

Licenciatura en psicología

Materia: SEMINARIO DE TESIS

Trabajo: TESIS

Docente: ASLI BELEN

Presenta: JOSMAR ENRIQUE VELAZQUEZ VELAZQUEZ.

8° cuatrimestre

Frontera Comalapa Chiapas a

11 de marzo del 2024



TESIS:

**“EL USO DE LAS REDES SOCIALES Y SU IMPACTO EN
LA SALUD MENTAL DE ALUMNOS DE SECUNDARIA”.**

INTRODUCCIÓN

La salud mental es el estado de equilibrio que debe existir entre las personas y el entorno socio-cultural que los rodea, incluye el bienestar emocional, psíquico y social e influye en cómo piensa, siente, actúa y reacciona una persona ante momentos de estrés. La salud mental es la base para el bienestar y funcionamiento efectivo de una persona y su comunidad. Existen muchas variantes que afectan nuestra salud mental y una de ellas son las redes sociales, Las redes sociales y la salud mental están relacionadas porque pueden desencadenar una variedad de emociones negativas en los usuarios. Estas pueden contribuir o incluso, empeorar los síntomas de depresión tales como sentimientos de tristeza, soledad y la pérdida de gusto por hacer actividades. El uso excesivo de las redes sociales puede implicar riesgos para la salud mental, pero eso no significa que las redes sociales se deben evitar por completo. Lo ideal es aprender a darles un uso con moderación y a conciencia. Como iremos viendo más adelante, nuestra investigación mencionada, se desarrollará de manera estructurada en cuatro grandes capítulos, independientemente de la información relacionada a las dedicatorias, índice, introducción, sugerencias, anexos y bibliografía

El contenido de los cuatro capítulos son:

Primer capítulo: En él se encuentra el Planteamiento del problema de la Investigación, el cual hace una descripción de la realidad que prevalece en la problemática planteada, se formulan los principales cuestionamientos que guían la investigación, se definen los objetivos generales y específicos, así como se formula las hipótesis que habrá de aprobar o descartar en los resultados de la investigación y se presenta la justificación del tema donde el equipo de trabajo establece los intereses que tuvo para elegir el tema desarrollado.

Segundo capítulo: En él se integra el marco de referencia de la investigación, donde se desarrolla un marco antropológico filosófico, así como información de antecedentes de la investigación que nos da un preámbulo de investigaciones sobre el mismo tema que otros investigadores han desarrollado sobre el mismo; de igual manera se presenta un marco teórico del tema donde se desarrollan de manera general unas teorías sobre los principales conceptos de nuestro estudio, como: las redes sociales, la tecnología, la adolescencia, la familia, la educación, los valores, entre otros más, y finalmente se presenta un marco conceptual que menciona de manera sencilla y puntual algunos conceptos básicos del tema.

Tercer capítulo: Aquí se explica el diseño metodológico que finca el proceso básico para el desarrollo de la presente investigación, en éste se muestran y describen las categorías y sub categorías de la investigación, así como se explica y presenta en forma detallada los instrumentos utilizados para obtener la información y se hace mención de la población, muestra y enfoque utilizado.

Cuarto capítulo: Por último, en este capítulo se presentan e interpretan los resultados obtenidos en nuestro desarrollo metodológico, se mencionan algunas sugerencias para la atención de la problemática, y se exponen las conclusiones finales del equipo de investigadores con base a todo el proceso.

Finalmente se describe la bibliografía que fue utilizada y se integra un anexo donde se hace constar algunas evidencias del trabajo realizado, como fotografías de la aplicación de encuestas y un ejemplo de la encuesta aplicada.

CAPÍTULO 1

1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

El uso de las redes sociales ha crecido exponencialmente, convirtiéndose en una parte integral de la vida cotidiana de millones de personas alrededor del mundo puede ser usada de manera adecuada según el uso que se le dé. En la actualidad, las **redes sociales** se han convertido en una parte fundamental de la vida de los jóvenes causando impactos negativos en la salud mental de los adolescentes.

EL IMPACTO DE LAS REDES SOCIALES DE LA SALUD MENTAL EN ALUMNOS DE TELESECUNDARIA A NIVEL INTERNACIONAL

Las redes sociales son una parte integral de la vida de los jóvenes de hoy, y su impacto en la salud mental es innegable, se han convertido en un espacio en el que formamos y construimos relaciones, configuramos nuestra propia identidad, y nos expresamos y conocemos el mundo que nos rodea es por eso que “la Unión Internacional de Telecomunicaciones (2022) informa que:

En los últimos 30 años, desde que se creó el Sector de Desarrollo de las Telecomunicaciones de la UIT en 1992, el número de usuarios de Internet ha pasado de unos pocos millones a casi 5 000 millones. Esta tendencia ha propiciado una transformación digital que ha venido y sigue transformando nuestras sociedades y nuestras economías. Sin embargo, el potencial que ofrece Internet para el bien social y económico sigue estando muy desaprovechado: la tercera parte de la humanidad (2 900 millones de personas) carece aún de acceso a Internet y muchos usuarios solo gozan de la conectividad de base. La conectividad universal y efectiva, que se define como la posibilidad de que todas las personas disfruten de una experiencia en línea segura, satisfactoria, enriquecedora, productiva y asequible, se ha

convertido en el nuevo imperativo del Decenio de Acción 2020-2030 a fin de cumplir los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).

