

Redes sociales y autoconcepto adolescente: una revisión bibliográfica.

Autor (es)

Gabriela Atehortúa Orrego

Deisy Carolina Grajales Arenas

Carolina Noreña González

Anderson Saldarriaga Garcia

Maria Fernanda Suarez Restrepo

Psicología, Facultad de Ciencias Sociales Salud y Bienestar,

Universidad Católica Luis Amigó

Adolescentes y redes sociales

Cristian Eduardo Blanco García

13 noviembre 2024

Redes sociales y autoconcepto adolescente: una revisión bibliográfica.

Resumen

La era digital ha transformado la comunicación, trayendo consigo una facilidad de interacción entre las personas, esto ha permitido a los adolescentes cuestionar sus propias opiniones y autoconcepto, el cual se forma a partir de experiencias personales y sociales. La adolescencia es un periodo crítico de desarrollo en el cual se consolida la identidad de los jóvenes y si bien estas plataformas permiten la autoexpresión, también puede generar algunos riesgos como la comparación social y la presión por cumplir ciertos estándares sociales, los cuales pueden afectar negativamente la construcción del autoconcepto.

Esta investigación busca identificar los factores protectores y de riesgo que trae consigo el uso de las redes sociales en la construcción del autoconcepto en adolescentes de 14 a 17 años en Colombia. A través de una revisión Bibliográfica, se encuentran patrones como la relación entre la vida social en línea y fuera de ella, donde se evidencia que aquellos con una vida social activa fuera de redes tienden a tener un autoconcepto más positivo, mientras que el uso excesivo puede distorsionar el autoconcepto y contribuir a problemas de salud mental.

Los hallazgos sugieren la supervisión parental y fomentar un uso equilibrado de las redes. Se recomienda así implementar programas educativos que enseñen la gestión de tiempo en línea de manera saludable, abriendo así nuevas vías para entender la influencia de las redes sociales en el autoconcepto adolescente, resaltando la necesidad de un enfoque integral que contemple factores de riesgo y protectores en el contexto digital actual.

Palabras clave: Redes sociales, autoconcepto, adolescentes

Abstract

The digital era has transformed communication, bringing with it an ease of interaction between people, this has allowed adolescents to question their own opinions and self-concept, which is formed from personal and social experiences. Adolescence is a critical period of development in which the identity of young people is consolidated and although these platforms allow self-expression, they can also generate some risks such as social comparison and pressure to meet certain social standards, which can negatively affect the construction of self-concept.

This research seeks to identify the protective and risk factors associated with the use of social networks in the construction of self-concept in adolescents aged 14 to 17 years in Colombia. Through a literature review, patterns are found such as the relationship between online and offline social life, where it is evident that those with an active social life outside networks tend to have a more positive self-concept, while excessive use can distort the self-concept and contribute to mental health problems.

The findings suggest parental supervision and encouraging a balanced use of networks. It is thus recommended to implement educational programs that teach healthy online time management, thus opening new avenues to understand the influence of social networks on adolescent self-concept, highlighting the need for a comprehensive approach that considers risk and protective factors in the current digital context.

Key words: Social networks, self-concept, adolescents

1. Introducción

En el contexto actual, las redes sociales han adquirido una relevancia significativa en la vida cotidiana de los adolescentes, especialmente para aquellos que forman parte de la generación digital. Estas plataformas no solo facilitan la interacción y la autoexpresión, sino que también conllevan ciertos riesgos, particularmente en relación con el desarrollo del autoconcepto en los adolescentes. Este trabajo tiene como propósito examinar, a través de una revisión bibliográfica, los factores de protección y riesgo que acompañan el uso de redes sociales en la construcción del autoconcepto en adolescentes colombianos de entre 14 y 17 años.

Algunas investigaciones acerca del autoconcepto han explorado ampliamente el impacto de las redes sociales en aspectos como el rendimiento académico, su influencia directa sobre el autoconcepto adolescente es un área menos abordada. Los estudios revisados destacan que un uso excesivo de estas plataformas puede distorsionar la autoimagen, promoviendo una idealización de sí mismos que no siempre refleja la realidad. Por otro lado, también se observa que las redes sociales pueden ofrecer un espacio seguro para la autoexpresión y el fortalecimiento de la identidad.

