



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

“LAS REDES SOCIALES Y SUS IMPLICACIONES PSICOLÓGICAS”

T E S I N A

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

**LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A (N)**

MITZIAILED ALEJANDRA SANTIAGO PÉREZ

**Dictaminadores: Dra. LAURA PALOMINO GARIBAY
Lic. MARIA LUISA HERNANDEZ LIRA
Dra. LETICIA HERNANDEZ VALDERRAMA**



Los Reyes Iztacala, Edo de México, 10/04/18



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

Nunca consideres el estudio como una obligación, sino como una oportunidad para penetrar en el bello y maravilloso mundo del saber.

-Albert Einstein

La vida se encuentra plagada de retos y uno de ellos es la universidad. Tras verme dentro de ella, me he dado cuenta que más allá de ser un reto, es una base no solo para mi entendimiento del campo que me he visto inmersa, sino para los que concierne a la vida y a mi futuro.

Doy gracias a mis padres por ser los promotores de mis sueños, gracias a ellos por cada día confiar y creer en mí, en mis expectativas, gracias a mi madre por apoyarme en cada una de mis decisiones aunque sabemos que el camino fue difícil, con su apoyo incondicional lo logramos, gracias a mi padre por siempre desear y anhelar siempre lo mejor para mi vida, gracias por cada uno de tus consejos y por cada una de tus palabras que me guiaron durante mi vida.

Dra. Laura Palomino, mil gracias por acompañarme en este proceso, por haberme brindado la oportunidad de recurrir a su capacidad y compartir conmigo su conocimiento científico, así como también haberme tenido toda la paciencia del mundo para guiarme durante todo el desarrollo de la titulación. A mis asesoras Lic. Luisa y Dra. Leticia por ser parte de este trabajo, muchas gracias.

A mis amigas Leydi y Mariela que hicieron muy divertida los últimos años de la licenciatura y que siempre estuvieron a mi lado cuando más lo necesitaba, superando los retos que se presentaban día a día, las quiero mucho amigas.

A Luis, mi primo, estés donde estés siempre estarás en mi corazón y pensamiento, lo logré y este es un logro tuyo también, el esfuerzo de mi trabajo te lo dedico.

A mi máxima casa de estudios Universidad Nacional Autónoma de México, por haberme acogido en tus aulas y permitirme obtener todo el conocimiento científico, por permitirme estudiar en una de las mejores universidades y haber cambiado mi vida por completo, por haber conocido a mis mejores amigas y amigos, por siempre estar cerca de buenos maestros que me hicieron cambiar la perspectiva de la vida.

Y sobre todo a mi Facultad de Estudios Superiores Iztacala, mi segunda casa, que hizo posible este sueño, al darme las herramientas para sobresalir día a día y por poner en mi camino a gente que me oriento y me acompaño a recorrer este camino difícil pero al final satisfactorio. Orgullosa de pertenecer a la comunidad de Iztacala y en especial por haberme formado como profesional en la Psicología.

INDICE

INTRODUCCIÓN.....	1
1. GENÉISIS DE LA COMUNICACIÓN	
1.1 Raíces.....	6
1.2 Del homo al hombre.....	8
1.3 Orígenes del lenguaje.....	13
1.4 Ontogenia del lenguaje.....	17
1.5 Filogenia del lenguaje.....	20
1.6 El signo y su significado: como mediador de las relaciones humanas.....	24
2. LA ERA DIGITAL	
2.1 De lo analógico a lo digital.....	28
2.2 Auge del Internet.....	34
2.3 Nuevas formas de “conexión”: Redes Sociales	36
2.4 Cronología de las redes sociales.....	39
2.5 Redes sociales más usadas.....	44
3. IMPLICACIÓN DEL USO DE LAS REDES SOCIALES	
3.1 Aspectos positivos.....	47
3.2 La otra cara: Aspectos negativos.....	60
4. CONCLUSIONES.....	74
5. BIBLIOGRAFÍA.....	77

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el internet domina una esfera importante dentro de nuestra vida. Las estadísticas recientes muestran un incremento en el uso de las redes sociales, las cuales se han desarrollado en los últimos años, afectando negativamente y positivamente la relación con los demás. En el año 2014, *comScore* una compañía de investigación de marketing en internet, realizo un estudio, dónde dio a conocer que en América Latina el promedio del uso del internet es de 8.6 horas diarias, mientras que en los países orientales el promedio es de 2.4 horas diarias.

En América Latina, México tiene el primer lugar de alcance en cuanto al uso de redes sociales, con un promedio de 98.2% de usuarios de internet, en segundo lugar se encuentra Rusia con 97.8% y en tercer lugar Turquía con 97.5%. El INEGI, realizó una estadística en el año 2016, en donde los datos arrojados fueron los siguientes:

En el segundo trimestre del 2016, el 59.5% de la población de seis años o más se declaró usuaria de internet, el 68.5% de los usuarios mexicanos tienen menos de 35 años, el 47% de los hogares cuentan con una conexión a internet, el uso del internet está asociado a los estudios, es decir, mientras más estudios, mayor es el uso del internet. El internet se usa principalmente como medio de comunicación, aquí se incluyen todas las redes sociales, así como para la obtención de información en general y para el consumo de medio audiovisuales.

Las redes sociales de un momento a otro han pasado a formar parte de nuestro mundo de manera rápida y con ello la estructura social se ha transformado de manera radical; las comunidades virtuales y la manera en la cual se comunica la sociedad en general ha cambiado

por completo, por lo que la virtualidad ha tomado un papel muy importante dentro de esta nueva forma de relacionarse entre las personas.

El fenómeno de las redes sociales ha ocasionado un profundo impacto en la sociedad actual, principalmente en las nuevas generaciones, debido a que ha implantado un estilo de relacionarse entre los jóvenes. Esto ha llevado a que se adopte un nuevo modelo de comunicación, en donde sigue prevaleciendo un emisor y un receptor, el cambio que se generó en los últimos años, se debe al auge de las redes sociales, tales como Facebook, Twitter, YouTube, por mencionar las principales, en donde es posible chatear, tener una videoconferencia así como el intercambio de imágenes, vídeos y otros tipos de archivos.

De esta manera se ha transformando la comunicación a un modelo digital, en donde se puede mantener comunicación con otra persona de manera instantánea y que a su vez, rompe barreras de distancias, accediendo a través de dispositivos digitales, como es el caso de computadoras, dispositivos móviles u otro tipo de dispositivo con conexión a internet. En este contexto, de acuerdo a la definición sobre la red social, Boyd (2007), menciona que las redes sociales han permitido a las personas mantenerse comunicadas a través de diversos dispositivos digitales, que a su vez son fuentes de información ya sean positivas o negativas.

Actualmente, las redes sociales son herramientas que han permitido a las personas mantenerse en constante comunicación, transformando sus vidas, como las conductas, emociones y pensamientos. Las redes sociales han modificado el uso de Internet, han acelerado la colaboración y han revolucionado la forma de convivencia entre las personas, además de que las redes sociales cuentan con una función positiva, dando como resultado una posibilidad de interactuar con otras personas, aunque no se conozcan físicamente,

asimismo pueden ayudar de manera positiva en el campo de la salud, a personas que padecen algún síntoma psicológico. En tanto a los aspectos negativos que existen dentro de las redes sociales, estas pueden generar diversas conductas o padecimientos que afectan de manera psicológica a las personas, tales como ansiedad, depresión, por mencionar algunas.

Las redes sociales son utilizadas por diferentes personas y para diversos fines, tales como relaciones interpersonales, laborales, promoción política y otras, Boyd (2007), manifiesta que una red social se define como un servicio que permite a los individuos construir un perfil público o semipúblico dentro de un sistema delimitado, a la vez consciente articular una lista de otros usuarios con los que comparten una conexión, ver y recorrer su lista de las conexiones y de las realizadas por otros dentro del sistema.

En la presente investigación se ofrece un panorama histórico de la génesis de la comunicación en el hombre, destacando los aspectos psicológicos que hicieron posible este logro. Para poder puntualizar en la utilización de internet y en específico de las redes sociales. Es por ello que en la presente investigación tiene como objetivo hacer una revisión histórica de las redes sociales como Facebook, Twitter, YouTube y WhatsApp y como estas han influido en aspectos psicológicos como las conductas, emociones y pensamientos de las personas.

De esta manera, se identificarán los aspectos positivos, con personas de algún padecimiento y como con el uso de las redes sociales, les ha ayudado a mejorar; y los aspectos negativos que estas conllevan, tales como padecimientos que se han originado a partir del uso de las redes sociales, como ansiedad, depresión, entre otros.

La psicología ha abarcado estos temas ya que es de gran importancia conocer sus aspectos positivos y negativos, ya que puede encontrar un potencial para poder ayudar a las personas a mejorar su vida y a ofrecer a las personas alternativas para enfrentar algún síntoma que presenten por el uso de estas.

La presente investigación está estructurada en tres capítulos. El primer capítulo abarca un breve recorrido histórico acerca de la génesis de la comunicación, partiendo del supuesto que la comunicación ha evolucionado a través del tiempo. En este capítulo se expondrán los orígenes del lenguaje, desde su forma primitiva hasta llegar a una forma más compleja.

El capítulo dos, lleva por título “La era digital”, en este, se presentará la transición de una era análoga a una digital y como estos cambios trajeron consigo un cambio en la forma de pensar de las personas. Asimismo se expone el auge que tuvo el internet y las redes sociales, una nueva forma de comunicación que emerge de la nueva era digital. Se presenta la cronología de las redes sociales, desde su aparición y dando seguimiento de esta, para finalizar se presentan las redes sociales más usadas por las personas, tales como *Facebook*, *Twitter* y *WhatsApp*.

En el capítulo tres, se analizaran los aspectos positivos y negativos que se han generado a partir del uso de las redes sociales, en los aspectos positivos se mostrará cómo han ayudado a personas con algún padecimiento a mejorar notablemente y en los aspectos negativos se muestra como en las personas se han generado síntomas psicológicos que son producidos por usar las redes, tales como depresión, ansiedad y adicción.

En la última parte de esta investigación se presentan las conclusiones, las cuales están basadas en el marco teórico y una reflexión final.

1. GENÉISIS DE LA COMUNICACIÓN

1.1 Raíces...

Para hacer una aproximación acerca de la génesis de la comunicación en el hombre, es necesario recurrir a antecedentes que nos permitan contextualizar cómo se originó y cuáles fueron los medios que provocaron la formación de esta, partiendo de la concepción de que la especie humana evolucionó de otras especies que no eran humanas, como el grupo de los primates, que incluye algunas especies como los gorilas, orangutanes y chimpancés. Barahona (2016) menciona que compartimos características similares con los primates, como uñas planas en vez de garras en los dedos, el dedo pulgar opuesto a los demás y en el caso de los machos un pene que cuelga, en lugar de estar sujeto al abdomen.

Y a su vez, somos diferentes en algunas características, Lovejoy (1990) propone que son cinco los hitos dentro de la evolución del hombre: amplio neocórtex, es decir, el desarrollo del cerebro, posición bípeda, alcanzando un logro, la posición erecta, reducida dentición, predominancia molar, dando como resultado la cara plana y por último el singular comportamientos sexual y reproductor del hombre. Estos hitos dieron como resultados mayores habilidades de manipulación, en el manejo de herramientas y la escritura, la inteligencia que comprende el pensamiento abstracto, razonamiento, categorización y clasificación, el uso, control y modificación del entorno, así como habilidades más desarrolladas para hablar.

Es imprescindible destacar que la comunicación no es una cualidad específica del humano, sino que también es compartida con el reino animal. Para los biólogos, la comunicación abarca todas y cada una de las características físicas y comportamentales sobre la conducta de otro animal, desde los colores llamativos para atraer la atención, hasta algún gesto de dominación.

Tomasello (2008) en su libro “El origen de la comunicación humana” menciona que una característica importante a mencionar es la evolución de la comunicación entre animales, a través de sonidos, tales como los gritos, los cuales contenían un mensaje codificado. Los gritos son emisiones vocales vinculadas a funciones específicas, como la expresión de temor, una alerta de amenaza de un predador, mantener contacto con el grupo, sobrevivir en una lucha y así sucesivamente.

Así, cuando un mono aprende que el grito de un individuo de su misma especie o el grito de un ave representa una alerta de amenaza de un leopardo, no corresponde a un proceso meramente de comunicación, sino que el mono simplemente ha aprendido que una cosa anuncia a la otra. Teniendo en cuenta estos hechos, Seyfarth y Cheney (2003) han argumentado que la comunicación vocal de los primates fue un paso importante hacia el camino del lenguaje humano.

Siguiendo esta línea evolutiva, otro aspecto importante a tratar es la comunicación por medio de señas o gestos, que son perceptibles a través del canal visual y que en general se tratan de posturas corporales, expresiones faciales y ademanes con las manos. Los gestos se diferencian en dos tipos: los de intención y atención. Los movimientos de intención surgen

cuando dos individuos en interacción prevén el comportamiento del otro de manera diádica a lo largo de repeticiones durante la misma interacción, dando forma a su comportamiento.

Entonces, el significado se centra en la vinculación del gesto o señas a partir de la interacción con su igual. Los gestos de intención son dirigidos al receptor, el cual interpreta dicha intención en una acción, por ejemplo, los lobos cuando van a atacar muestran sus colmillos o gruñen para intimidar a su presa, asimismo las aves antes de copular hacen unas demostraciones corporales que terminan en el acto sexual.

Mientras tanto, los gestos de atención se dirigen al receptor para atraer su atención y lograr que esté realice una acción determinada, acciones como palmotear el suelo, empujones a sus iguales y lanzar objetos. Los chimpancés machos, por ejemplo, cortan hojas con los dientes produciendo un sonido intenso y seco que atrae la atención de las hembras a su pene erecto (Sugiyama, 1981).

Para los gestos de atención, el significado radica en el aprendizaje, cuando realizan, sin ningún motivo comunicativo, actos como palmotear el suelo o lanzar objetos, ya que al realizar estas acciones, advierte ese efecto secundario y lo explota en el futuro. Una vez aprendido cualquier llamado de atención, podrá usarse con objetivos diferentes, como jugar, acicalarse, prestar citados, etcétera.

1.2 Del homo al hombre

La paleantropología se centra en el estudio de los fósiles y clasifica los restos fósiles en cuatro, de acuerdo a la edad y a las características que presentan: *Australopithecus*, *Homo habilis*, *Homo erectus* y *Homo sapiens* (Alonso, 1999). Tras el estudio, de la evidencia fósil

la información que ha arrojado, nos habla acerca del tamaño del cerebro, el cual ha ido aumentando progresivamente a lo largo de los cuatro estadios representativos de la evolución humana: 470 cm³ de *Australopithecus*, 700 cm³ del *Homo Erectus*, 980 cm³ del *Homo Habilis* y 1350 cm³ del *Homo Sapiens*.

El primer grupo *Australopithecus*, se divide a su vez en *Australopithecus Africanus*, fueron los primeros vestigios humanos encontrados en el año 1924 en Taung, Sudáfrica. Su antigüedad se remonta a 2.5 millones de años y corresponden a un niño de aproximadamente 3 años de edad.

Asimismo, una ramificación más es *Australopithecus Afarensis* que en el año 1974 marcó un hito en la humanidad, tras descubrirse en el desierto de Afar en Etiopía los primeros restos fósiles de una mujer *Australopithecus Afarensis*, que vivió entre 3.9 y 3.5 millones de años atrás y a quien llamaron Lucy. Luego, tras varios estudios, se sabe que estos individuos median 1.50 metros de estatura, tenían marcha bípeda, brazos largos, pómulos salientes y grandes mandíbulas debido a su especialización en alimentos duros, cejas bajas y un cerebro pequeño.