La conectividad tiene repercusiones profundas y diversas. La función catalizadora y facilitadora de la conectividad para el desarrollo sostenible ha sido reconocida en los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Internet ofrece importantes beneficios económicos y el potencial de mejorar el bienestar de las personas a lo largo de sus vidas. Permite disfrutar de nuevas formas de comunicación, entretenimiento, expresión y colaboración. Da acceso a servicios en lugares que carecen de ellos, así como a una gran cantidad de conocimientos, recursos de aprendizaje y oportunidades de empleo. Los beneficios de la conectividad son importantes para todos, en particular los grupos marginados y vulnerables, que con frecuencia son los menos conectados.

EL IMPACTO DE LAS REDES SOCIALES DE LA SALUD MENTAL EN ALUMNOS DE TELESECUNDAIA A NIVEL NACIONAL

Las redes sociales tienen un gran impacto en nuestra salud mental, y esto se debe a varios factores. En primer lugar, las redes sociales nos proporcionan una gran cantidad de información, muchas veces de manera desordenada. Esto puede provocar estrés y ansiedad, especialmente cuando se le da el uso incorrecto. Este uso excesivo de las redes sociales puede llevar a una disminución en la autoestima y una mayor sensación de aislamiento social por esa razón “INEGI, Instituto Federal de Telecomunicaciones (2022)” refiere que:

La Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH) 2021, realizada por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), en colaboración con el Instituto

Federal de Telecomunicaciones (IFT), tiene como finalidad obtener información sobre la disponibilidad y el uso de las tecnologías de la información y comunicaciones en los hogares y su utilización por los individuos de seis años o más en México. Lo anterior brinda datos para apoyar la toma de decisiones en materia de políticas públicas. También ofrece elementos de análisis en estudios nacionales e internacionales para las y los usuarios interesados en la materia.

En el país, el tiempo promedio de uso de internet al día, por persona, fue de 4.8 horas. En 2017, el tiempo promedio fue de 3.2 horas; en 2018, de 3.5; en 2019, de 3.9, y en 2020, de 4.7 horas. El grupo de 18 a 24 años registró el promedio más alto de uso de internet, con 6.3 horas al día. Lo siguió el de las personas de 25 a 34 años, con 5.6 horas y el de 12 a 17 años, con 5.5 horas. Entre 2017 y 2021, las y los usuarios de 12 a 17 años incrementaron 2.4 horas el uso promedio diario de internet (de 3.1 horas en 2017, a 5.5 en 2021). En contraste, el grupo con menor incremento fue el de 55 años, que pasó de 2.3 a 3.3 horas diarias de uso. El aumento fue, en promedio, de una hora de uso de internet al día.

EL IMPACTO DE LAS REDES SOCIALES DE LA SALUD MENTAL EN ALUMNOS DE TELESECUNDAIA A NIVEL ESTATAL.

Las redes sociales tienen muchas ventajas y desventajas. Es importante utilizarlas con cuidado y estar al tanto de los riesgos y peligros asociados con ellas. Si bien las redes sociales pueden ser una gran herramienta para conectarse con otras personas y aprender, también pueden tener un impacto negativo en la salud mental, la privacidad y la sociedad en general por esa razón el “ARTICULO 19 y Fundación Fiedrich Nauman (sf)” sostiene que:

“En México la brecha digital ha afectado con mayor énfasis a las entidades federativas situadas en la región sureste del país, en particular a los estados de Oaxaca y Chiapas. Además de representar en sí misma una problemática, la brecha digital tiene significativos impactos en el ejercicio de los derechos económicos, sociales y culturales de las poblaciones, sobre todo en la medida en que la falta de acceso equitativo a las TIC crea y acentúa la exclusión y marginación social”.

A nivel estatal, en los últimos años Oaxaca y Chiapas han incorporado modificaciones a sus cuerpos normativos y planes de desarrollo con el propósito de garantizar el derecho a la conectividad y el acceso a las TIC. En Oaxaca, por ejemplo, en 2015 fue añadido un párrafo al artículo 3 de la Constitución Política de esta entidad federativa que a la letra dice: «El Estado garantizará y fomentará el derecho de acceso a las tecnologías de la información». En Chiapas, el mandato constitucional incorporado desde 2014 a esta normativa es más explícito al establecer como un derecho «acceder de forma libre y universal a internet y a las tecnologías de la información y la comunicación» (Art. 5, II), y el propósito de creación de un gobierno digital «en donde se establecerán las políticas públicas para incorporar el uso de tecnologías de la información y comunicación a los trámites gubernamentales».

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Qué características son las más comunes de uso de las principales redes sociales por parte de los alumnos de secundaria (tiempo de uso, horarios, lugares, propósito, herramienta, etc.)?.