Para la investigación, se seleccionó una metodología de revisión bibliográfica que incluyó estudios cualitativos, cuantitativos y mixtos, de diversas fuentes académicas y bases de datos. Entre los principales resultados, se identificaron patrones en relación con el impacto de las redes sociales sobre la autoestima, la comparación social y los riesgos para la salud mental, particularmente en función de factores como el género y el contexto social. La investigación concluye que, mientras que un uso moderado de redes puede contribuir positivamente al autoconcepto, el uso desmedido y sin supervisión incrementa la vulnerabilidad a problemas de salud emocional.

Estos hallazgos subrayan la importancia de fomentar un uso equilibrado de las redes sociales, con la participación activa de la familia y la comunidad educativa, para fortalecer el desarrollo de una identidad resiliente y saludable en el contexto digital actual.

2. Marco teórico

La era digital ha transformado la forma en que los adolescentes forjan su identidad, siendo las redes sociales un espacio clave para esta exploración. Sin embargo, tanto factores protectores como de riesgo influyen en la formación del autoconcepto de los jóvenes. Entre los protectores que aún no se reconocen plenamente se encuentran aquellos que contribuyen a fortalecer la resiliencia y la salud mental de los adolescentes, brindándoles herramientas para enfrentar los desafíos con éxito. Por otro lado, los factores de riesgo, como la adicción a internet y la presión por mantener una imagen idealizada, pueden tener efectos negativos en la autoestima y la percepción de sí mismos.

En esta exploración, es crucial examinar tanto los aspectos que promueven la salud y el desarrollo positivo como aquellos que presentan posibles riesgos y desafíos para los adolescentes en su camino hacia la madurez. En este contexto, se aborda la necesidad de una comprensión integral y holística de la adolescencia, que tenga en cuenta tanto los factores protectores aún no reconocidos como los riesgos emergentes, como la adicción a internet.

La adolescencia, según la Organización Mundial de la Salud, es una etapa crucial que abarca desde los 10 hasta los 19 años, marcada por profundos cambios físicos, cognitivos y psicosociales (OMS, S.F). Dentro de esta fase, los individuos experimentan una reconfiguración en su manera de percibir, comprender y relacionarse con el mundo que los rodea. Para Vygotsky, este período está fuertemente influenciado por el entorno cultural y social, introduciendo el

concepto de "Zona de desarrollo próximo" (ZDP), el cual señala la brecha entre lo que una persona puede lograr por sí misma y lo que puede alcanzar con la ayuda de otros, siendo crucial en el desarrollo de habilidades sociales y la formación de la identidad del adolescente. Erikson, por su parte, amplió las ideas de Freud sobre el desarrollo humano al introducir la dimensión psicosocial. En su teoría de los estadios del desarrollo, destacó el estadio de "identidad vs confusión", donde se integran aspectos psicosexuales y psicosociales, crucial para la formación de la identidad personal (Bordignon, 2005). Erikson la define como un proceso de integración y autoaceptación, donde se organizan y fusionan distintos aspectos de la personalidad para definir quiénes somos y quiénes queremos ser (Torregrosa Peris, 1983).

Diversos autores han utilizado el término adolescencia como tema de investigación, sin embargo, esta etapa de crecimiento no va aislada de otros procesos que se desarrollan en conjunto como lo son el desarrollo de la autoestima y del autoconcepto. Según la perspectiva de Carl Rogers, el autoconcepto es una configuración de experiencias y percepciones que determina cómo nos vemos a nosotros mismos, influenciado por nuestras relaciones, valores y metas. Este concepto, esencial para la autoestima y la autorrealización, se basa en la necesidad de sentirnos valorados positivamente y aceptados (Bermúdez, 1986, citado en González, et. al. 2020).