El segundo grupo, *Homo Habilis*, comenzó a vivir en África hace unos 2 millones de años y se extinguió hace unos 1,5 millones. Se piensa que los *Homo Habilis* coexistieron con los *Australopithecus*, a quienes superaban en altura y en capacidad craneana: los *Habilis* tenían 600 centímetros cúbicos mientras que los *Australopithecus* contaban con unos 500. El *Homo Habilis* se destaca por haber sido la primera especie de primate que creó y utilizó herramientas, inaugurando así la edad de piedra. Su nombre significa 'humano con habilidades (Alonso, 1999).

El Homo Habilis fue el primero en construir y utilizar herramientas de piedra. Sus herramientas eran hechas de huesos, madera y principalmente piedra lascada. El homo habilis no tenía la capacidad de hablar, aunque en los moldes de un cráneo de un Homo habilis se ha observado que tenían una circunvolución de Broca bastante desarrollada, es decir que aunque no tenía aun un lenguaje racional, se comunicaba mediante gestos y sonidos. Vivían en grupos nómadas, no podrían vivir en solitario porque entonces no habrían sobrevivido. Se piensa que esta especie todavía no enterraba a los muertos.

El tercer grupo de fósiles, incluye los restos pertenecientes al *Homo Erectus*, se calcula que vivió hace 800,000-200,000 años, no se sabe con exactitud si procede o no del *Homo Habilis*. El homo erectus se distinguió por caminar erguido, aspecto que le permitió ver tramos largos y mejoró su capacidad de cazar. No se sabe si el homo erectus podía utilizar el lenguaje hablado, por la estructura de sus restos se desprende una teoría que aduce su no capacidad de habla por la colocación de su faringe y sus cuerdas bucales, aunque igualmente existen quienes creen que sí lograba comunicarse en forma hablada, pero primitiva.

Es heredero de las herramientas a base de piedra. La cultura del homo erectus parece haber desaparecido con ellos, pues no contaron con escritura, al parecer lo único que dejaron son algunas pinturas rupestres y algunos utensilios o artificios creados. Cabe mencionarse que el homo erectus, una vez que conquistó y dominó el fuego, lo que le permitió cocer sus alimentos, obteniendo como desarrollo una mejor adherencia de las vitaminas y proteínas aportadas por los alimentos cocidos, viéndose reflejado en el aumento gradual del cerebro así como de su desarrollo cognitivo.

El cuarto grupo está constituido por los *Homo Sapiens*, su datación es de hace 100,000 años de antigüedad hasta los 40,000. Los restos fósiles de los *Homo Sapiens*, fueron encontrados en las regiones de África. Se les atribuye el descubrimiento del fuego. Y son los primeros en practicar rituales religiosos y fúnebres. Da un impresionante salto cualitativo, refina la construcción de herramientas a base de piedra. Se vestía con pieles de animales y practicaba la caza. El *Hombre Cromagnon*, subyace del *Homo Sapiens*, el cual vivió hace 40-30,000 años.

Asimismo, subyace el *Homo Sapiens Sapiens*, a quien se le atribuye la práctica de los enterramientos y el descubrimiento del arte. Fueron los autores de las pinturas rupestres encontradas en Altamira y Lacaux. Hace 8,000 años inventó la agricultura y antes y a su vez ya había domesticado animales. Es el precursor del progreso cultural y técnico (Alonso, 1999).

Gracias a la evidencia fósil que se ha recuperado, ha sido posible conocer los indicios del aparato fónico en el cuello, es decir, la laringe y la faringe. Lewin (2005) menciona que el tracto vocal humano, es único en el reino animal. Siguiendo esta línea, cabe resaltar que en los mamíferos la posición de la laringe se mueve por medio de dos patrones: el primero es una posición alta, que permite comer alimentos y respirar a la vez. En cuanto al segundo patrón, la laringe se sitúa más baja, lo que exige el cierre temporal del paso del aire durante la deglución, de lo contrario el alimento podría causar asfixia. Los bebés y el resto de los mamíferos utilizan el primer patrón de la laringe, mientras que los humanos adultos lo hacen a través del segundo patrón.

Laitman (1983) descubrió que la posición de la laringe se refleja en la parte inferior del cráneo, por medio de esto se pueden conocer habilidades verbales acerca de la especie extinta de homínidos “...encontramos que los australopithecus tenían probablemente un tracto vocal parecido al de los monos o simios actuales, (...). La posición de la laringe habría hecho imposible para que pudieran producir algunos de los sonidos vocálicos que se encuentran universalmente en el habla humana...” (p. 27).

Una de las diferencias entre la comunicación animal y la comunicación entre humanos, se centra en que los animales aprenden que existe una relación acción-consecuencia, expresada a través de gritos, señas o gestos, dando como resultado la diferenciación de cada situación de acuerdo a su entorno. Este tipo de gesto de atención, nos muestra uno de los ejemplos más próximos que tenemos a la acción de dirigir intencionalmente la atención de otros a cosas externas, tal y como ocurre en la comunicación humana.

La necesidad del hombre de comunicarse con sus iguales, ha estado presente a lo largo de la historia. La comunicación que conocemos hoy en día, ha ido transformándose a través del tiempo. Resulta complicado conocer su origen del lenguaje, ya que no se tiene un registro preciso de cuándo y cómo surgió. Su necesidad de comunicarse con los otros lo ha llevado a desarrollar procesos psicológicos superiores, como la cognición, el pensamiento y el lenguaje, un lenguaje articulado a partir de signos y significados que tienen una naturaleza descriptiva.

1.3 Orígenes del lenguaje

La ciencia del siglo XIX se dedicó a indagar los orígenes del lenguaje, para ello tuvieron que recurrir a las sociedades primitivas, así como a la conducta infantil de los niños, ya que aquí se muestra claramente como es la adquisición del lenguaje. Los expertos han acumulado a través de los años evidencias que permiten ofrecer una explicación del origen del lenguaje. Estos planteamientos condujeron a los científicos a un callejón sin salida, ya que es imposible rastrear los orígenes del lenguaje.

Hay evidencias, hechos, teorías y grandes cantidades de interpretaciones, la mayor parte dignos de ser tomados en cuenta, muchos han concluido que el rastrear el origen del lenguaje no es un problema lingüístico, sino que este va más allá, planteándose en un problema psicológico, por referirse al comportamiento humano. El llamado padre de la psicología experimental Watson (1968) hace notar del primer experimento psicológico que se tenga en la humanidad, respecto al lenguaje, ha llegado a través de Halicarnaso y su historia:

“En el siglo séptimo antes de nuestra era, Psammeticus gobernador de Egipto, quería saber cuál era el lenguaje que los niños hablaban sino se les enseña ninguno, suponiendo que este sería el primer lenguaje hablado por los primeros hombres y por lo tanto el lenguaje más antiguo del mundo. Su “experimento” residió en tomar dos niños y darlos a unos pastores para que los criará lejos del contacto humano sin pronunciar una palabra en su presencia. Durante los dos años los niños fueron encerrados en una cabaña, alimentados por cabras y cuidados, pero sin que oyeran ningún sonido humano. Al abrir la puerta dos años después, el pastor fue saludado por los niños que le estiraron los brazos gritando

BECOS que es la palabra frigia para el pan. Esto demostró de forma convincente que los frigios y los egipcios eran el pueblo más antiguo de la tierra” (Halicarnaso, 2011: 5-6).

En la actualidad este experimento sería considerado como una forma de privación de lenguaje. Heródoto en el libro II cuenta que se había considerado la posibilidad de un control más rígido aún, por mujeres que se les había cortado la lengua, este método fue descartado por consideraciones obvias. Es más sencillo estudiar la génesis del lenguaje en cada individuo, que hacerlo por toda la especie humana. Ya que el primero es un fenómeno que se repite millones de veces y que a diario se sigue repitiendo, en cambio, el segundo es un hecho histórico que se presentó en un pasado lejano, hace quizás un millón de años y su estudio puede llevarse a cabo de manera indirecta (Ardila,1970)

Otro gran ejemplo, que ilustra la ausencia de lenguaje es *Víctor*, conocido mundialmente como “Él niño del Aveyron”. El 18 de Enero de 1800, un niño desnudo, con la cara y las manos llenas de cicatrices, apareció en las afueras de Saint-Sernin en la escasamente poblada provincia de Aveyron en la parte sur central de Francia. El chico, que sólo medía 1.35 metros, aproximadamente de estatura pero aparentaba tener 12 años, había sido visto varias veces durante los dos años y medio anteriores, trepando los árboles, corriendo en cuatro pies, bebiendo en los arroyos y buscando afanosamente bellotas y raíces. Había sido capturado dos veces, pero había escapado. Entonces, en el inusualmente frío invierno de 1799-1800, comenzó a aparecer en las granjas en busca de alimento.

Cuando el muchacho de ojos oscuros llegó a Saint-Sernin, no habló ni respondió para hacerse entender, pero reaccionaba de inmediato ante el sonido de las ramas al quebrarse o ante el ladrido de los perros. Rechazaba los alimentos cocidos, prefería las patatas crudas que lanzaba al fuego y recuperaba rápidamente con sus manos desnudas, devorándolas cuando todavía quemaban. Como un animal acostumbrado a vivir en la selva, el chico parecía insensible al frío y al calor extremos, y rasgaba la ropa que la gente trataba de ponerle.

Después de la observación inicial, el muchacho, a quien se le llamó *Víctor*, fue enviado a una escuela para niños sordomudos en París. Allí, quedó a cargo de Jean-Marc-Gaspard Itard, un médico de 26 años, interesado en la nascente ciencia de la «medicina mental» o psiquiatría. El muchacho era, escribió Itard, «un niño desagradablemente sucio... que mordía y rasguñaba a quienes se le acercaban, que no demostraba ningún afecto por quienes lo cuidaban, y quien era, en síntesis, indiferente a todo lo atento a nada» (Lane, 1976:4)

Itard creyó que el desarrollo de Víctor se había limitado por el aislamiento y que tan sólo necesitaba que se le enseñaran las destrezas que los niños en la sociedad civilizada normalmente adquirirían a través de la vida diaria. Itard llevó a Víctor a su casa y durante los siguientes cinco años, gradualmente lo educó. Itard instruyó a Víctor en cuestiones de moral, comportamiento social, lenguaje y pensamiento.

Asimismo Víctor logró un progreso notorio: aprendió los nombres de muchos objetos y pudo leer y escribir frases simples, expresar deseos, seguir órdenes e intercambiar ideas. Sin embargo, aparte de algunos sonidos vocálicos y consonánticos, nunca aprendió a hablar, Además, se mantenía totalmente centrado en sus necesidades y deseos y, como lo admitió

Itard en su informe final, nunca pareció perder su vivo anhelo “por la libertad del campo abierto y su indiferencia a la mayoría de los placeres de la vida social” (Lane, 1976:160). Las esperanzas de Itard de enseñarle a hablar y a comportarse de manera civilizada resultaron frustradas y en el segundo informe Itard se daba por vencido y manifestaba su preocupación por el futuro del joven.

Una de las grandes cuestiones que se planteaban los científicos, acerca de la naturaleza del lenguaje, se basaban en que este era desarrollado y posteriormente potencializado por la sociedad, el caso de Víctor es un gran ejemplo, que nos permite observar como al no tener algún contacto con ningún ser humano, no logró desarrollar un lenguaje articulado, sin embargo, el lenguaje que él había desarrollado se basaba en gritos y gestos, comunicándose a través de estos.

Durante mucho tiempo se ha observado que los niños pequeños gritan, pronuncian diversos tipos de sonidos y los combinan de una manera simple, esto sucede incluso en los primeros seis meses de vida. Tales sonidos carecen de significado y estos son adquiridos de la siguiente manera: los niños producen algún sonido y los padres satisfacen sus necesidades, asociando de esta manera un sonido sin sentido y un hecho externo. Los padres de esta manera ayudan a la diferenciación de sonidos del niño, mediante la satisfacción de las necesidades y los deseos del niño.

De acuerdo con Dale (1992), psicólogo cognitivo, señala que el lenguaje es aprendido con base en principios no aprendidos. El lenguaje es desarrollado por diferenciación progresiva a partir de amplias categorías llamadas clase “pivote” y clase “abierta”, por ejemplo: “**palabras pivote**” con una posición más permanente y “**palabras abiertas**” de uso

menos frecuente y que fácilmente pueden reemplazarse por otras. Por ejemplo, decir “mas” como **palabra pivote** y crear oraciones como "más leche". De ahí se pasa a nombres y a verbos en general y luego a artículos, adjetivos y verbos transitivos e intransitivos.

1.4 Ontogenia del lenguaje

Desde el punto de vista ontogenético el lenguaje tiene su origen en raíces pre-intelectuales, esos balbuceos, gritos y primeras palabras tienen un carácter emocional. Charlotte Bühler, psicóloga del desarrollo, afirma que la función social del lenguaje aparece ya para el primer año, de acuerdo con Vygotsky (1934) quien señala tres puntos básicos en la ontogénesis del lenguaje y sus relaciones con el pensamiento:

1. Ontogénicamente, pensamiento y lenguaje provienen de diferentes raíces.
2. En el desarrollo del lenguaje del niño podemos establecer una etapa pre-intelectual (balbuceos y sonidos sin sentido); en el desarrollo del pensamiento del niño podemos establecer una etapa pre lingüística.
3. Pensamiento y lenguaje siguen líneas separadas pero en un momento de importancia trascendental se unen.

El descubrimiento más importante del estudio genético del pensamiento y el habla, es el hecho de que su relación sufre muchos cambios. El progreso del pensamiento no es paralelo al progreso en el habla. Sus dos curvas de crecimiento se cruzan una y otra vez. Pueden alinearse y correr juntas, incluso fundirse por un tiempo, pero siempre vuelven a

separarse. Vygotsky (1934) menciona que la relación entre el pensamiento y el habla no es inmutable.

En los animales, el lenguaje y el pensamiento brotan de raíces diferentes y se desarrollan en diferentes líneas. Este es un hecho confirmado por los estudios recientes realizados con monos por Köhler (1921) y Yerkes y Lerner (1925). Los experimentos de Köhler, han probado que la aparición en los animales de un intelecto embrionario, es decir, de pensamiento de sentido propio, no está relacionado en modo alguno con el lenguaje.

La invención de los monos, al hacer y usar instrumentos, o al encontrar soluciones para resolver un problema, revelan sin duda alguna un intelecto rudimentario, pertenecen a una fase pre lingüística del desarrollo del pensamiento. En las investigaciones de Köhler (1921), demuestran que el chimpancé presenta un inicio de conducta intelectual idéntica, por su especie y tipo, a la del hombre. Köhler escribe:

“Una gran cantidad de años pasados con chimpancés me llevan a aventurar la opinión de que, además de la ausencia del habla, la principal diferencia entre los antropoides y los seres humanos, incluso los más primitivos, estriba en los límites sumamente estrechos en esta dirección. Así pues, la falta de una inestimable ayuda técnica (el habla) y la gran limitación de los componentes básicos del pensamiento (llamados imágenes) serían las causas que impiden al chimpancé alcanzar ni siquiera los rudimentos de desarrollo cultural” (Köhler, 1973:267).