¿Cuál es la influencia familiar y educativa para incidir en los criterios de uso de las redes sociales por parte de los alumnos de secundaria?.

¿Cuáles son los principales impactos positivos y negativos en la salud mental de los alumnos de secundaria , debido al uso de las redes sociales a las que acceden?.

¿Consideran importante los alumnos, generar una propuesta de acciones que promueva un mejor uso de las redes sociales?.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Determinar el impacto que genera el uso de las redes sociales en la salud mental de los estudiantes de secundaria del barrio de Santa Rosa, ejido de Paso Hondo en Frontera Comalapa, Chiapas,

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Describir las características más comunes de uso “por sexo” de las principales redes sociales por parte de los alumnos de secundaria (tiempo de uso, horarios, lugares, propósito, herramienta, etc.).

- Reconocer cuál es la influencia familiar y educativa que incide en los criterios de uso de las redes sociales por parte de los alumnos de secundaria .
- Identificar los principales impactos positivos y negativos en la salud mental de los alumnos de secundaria, debido al uso de las redes sociales a las que acceden.

HIPÓTESIS

A mayor información sobre el impacto que genera el uso de las redes sociales en la salud mental de los estudiantes de secundaria, mayor posibilidad de generar una propuesta de acciones que fortalezcan la salud mental de los mismos.

JUSTIFICACIÓN

La presente investigación “ el impacto de las redes sociales en la salud mental en alumnos de telesecundaria #525 Emilio Grajales del barrio santa rosa , anexo al ejido paso hondo se considera un tema de vital importancia debido a que coincidimos en tener una inquietud a veces preocupante sobre la situación que estas redes sociales generan en la salud mental de las personas que la usan, ya que podemos darnos cuenta que en muchas ocasiones, se ven alteradas las conductas de una manera negativa por un mal uso de estas redes, propiciando por ende diversos problemas en sus relaciones interpersonales, con su entorno que le rodea y por supuesto también consigo mismo. Tampoco se trata de negar la influencia positiva de éstas cuando hay

un mejor manejo, conocimiento y responsabilidad por parte de las personas que acceden a ellas, de hecho también buscaremos dicho impacto, solo que inicialmente nuestra inquietud fue en el primer aspecto (negativo); pero sabemos que en ambas podemos encontrar información que nos permita como investigadores y profesionistas en nuestra área de psicología hacer un análisis de los dos tipos de impacto y generar una propuesta de acciones que favorezcan una mejor salud mental.

Como no es posible hacer un estudio tan grande que incluya la población en general, decidimos acotar nuestro estudio a un grupo que consideramos especialmente vulnerable en esta situación y decidimos dirigirlo al grupo de alumnos, adolescentes de primer grado de nivel secundaria, mismo que será descrito ampliamente en otros apartados.

Sin duda que hoy en día hay muchos desafíos para las distintas profesiones y profesionales que nos formamos año con año, somos conscientes de los enormes retos que nos encontraremos en el ejercicio de nuestra carrera, por lo que éste tema nos resulta particularmente importante como una práctica de investigación con mayor profundidad que nos permitirá aprender a buscar de una manera más metódica, la información necesaria y mucho más completa de las situaciones que en adelante se nos presenten en la carrera.

DELIMITACIÓN DEL ESTUDIO

La localidad de **Paso Hondo** está situada en el Municipio de Frontera Comalapa (en el Estado de Chiapas). Hay 4,070 habitantes. Dentro de todos los pueblos del municipio, ocupa el número 2 en cuanto a número de habitantes. **Paso Hondo** está a 686 metros de altitud. El **pueblo de Paso Hondo** está situado a 13.3 kilómetros de Frontera Comalapa, que es la localidad más poblada del municipio se encuentra en las coordenadas GPS: Longitud (dec): -92.017778, Latitud (dec): 15.681944, La localidad se encuentra a una mediana altura de 680 metros sobre el nivel del mar.

La población total de Paso Hondo es de 3439 personas, de cuales 1665 son masculinos y 1774 femeninas. Los ciudadanos se dividen en 1453 menores de edad y 1986 adultos, de cuales 277 tienen más de 60 años. 9 personas en Paso Hondo viven en hogares indígenas. Un idioma indígena hablan de los habitantes de más de 5 años de edad 2 personas. El número de los que solo hablan un idioma indígena pero no hablan mexicano es 0, los de cuales hablan también mexicano es 2.

Derecho a atención médica por el seguro social, tienen 348 habitantes de Paso Hondo. En Paso Hondo hay un total de 812 hogares.

De estos 802 viviendas, 183 tienen piso de tierra y unos 71 consisten de una sola habitación. 760 de todas las viviendas tienen instalaciones sanitarias, 772 son conectadas al servicio público, 791 tienen acceso a la luz eléctrica.

La estructura económica permite a 58 viviendas tener una computadora, a 436 tener una lavadora y 660 tienen una televisión. Aparte de que hay 380 analfabetos de 15 y más años, 44 de los jóvenes entre 6 y 14 años no asisten a la escuela.