La dinámica social que viven los adolescentes del siglo XXI se ve fuertemente influenciada por la era digital y las redes sociales, la comunicación e interacción en línea se ha normalizado y se ha integrado a la vida diaria. Las redes sociales, según Kuss y Griffiths (2011, citados en Araujo, 2016), son plataformas virtuales que permiten a los usuarios conectarse con otros y formar comunidades en línea. Su uso ha crecido exponencialmente, especialmente entre los adolescentes, impactando en su desarrollo social y emocional (Rojas, et., al, 2018). Sin embargo, el uso excesivo de internet puede llevar a la adicción, caracterizada por la pérdida de

control y la repetición de la actividad a pesar de las consecuencias adversas (West y Brown, 2013, citados en Padilla y Ortega, 2017). Esta adicción, también conocida como Uso Problemático de Internet (UPI), puede tener efectos similares a las adicciones químicas, afectando emocional, conductual y fisiológicamente a los individuos (Gómez, et al., 2014, citados en Rojas, et., al, 2018).

3. Metodología

Este trabajo presenta una revisión bibliográfica de diversas fuentes sobre la influencia de las redes sociales en el autoconcepto de los adolescentes. Además, se abordan temas como la adicción a las redes sociales, los factores protectores y de riesgo asociados, su relación con la salud mental, y otras formas en que las redes sociales pueden repercutir en la vida de las personas. Para llevar a cabo esta revisión, se establecieron criterios específicos de selección de fuentes, garantizando que estas estuvieran alineadas con los objetivos de la investigación y la población de interés: adolescentes de entre 14 y 17 años en Colombia.

En este artículo, se lleva a cabo una categorización de fuentes académicas y estudios relevantes que abordan el impacto de las redes sociales en el autoconcepto de los adolescentes. Aunque no se realiza trabajo de campo, el análisis de los artículos seleccionados permite una comprensión más profunda del área de estudio. Para ello, se utilizan bases de datos como ResearchGate, Road, Booklick, ReID, ScienceDirect y Google Académico. Se incluyen estudios de enfoques cualitativos, cuantitativos y mixtos, publicaciones en revistas científicas, tesis doctorales y literatura relevante, todas alineadas con los criterios establecidos para la investigación. El uso de herramientas de inteligencia artificial como ChatGPT plantea una serie de consideraciones éticas. Entre los desafíos principales se encuentra el equilibrio entre la

asistencia tecnológica y la preservación de la autenticidad en el trabajo intelectual. ChatGPT permite generar texto de manera rápida y coherente, pero es fundamental usarlo de forma responsable, señalando cuándo se ha utilizado para asegurar transparencia. Esta práctica no solo fortalece la integridad del contenido, sino que también ayuda a establecer límites claros en cuanto al papel que estas tecnologías deben jugar en actividades académicas o profesionales.

Los documentos y estudios seleccionados involucran a adolescentes, principalmente entre 14 y 17 años, y exploran la relación entre el uso de las redes sociales y la construcción del autoconcepto. Además, se priorizan aquellos que consideran aspectos psicológicos relacionados con los factores protectores y de riesgo, así como con la salud mental. A partir de esta recopilación, se procedió a una selección cuidadosa de los textos, teniendo en cuenta una serie de criterios que determinaron qué documentos serían incluidos o excluidos de la investigación. Es importante destacar que la mayoría de los estudios existentes sobre redes sociales y autoconcepto se han centrado en jóvenes universitarios, generalmente a partir de los 18 años, sin embargo, de los documentos revisados, se seleccionaron 25 para un análisis y profundización final.

Las investigaciones existentes tienden a profundizar en aspectos como la identidad y cómo las redes sociales afectan el rendimiento académico, así como las nuevas formas de interacción entre la población adolescente. Sin embargo, hay un vacío considerable en el análisis de la relación existente entre los efectos tanto positivos como negativos, que las redes sociales ejercen en la construcción del autoconcepto de adolescentes colombianos en el rango de edad de 14 a 17 años. Esta falta de estudios específicos sugiere la necesidad de investigar más a fondo cómo estos jóvenes se ven a sí mismos en el contexto de la creciente omnipresencia de las redes sociales; con esto en mente, la presente investigación busca no solo llenar este vacío, sino

también proporcionar un entendimiento más completo de cómo las plataformas digitales impactan el desarrollo personal y social de los adolescentes colombianos.