Encontramos en el chimpancé, un lenguaje relativamente bien desarrollado y en algunos aspectos, la mayoría de ellos fonéticos, idéntico al habla humano. Lo destacable en su lenguaje es que funciona al margen de su intelecto. Köhler (1973), que estudio a los chimpancés durante mucho tiempo en la estación Antropoidea de las Islas Canarias, nos dice:

“Puede darse como positivamente probado que, su gama de fonética es totalmente subjetiva y sólo puede expresar emociones, nunca designar designar o describir objetos” (pp. 305).

Pero la fonética del chimpancé y la humana tienen tantos elementos en común que podemos estar seguros de que la ausencia de un habla semejante a la humana no debe ser periférica. Siguiendo esta línea, Henri Delacroix observó muy acertadamente que los gestos e imitaciones de los monos no tienen ninguna referencia objetiva; es decir, no desempeñan una función de significación (Delacroix, 1924).

En general, estas observaciones confirman la opinión de Wundt de que los gestos indicadores, el primer estadio de desarrollo del habla humana, no aparecen aun en los animales, pero que algunos gestos de los monos son una forma de transición, entre asir y señalar (Wundt, 1900). Se considera este gesto de transición un paso muy importante en el camino de la expresión afectiva pura al lenguaje objetivo.

Por otro lado, Watson (1968) no aceptaría que existe una etapa pre lingüística, en el desarrollo del pensamiento, tal y como lo afirma Vygotsky. Para el campo del conductismo, el pensamiento es considerado un lenguaje interiorizado, para ellos el pensar sería hablar con nosotros mismos, lo cual sin lugar a dudas este es el pensamiento verbal en los adultos.

1.5 Filogenia del lenguaje

En cuanto a la filogénesis del lenguaje, nos encontramos ante un problema, ya que al rastrearlo, esto se torna complejo para rastrearse en el pasado. Una pregunta que se plantea es: ¿Habló el Homo Sapiens? No hay manera de saberlo, ni mucho menos de comprobarlo, pero es altamente probable que sí lo hiciera, porque de lo contrario no hubiera podido hacer lo que hizo. No es necesario que se tratará de un lenguaje altamente articulado como se conoce en la actualidad, pero sí de una comunicación simbólica, superior a la que muestran los animales hoy en día. Esto nos lleva a considerar, que la cuna del lenguaje se perdió al momento de que nuestros antepasados desaparecieron (Ardila, 1970).

Sin embargo, hay una cantidad de cosas que se saben del origen filogenético, como por ejemplo que el lenguaje hablado precedió al lenguaje escrito, por muchos miles de años, el hombre primero hablo y luego escribió. Por mucho tiempo las tradiciones se transmitieron de boca a boca, sin escribirse, sujetas a grandes inexactitudes y sujetas a la memoria humana, de esta manera es fácil convertir al hombre en dioses o en gigantes, así como simplificar los hechos o complicarlos.

Ardila (1970) menciona que al estudiar el origen filogenético del lenguaje se le da gran importancia al lenguaje animal. Sin embargo, la mayoría de los psicólogos está de acuerdo en que los animales no hablan, por lo que se remiten a que estos tienen otras maneras de comunicación, verbales y no verbales. ¿Sería posible pasar de los sonidos producidos por los animales a la organización coherente de los seres humanos? Los especialistas no están de acuerdo en este punto. Se han postulado tres teorías de la filogenia del lenguaje.

1. *Teoría onomatopéyica*: El hombre imita los sonidos del alrededor, de la naturaleza, los animales y de esta manera se origina el lenguaje.
2. *Teoría de las exclamaciones*: El hombre emite sonidos que expresan emociones, como hacen los animales y estos sonidos con el tiempo pasan a organizarse y dan origen al lenguaje.
3. *Teoría de la imitación de formas y movimientos*: Por medio de los órganos de la fonación el hombre imita la forma y movimientos de las cosas de la naturaleza.

Seguramente estas tres teorías poseen parte de verdad, aunque a su vez presentan puntos débiles, ya que la mayoría de psicólogos rechazan la teoría onomatopéyica, haciendo menos su validez. Por otro lado, Dingwall (1977) en su revisión sobre este tema, menciona que la filogénesis del lenguaje puede dividirse en cuatro sistemas que implican una organización jerárquica con relaciones subordinadas, supraordinales o análogas según el caso pero con orígenes, y sustratos neurológicos totalmente diferenciados uno de otro. Cada sistema emergió en tiempos distintos respondiendo a necesidades adaptativas diferentes.

1. Sistema Afectivo de Comunicación que daría cuenta de la comunicación no humana en primates, y de porciones de paralenguaje humano, es decir, donde

se hace al componente vocal de un discurso, una vez que le hemos eliminado su contenido. No es importante el qué se dice, sino la manera en que se dice.

2. Sistema de Aprendizaje Vocal y de Imitación controlado a nivel de corteza en parte y del tallo cerebral, y con dos modalidades de respuesta: vocal y vocal-auditivo. Ejemplos: El síndrome de Aislamiento del Área del Habla en humanos, aprendizaje vocal en aves, e imitación.

3. Sistema de Comunicación Volitivo Gestual, presente en la comunicación manual posible en primates, y en donde los gestos pueden ser de carácter auditivo, visual o táctil, regulado por la neocorteza en relación con el sistema motor que a su vez tiene relaciones subcorticales.

4. Sistemas de Comunicación Humanos, específicos de la especie en donde están involucrados niveles subcorticales y en gran parte la corteza que los organiza; de adquisición relativamente reciente, y que significan un salto cualitativo en la evolución de los sistemas de comunicación propositiva.

Si se analiza en detalle el lenguaje humano vemos que se requiere que se grabe en el cerebro, la relación entre un sonido, los movimientos de los músculos de la fonación, la imagen del objeto y las consecuencias del sonido emitido. Es posible afirmar que el hombre primitivo emitía gritos semejantes a los de los monos y que estos fueron ligándose a las

imágenes de los objetos. En un momento, al expresarse las emociones, estas se convirtieron en un medio de designar intencionalmente los objetos, es en este momento cuando nace el lenguaje humano.

La evolución del lenguaje va paralela a la evolución del hombre, al igual que esta pudo haber durado millones de años. Ardila (1970) refiere que se pueden separar dos etapas principales en la formación del lenguaje:

1. *Lenguaje inarticulado*: En esta etapa no había unidades fonéticas claramente diferenciadas sino sonidos difusos. Según autores esta etapa duro 800,000 años. De forma gradual, las señales fonéticas adquirieron un carácter consciente e intencionado. Los ademanes servían para indicar las acciones a realizar. A través de las señales fonéticas y los ademanes el hombre logró comunicar sus pensamientos.
2. *Lenguaje articulado*: Comienza con el hombre de Cromagnon, en esta etapa ya existe más diferenciación fonética, aparecen las palabras aisladas y más tarde las palabras entrelazadas, al principio las palabras tenían un significado más concreto, pero con el paso del tiempo se fueron haciendo más abstractas, además de hacer una separación de las cosas que representaban.

Una vez que el hombre desarrollo procesos psicológicos superiores, como el lenguaje, éste le permitía clasificar y asimilar su experiencia del medio. El lenguaje actúa en dos niveles, por un lado permite la aprehensión de la realidad y por otro, crea un pensamiento. El

pensamiento es expresado a través de la lengua, entendiéndose la lengua no solo como la capacidad de articular sonidos mediante los aparatos de fonación, cuyo proceso físico es el habla, sino la lengua como la capacidad de articular significados.

1.6 El signo y su significado: mediador en las relaciones humanas

Una vez que el lenguaje ya se había establecido como medio de comunicación entre el hombre y sus iguales, tuvieron que pasar cientos de años en lograr plasmar ese lenguaje en signos. Dentro de las representaciones gráficas, tenemos el signo que dio un gran paso cualitativo en la transformación del hombre y sus relaciones, podemos encontrar el lenguaje escrito, diferentes formas de numeración y computo, dispositivos mnemotécnicos, simbolismo algebraico, obras de arte, diagramas, mapas, etc...

Vygotsky aborda el signo desde dos dimensiones, como estímulo intermedio y como mediador social. En el primer caso, el signo es un evento o suceso que se intercala entre el estímulo y la respuesta correspondiente. Vygotsky sustenta esta afirmación en el clásico esquema E-R propuesto por Pavlov, a quien refiere permanentemente en sus trabajos. El ejemplo más ilustrativo de este esquema es el caso de la campanita con el perro o de cualquier otro evento que genere una respuesta de escape. La señal advierte, tanto a animales como a humanos, sobre la presencia de un peligro inminente ante el cual reaccionan apropiadamente (Gutiérrez, Ball y Márquez, 2008).

La creación y utilización de signos, funge como método auxiliar para resolver un problema psicológico determinado, como recordar, comparar algo, relatar cosas, selección

de algo y se considera un proceso análogo a la creación y utilización de instrumentos en que al aspecto psicológico se refiere. Para Vygotsky (1979) en su obra *Los procesos psicológicos superiores*, el signo actúa como instrumento de actividad psicológica, así como una herramienta lo hace en el trabajo.

Vygotsky le atribuye a éste una condición activa a la hora de interpretar las señales, hecho que lo distingue de las demás especies animales quienes las obedecen bajo una condición que él denomina pasiva. Las señales, para la actividad psicológica, se convierten en signos desde el momento en que no se remiten a ser meras señales naturales “aprehendidas por la experiencia sino por señales no naturales, inventadas intencionadamente”. No se trata ahora de señales sino de signos, a los que Vygotsky define como “estímulos-medio artificiales introducidos por el hombre” (Perinat, 2006:24). Bajo esta perspectiva, los signos son herramientas creadas por las personas para regular su propio comportamiento y el de las demás.

En este sentido, el signo exige de parte del receptor una elaboración cognitiva de dimensiones complejas, es decir, para que un signo pueda ser reconocido y aceptado como tal supone la interpretación o atribución de significado por parte de un receptor. En otras palabras, la creación de un signo presume la presencia de otro capaz de comprenderlo. Desde la dimensión del signo como mediador social, Vygotski (1979) expresa que en la creación del mismo, éste es empleado como una herramienta cuyo propósito es esencialmente el de establecer la comunicación a través de las relaciones sociales.

En este sentido, el signo se convierte en un instrumento para mediar en la conducta, las creencias y las percepciones del otro, en un primer momento. Más adelante, Vygotsky

(1979) afirma que más allá de influenciar la conducta de los demás, el signo adquiere la peculiaridad de ser un instrumento que transforma al sujeto mismo. Aquí nos habla de la interiorización del signo lingüístico, esto es, el proceso a través del cual algunos aspectos de la cultura compartidos en el plano externo (interpsicológico) que son mediatizados semióticamente, son incorporados en el plano interno (intrapsicológico).

El lenguaje, en la construcción de significado, cobra gran importancia desde la óptica de Vygotsky, ya que éste representa un signo por excelencia, aquel que abre la brecha hacia la construcción de los procesos más íntimos de la persona individual y social: la conciencia. De modo que los procesos de construcción de esta conciencia, materializada en las representaciones psicológicas del sujeto –y gracias al lenguaje y a las prácticas sociales en que éste se desarrolla– da cuenta de las explicaciones del mundo, de las predicciones y comprensiones que establece la persona en contextos específicos dentro de prácticas socialmente validadas.

En este sentido, Arbeláez (2002) expresa que “... *comprender las representaciones de un sujeto implica adentrarse en su epistemología personal, en sus creencias, en sus teorías implícitas y en las representaciones sociales del contexto en el cual las ha construido y se ha construido*” (p. 3). De este enunciado podemos inferir cómo el empleo del lenguaje dentro de contextos culturales específicos sirve de sustrato para la interiorización del signo.

El lenguaje ha permitido que las personas se comuniquen entre sí, su evolución ocurrió a través de una transición que le tomó miles de años. Desde las cavernas se ha utilizado todo lo que se encontraba al alrededor para crear sistemas comunicativos con los

que poder interactuar, compartir y salvaguardar el conocimiento y poder avanzar como sociedad.

Un concepto sobre el que se asienta la Historia de la Humanidad. Sin comunicación no hubiera sido posible alcanzar la primera posición en cuanto a la supervivencia se refiere. Es esta habilidad la que ha permitido avanzar y llegar al punto de desarrollo tecnológico, la introducción de nuevas tecnologías modificó la lectura, el modo de vivir y de entender la realidad y la intervención sobre ella. Es la modificación cultural introducida por los nuevos medios de comunicación.

La capacidad que se tiene hoy de hacer llegar nuestros mensajes a largas distancias en forma instantánea, a través de la televisión, la radio, el teléfono, la computadora o el fax, transmitiendo casi simultáneamente datos e informaciones, es familiar que hasta se actúa con indiferencia ante ellos. Pero en la actualidad, con el advenimiento de la era digital, una nueva manera de comunicación se ha creado.

2. LA ERA DIGITAL

2.1 De lo analógico a lo digital

Julio Verne en el año 1863 escribió la novela “*París en el siglo XX*”, la cual fue encontrada y publicada hasta el año 1994. En dicha novela hace alusión a: “la fototelegrafía permitía enviar cualquier tipo de escrito, firma o ilustración, o cualquier contrato para ser firmado, a una distancia de 20 mil kilómetros. Todas las casas estaban cableadas” (Verne, 1994). A más de 130 años, se puede decir que la fototelegrafía a la que se refería ahora es conocida como fax y efectivamente las casas están cableadas. Julio Verne tuvo una imaginación literaria muy visionaria para su época.

A lo largo de la historia, las revoluciones tecnológicas e industriales han desempeñado un papel crucial influyendo en el desarrollo de la sociedad y de sus individuos. En el siglo XIX, la Revolución Industrial marcó el devenir del hombre entendido como entidad social y cultural. La llegada de la era digital y, con ella, las nuevas tecnologías, ha generado un crecimiento tecnológico sin precedentes, motivando que en determinados ámbitos se hable de Segunda Revolución Industrial.

Esta era tecnológica no sólo ha favorecido una mejora en la calidad de los servicios, sino un aumento espectacular en la diversidad de los mismos. Así, la implementación de estas nuevas tecnologías se está manifestando sobre lo que se ha llamado sociedad industrial, dando lugar a lo que actualmente conocemos como sociedad de la información o del conocimiento (Franco, 2005). Las técnicas implantadas por esta nueva etapa digital

constituyen un conjunto de tecnologías cuyas aplicaciones abren un amplio abanico de posibilidades a la comunicación humana.

En la actualidad se puede ver el avance que se ha tenido en cuanto a las nuevas tecnologías y en específico, de la comunicación. Uno de los autores que plantea este avance es Negroponte (1995), fundador del Media-Laboratorio del Instituto Tecnológico de Massachusetts (MIT), un laboratorio creado en el año 1985 y que cuenta con una inversión millonaria para la investigación de tecnología de la comunicación: diseño de interfaces, inteligencia artificial, así como la aplicación de dicha tecnología a los campos del entretenimiento y la educación, entre otros temas.

Negroponte (1995) en su obra *Ser digital* parte de la premisa de que día a día se observa el incremento del uso de dispositivos digitales, no sólo en instituciones educativas, negocios o empresas, sino también en los hogares, pero aun así no hay suficientes dispositivos digitales en manos de aquellos que necesitan comprender esta cultura ya existente; mucha gente se preocupa por la división social entre los “informados” y los “desinformados”, los ricos y los pobres en información, el primer y el tercer mundo, pero la división cultural real que se produce es de tipo generacional.

