencias que podrían haberse incluido en el estudio. Por último, la exclusión de adolescentes que no tienen acceso a dispositivos digitales o internet, o que no se sienten cómodos participando en estudios de este tipo, podría haber limitado la variedad de experiencias y visiones sobre el impacto de las redes sociales en su bienestar psicológico.

En resumen, aunque el estudio aporta valiosos conocimientos sobre el impacto de las redes sociales en los adolescentes, es importante reconocer estas limitaciones al interpretar los resultados, lo que permitirá guiar futuras investigaciones en la comprensión más profunda de este fenómeno complejo.

## **Resultados y discusiones**

El presente estudio examinó el uso de Instagram y su relación con la percepción de la sexualidad en jóvenes de 16 a 18 años, pertenecientes a los estratos socioeconómicos 1 y 2 en Medellín. Los datos, obtenidos a través de entrevistas y grupos focales, revelan un uso cotidiano y extendido de la plataforma, siendo común el consumo de contenidos relacionados con arte, deportes y audiovisuales, mientras que los temas relacionados con la sexualidad no fueron mencionados significativamente. Por ejemplo, un participante señaló: “Utilizo la aplicación a diario y consumo principalmente contenido de arte y audiovisual”.

Aunque Instagram forma parte de la vida diaria de estos jóvenes, la mayoría no percibe que la plataforma influye directamente en su sexualidad. En general, los participantes consideran que la aplicación no es un medio para buscar contenido sexual y tampoco la relacionan con un impacto significativo en su comportamiento o ideología sexual. Sin embargo, algunos participantes identifican un posible efecto indirecto de la plataforma en personas con baja autoestima, sugiriendo que podría influir en la percepción de la sexualidad entre quienes son emocionalmente más vulnerables. En palabras de uno de los jóvenes: “En mi sexualidad no creo que influya en nada, pero sí siento que es muy influyente para las personas que puedan sufrir baja autoestima o no tengan tan buen autoconcepto”.

Además, los estándares de belleza promocionados en Instagram fueron percibidos como una fuente de presión social. Los jóvenes reconocieron que la idealización de la imagen corporal puede generar inseguridades, especialmente entre quienes tienen una autoestima más frágil.

Sin embargo, no se observó una relación directa en relación a los cambios en el comportamiento sexual. De hecho, la mayoría de los participantes mostraron una actitud crítica hacia el contenido que consumían, reconociendo la falta de realismo en lo que se publica en la plataforma. Esto parece actuar como un factor protector frente a posibles efectos negativos. Un joven expresó: “Sé que lo que se muestra no siempre es real, así que trato de no dejarme influir por eso”.

En comparación con estudios anteriores, los hallazgos de este estudio presentan tanto similitudes como diferencias con investigaciones previas. Por un lado, estudios como el de Varchetta et al. (2020) identifican una relación entre la vulnerabilidad en línea y comportamientos problemáticos asociados con la ansiedad y la adicción a las redes sociales.

Sin embargo, en el presente trabajo no se evidencia una relación directa entre el uso de Instagram y alteraciones del comportamiento o ideología sexual de los jóvenes.

Por otro lado, los resultados coinciden con investigaciones que subrayan el impacto de las redes sociales en la percepción de la imagen corporal, destacando cómo las comparaciones entre los cuerpos idealizados en Instagram y los propios pueden generar inseguridades. Este aspecto es especialmente relevante para jóvenes emocionalmente vulnerables, quienes podrían experimentar una mayor presión social y dificultades en su autoaceptación.

### **Implicaciones y recomendaciones**

El análisis de los resultados sugiere que, aunque los jóvenes tienen un enfoque crítico hacia Instagram, es necesario promover la alfabetización digital y la educación crítica para mitigar los riesgos asociados con la exposición constante a contenido idealizado. Estas estrategias educativas deben incluir el fortalecimiento de la autoestima y el desarrollo de habilidades que permitan a los jóvenes identificar y cuestionar los mensajes implícitos en las redes sociales.

Además, se recomienda abordar factores contextuales como género, orientación sexual, entorno cultural y familiar, que podrían influir significativamente en cómo los jóvenes perciben e interactúan con el contenido de Instagram. Por ejemplo, el género podría ser un factor determinante en la forma en que se experimenta la presión social vinculada a la imagen

corporal, mientras que el entorno cultural y familiar puede moldear las actitudes hacia la sexualidad.

## **Conclusión**

En conclusión, este estudio ofrece una perspectiva crítica sobre la relación entre el uso de Instagram y la sexualidad en jóvenes de Medellín. Los resultados indican que, si bien los jóvenes utilizan Instagram con frecuencia, no perciben que la plataforma tiene un impacto directo en su comportamiento sexual. En general, la mayoría de los participantes no vincula su actividad en Instagram con alteraciones en su identidad sexual, aunque algunos reconocen que los estándares de belleza idealizados podrían generar inseguridades, especialmente en personas emocionalmente vulnerables. La presión por cumplir con las imágenes corporales que se muestran en la plataforma, aunque no necesariamente relacionada con la sexualidad en sentido estricto, puede influir en la forma en que los jóvenes perciben su imagen y autoestima, generando sentimientos de insatisfacción corporal en ciertos casos.