Los métodos que se encontraron frente a las investigaciones revisadas son los siguientes: en el método cuantitativo se encontraron en totalidad 6 de los artículos revisados, mientras que cualitativos se observaron 10; por otro lado, se descubrieron en el enfoque mixto 8, y 1 diseño no experimental de corte transversal y descriptivo-comparativo y 1 diseño *expost-facto* retrospectivo, transversal y correlacional, se realiza también una categorización de fuentes académicas y estudios relevantes que hablan del impacto de las redes sociales en el autoconcepto de los adolescentes, si bien no se realiza trabajo de campo, el análisis de artículos permite comprender de mejor manera el área de estudio.

En el desarrollo de esta investigación, hemos encontrado diversas limitaciones que deben ser consideradas. En primer lugar, es importante mencionar que todos los textos utilizados en esta revisión bibliográfica son en español lo cual pudo haber limitado la información encontrada, ya que la literatura en otros idiomas podría ofrecer perspectivas y hallazgos diferentes y relevantes para nuestra temática.

Otro aspecto a destacar es que todas las investigaciones consultadas fueron extraídas de plataformas de acceso libre, lo cual, aunque garantiza la disponibilidad de la información, también puede implicar una falta de profundidad en algunos estudios. La calidad y el enfoque de los artículos seleccionados variaron, y algunos se centraron en esquemas teóricos diferentes, como la autoestima, haciendo escaso énfasis en el autoconcepto. Esta dispersión temática dificulta la obtención de conclusiones claras y directas sobre nuestra pregunta de investigación. Además, encontramos que la mayoría de los estudios se enfocan en los factores de riesgo asociados a la exposición a las redes sociales, mientras que los factores protectores eran

escasamente explorados. Esta inclinación hacia los aspectos negativos de la interacción digital deja poca información y pocas herramientas que podrían contrarrestar los efectos perjudiciales de las redes sociales en el autoconcepto adolescente.

4. Resultados y discusión

Durante el análisis de los resultados, se observa que, aunque se han realizado diversas investigaciones sobre cómo las redes sociales afectan el rendimiento académico de los adolescentes, se ha prestado poca atención a su influencia en la construcción del autoconcepto. Se evidencia que la percepción que tienen de sí mismos en algunas redes sociales puede estar significativamente alejada de la realidad, lo que conduce a la creación de una imagen distorsionada de sus vidas. Por otro lado, las redes sociales pueden desempeñar un papel protector, al ofrecer un espacio de expresión donde los adolescentes pueden compartir sus identidades, gustos e intereses. Esto varía según el uso que cada individuo les dé, algunos buscan ampliar sus círculos sociales o crear un canal de voz, mientras que otros pueden caer en un uso perjudicial, que fomente inseguridades y patologías como la depresión y la ansiedad. En este análisis se ha identificado un conjunto de patrones y tendencias significativas en relación con el uso de redes sociales, el autoconcepto y el desarrollo de la identidad en adolescentes. Uno de los primeros patrones identificados en la bibliografía es la relación entre la vida social en línea y fuera de ella en la construcción del autoconcepto. Según Morán-Pallero (2021), los adolescentes con una vida social activa fuera de las redes sociales tienden a beneficiarse más de sus interacciones en línea, mostrando altos niveles de autoconcepto positivo. Esto contrasta con aquellos que dependen únicamente de las redes sociales para socializar, quienes suelen mostrar un autoconcepto más bajo y un mayor riesgo de aislamiento.

Blánquez (2019) señala que el impacto de las redes sociales puede variar según el género, siendo las mujeres las más vulnerables a riesgos emocionales como la comparación social y la presión por alcanzar ciertos estándares estéticos. En línea con esta perspectiva, Rosabel Roig-Vila et al. (2019) complementa la idea al mencionar que las niñas tienden a tener un autoconcepto emocional más elevado, mientras que los niños presentan un autoconcepto social más alto. Sin embargo, ambos géneros suelen tener una percepción baja de su autoconcepto físico. Además, la cantidad de tiempo dedicado a las redes sociales también influye en la percepción de la propia imagen. Blázquez (2024) discute el impacto de las redes sociales en el autoconcepto, destacando que la constante comparación con imágenes idealizadas en plataformas como Instagram, Facebook y Twitter puede tener efectos negativos sobre la autoestima y la percepción personal, este fenómeno resalta la necesidad de revisar teorías psicológicas sobre la comparación social, que tradicionalmente se han centrado en interacciones cara a cara. La investigación sugiere que la exposición a representaciones distorsionadas de la realidad digital puede exacerbar las inseguridades, especialmente en las mujeres, quienes se encuentran más vulnerables a riesgos emocionales relacionados con estándares estéticos inalcanzables. Esta nueva perspectiva invita a los académicos a explorar cómo las redes sociales pueden alterar las dinámicas de la autoestima y la autoevaluación, ampliando así el campo de estudio sobre el autoconcepto. Los resultados obtenidos por Murillo (2022) apuntan a que las redes facilitan una comparación social continua, donde las personas comparan su vida y apariencia con las imágenes idealizadas vistas en línea. Esta comparación puede llevar a sentimientos de insuficiencia y disconformidad. Según Fernández Alcaraz y Quiles Marcos (2018) y Lardies y Potes (2022) concuerdan en la idea de la importancia de la supervisión parental en el uso de las redes sociales, advirtiendo sobre factores negativos como el conteo de "likes", la deseabilidad social y el