Los niños conocen y dominan más este nuevo mundo de dispositivos digitales que los adultos; de aquellas computadoras gigantes pertenecientes a la primera generación, ahora los dispositivos digitales están en la vida cotidiana y se observa cada vez más su miniaturización. A causa de lo anterior, el autor considera necesario proporcionar información referente tanto a la teoría y equipamiento como al estilo de vida digital, pues en el futuro muchos de los valores de las redes electrónicas permitirán que nos relacionemos en forma de comunidades

digitales, en las que el espacio físico será irrelevante y el tiempo desempeñará un papel diferente.

Pero ¿a qué denomina el autor ser digital? En esta obra hace dos grandes divisiones: los átomos y los bits. La mayor parte de la información nos llega por átomos: diarios, revistas, libros, videocasetes, compactos, cd-roms, es decir, en material físico, con peso y volumen que recorre generalmente grandes distancias hasta llegar al usuario, y en ocasiones involucra aduanas, embalajes, tratos inadecuados. En cambio un bit (un 0 o un 1) o, mejor dicho, una cadena de bits, es una representación numérica; es el elemento básico de la computación digital.

Para Negroponte (1995) digitalizar una señal significa hacer una réplica exacta de un sonido, una imagen, un color, entre otros, pero en cadenas de bits, lo cual, además de ser más económico, posee una óptima calidad. Sólo que estos bits viajan por dispositivos como cables o fibras ópticas hasta llegar por ejemplo a la computadora de un hogar, la terminal de un banco, un teléfono celular, internet. El planteamiento principal del autor contempla que, conforme los medios de comunicación se vayan digitalizando, se observará que los bits se combinan sin esfuerzo; se pueden entremezclar y reutilizar.

Por ello la mezcla de audio, video y datos se denomina “multimedia”. A partir de la digitalización, aparecerán nuevos contenidos, nuevos competidores, nuevos modelos económicos y, probablemente, una nueva industria integrada por proveedores de información y de entretenimiento. Otro reto es que en el futuro los dispositivos digitales conozcan a su usuario, que aprendan a detectar sus necesidades y a comprender su lenguaje verbal y no

verbal. Y es que el usuario no desea manejar dispositivos digitales muy complicados con demasiadas funciones: la pretensión del individuo es comunicarse.

El autor plantea que se está pasando de la era de la información a la era de la postinformación. En la primera, los medios masivos se volvieron a un mismo tiempo más grandes en cuanto a audiencia y más pequeños debido a la segmentación o especialización de los mensajes. En la era de la postinformación se tendrá un público unipersonal. Todo se hará según lo solicitado y la información estará personalizada al máximo.

La televisión y la radio del futuro serán emitidas asincrónicamente, es decir, con carácter diferido, y un dispositivo digital en el receptor extremo almacenará lo que el individuo podrá consumir en algún momento. La era de la postinformación tiene que ver con la relación a través del tiempo y del espacio: “dispositivos digitales” (Negroponte, 1995) que comprenden al individuo con el mismo grado de sutileza que esperamos de otro ser humano, anulando las limitaciones geográficas. La vida digitalizada nos hará cada vez más independientes del hecho de tener que estar en un lugar específico, a una hora determinada.

Tal es el caso del uso de correo electrónico, pues no se necesita saber en dónde está una persona, o dónde lee su correo; lo que interesa es que el mensaje le llegue a su dirección virtual, no a una habitación o lugar determinados. De tal manera, estas herramientas, utilizadas a través del uso de dispositivos digitales, le dan al individuo la libertad de consultarlos cuando quiera y en donde quiera.

La tecnología digital podrá ser la fuerza natural que impulse a los hombres hacia una mayor armonía mundial. Pero todo tiene aspectos en pro y en contra, y estar digitalizado no

es la excepción. Negroponte (1995) contempla un mañana en el que se sufrirá de vandalismo digital, piratería del software, robo de datos, desempleo a causa de la computarización. Al no conocer fronteras, los bits no saben de límites geopolíticos. Los individuos irán perdiendo sus derechos privados.

Entre la clasificación de tecnofóbicos (aquellos que consideran a estas tecnologías como nefastas para la sociedad) y tecnofílicos (aquellos que ven en las nuevas tecnologías alternativas para el impulso y desarrollo de la sociedad), podríamos catalogar al autor en la segunda categoría. En conclusión, Negroponte (1995) presenta al lector una actualización de lo que está sucediendo en el área de la tecnología de la información, y además un amplio panorama sobre cómo ésta se pueden utilizar; hacia dónde dirigir algunas investigaciones y bosqueja cómo podría ser el futuro con su uso y vislumbrar los cambios que de ella emanen en relación con la comunidad y su modelo social.

Para Larrégola (1998) la práctica total de las tecnologías entran en relación con la industria de los ordenadores y, por tanto, con el lenguaje binario. Esto provoca que todas las industrias que usan un mismo lenguaje en común tomen contacto y reúnan resultados. La influencia ejercida por los medios informáticos en todos los procesos y fases de la comunicación de los medios actuales abarca el registro, la manipulación, el almacenamiento y la distribución de la información, ya sea en forma de textos, imágenes fijas o en movimiento, sonido o construcciones espaciales. Por consiguiente, igual que la energía fue el motor de la Revolución Industrial, la información es el eje sobre el que gira esta revolución tecnológica.

En el contexto de esta nueva Era Digital, se puede apreciar cómo la convivencia de diferentes tecnologías no sólo determina nuevos avances técnicos, sino que éstos evolucionan hacia nuevas formas y modos. Con la implementación de los sistemas digitales y las nuevas tecnologías de la información ha tenido lugar una redefinición de los medios de comunicación tradicionales. En este contexto de innovación tecnológica encontramos una transformación generalizada de los medios, soportes y canales de información.

El salto de lo analógico al digital no sólo pone de manifiesto una nueva configuración de los medios, sino que lleva implícito un cambio de mentalidad, un giro en los procesos y en los modos. Esta Era Digital abre las puertas a nuevas posibilidades hasta ahora inimaginables. Cada vez más hay espectadores que mientras ven un programa de televisión se conectan al mismo tiempo a su página web. Esta confluencia entre PC y TV consolida la implementación del lenguaje audiovisual como lengua franca de la cultura digital.

Es más, poco a poco va quedando lejos aquella imagen del aparato de televisión y el ordenador por separado. Ahora se está ante contextos y consumidores multiplataforma y multitarea, capaces de ver online un programa de televisión mientras participan activamente en sesiones de chats o interactúan a través de canales específicos de dicho programa en la

Red:

No es tan importante saber si en el futuro se habrán fusionado completamente dando lugar a un nuevo electrodoméstico, sino más bien pensar que la convergencia está operando de un modo diverso: utilizamos distintos aparatos para satisfacer nuestras

necesidades de información, comunicación, educación y ocio, según las circunstancias y las urgencias (Orihuela, 2000:48).

El usuario deja de ser un mero receptor de información, consumidor sedentario de los medios tradicionales, y adopta un papel activo frente una oferta completa y heterogénea de contenidos. Por consiguiente, los nuevos medios diluyen las barreras divisorias de los soportes y los formatos de contenidos constituyendo nuevas realidades mediáticas que sólo tienen sentido en un entorno digital.

2.2 Auge del internet

En la actualidad, el internet es la tecnología decisiva de la era de la información del mismo modo que el motor eléctrico fue el vector de la transformación tecnológica durante la era industrial. Esta red global de redes informáticas, que actualmente operan sobre todo a través de plataformas de comunicaciones inalámbricas, y que a su vez nos proporciona la ubicuidad de una comunicación multimodal e interactiva en cualquier momento y libre de límites espaciales (Castells, 2014).

Internet, en el centro de estas redes de comunicaciones, permite producir, distribuir y utilizar información digitalizada en cualquier formato. Según el estudio publicado por Martin Hilbert en Science (2010), el 95% de toda la información existente en el planeta está digitalizado y en su mayor parte accesible en internet y otras redes informáticas. La velocidad y el alcance de la transformación de las comunicaciones como consecuencia de internet y de

las redes inalámbricas han suscitado diversidad de consideraciones utópicas y antiutópicas en todo el mundo.

Sola Pool (1973) en su libro “*Tecnologías de la libertad*” menciona el potencial de las tecnologías de la información como instrumentos para extender la libertad y muy especialmente la libertad de expresión, así como tecnologías con fácil acceso y a bajo coste. Y en el caso de los medios de comunicación, las tecnologías que permiten que el receptor se convierta en emisor con el fin de participar en el medio podrían considerarse, tecnologías de la revolución del público.

La expansión de internet a partir de mediados de la década de 1990 fue el resultado de la combinación de tres factores principales:

- El descubrimiento de la tecnología de la red (una red es un conjunto de ordenadores que están conectados entre sí a través de cables y comparten información y recursos) de redes, es decir, la World Wide Web, mejor conocida como *WWW*, creada por Tim Berners-Lee y su disposición a distribuir el código fuente para que fuera mejorado por las aportaciones en código abierto de una comunidad global de usuarios, en consonancia con la condición abierta de los protocolos de internet TCP/IP. La red sigue funcionando bajo el mismo principio de código abierto y dos tercios de los servidores de la web operan en Apache, un programa de servidores de código abierto.

- El cambio institucional en la gestión de internet, es decir, que pasa de ser de dominio público a dominio privado, que la sitúa bajo el poco estricto control de la comunidad global de internautas, la privatiza y permite usos comerciales y cooperativos.
- Los cambios significativos en la estructura, la cultura y la conducta social: la comunicación en red como forma predominante de organización, la marcada tendencia al individualismo en el comportamiento social y la cultura de la autonomía imperante en la sociedad red (Sola Pool, 1973: 85).

2.3 Nuevas formas de “conexión”: redes sociales

En nuestra sociedad, la aparición de la tecnología digital, Internet y la web 2.0 han ayudado a introducir una nueva forma de comunicación apoyada en el uso de redes sociales online, definidas éstas como “servicios basados en la web que permiten a sus usuarios relacionarse, compartir información, coordinar acciones y, en general, mantenerse en contacto” (Orihuela, 2008:.2).

Actualmente existe una sociedad red, es decir, una sociedad construida en torno a redes personales y corporativas operadas por dispositivos digitales que permiten la comunicación a través de internet. Y como las redes son globales y no conocen límites, la sociedad red es una sociedad de redes globales. Esta estructura social propia de este momento histórico es el resultado de la interacción entre el paradigma tecnológico emergente basado

en la revolución digital y determinados cambios socioculturales de gran calado (Castells, 2014).

En este sentido, la interacción que ofrece internet se produce por medio de dispositivos digitales a través de las redes sociales, las cuales son espacios en donde las personas publican y comparten todo tipo de información, personal y profesional, con terceras personas, conocidos y absolutos desconocidos”, afirma Celaya (2008). Las redes sociales son espacios virtuales compuestos de grupos de personas, las cuales están conectadas por uno o varios tipos de relaciones como: amistad, parentesco, intereses comunes etc. Existen varios tipos de redes sociales: facebook, twitter, youtube, myspace entre otros.

La aparición de las redes sociales en internet, han llegado a ser parte fundamental de la interacción de millones de personas en el planeta, desplazando de esta manera viejas prácticas sociales y formas de comunicación interpersonal, lo que a su vez genera prácticas y formas de comunicación novedosas que producen a su vez un nuevo lenguaje y medios distintos de socialización, tanto en la esfera social presencial como en la virtual, es decir, una comunicación que se realiza en una realidad construida a partir de sistemas digitales.

Las redes sociales con la ayuda de dispositivos digitales, les permite a las personas crear y mantener nuevas relaciones, chatear y compartir información de cualquier índole (Kolbitsch y Maurer, 2006); en ellas, se concentran grupos de personas que comparten las mismas necesidades y problemáticas y que se organizan para potenciar sus recursos o transmitir información (Espuny, González, Lleixà y Gisbert, 2011).

Desde la puesta en funcionamiento de las redes sociales en 1995 cuando Randy Conrads creó el sitio web “classmates.com” para mantener en contacto a ex compañeros de instituto, se ha producido un gran boom, que ha desembocado en un crecimiento vertiginoso tanto en el número de redes sociales existentes en Internet como en las funcionalidades y aplicaciones puestas a disposición de los usuarios en las mismas. Debido al creciente interés que despiertan las redes sociales circulan por la red numerosos estudios, artículos y reportajes.

No obstante no existe un organismo o entidad que se dedique al estudio de este fenómeno globalmente. En cada país existen diversas organizaciones públicas y privadas que han elaborado sus propios estudios empleando metodología propia por lo que los datos que son publicados en algunos casos no son coincidentes. Debido al creciente interés que despierta en la opinión pública las redes sociales circula por la red un abultado y, cada vez más, creciente volumen de datos en torno a la materia.

Castells (2014) menciona que desde 2002 (año de la creación de Friendster, antecesor de Facebook) se está produciendo una nueva revolución sociotecnológica en internet: la irrupción de redes sociales donde ya están representadas todas las actividades humanas, que incluyen relaciones personales, negocios, trabajo, cultura, comunicación, movimientos sociales y política.

Para Boyd y Ellison, (2007) las redes sociales permiten a los individuos:

1. Crearse un perfil público o semipúblico dentro de un sistema delimitado.

2. Articular una lista de otros usuarios con los que se comparte conexión.
3. Ver y navegar en su lista de conexiones y las del resto de usuarios dentro del sistema.

2.4 Cronología de las redes sociales

La génesis de las redes sociales se encuentra años atrás y ha ido evolucionando considerablemente a través de los años.

- 1971. Se envía el primer correo electrónico, para que esto se lograra con éxito, se colocaron dos ordenadores, los cuales se encontraban uno al lado del otro.
- 1978. Se intercambian BBS (Bulletin Board Systems) a través de líneas telefónicas con otro usuario.
- 1978. Las primeras copias de navegadores de internet se distribuyen a través de la plataforma Usenet.
- 1994. Se funda GeoCities, una de las primeras redes sociales de internet tal y como hoy las conocemos. La idea era que los usuarios crearan su propias páginas web.
- 1995. TheGlobe.com da a sus usuarios la posibilidad de personalizar sus experiencias online publicando su propio contenido e interactuando con otras personas con intereses similares.

- 1995. Un ex estudiante universitario de los Estados Unidos creó una red social en Internet, a la que llamó classmates.com (compañeros de clase.com), justamente para mantener el contacto con sus antiguos compañeros de estudio.
- 1997. Aparece SixDegrees.com (seis grados.com) se genera en realidad el primer sitio de redes sociales, tal y como lo conocemos hoy, que permite crear perfiles de usuarios y listas de “amigos”.
- 1997. Aparece AOL Instant Messenger.
- 1999. Nace MSN Messenger, un cliente de mensajería instantánea que fue muy popular, que además tenía la opción de hacer videoconferencias.
- 1999. Se crea LiveJournal.com, fue uno de los primeros servicios de redes sociales en ofrecer blogs y diarios en línea.
- 2001. Aparece Ryce.com y nace con ella la primera red especializada, en la actualidad está conformada por al menos 500 mil profesionistas.
- 2002. Lanzan el portal Friendster, pionero en la conexión online de “amigos reales”, fue la primera red en tener un sistema inteligente capaz de relacionar a los usuarios de acuerdo a sus gustos.
- 2002. Nace fotolog, red social encargada de compartir fotografías entre usuarios.
- 2002. Nace Last FM, con el objetivo de ser una emisora en línea, pero con el tiempo se convierte en una red social, cuyo objetivo era el compartir música.
- 2003. Se crea LinkedIn, red social encargada de propiciar las relaciones entre profesionistas.