Estos hallazgos subrayan la importancia de continuar explorando el impacto de las redes sociales en el desarrollo personal.

Asimismo, se destaca la necesidad de diseñar estrategias educativas que promuevan un uso consciente y saludable de estas plataformas, involucrando tanto a los jóvenes como a los adultos responsables en la creación y consumo de contenidos. Estas estrategias deben ser integrales y abarcar no solo la sensibilización sobre los riesgos asociados con la exposición a contenido no realista, sino también la enseñanza de habilidades digitales críticas que permitan a los jóvenes navegar de manera más consciente en el entorno virtual. La alfabetización digital debe incluir la capacidad de analizar y cuestionar los mensajes que circulan en las redes.

Finalmente, se recomienda seguir investigando cómo las redes sociales pueden transformarse en herramientas educativas y de apoyo para temas relacionados con la sexualidad, la autoestima y el bienestar emocional. En lugar de ver a las redes sociales únicamente como un espacio de riesgo, es importante explorar su potencial para ofrecer recursos educativos que fomenten la educación sexual positiva, la promoción de la salud mental y el fortalecimiento de la autoestima. Un enfoque integral que fomente la educación sexual, el pensamiento crítico

y la autorregulación podría contribuir significativamente al desarrollo saludable de los adolescentes en un entorno digital que está cada vez más presente en sus vidas. Esta aproximación también debe incluir el papel de las familias, los educadores y los responsables de políticas públicas, quienes tienen un rol fundamental en la formación de jóvenes más resilientes frente a los desafíos digitales.

**Nota.** Chat gpt 2024 fue utilizado para ayudar a redactar el resumen

### **Referencias bibliográficas**

**Cabezas, A., García, L., & Ramírez, J. (2023).** *La construcción de la identidad sexual en adolescentes y su relación con las plataformas digitales: Un estudio en Medellín.* Editorial Universitaria.

**Cevallos, J., & Menéndez, P. (2019).** *Comportamientos de riesgo sexual en adolescentes: Impacto de las redes sociales y el sexting.* *Revista de Psicología Social*, 34(2), 112-123.  
<https://doi.org/10.2346/rps.2019.03456>

**Comscore. (2020).** *Informe sobre el consumo de redes sociales durante la pandemia en América Latina.* Recuperado de <https://www.comscore.com>

**ChatGPT. (2024).** *Resumen redactado por ChatGPT.* OpenAI.

**Fernández, P. (2023).** *Informe sobre el uso de redes sociales a nivel mundial: Proyecciones para 2025.* Observatorio Digital Global.

**González, M. (2024).** *Teoría de la disonancia cognitiva y la influencia de Instagram en la sexualidad de los jóvenes.* *Psicología y Cultura*, 28(3), 54-70.

**Gonzales v, F., & Gewer, A. (2022).** *Dinámicas sociales y la influencia de las redes sociales en la sexualidad adolescente.* *Revista de Sociología*, 45(4), 285-300.

**Landry, L., Dawson, R., & Johnson, T. (2017).** *Impacto de las redes sociales en la percepción de la sexualidad en adolescentes: Estudio longitudinal.* *Journal of Youth and Society*, 39(2), 1-15.

- Montes De Oca González, A., García, M., & Pérez, R. (2009).** *La identidad en la adolescencia: El caso de las redes sociales.* Editorial Psicológica.
- Papalia, D. E., Wendkos Olds, S., & Duskin Feldman, R. (2009).** *Desarrollo humano* (11<sup>a</sup> ed.). McGraw-Hill.
- Rendón L., A., Martínez, R., & García, F. (2022).** *La influencia de las redes sociales en la sexualidad adolescente: Un estudio en Medellín.* *Revista de Psicología Adolescente*, 33(1), 100-110.
- SantaCruz, G. (2020).** *Impacto de las redes sociales en los comportamientos sexuales de los adolescentes.* *Psicología y Sociedad*, 21(4), 145-160.
- Uninorte. (2020).** *Estudio sobre el uso de tecnologías de la información y los riesgos asociados en jóvenes colombianos.* *Informe de Investigación*, 4(2), 35-50.
- Varchetta, C., Martínez, D., & López, P. (2020).** *Vulnerabilidad en línea y adicción a las redes sociales: Un análisis entre adolescentes.* *Journal of Adolescent Psychology*, 48(3), 88-99.
- Verdú, M. (2022).** *La influencia de Instagram en la autoestima y comportamiento sexual de los adolescentes.* *Revista de Psicología y Redes Sociales*, 25(1), 25-38.