prestigio, que pueden afectar la percepción que los adolescentes tienen de sí mismos. Esto pone de manifiesto una de las problemáticas persistentes en el uso de estas plataformas, sin embargo, también destacan un aspecto positivo: la posibilidad de socializar, compartir sus vidas y gustos con otras personas. Por otro lado, Gesto (2023) plantea otra problemática: la imagen que los adolescentes intentan proyectar y cómo esta puede distorsionarse, generando inseguridades y concepciones erróneas sobre su identidad y preferencias. Este impacto se evidencia en el trabajo realizado por Murillo, A. C. G., & Puerta-Cortés, D. X. (2020), que pueden evidenciar efectos negativos sobre la salud mental, como la falta de sueño debido a la conexión constante, el uso de las redes como una vía de escape ante emociones negativas como el aburrimiento, y la presencia de baja autoestima, ansiedad, depresión. Además, la investigación de Acosta Tobón, S. A., Ramírez Arroyave, A. Y., Saldarriaga Álvarez, Y. A., Uribe Ortiz, J., & Ruiz Mejía, N. (2022) muestra que los adolescentes pueden presentar señales alarmantes relacionadas con el uso compulsivo de las redes sociales, evidenciadas en cambios en su estado de ánimo y síntomas de ansiedad cuando no tienen acceso a dispositivos como celular e incluso a las mismas redes sociales. También se observa una disminución en sus relaciones interpersonales que requieren interacción cara a cara. Sin embargo, no todo es negativo. Existen factores protectores que pueden mitigar los efectos adversos de las redes sociales, Pulido, Soto, Lozano y Peña (2020) destacan que los sitios web ayudan a los adolescentes a satisfacer sus necesidades sociales, permitiéndoles expandir sus círculos sociales y conectar con personas de distintas partes del mundo, Esto da cuenta que un uso moderado de estas plataformas puede convertirse en un canal para la autoexpresión y el apoyo social. Al fomentar un entorno donde los adolescentes se sienten libres de compartir sus pensamientos y experiencias, se puede cultivar una mayor autoestima y un sentido de pertenencia. La clave está en equilibrar el tiempo en línea con

interacciones reales, de manera que los jóvenes desarrollen una identidad sólida y positiva, apoyándose mutuamente en su crecimiento personal. González, Cuartas y Joaquín (2022) sugieren que tanto el entorno social y académico como el clima escolar juegan un papel crucial en la formación del autoconcepto. Un ambiente positivo puede promover una percepción saludable de uno mismo, mientras que factores adversos pueden llevar a una autoimagen más negativa.

Es aquí cuando se piensa en las perspectivas futuras de esta investigación, la cual invita a enfocarse en varias direcciones clave, a medida que la influencia de las redes sociales en la vida cotidiana de los adolescentes continúa en aumento, se hace fundamental explorar de manera más profunda cómo estos espacios digitales afectan e influyen en su autoconcepto, primero, se puede considerar el desarrollar programas de intervención que permitan educar a los adolescentes acerca del uso de las redes sociales de manera más consciente. Esto podría incluir talleres sobre pensamiento crítico, autoestima y gestión de la imagen personal en línea, estos programas educativos permitirán fomentar el uso saludable de las redes sociales y el desarrollo de un autoconcepto positivo lo cual puede contribuir además a mitigar los efectos negativos identificados.