- 2003. Nace MySpace, concebida en un principio clon de “Friendster”, creada por una empresa de marketing online.
- 2003. Se crea MSN Spaces llamado hoy Windows Live Spaces y cuenta con 100 millones de visitantes por mes.
- 2003. Nace Hi5, cuenta hoy en día con 50 millones de cuentas activas.
- 2004. Nace Flickr, red social que funciona compartiendo fotografías.
- 2004. Nace Orkut, red social de Google con gran popularidad en Brasil y La India.
- 2004. Se lanza Facebook, concebida originalmente como una plataforma para conectar a estudiantes universitarios. Su punto de salida tuvo lugar en la Universidad de Harvard y alrededor de 19,500 estudiantes se unieron a ella durante su primer mes de funcionamiento.
- 2005. Nace YouTube, red social en donde se pueden subir y compartir videos.
- 2005. Nace Yahoo 360, la red social de esta empresa que cuenta con servicio de correo electrónico, calendario, fotos, eventos, blogs y música.
- 2005. Nace Bebo, una red muy básica, con el fin de contactar amigos e intercambiar multimedia.
- 2006. Nace Xing, con el fin de agrupar ejecutivos permitiéndoles compartir datos, crear agendas conjuntas y construir discusiones en torno a un tema en común.
- 2006. Se crea Badoo, con el fin de conocer a más personas del mundo.
- 2006. Se inaugura el microblog Twitter.

- 2008. Facebook rebasa en cuentas activas a MySpace y se consagra como la red social más visitada.
- 2009. Lanzamiento de Whatsapp.
- 2011. Lanzan Google +.
- 2011. Facebook tiene 600 millones de usuarios reportados alrededor del mundo, MySpace tiene 250 millones de usuarios y Friendster tiene alrededor de 90 millones.

En la presente investigación las redes sociales que se consideran serán: Facebook, Twitter, YouTube, Whatsapp, se parte de estas redes sociales, ya que son las mayormente utilizadas por las personas y a su vez se identificarán los aspectos positivos y negativos que estas conllevan. Schiller (2002) alude que en noviembre de 2007 las redes sociales superaron por primera vez al correo electrónico en horas de uso. En julio de 2009 ya tenían mayor número de usuarios que el correo electrónico. En septiembre de 2010 se alcanzaron los 1.000 millones de usuarios, la mitad de ellos en Facebook. En 2013 son casi el doble, sobre todo debido a su uso cada vez más extendido en China, India y América Latina. Existe una gran diversidad de redes sociales por países y culturas. Aunque Facebook, creado en 2004 solo para alumnos de Harvard, está presente en casi todo el mundo, QQ, Cyworld y Baidu acaparan el mercado en China; Orkut, en Brasil; Mixi, en Japón, etcétera.

Una encuesta realizada por We Are Social (2017) arroja los siguientes datos: en el mundo hay 2.789 millones de usuarios activos de redes sociales: un 37% de la población mundial. De ellos, un 91% utiliza el móvil para conectarse a las redes sociales. En 2016 Facebook tenía 1.860 millones de usuarios activos cada mes, 500 millones de personas más

que la población de China. Y para junio de 2017, Facebook ha alcanzado los 2.000 millones de usuarios. Desde su nacimiento en 2004 se han hecho más de 2.500.000.000.000 publicaciones en Facebook.

Este gráfico recoge los usuarios activos mensuales en cada red social. El imperio Facebook (que incluye Messenger, WhatsApp e Instagram) sin duda reina en el entorno social. Le siguen 3 redes sociales chinas (QQ, WeChat y QZone). Snapchat ya supera a Twitter en usuarios activos al día: 158 millones vs. 140 millones, según los últimos datos de ambas compañías. Cada día se publican 2.500 millones de snaps.

Asimismo Castells (2014) menciona que en términos demográficos, la edad es el principal factor diferencial en el uso de redes sociales; se observa un descenso en la frecuencia de uso a partir de los 50 años, y más acusado a partir de los 65. Pero no se trata de una actividad exclusiva de adolescentes, aunque si en su mayoría es usada por ellos.

En México, de acuerdo con los resultados que arrojó el citado estudio de la Asociación Mexicana de Internet (AMIPCI) en el 2016, El 50% de la población mexicana que accede al uso de las redes sociales, son hombres así como el 50% son mujeres. El 15% son menores de 13 años, 19% oscila entre las edades de 13 a 18 años, el 17% oscila entre las edades de 19 a 24 años, el 20% oscila entre las edades de 25 a 34 años, el 15% oscila entre las edades de 35 años a 44 años, el 9% oscila entre las edades de 45 años a 55 años y el 5% es utilizado por personas mayores a los 55 años de edad.

En cuanto al tiempo de conexión, arrojó que de las 24 horas del día, hay un promedio de conexión de 7 horas y 14 minutos. El hogar es el lugar por excelencia en donde se conectan 87%, seguido por cualquier dispositivo móvil 52%, trabajo 38%, escuela 28%, lugares públicos 25%, cibercafé 14%, otros 1%. Hablando de los dispositivos móviles, por los que se conectan se estima que el 77% lo hace a través de smartphones, el 69% por medio de laptops, 50% en pc's de escritorio, 45% en tabletas electrónicas, 23% en aparatos electrónicos, 19% en consolas de videojuegos y el 12% en otros dispositivos móviles.

En cuanto a los datos relativos al uso de las redes sociales por internautas mexicanos, tema abordado en la segunda parte del estudio, la AMIPCI ofreció la siguiente información: el 79% de la población accede a las redes sociales, el 70% enviar/recibir mails, el 68% enviar/recibir mensajes instantáneos, 64% búsqueda de información, 52% ver películas, 52% escuchar música, 43% llamadas por internet o jugar en línea, 36% comprar en línea, 35% descargar películas/música, 25% hacer cursos en línea y 22% búsqueda de trabajo.

2.5 Redes sociales más usadas

En cuanto al uso de las principales redes sociales, éstos fueron los resultados obtenidos AMIPCI (2016):

1. **Facebook:** Del total de internautas en México que acceden a redes sociales, 96% están inscritos a Facebook; además 93% acceden diariamente a esa red y 56% lo hacen a través de un teléfono inteligente o smarthphone. En cuanto al género de los usuarios, 55% de los usuarios de Facebook en México son mujeres y 45% hombres.

2. **Twitter:** Del total de internautas que acceden a redes sociales, 69% están inscritos a Twitter; 66% acceden diariamente a esa red y 55% lo hacen a través de un teléfono inteligente. Además, 56% de los usuarios de Twitter en México son mujeres y 44% son hombres.

3. **YouTube:** Del total de internautas que acceden a redes sociales, 65% están inscritos a YouTube –la AMIPCI la considera red social-; 66% acceden diariamente a esa red y 44% lo hacen a través de un teléfono inteligente. En cuanto al género de los usuarios de YouTube en México, 55 son mujeres y 45% hombres.

4. **Google+:** Del total de internautas que acceden a redes sociales, 57% están inscritos a Google+; 56 % acceden diariamente a esa red y 33% lo hace a través de un teléfono inteligente. Además 52% de los usuarios de Google+ en México son mujeres y 48% hombres.

5. **LinkedIn:** Del total de internautas que acceden a redes sociales, 38% están inscritos a LinkedIn; 27% acceden diariamente a esa red y 31% lo hace a través de un teléfono inteligente. Además, 52% de los usuarios de LinkedIn en México son mujeres y 48% hombres.

A pesar de que casi la mitad de los usuarios de Internet son jóvenes entre 12 y 24 años de edad, y si consideramos a la totalidad de menores de 25 años, definitivamente son mayoría, la información que ofrecen los principales estudios sobre la penetración de Internet en México es sumamente limitada. Se asume que los jóvenes son los principales usuarios de las redes sociales. Sin embargo, resulta indispensable realizar un estudio efectivamente nacional que permita profundizar en los usos y apropiaciones de Internet en jóvenes mexicanos (Rubio Gil, 2009).

Como ha señalado, Arenas (2010) los estilos de vida, los grupos de referencia y las expectativas imperantes coinciden con los valores propios de la juventud. La gestación y el desarrollo de movimientos sociales y culturales juveniles a través de Internet confirman un hecho social total que no puede ser tratado como un medio de comunicación únicamente, sino que se manifiesta como una relación social plena e internacional. La era digital ha cambiado las vidas de las personas de forma imprevisible y hasta inimaginable contando con ciertos efectos positivos y negativos, desde la producción de conocimiento hasta la afectación a la salud y a la conducta de las personas.

Como bien se ha mencionado, el salto de lo analógico a lo digital ha cambiado la manera de comunicarse entre las personas, lo que trae consigo cambios en las conductas y pensamientos de las personas. La Era Digital dio apertura a posibilidades inimaginables, dando un gran salto de la televisión al uso de computadoras portátiles, del teléfono a celulares móviles. Con la llegada de la era digital y el internet, la comunicación dio un gran giro, creando una nueva manera de comunicarse entre las personas, a través de las redes sociales, que trajeron consigo implicaciones positivas y negativas.

3. IMPLICACIONES DEL USO DE LAS REDES SOCIALES

La finalidad de las redes sociales es permitir a las personas relacionarse rompiendo barreras de distancia, mantenerse comunicados con familiares o amigos, conocer nuevas personas, compartir contenido y crear comunidades con intereses similares, o como una herramienta que transforma a las personas en receptores y en productores de contenidos. Pero a su vez muestra ciertas implicaciones, de manera positiva y negativa que a continuación se analizarán en función de lo psicológico, lo social, individual así como en el campo de la salud.

3.1 Aspectos positivos de su uso

Los aspectos positivos del uso de las redes sociales, se definen como todos aquellos aspectos que causan una mejoría en las personas ya sea de manera psicológica, social o en el ámbito de la salud. En la actualidad las redes sociales en Internet, son esquemas que permiten a las personas encontrar un punto de interés común para compartir contenidos en diversos formatos de comunicación y establecer relaciones interpersonales, tener una comunicación instantánea, así como la organización masiva de eventos con grandes multitudes de gente, además de permitir estar al pendiente de las noticias que suceden en el momento.

Siguiendo esta línea, la tecnología y el uso de las redes sociales están ganando muchos adeptos y son cada vez mayores las cifras de adolescentes que son miembros de cualquiera de las redes sociales existentes hoy en día, se destacan ventajas tomando en cuenta el uso no excesivo de las mismas, que según Rosen (2013), son varias entre las más importantes se

encuentran el ahorro de tiempo y costos, además de que acortan distancias, el hecho de que sea una herramienta tecnológica nos permite estar en comunicación con familiares y amigos.

Es un hecho que entre los jóvenes y adolescentes se ha incrementado notablemente el uso de las redes sociales y cuando estas son empleadas, pueden existir ciertas ventajas o desventajas, estas se traducen en la posibilidad de interactuar con otras personas, ser parte de un determinado grupo, compartir intereses y necesidades, romper con la barrera del aislamiento y permiten la igualdad y pluralidad.

Estos datos vienen a corroborar los aportados por Sánchez y Aguaded (2002) destacan que la red, hablando en términos de Internet, no sólo pretende desarrollar un sistema de comunicación para transmitir determinados conocimientos, sino que también contempla una comunicación para relacionarse. De este modo, los jóvenes hacen el uso de internet para conectarse a las redes sociales, que es donde encuentran más placer para relacionarse con más personas.

Tal y como Conde, Torres y Ruiz, (2002) lo mencionan, en adolescentes y jóvenes el uso más frecuente es de carácter placentero y no instrumental, predominando las aplicaciones del Messenger, las redes sociales y las webs de entretenimiento. Además, los autores mencionan la existencia de diferencias significativas en el uso de las tecnologías según el género; así, las mujeres usan Internet para comunicarse con mayor probabilidad que los varones y ellos visitan más sitios webs y juegan más online que ellas.

Aranda, Sánchez-Navarro y Tabernero, (2009) realizaron una encuesta dirigida a población española de entre 12 y 18 años, así como observaciones cualitativas de diversos

grupos de discusión, sobre el uso de internet como medio de obtención de información útil para la vida cotidiana, que se desarrolla en dos ámbitos: el ocio y la educación formal. Los datos muestran una juventud que utiliza internet en entornos informales y privados y en menor medida en espacios educativos formales.

Este grupo de población, utiliza el internet y en la medida en que la información que se encuentra es útil para la sociabilidad y el ocio, mientras que sus beneficios en los estudios se dan por hechos, es decir que su uso es fructífero. Por último, se encontró que los dos servicios más utilizados para la sociabilidad por los jóvenes son las redes sociales (Facebook) y la mensajería instantánea (WhatsApp), dado que una de las funciones principales atribuidas a las redes sociales es pasar el rato comentando en grupo la información que encuentran en los perfiles de sus contactos. Saber qué hacen los amigos y amigas es, precisamente, la información útil para la vida cotidiana que los jóvenes consumen en las redes sociales que utilizan.

Cabe destacar que los jóvenes separan los dos contextos fundamentales de su cotidianidad –el ocio y la educación formal– valorando de forma diferente la información que usan en cada uno de ellos. En el caso de la educación formal, el uso que hacen de internet ilustra formas características de búsqueda, valoración y utilización de la información, basadas en el sentido común, el prestigio de la fuente y la repetición. En su uso de la información orientada al ocio y la sociabilidad, los jóvenes se dotan de protocolos y códigos propios, contruidos sobre una competencia tecnológica obtenida a partir de un proceso de aprendizaje no formal.

Con el advenimiento de la era digital, Pérez (2011) menciona que se ha propiciado la aparición de las redes sociales, en relación con la situación académica, el lugar de trabajo, la región geográfica, sus intereses, aficiones, gustos, entre otros, el autor destaca las siguientes ventajas:

- “Permite el establecimiento de lazos y relaciones con personas que comparten los mismos intereses, preocupaciones y necesidades, así como la actualización permanente de los contactos a diferencia del servicio de correo electrónico.
- Con respecto al sector laboral y académico no se han quedado atrás, diversas experiencias innovadoras se reflejan en estas redes.
- Los empresarios que hacen uso de estas redes, han demostrado un nivel de eficiencia y un acertado trabajo en equipo, consolidando proyectos de gestión del conocimiento.
- Movimientos masivos de solidaridad, se han visto impulsados y en funcionamiento” pp, 35.

Por otro lado, Arab y Díaz (2014) señalan otros aspectos positivos que se han encontrado con el uso de las redes sociales (Facebook, YouTube) es que muestra beneficios en pacientes con trauma cerebral que reciben rehabilitación, quienes desarrollan mejores estrategias compensatorias en comparación aquellos pacientes que son rehabilitados tradicionalmente. Los autores continúan mencionando que con el uso de estas redes sociales, se estimula un mayor número de regiones cerebrales, aumenta la memoria de trabajo, produce una mayor capacidad de aprendizaje perceptual y permite hacer frente a varios estímulos de manera simultánea.

Gehl, Mandrekar, Lepore, Hanna, Osten y Beaulieu (2009) publicaron un estudio en donde examinaron el efecto de la rehabilitación cognitiva basada en Internet en personas con problemas de memoria después de una lesión cerebral traumática grave, el objetivo fue examinar si la rehabilitación cognitiva entregada a través de Internet se asoció con mejoras en el funcionamiento. Un total de 14 personas con lesión cerebral traumática documentada médicamente completaron este estudio. Los participantes completaron 30 sesiones de una intervención de adquisición de calendario activa y 30 sesiones de una intervención de diario de control en un diseño de estudio cruzado para un total de 60 sesiones en línea. Todas las sesiones se completaron utilizando un sistema de mensajería instantánea a través de Internet. Las medidas de funcionamiento cognitivo, las calificaciones de la memoria y el estado de ánimo y la frecuencia de uso de la memoria común y las técnicas de compensación cognitiva se obtuvieron de los participantes y miembros de la familia.

En el estudio no hubo diferencias significativas entre las condiciones activas y de control en la medida de resultado primaria del funcionamiento de la memoria. Sin embargo, se observaron mejoras significativas en el uso de estrategias compensatorias, así como informes familiares de mejor memoria y estado de ánimo después de la finalización de todas las sesiones. Las personas con menos uso de estrategias compensatorias al inicio fueron significativamente menos propensas a completar el estudio. Estos resultados sugieren que Internet puede ser un mecanismo efectivo de entrega para la rehabilitación cognitiva compensatoria, particularmente entre individuos que ya están utilizando algunas estrategias compensatorias básicas.

Otros beneficios que se suman, es la facilidad para acceder a cualquier hora del día, los bajos costes, la eliminación de barreras, la respuesta rápida y recompensas inmediatas o el acceso a una cantidad de información más heterogénea y variada, hacen de estos espacios virtuales sitios muy atractivos, que pueden hacer de este medio, un espacio ideal para diferentes colectivos de jóvenes (SánchezNavarro y Aranda, 2011)

Este puede ser el caso de los jóvenes con discapacidad motora, puesto que la red es un espacio que elimina las barreras geográficas y que en alguna manera, puede anular o mitigar las barreras derivadas de sus limitaciones físicas y de esta forma, fomentar el desarrollo y mantenimiento de relaciones sociales. Suriá (2012) señala en los últimos años, las redes sociales online han introducido profundos cambios en nuestro entorno y en los modos de relacionarnos con los demás que esto es frecuente en multitud de jóvenes, puede potenciarse más en los jóvenes con movilidad reducida derivada de una discapacidad.

La autora realizó un estudio donde participaron 68 jóvenes con discapacidad motora, (42.6% mujeres y 57.4% varones), con edades comprendidas entre los 18 y 35 años, los cuales fueron divididos en dos grupos según la edad (entre 18 y 25 y entre 26 y 35) con respecto a la ocupación, el 33.8% eran estudiantes, el 19.1% estaban en situación laboral activa y el 47.1% indicó que no estaba ni estudiando ni trabajando en ese momento. El objetivo de dicho estudio, fue examinar la opinión que tienen los jóvenes con discapacidad motora sobre las relaciones de amistad que mantienen a través de las redes online así como la percepción sobre éstas para mejorar sus habilidades sociales

El instrumento empleado fue un cuestionario elaborado y validado para el estudio, el cual estaba formado por dos bloques. Dicho instrumento está formado por un bloque de cuestiones sociodemográficas. La segunda parte del instrumento consta de una escala tipo Likert de cinco puntos, desde 1 = nada a 5 = mucho), enfocado a conocer la frecuencia de uso de las redes online y sobre la utilización que hacen de las redes sociales en sus relaciones sociales.

Los resultados reflejaron los datos sobre el uso y preferencia hacia las redes sociales que tienen los jóvenes sin discapacidad, sin embargo, y aunque es evidente que estos espacios son utilizados por usuarios sin ningún tipo de discapacidad, para algunos jóvenes con características específicas, como vivir con movilidad reducida puede significar un recurso especialmente útil a la hora de aportarles la posibilidad de reducir sus limitaciones e incrementar las vías de interacción; por ende la mayoría está bastante de acuerdo en relacionarse con amigos que conocen a través de la red.

Algunos usuarios se sienten mucho más cómodos usando una red social como Facebook, ya que afirman que este medio les ofrece unas ventajas que no obtienen en las relaciones cara a cara. De esta forma, ello sugiere que muchos de los usuarios encuentran en estas redes unos espacios ideales para relacionarse y mantener vínculos profundos.

Los estereotipos y modas que marca la sociedad alejan mucho a las personas con discapacidad física de los cánones de lo atractivo, esto sobre todo, se potencia más en la mujer. Por ejemplo, en toda situación “cara a cara” están presentes de manera implícita

determinados condicionantes sociales acerca de cómo “deben ser” las personas. Ciertos ideales estéticos determinan, en cierto modo, como debe ser nuestro aspecto.

Esto especialmente afecta a las mujeres de edades jóvenes. Sin embargo, esto desaparece en la red social Facebook, donde todo se limita a lo escrito y no existe la presencia (física) del otro. Al no existir la influencia que proporciona la imagen física, podemos establecer una relación con el otro sin verlo y escribir sobre nosotros mismos sin que nuestra conversación quede marcada por nuestro aspecto (Hartley, 2002), actuando la red como un espacio liberador en el que poder expresarse sin temor a ser juzgada la imagen.

Al examinar si influye la edad se encontró que el grupo de mayor edad utiliza más las redes para relacionarse con amigos exclusivamente de la red, mientras que los más jóvenes, lo hacen en mayor medida para mantener contacto con sus amigos de su grupo social tradicional. Sin embargo, conforme avanza la edad, es más habitual realizar otras actividades desvinculadas del mundo académico con ello, no ser necesario tener que mantener un contacto tan frecuente con los compañeros.

Aunque se encontraron diferencias significativas en función del género, edad y ocupación, en la mayoría de jóvenes se percibe una alta motivación en el uso de estos espacios para sus relaciones personales. Asimismo, valoran las redes para mejorar sus habilidades sociales. Ello sugiere la importancia que tienen para los jóvenes con discapacidad física las redes sociales online en sus relaciones sociales, a la vez que podrían servir como ayuda en los programas dirigidos a fomentar la integración social.

Siguiendo esta línea, algunos autores confirman que el uso de las redes sociales (Carballo, Pérez-Jover, Espada, Orgilés y Piqueras, 2012); tales como Facebook, WhatsApp, Twitter tiene un efecto positivo que puede reportar el uso de estas redes virtuales, puesto que al ser un espacio deshinibidor para aquellas personas que tienen problemas para interaccionar “cara a cara”, (ej. si se tienen problemas para hacer amigos, para iniciar conversaciones, temor a las críticas o a lo que puedan pensar de uno o problemas de baja autoestima), podrían ser ideales al posibilitar a los jóvenes más alternativas para interaccionar con otros usuarios y con dicha interacción, mayor oportunidad de poner en práctica sus habilidades sociales.

Entre las diversas definiciones de las Habilidades Sociales, cabe destacar la de Caballo (1993) según este autor la conducta socialmente habilidosa es “ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación inmediata, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas”.

Otro beneficio que traen consigo las redes sociales, es la utilización de estas por parte de personas que presentan una discapacidad intelectual, Pegajalar y Colmenero (2014) realizaron un estudio piloto en el que se analiza el uso que hacen los jóvenes con discapacidad intelectual de las redes sociales. Para ello, utilizaron una investigación cuantitativa mediante un diseño descriptivo basado en la técnica de la encuesta (n=75). En dicha muestra el 52%

de los encuestados son varones, frente al 48% que lo componen mujeres; de éstos un 72% tiene una edad comprendida entre los 18 y los 27 años.

El instrumento utilizado en esta investigación, fue un cuestionario, que estaba compuesto por 19 ítems con respuestas dicotómicas (si/no) a través de los cuáles se pregunta a los jóvenes con discapacidad intelectual acerca de las redes sociales que poseen, ya sea Facebook, Twitter y WhatsApp, así como la frecuencia y el uso que hacen de las mismas, lugar desde dónde acceden a estos medios, obstáculos o barreras que encuentran en su utilización así como la existencia o no de malas experiencias vividas a través de estas redes sociales.

Los resultados obtenidos demuestran cómo los encuestados utilizan con frecuencia estas redes sociales (Facebook, Twitter y WhatsApp) para chatear con sus amigos o conocer gente con sus mismos intereses. Del mismo modo, se constata la existencia de relaciones significativas entre la presencia de malas experiencias según el perfil en el que éstos tienen configurada la red social. El uso de estas redes sociales en los jóvenes con discapacidad intelectual resulta ser un hecho bastante positivo, pues se trata de un medio de comunicación que facilita las relaciones sociales de estas personas con el contexto en el que se desenvuelven.

Las redes sociales (Facebook, Twitter, WhatsApp) son herramientas que favorecen las relaciones de comunicación entre las personas con discapacidad. En este sentido, Cobo y Pardo (2007) afirman que las redes sociales se han convertido en poderosos lugares de

interacción entre grupos sociales, que traspasan las barreras del mundo físico al mundo digital, algunos cada vez más especializados, dónde es posible ir conociendo gente que comparta los mismos intereses; ello es debido a la web 2.0 y su carácter social, mediante la formación de comunidades digitales y redes de colaboración entre pares.

El uso de redes sociales muestra otros múltiples aspectos positivos: creación de blogs, videos y páginas web que pueden desarrollar sentimientos de competencia, generación de elementos educativos, reforzamiento de relaciones creadas offline, educación sexual, promoción y prevención en salud (tabaco, alcohol, drogas, hábitos alimentarios, conductas sexuales), apoyo en logros académicos, ya que un 84% plantea que son útiles en tareas; un 81% plantea que son útiles en aprendizajes y un 68% ve una desventaja en esta área el no tener internet (Arab y Díaz, 2014).

De igual modo, Fernández, Revuelta y Sosa (2012), exponen cómo estas redes sociales (Facebook, Twitter y WhatsApp) sirven para favorecer la colaboración y el trabajo conjunto ya que tienen una gran capacidad para crear grupos sociales y mantener en contacto a las personas, ofreciéndoles una visión mucho más personal e informal que otras herramientas como el correo, foros, blogs, entre otros”. Por ello, es evidente que las redes sociales pueden ser un vehículo para incrementar los lazos sociales y, a su vez, ayudar a potenciar las habilidades sociales que va desarrollando la persona” (pp. 62).

Por otro lado, el internet además de brindar el acercamiento a las redes sociales, también permite jugar en línea videojuegos, los videojuegos se han convertido en el entretenimiento preferido por los niños y adolescentes, haciendo posible una realidad virtual asombrosa y además de ser los juguetes más vendidos (Castell y Bofarull, 2002). Sus posibilidades tecnológicas como los gráficos en tercera dimensión, les dotan de unos especiales atractivos, que hace que cada vez tengan más seguidores.

Aunque jugar videojuegos es una de las actividades de ocio más populares en el mundo, la investigación sobre sus efectos en los jugadores, tanto positivos como negativos, a menudo se trivializa. Algunas de estas investigaciones merecen ser tomadas en serio, sobre todo porque el juego de video tiene implicaciones para la salud.

Una aplicación innovadora de los videojuegos en el cuidado de la salud es su uso en el manejo del dolor. El grado de atención necesario para jugar un juego de este tipo puede distraer al jugador de la sensación de dolor, una estrategia que se ha informado y evaluado en pacientes pediátricos. En algunos reportes de casos se han utilizado consolas de videojuegos portátiles en pacientes oncológicos, quemados y con patología dermatológica (prurito). Presentan menos náuseas, menores presiones sistólicas y menos uso de analgésicos. Internet ha sido utilizado también en la rehabilitación de niños con parálisis cerebral, distrofias musculares y trastornos de aprendizaje.

Un estudio de caso informó sobre el uso de un videojuego portátil para evitar que un niño de 8 años se pegue a la cara. El niño tenía neurodermatitis y cicatrices debido a un

pinchazo continuo en su labio superior. Los tratamientos anteriores habían fallado, por lo que al niño se le dio un videojuego manual para mantener sus manos ocupadas. Después de dos semanas, el área afectada había sanado.

Por otro lado, durante la era digital además de contar con las redes sociales, también ha traído consigo una oleada de videojuegos, hay estudios que utilizan ensayos controlados aleatorios y la comparación con las medidas iniciales del propio paciente muestran que los videojuegos pueden proporcionar distracción cognitiva para los niños durante la quimioterapia para el cáncer y el tratamiento de la anemia drepanocítica. Todos estos estudios informaron que los pacientes distraídos tenían menos náuseas y menos presión arterial sistólica que los controles (a quienes simplemente se les pidió que descansaran) después del tratamiento y necesitaban menos analgésicos

Los videojuegos en línea a través de internet, se han utilizado como una forma de fisioterapia o terapia ocupacional en muchos grupos diferentes de personas. Dichos juegos desvían la atención de la incomodidad potencial y, a diferencia de las actividades terapéuticas más tradicionales, no dependen de los movimientos pasivos y, a veces, de la manipulación dolorosa de las extremidades.

Los videojuegos se han usado como una forma de fisioterapia para lesiones en los brazos, para entrenar los movimientos de un niño de 13 años con parálisis de Erb, y como una forma de terapia ocupacional para aumentar la fuerza de la mano. También se informaron beneficios terapéuticos para una variedad de poblaciones adultas que incluyen usuarios de

silla de ruedas con lesiones de la médula espinal, personas con quemaduras graves y personas con distrofia muscular.

Los videojuegos también se han utilizado en programas integrales para ayudar a desarrollar habilidades sociales y espaciales en niños y adolescentes con problemas de aprendizaje u otros problemas de desarrollo, incluido autismo; niños con discapacidades múltiples (por ejemplo adquisición de habla severamente limitada); y niños con trastornos impulsivos y de déficit de atención.

3.2 El otro lado: aspectos negativos

Dentro de los aspectos negativos, estos se pueden definir como aspectos que generan síntomas psicológicos, sociales o de salud y que producen una desestabilización en las personas, tales como conductas y pensamientos que no se habían visto anteriormente, precisamente porque no existían los recursos que hoy en día ofrece el internet, como es el caso de las redes sociales.

La era digital ha revolucionado el estilo de vida de los adultos, adolescentes y sobre todo el cambio más impactante es en los menores, ya que pareciera que han nacido con estas tecnologías; su estilo de vida se ha modificado, ya que ellos les dedican mayor tiempo y desarrollan un comportamiento distinto al que los adultos tuvieron en el pasado y es así como las redes sociales se han introducido en la vida de las personas interactuando en la sociedad.

El uso de las redes sociales (Facebook, Twitter, WhatsApp, YouTube) puede producir ciertas afectaciones psicológicas que se presentan en las conductas de la persona, se ha mostrado la existencia de diferentes afectaciones subyacentes al uso del Internet como son la depresión, la ansiedad social y el abuso o dependencia de sustancias.

Una primera respuesta surge de los siete criterios que se utilizaron para diagnosticar el Desorden de Adicción a Internet (Goldberg, 1995), de los cuales cabe destacar los síntomas generados por la abstinencia al no hacer uso de internet:

- Agitación psicomotriz
- Ansiedad
- Pensamientos recurrentes (obsesivoides) acerca de lo que estará ocurriendo en Internet.
- Fantasías o sueños acerca del Internet
- Movimientos voluntarios e involuntarios similares a los que se efectúan sobre un teclado.

A estos síntomas habría que agregar que las actividades sociales, profesionales o de recreo disminuyen o desaparecen a causa del uso de Internet. Una segunda respuesta surge de diversos artículos sobre el tema, de los cuales a continuación, y a manera de ejemplo, se mencionan solamente dos: Cruzado, Muñoz y Navarro (2001) y Luengo (2004).

Cruzado, et al. (2001) reseñan en su artículo una serie de consecuencias derivadas del uso de las redes sociales (Facebook, Twitter, WhatsApp, YouTube): soledad, aislamiento social, cambios negativos en la dieta y hábitos de ejercicio físico, tensión ocular, olvidarse

de comer, llegar tarde a las citas, ausencia de preocupaciones acerca de un uso problemático, trastornos del sueño, depresión, ansiedad, problemas académicos pensamientos obsesivos sobre Internet.