También se podría considerar realizar estudios comparativos entre diferentes contextos culturales y socioeconómicos. Esto ayudaría a identificar si los factores protectores y de riesgo varían según el entorno en el que los adolescentes se desarrollan, también otros factores como el género, la orientación sexual y otras identidades, ofreciendo una visión más inclusiva y recomendaciones más adaptadas, que permita ayudar a identificar necesidades específicas de diferentes grupos.

Evaluar además cómo el uso de plataformas que permiten el desarrollo de la creatividad puede influir en la autoexpresión y la autoestima nos puede brindar un enfoque más positivo de cómo estas influyen en el autoconcepto de los adolescentes.

Para finalizar incorporar en futuras investigaciones metodologías mixtas, que combinen tanto datos cuantitativos como cualitativos, podría enriquecer la comprensión de las experiencias individuales de los adolescentes en relación con su autoconcepto y el uso de redes sociales. Esto no solo ofrecería una visión más completa, sino que también podría ayudar a informar políticas educativas y de salud mental que apoyen el bienestar de los jóvenes en la era digital.

5. Conclusiones

En conclusión, el uso de las redes sociales impacta de forma significativa no solo el autoconcepto de los adolescentes sino también su desarrollo emocional. Las interacciones en línea pueden incrementar el autoconcepto, pero también se evidencia que aumenta la vulnerabilidad a comparaciones sociales desfavorables.

Factores como el género y el entorno social juegan un papel fundamental ya que las mujeres suelen sentir mayor presión emocional, mientras que los hombres se muestran más resilientes ante esta influencia. La exposición constante a imágenes idealizadas sin supervisión adulta aumenta el riesgo de ansiedad y depresión, por ende, es fundamental establecer un equilibrio entre el uso de las redes y un entorno educativo positivo.

Para mitigar los riesgos se recomienda entonces brindar a los adolescentes herramientas emocionales y psicológicas que permita una mejor gestión de la presión social y una creación sólida del autoconcepto, unas de estas herramientas pueden ser programas educativos sobre salud mental y grupos de apoyo implementados en las instituciones educativas, estos espacios pueden

propiciar un lugar seguro para la expresión emocional de los jóvenes, fomentando así una identidad positiva y saludable en un mundo digital que se encuentra en constante cambio.

Nota

En la elaboración de este documento se utilizó la herramienta de inteligencia artificial ChatGPT con el propósito exclusivo de realizar una revisión detallada de gramática, redacción y ortografía. Esta herramienta facilitó la corrección de errores lingüísticos y estilísticos, asegurando que el contenido sea claro, coherente y adecuado en su expresión.

El uso de ChatGPT se limitó únicamente a mejorar la presentación escrita del contenido, manteniendo la integridad de las ideas originales y respetando la intencionalidad del texto. La intervención de la IA no alteró el fondo ni la estructura esencial del documento, sino que optimizó su calidad lingüística para cumplir con los estándares formales requeridos.

Referencias Bibliográficas

- Acosta Tobón, S. A., Ramírez Arroyave, A. Y., Saldarriaga Álvarez, Y. A., Uribe Ortiz, J., & Ruiz Mejía, N. (2022). Usos de redes sociales y autoimagen en adolescentes de Instituciones Educativas en Antioquia, Colombia. *Revista Senderos Pedagógicos*, 13(13).
<https://doi.org/10.53995/rsp.v13i13.1123>
- Araujo Robles, E. D. (2016). Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria, 10*(2), 48-58.
- Barón Pulido, M., Duque Soto, Á., Mendoza Lozano, F., & Quintero Peña, W. (2020, diciembre). *Vista de Redes sociales y relaciones digitales, una comunicación que supera el cara a cara*. editic.net.
<https://editic.net/journals/index.php/ripie/article/view/81/71>
- Bordignon, N. A. (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson: El diagrama epigenético del adulto. *Revista Lasallista de Investigación, 2*(2), 50-63.
- Díaz Blánquez, M. (2019). Relación del autoconcepto con el uso de las redes sociales en adultos.
<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/53400>
- González Balanta, M., Cuartas Torres, J. C., & Joaqui, N. P. (2023). Relación entre autoconcepto, la adolescencia y el impacto en y de la escuela: Una revisión teórica analítica.
<https://repository.unicatolica.edu.co/handle/20.500.12237/2426>