En su artículo Luengo (2004) señala los siguientes efectos negativos y correlatos fisiológicos:

- En el primer caso se mencionan las derivadas de la privación del sueño como son la fatiga, la debilitación del sistema inmunitario y un deterioro de la salud; así mismo se informa de la correlación que existe entre el alto uso del Internet y el incremento en los niveles de depresión, y por último se hace mención de diversos cambios psicológicos negativos como serían las alteraciones del humor, ansiedad o impaciencia por la lentitud de las conexiones o por no encontrar lo que se busca, estado de conciencia alterado (total focalización atencional), irritabilidad en caso de interrupción e incapacidad para salirse de la pantalla, entre otras.
- En el segundo caso se pueden mencionar: la respuesta condicionada (aceleración del pulso y la frecuencia cardíaca) a la conexión del MODEM, estado de conciencia alterado durante largos períodos de tiempo, con una total concentración en la pantalla, similar al de la meditación o del trance (hipoprosexia), sueños e irritabilidad importante cuando se es interrumpido por personas o circunstancias de la vida real mientras se está sumergido en el ciberespacio.

Una tercera respuesta surge de la investigación desarrollada a este respecto, sea como reporte de investigación (Caplan, 2002) o instrumento de medición (De Gracia, Vigo, Fernández y Marcó, 2002).

En el caso de la investigación desarrollada por Caplan (2002), se identifican las siguientes consecuencias del uso de redes sociales (Facebook, Twitter, WhatsApp, YouTube): alteraciones del estado de ánimo, depresión, soledad, timidez y autoestima.

Por su parte De Gracia et al. (2002) utiliza un instrumento que está formada por preguntas referidas a los problemas relacionados con el uso del Internet. Esta sección se constituye por 19 ítems, de los cuales se consideran solamente algunos de ellos que reflejan realmente problemas derivados del Internet como serían: la preocupación y pensamiento recurrente sobre lo que sucede en Internet al no estar conectado, el abandono de lo que se está haciendo en la vida real por conectarse a Internet, la pérdida de relaciones, trabajos u oportunidades, el decremento del rendimiento académico, el mentir a los demás sobre el uso o tiempo que pasa en Internet, el enfadarse o gritar si lo interrumpen cuando se está conectado, la pérdida de sueño o aparición de pesadillas relacionadas con Internet, la presencia de agitación o preocupación por no estar conectado, el dejar de salir con amigos y sentirse malhumorado, deprimido e irritable, de las respuestas proporcionadas por estas tres fuentes, que no son más que una muestra ilustrativa de lo que existe en este campo de estudio, se puede obtener una tipología de consecuencias negativas del uso de internet:

- Salud mental: ansiedad, depresión e impaciencia.
- Funcionamiento cognitivo: pensamientos obsesivos sobre Internet, preocupación por lo que sucede en Internet al no estar conectado y estado de conciencia alterado.
- Creencias auto referenciales: timidez y baja autoestima

- Conducta social: soledad, reducción de actividades sociales, profesionales y/o de entretenimiento, llegar tarde a las citas, mentir a los demás sobre el uso o tiempo que se pasa en Internet y dejar de salir con amigos.
- Funcionamiento físico: trastornos del sueño, tensión ocular, taquicardia, fatiga, debilitación del sistema inmunitario y deterioro de la salud.
- Comportamientos durante la conexión: irritabilidad en caso de interrupción, incapacidad para salirse de la pantalla y total concentración en la pantalla.
- Actividades de la vida diaria: cambios en la dieta y en los hábitos de ejercicios físicos, olvidarse de comer y abandono de las actividades diarias.
- Actividad académica: problemas académicos y bajo rendimiento académico.

A continuación se describirán las afectaciones psicológicas, que son producto del uso de las redes sociales (Facebook, Twitter, WhatsApp, YouTube) tales como adicción a las redes sociales, ansiedad producida por estas y depresión, describiendo la sintomatología que las personas padecen.

1. Adicción a las redes sociales

Una adicción según la Organización Mundial de la Salud (OMS) es una enfermedad física y psicoemocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o

relación. Se caracteriza por un conjunto de signos y síntomas, en los que se involucran factores biológicos, genéticos, psicológicos y sociales. Es una enfermedad progresiva y fatal, caracterizada por episodios continuos de descontrol, distorsiones del pensamiento y negación ante la enfermedad.

En este sentido, la adicción a las redes sociales (Facebook, Twitter, WhatsApp, YouTube) puede ser comparada con la postura más aceptada que se apoya en el modelo biopsicosocial de Griffiths (2005), que compara el abuso de sustancias químicas (alcohol, tabaco y otras drogas) con la adicción a las nuevas tecnologías. Los criterios clínicos que formula se pueden agrupar en los siguientes (García del Castillo, 2013, 9).

- Saliencia. Cuando una actividad particular se convierte en la más importante en la vida del individuo, domina sus pensamientos, sentimientos y conducta.
- Modificación del humor. Experiencias subjetivas, de tipo emocional, que la persona experimenta como consecuencia de implicarse en la actividad problemática.
- Abstinencia. Estados emocionales desagradables, incluso con consecuencias físicas, que ocurren cuando una actividad particular es interrumpida o repentinamente reducida.
- Conflicto. Se refiere a los problemas que se desarrollan entre el adicto y a) aquellos que le rodean (conflicto interpersonal), b) las responsabilidades asumidas (laboral o

social), c) el propio individuo (conflicto intrapsíquico) por estar involucrado con la actividad particular.

- **Recaída.** Tendencia a repetir los patrones tempranos de la actividad problemática después de haberse retirado de ella o de, aparentemente, haberla controlado.

Como se ha descrito, las redes sociales (Facebook, Twitter, WhatsApp, YouTube) no significan en sí mismas un problema y cuentan con muchos beneficios potenciales para los usuarios moderados. Lo que realmente puede generar una conducta de adicción a las redes sociales no es el patrón de conducta que está implicado, sino la relación que una persona establece con esa conducta (Echeburua y Corral, 2009).

Los síntomas que pueden indicarnos la diferencia entre uso y abuso de las redes sociales (Facebook, Twitter, WhatsApp, YouTube) las propuso Young (1998):

Tabla 1. Síntomas de abuso por el uso de las redes sociales.

Tiempo de conexión alto (recortando el sueño, las obligaciones,...)
Sustituir el estar conectado por otras actividades relevantes (contacto familiar, relaciones con amigos y conocidos,...).
Obsesionarse con estar conectado
Ser reprendido por abusar de la frecuencia y tiempo usando la red, llegando incluso a mentir del tiempo real que pasa conectado.
Intentar conectarse menos tiempo y fracasar
Disminuir el rendimiento laboral y académico.

Sentirse contento anormalmente cuando está conectado
--

La adicción a las Redes Sociales (Facebook, Twitter, WhatsApp, YouTube) no pueden ser calificada como tal. No existe una adicción a las redes sociales, sino problemas de conducta derivados del acceso a la diversidad de contenidos que estas proveen. El concepto de adicción se aplica cuando el agente nocivo es una sustancia. Antes de intentar asignar un calificativo a las conductas anormales derivadas del excesivo uso de las redes sociales en internet, es necesario atender el tema de los posibles trastornos que puedan resultar de un desmedido uso de éstas. La población más vulnerable hacia los posibles efectos del uso excesivo de las redes sociales son los adolescentes y los jóvenes. Mientras los estudiosos del tema concilian la terminología del fenómeno, será prudente que los especialistas en el tema provean a los padres de familia algunas estrategias preventivas, como se ha hecho para otro tipo de conductas que distorsionan la realidad de los individuos, cuando esto no es producto de un trastorno grave.

2. Ansiedad

La ansiedad es una parte de la existencia humana, todas las personas sienten un grado moderado de la misma, siendo ésta una respuesta adaptativa. La ansiedad sigue siendo un tema de gran importancia para la Psicología; su incorporación es tardía, siendo tratado sólo desde 1920, abordándose desde distintas perspectivas. Según el Diccionario de la Real Academia Española (vigésima primera edición), el término ansiedad proviene del

latín *anxietas*, refiriendo un estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo, y suponiendo una de las sensaciones más frecuentes del ser humano, siendo ésta una emoción complicada y displacentera que se manifiesta mediante una tensión emocional acompañada de un correlato somático (Ayuso, 1988; Bulbena, 1986).

En general, el término ansiedad alude a la combinación de distintas manifestaciones físicas y mentales que no son atribuibles a peligros reales, sino que se manifiestan ya sea en forma de crisis o bien como un estado persistente y difuso, pudiendo llegar al pánico; no obstante, pueden estar presentes otras características neuróticas tales como síntomas obsesivos o histéricos que no dominan el cuadro clínico.

Al encontrarse desconectado de las redes sociales (Facebook, Twitter, WhatsApp, YouTube). El gran avance que suponen las redes sociales, tal y como señala Díaz (2011), las redes virtuales pasan a ser redes reales con una importante función social. Podríamos añadir que para los más jóvenes, el hecho de no estar en contacto a través de estas redes supone una forma de no existir, de exclusión social, de no estar integrado en el mundo de los demás, de no participar en los acontecimientos de su entorno, provoca un estado de ansiedad.

Asimismo, el hecho de no estar conectados en las redes sociales (Facebook, Twitter, WhatsApp, YouTube), modifica su humor, implicando la alteración de sus estados emocionales, por otro lado se presenta una dependencia excesiva de la red, generando irritabilidad al momento de no poder conectarse. Puede generarse una fobia, conocida coloquialmente como *nomofobia*: Término derivado de “no” “móvil” “fobia”, el cual

refiere a sentimientos de angustia tras no tener acceso a un celular. Dichos sentimientos pueden variar desde una ligera incomodidad, hasta un grave ataque de ansiedad.

3. Depresión

La OMS (s/f) define a la depresión como “(...) un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración”. Agrega que ésta puede ser crónica o recurrente, dificultando el correcto desempeño en sus actividades diarias. La depresión, puede tratarse con medicamentos y psicoterapia, conduciendo en ciertos casos al suicidio.

La depresión está clasificada como un trastorno del estado de ánimo, según el Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-IV-TR, 2002). Se puede diferenciar:

- Trastorno depresivo mayor, el cual se caracteriza por uno o más episodios depresivos mayores, “(...) al menos 2 semanas de estado de ánimo depresivo o pérdida de interés acompañados por al menos otros cuatro síntomas de depresión” (p.387).
- Trastorno distímico, el que se caracteriza por la presencia de estados de ánimo depresivos durante al menos dos años la mayoría de los días. Se observan estados de ánimo tristes o desanimados. En el caso de los niños y adolescentes se puede presentar estados de ánimo irritables más que depresivos, y la duración mínima de los síntomas deberá ser de un año. También se puede observar en dicho trastorno, pérdida o

aumento de apetito, insomnio o hipersomnias, falta de energía, cansancio, baja autoestima, dificultades para concentrarse y desesperanza. Se genera una marcada falta de interés, provocando esto una visión del mundo y de sí mismos poco interesante o inútiles.

- Trastorno depresivo no especificado, éste presenta características depresivas pero no cumple con los criterios establecidos para considerarlo: “un episodio depresivo mayor, trastorno distímico, trastorno adaptativo con estado de ánimo depresivo o trastorno adaptativo con estado de ánimo mixto ansioso” y depresivo (o síntomas depresivos sobre los que hay una información inadecuada o contradictoria)”. (p. 387). El DSM-IV-TR (2002), plantea que el trastorno depresivo mayor puede aparecer a cualquier edad, no obstante la edad de inicio ha ido disminuyendo entre las personas nacidas en los últimos años, aspecto confirmado según datos epidemiológicos.

Con los síntomas característicos en un trastorno depresivo, ya mencionados anteriormente, podremos notar que muchos de ellos coinciden con los que provocan la conexión a las redes sociales, tales como irritabilidad, trastorno del sueño, bajo rendimiento escolar, pérdida de interés por las actividades habituales del sujeto. Por lo cual cabe preguntarse en ésta época moderna, cómo es posible diferenciar cuáles serían los síntomas propios de un cuadro depresivo, y cuáles ocasionados por el uso excesivo de las tecnologías de la información.

Tabla 2. Síntomas del trastorno depresivo vs síntomas del uso de las redes sociales.

SÍNTOMAS ASOCIADOS AL TRASTORNO DEPRESIVO	SÍNTOMAS ASOCIADOS AL USO DE LAS REDES SOCIALES
Trastornos del sueño	Privación del sueño
Perdida de interés por las actividades habituales	Descuido de las actividades cotidianas
Irritabilidad	Irritabilidad
Cansancio	Perdida de la noción del tiempo
Abulia	Aislamiento

Por su parte, Belcaguy, Cimas, Cryan & Loureiro (2015), toman esta cuestión planteando los siguientes trastornos psicológicos provocados por el uso de Internet, los cuales provocan diversos síntomas, también en estrecha relación con los identificados en los trastornos depresivos:

- **Depresión y Ansiedad:** Esto significa que algunas personas se deprimen tanto por el exceso como por la falta de amigos en dicha red social. Esto tiene su fundamento en que es habitual ingresar al Facebook para ver el perfil de sus amigos, subir fotos o escribir lo que deseen. Sin embargo, los usuarios que pasan una gran cantidad de su tiempo en el perfil de sus amigos, suelen sentirse deprimidos por su propia vida cotidiana en comparación con la que comparten sus amigos virtuales.

- **Dependencia a Internet:** Refiere a la necesidad enfermiza de estar todo el tiempo conectado a Internet. En ciertos casos extremos, se genera un vínculo adictivo afectando así la vida privada y social del sujeto.
- **Afectación a la memoria:** Se da cuando el cerebro se niega a recordar información, debido a la posibilidad de que tiene libre acceso a todo tipo de información a través de Internet. Este hecho se traduce en la siguiente interrogante: ¿para qué aprender algo de memoria si Google permite encontrar cualquier información cuando lo necesite?
- **Ansiedad por ser ignorados:** Esto se relaciona con la aplicación WhatsApp. Se refleja como un estado de ansiedad ante la posibilidad de ver que el destinatario del mensaje no respondió pero ha visto el mensaje e incluso que está o ha estado en línea. El nombre de dicho síndrome se debe a que al enviar un mensaje por WhatsApp se puede saber cuándo el destinatario lo ha leído a través de dos tics en azul, incluso es posible saber a qué hora se ha conectado por última vez.

Un estudio realizado en México, aplicado a 120 estudiantes de secundaria y bachillerato, entre 12 y 22 años, relacionó el uso de las redes sociales (Facebook, Twitter y WhatsApp) y la depresión. Para ello consideraron diversas variables tales como: síntomas de depresión (Escala Beck Depression Inventory, BDI), grado de somnolencia (Escala Epworth Sleepiness Scale ESS), hábitos de sueño (Escala Moo) y el uso de redes sociales. Se obtuvo como

resultado que el 30% de la muestra mostraban diversos niveles de síntomas depresivos, encontrando una correlación directamente proporcional entre el nivel de somnolencia y los síntomas de depresión. (Tamayo, García, Quijano, Corrales & Moo, 2011).

Más allá de la exposición a la que se enfrentan los jóvenes, también se ha podido observar que el uso excesivo de las redes sociales genera ciertos síntomas en los usuarios, entre los cuales se destacan ansiedad, privación del sueño, irritabilidad y aislamiento. Éstos son similares a los síntomas de la depresión, por lo cual puede dificultarse determinar la causa de dicha sintomatología. El mayor riesgo que conlleva esto, es que se desestime el síntoma, atribuyéndolo al uso excesivo de las redes sociales, dejando de lado la posibilidad de diagnosticar un cuadro depresivo.