- Lardies, F., & Potes, M. V. (2022). Redes sociales e identidad: ¿Desafío adolescente? *Avances en Psicología, 30*(1), e2528.
<https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/2528/2851>
- María, G. M. A. (2023b, agosto 1). Consecuencias psicológicas del uso excesivo de las redes sociales virtuales en adolescentes, en la comunidad de La Palma, San Isidro, Pérez Zeledón.
<https://hdl.handle.net/20.500.12411/2696>
- Martín, M. D. L., Contini, E. N., & Lacunza, A. B. (2021). Acerca del autoconcepto en adolescentes de escuelas secundarias: Un análisis en contextos vulnerables. *Cuadernos de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales, Universidad Nacional de Jujuy, 59*, 251-274.
http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1668-81042021000100011&script=sci_arttext
- Morán Pallero, N., & Felipe Castaño, M. E. (2021). Autoconcepto en las redes sociales y su relación con el afecto en la adolescencia. <https://dehesa.unex.es/handle/10662/20062>
- Murillo Agudelo, A. I. (2022). Influencia de las redes sociales en el autoconcepto físico en adolescentes.
<https://bibliotecadigital.udea.edu.co/handle/10495/32816>
- OpenAI. (2024). *ChatGPT* (Versión GPT-4) [Modelo de lenguaje]. <https://openai.com/chatgpt>
- Padilla Romero, C. L., & Ortega Blas, J. S. (2017). Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en universitarios.
- Psicóloga Esther Blázquez. (2024, marzo 3). *El impacto de las redes sociales en el autoconcepto y autoestima* [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=G4y-OfkyMIE>
- Rodríguez-Fernández, A., Ramos-Díaz, E., Ros, I., Fernández-Zabala, A., & Revuelta, L. (2016). Bienestar subjetivo en la adolescencia: El papel de la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social percibido. *Suma Psicológica, 23*(1), 60-69.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0121438116000047>
- Roig-Vila, R. (2019). Investigación e innovación en la enseñanza superior: Nuevos contextos, nuevas ideas. <https://rua.ua.es/dspace/handle/10045/98731>
- Rojas-Jara, C., Henríquez, F., Sanhueza, F., Núñez, P., Inostroza, E., Solís, A., & Contreras, D. (2018). Adicción a Internet y uso de redes sociales en adolescentes: Una revisión. *Revista Española de Drogodependencias*, 39-54. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6734462>
- Ruiz, P. G., Martínez, I. M., Orero, M. Y. P., García, C. S., & Moragón, L. *Impacto del uso de las redes sociales en el autoconcepto*.
<https://www.uv.es/deganatsoc/Comprende/IES%20Juan%20de%20Garay%20Impacto%20del%20uso%20de%20las%20redes%20sociales%20en%20el%20autoconcepto.%20%28memoria%20Guaynador%20Comprende%20VII.pdf>

Soria, Pamela & Villegas-Villacres, Narcisa. (2024). Adicción a las redes sociales y su relación con la autoestima en adolescentes. *Psicología Unemi*, 8, 19-29. 10.29076/issn.2602-8379vol8iss14.2024pp19-29p. <https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/article/view/1780>

Studocu. (s. f.). *LA Adolescencia - INSTITUTO PEDAGÓGICO DE CARACAS CÁTEDRA: PSICOLOGÍA EVOLUTIVA PROFESORA: HIROSHIMA*. <https://www.studocu.com/latam/document/universidad-pedagogica-experimental-libertador/evolucion/la-adolescencia-instituto-pedagogico-de-caracascatedra-psicologia-evolutivaprofesora-hiroshima/50596777>

Torregrosa Peris, J. R. (1983). Sobre la identidad personal como identidad social: Vista de revisión teórica sobre el autoconcepto y su importancia en la adolescencia. <https://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/reid/article/view/991/818>

Vázquez Gavilanes, M. P. (2021). Factores protectores y de riesgo en el uso de redes sociales en adolescentes. <https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/11212/1/16749.pdf>

World Health Organization. (2019, noviembre 26). Salud del adolescente. https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1