4. CONCLUSIONES

A través de la historia del hombre, se ha visto la importancia de mantenerse en constante comunicación con otras personas, la cual evolucionó desde maneras primitivas hasta formar un lenguaje articulado como lo conocemos hoy en día. Esta evolución tuvo diversas transiciones, en sus orígenes se manifestó a través de sonidos y gestos, los cuales fueron tomando forma al pasar los años, hasta convertirse en una palabra articulada.

Por medio de los avances tecnológicos, la comunicación ha traspasado fronteras, sí bien con la invención de la escritura, el ser humano era capaz de mantener y perpetrar la comunicación, al transcurrir los años surge la era analógica, en dónde predominaban el uso de teléfono, televisión y radio, que con el paso de los años evolucionó para convertirse en una era digital, en dónde ya se hacía el uso de computadoras/laptops, teléfonos móviles y dispositivos que permiten el acceso a internet.

Con el advenimiento del internet, trajo consigo una nueva manera de mantener en comunicación a las personas y no sólo eso, sino que abrió una nueva ventana de posibilidades, tales como la creación de redes sociales, estas son una especie de comunidades que se manejan a través de internet y que han permitido a las personas mantener una comunicación aún más directa, acortando distancias, conociendo gente nueva, rebasar fronteras de lo físico a un plano virtual.

El salto de lo analógico al digital no sólo pone de manifiesto una nueva configuración de los medios, sino que lleva implícito un cambio de mentalidad, un giro en los procesos y en los modos. Esto se ha manifestado en la actualidad, donde las redes sociales, han traído

consigo implicaciones tanto positivas como negativas y que preponderan un aspecto muy importante dentro de la vida de las personas. Si bien la presente investigación abarco, el indagar en las principales redes sociales que son más utilizadas y entre las cuales, destacan Facebook, Twitter, WhatsApp, YouTube y Google+ así como sus implicaciones en donde resaltan las siguientes.

En implicaciones positivas se encontraron el poder interactuar con otras personas, acortando distancias, en el campo de la salud se encontraron pacientes con un trauma cerebral que lograron tener mejoría con la ayuda de estas, asimismo ayudaron a personas con pocas habilidades sociales a poder entablar una conversación con más personas y a su vez relacionarse con ellas. Los videojuegos también son una parte fundamental, ya que hay estudios que indican que ayudaron a controlar el dolor en pacientes que presentaban molestias después de la quimioterapia.

En sí, las redes sociales son una gran herramienta en cuestiones positivas, pero como todo, también muestra sus implicaciones negativas, como generar ansiedad cuando no se está conectado a las redes sociales, también puede generar depresión, ya que al pasar mucho tiempo utilizando las redes sociales estas pueden ocasionar en las personas que pasen más tiempo navegando en las redes sociales y además puede provocar una adicción, que se refleja en querer estar más tiempo conectado y saber qué es lo que están haciendo las demás personas en la red social.

Vivimos en una sociedad dominada por las redes sociales y por el uso de internet que se ha colado en nuestras vidas. Quien no vive en las redes sociales supuestamente no existe. Aquí, la apariencia es lo que vale, muy poca gente aprecia lo que somos y una mayoría ve lo

que aparentamos. Constantemente nos estamos publicitando. Diariamente regalamos al mundo nuestra imagen rindiendo culto al exhibicionismo. Socialmente, la transparencia de las personas se ve más como un defecto que como una virtud. Aparentar es la forma de vida de muchos mortales. La realidad diaria molesta ya que tiene bastantes más caras de las que queremos ver. Apartamos lo que nos incomoda o lo que nos exige esfuerzo.

Como psicólogos es fundamental que conozcamos los alcances, límites e implicaciones que conllevan el uso de las redes sociales, para así poder ayudar a las personas que se ven involucradas y tratar con los síntomas que surgen a partir de estas. La presente investigación puede fungir como una partida para futuras investigaciones dentro del campo de la psicología.

5. BIBLIOGRAFÍA

Alonso, C. (1999). Del australopithecus al Homo sapiens. *Cuadernos de Bioética*. 3, pp. 522-538.

Arab, A. y Díaz, E. (2014). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Condesa*. 26 (1), pp. 7-13.

Arbeláez, M. (2002). Las representaciones mentales. *Ciencias Humanas*, 29, 1-7.

Recuperado en:

http://www.utp.eclu.co/_chumanas/revistas/revistas/rev29/arbelaez.htm

Aranda, D., Sánchez-Navarro, J. y Tabernero, C. (2009). Informe sobre el uso de herramientas digitales por parte de adolescentes en España. Barcelona: UOC

Arenas, M. (2010). Redes sociales, ¿un virus sin cura?: las ventajas y los problemas para sus usuarios. *La revista de la Agencia de Protección de Datos de la Comunidad de Madrid*, 43 (7), 12-17.

Ardila, R. (1970). Psicología y el origen del lenguaje. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*. 27 (1) pp. 51-56.

Ayuso, J. L. (1988). Trastornos de angustia. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.

Barahona, A. (2016). Origen y evolución del ser humano. *¿Cómo ves?* 5 (10) pp. 10-14.

Recuperado de: <http://www.comoves.unam.mx/assets/revista/32/origen-y-evolucion-del-ser-humano.pdf>

Belçaguy, M., Cimas, M., Cryan, G. & Loureiro, H. (2015) Adolescencia y tecnologías de la información y la comunicación. Ficha de Cátedra I, Psicología Evolutiva: Adolescencia. Prof. a cargo Dr. José Barrionuevo. Oficina de Publicaciones. Universidad de Buenos Aires.

Boyd, D. y Ellison, N. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship.

Journal of Computer-Mediated Communication, 13(1). Recuperado en:

<http://gabinetedeinformatica.net/wp15/2008/06/12/sitios-de-redes-sociales-definicionhistoria-y-ayuda-a-su-estudio-i/>

<http://gabinetedeinformatica.net/wp15/2008/06/15/sitios-de-redes-sociales-definicionhistoria-y-erudicion-ii/>

Bulbena, A. (1986). Psicopatología de la psicomotricidad. In J. Vallejo (Ed.), *Introducción a la psicopatología y la psiquiatría* (pp. 236- 255). Barcelona: Salvat.

Caballo, V. (1993). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades*

sociales. Madrid: Siglo XXI.

Caplan, S. E. (2002). Problematic internet use and psychosocial well-being: Development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18(5), 553–575.

Carballo, J., Pérez-Jover, M., Espada, J., Orgilés, M., y Piqueras, P. (2012). Propiedades psicométricas de la escala multidimensional de expresión social para la evaluación de habilidades sociales en el contexto de internet. *Psicothema*. 24(1), 121-126.
Recuperado en: <http://www.psicothema.com/pdf/3988.pdf>

Castell, P. y Bofarull, I. (2002). Enganchados a las pantallas. Televisión, videojuegos, internet y móviles. Guía para padres, educadores y usuarios. Planeta. Barcelona

Castells, M. (2014). La era de la Información: economía, sociedad y cultura. La sociedad red. Alianza Madrid.

Celaya, J. (2008). La empresa en la Web 2.0: el impacto de las redes sociales y las nuevas formas de comunicación online en la estrategia empresarial. Barcelona: Gestión 2000.

Conde, E., Torres, E. y Ruiz, C. (2002). El nuevo escenario de internet: las relaciones

- parasociales en adolescentes y jóvenes en la red. *Cultura y Educación*. 14 (2), pp. 133-146.
- Cruzado, J., Muñoz, M. y Navarro, M. (2001). Adicción a Internet: de la hipotética entidad diagnóstica a la realidad clínica. *Psicopatología Clínica, Legal y Forense*, 1(2), pp. 93-102.
- Dale, P. (1992). Desarrollo del lenguaje: un enfoque psicolingüístico. México, Edit. Trillas.
- De Gracia, M., Vigo, M., Fernández, M. J., & Marcó, M. (2002b). Características conductuales del uso excesivo de Internet. *Revista de Psiquiatría de la Facultad de Medicina de Barcelona*, 29(4), 219-230.
- Delacroix, H. (1924). El lenguaje y el pensamiento. Paris, Alcan.
- Díaz, V. (2011). Mitos y realidades de las redes sociales. *Prisma Social: Revista de Ciencias Sociales*, 6, 340- 366.
- Dingwall, W. (1977). The Evolution of Human Communication Systems. *Studies in Neurolinguistics*. 4, pp. 45.
- Echeburúa E. y Corral, P. (2009). Las adicciones con o sin droga: una patología de la

libertad. Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes. Pirámide. Madrid, pp. 29-44.

Espuny, C.; González, J.; Lleixà, M. & Gisbert, M. (2011). Actitudes y expectativas del uso educativo de las redes sociales en los alumnos universitarios. *Revista de Universidad y Sociedad del Conocimiento*. 8 (1), pp. 171-185. Recuperado en:

Estudio de la Asociación Mexicana de Internet (2016). Recuperado en:

<https://www.asociaciondeinternet.mx/es/component/remository/Habitos-de-Internet/12-Estudio-sobre-los-Habitos-de-los-Usuarios-de-Internet-en-Mexico-2016/lang,es-es/?Itemid=>

Fernández, M., Revuelta, F. y Sosa, J. (2012). Redes sociales y microblogging: innovación didáctica en la formación superior. *Revista Latinoamericana de Tecnología Educativa*, 11 (1), 61-74.

Franco, G. (2005). Tecnologías de la comunicación: producción, sistemas y difusión digital. Madrid: Fragua

García Del Castillo, J. (2013): Adicciones tecnológicas: el auge de las redes sociales. *Health and Addictions/ Salud y Drogas*. 13(1), pp. 5-14.

Gehl, C., Mandrekar, J., Lepore, S., Hanna, S., Osten, A. y Beaulieu, W. (2009), The effect of internet-based cognitive rehabilitation in persons with memory impairments after severe traumatic brain injury. *Brain Injury*. 23 (10), pp. 790-799.

Goldberg I. (1995). Internet Addiction Disorder un fenómeno sociale in espansione (pp.6-7). Recuperado en:<http://www.iucf.indiana.edu/brown/hyplan/addict.html>

Gutiérrez, M., Ball, M. y Márquez, E. (2008). Signo, significado e intersubjetividad: una mirada cultural. *Educere* 21(43), 689-695.

Halicarnaso, H. (2011). Libro II: Euterpe. Madrid. Dykinson, pp. 5-6.

Hartley, J. (2002). Communication, Cultural and Media Studies: The Key Concepts. London: Routledge. Recuperado en: [http:// dx.doi.org/10.4324/9780203449936](http://dx.doi.org/10.4324/9780203449936)

Hilbert, M. (2010). The World's Technological Capacity to Store, Communicate, and Compute Information. *Science*. 332 (6025) pp. 60-65.

Köhler, W. (1921). The mentality of the apes. New York: Humanities Press.

Köhler, W. (1973). The Mentality of Apes. Routledge and Kegan Paul. Londres.

Kolbitsch, J. y Maurer, H. (2006). The transformation of the Web: How emerging

- communities shape the information we consume. *Journal of Universal Computer Science*, 2 (2), 187-213. Recuperado en: http://www.jucs.org/jucs_12_2/the_transformation_of_the/jucs_12_02_0187_0214_kolbitsch.pdf (consulta: 25-9-2012).
- Laitman, J. (1976). The anatomy of human speech. *Natural History*. 1, pp. 20 –27.
- Lane, H. (1983) *The wild boy of Aveyron*. Harvard University Press. Cambridge.
- Larrégola, G. (1998). De la televisión analógica a la televisión digital. Barcelona: Libros de comunicación global.
- Lewin, R. (2005). Human evolution. Oxford, Blackwell Publishing, pp. 277
- López, F. (2017) We Are Social. Recuperado en: <https://wearesocial.com/special-reports/digital-in-2017-global-overview>
- Lovejoy, O. (1990). Evolución de la marcha humana. *American Journal of Physical Anthropology*. 78, pp: 369-386.
- Luengo, A. (2004). Adicción a Internet: conceptualización y propuesta de intervención. *Revista Profesional Española de Terapia Cognitivo-Conductual*, 2, 22-52.
- Negroponete, N. (1995). Ser digital. Bailen. Barcelona.

Orihuela, J. (2000). Sociedad de la información y nuevos medios de comunicación pública: claves para el debate. *Nueva Revista*. Recuperado de: <http://www.unav.es/digilab/nr/>

Orihuela, L. (2008). La hora de las redes sociales. *Nueva Revista de Política, Cultura y Arte*. 1, pp: 119, 57-62.

Pegajalar, M. y Colmenero (2014). Estudio piloto sobre el uso de las redes sociales en jóvenes con discapacidad intelectual. *Revista Electrónica de Tecnología Educativa*. 48 (1), pp. 1-14.

Perez, J. (2011). *Redes Sociales: Ventajas y Desventajas*. Armenia.

Perinat, A. (2006). Vygotsky: Revisión crítica y actualización de su teoría del desarrollo social-cultural y de la mediación semiótica. Mimeografiado empleado en el Seminario Inaugural del Doctorado en Educación dictado en la Universidad de Los Andes. Mérida, Venezuela.

Rosen, L. (2013). *Los adolescentes y las redes sociales*. California

Rubio Gil, Á. (2009). *Adolescentes y Jóvenes en Red*. Madrid, INJUVE

Sánchez, M. y Aguaded, I. (2002). *Internet y los jóvenes*. Granada-Huelva: Grupo Comunicar.

- Sanchez-Navarro, J. y Aranda, D. (2011). Internet como fuente de información para la vida cotidiana de los jóvenes españoles *El profesional de la información*. 20 (1), pp. 32-37.
- Seyfarth, R. y Cheney, D. (2003). Mente y significado en los monos. *Investigación y Ciencia*. 32, pp: 56-63.
- Sugiyama, Y. (1981). Observations on the populations dynamics and behavior in wild chimpanzees at Bossou, Guinea. *Primates*. 22, 435-444.
- Sola Pool, I. (1973). *Technologies of Freedom*. Harvard University Press.
- Schiller, G. (2002). El correo electrónico y la formación de comunidades en organizaciones. *El profesional de la información*, 18 (1), 27-33.
- Suriá, R. (2012). Redes sociales online y su utilización para mejorar las habilidades sociales en jóvenes con discapacidad. *Escritos de Psicología*, pp. 16-23.
- Tamayo, W; García, F; Quijano, N; Corrales, A & Moo, A (2011). Redes sociales en Internet, patrones de sueño y depresión. *Enseñanza e investigación en psicología*, 17 (2), 427-436.

Tomasello, M. (2008). *Origins of humans communication*. Press. Cambridge.

Verne, J. (1994). *Paris en el siglo XX. Exodo*. México.

Vigotsky, L. (1934). *Pensamiento y Lenguaje*. Paidós. Madrid.

Vigotsky, L. (1979). *Los procesos psicológicos superiores*. Crítica. Barcelona.

Watson, J. (1968). Psychology as the behaviorist views it. *PsychoLRev.*, 20, pp. 158-177.

Wundt, W. (1900). *Elementos de psicología de los pueblos*. Alta Fulla, Barcelona.

Yerkes R. y Learned B, (1925). *Chimpanzee intelligence and its vocal Expression*,
Baltimore: Williams and Wilkins.

Young, K. (1998): Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder,.
Cyberpsychology y Behavior. 1, pp.237-244.