

DIGITALIZACIÓN DE LA VIDA COTIDIANA



DIEGO ESCUDERO-SÁNCHEZ
DANIEL DÍAZ-ROJAS
COORDINADORES

Transdigital[®]
editorial

DIGITALIZACIÓN DE LA VIDA COTIDIANA

DIEGO ESCUDERO-SÁNCHEZ

DANIEL DÍAZ-ROJAS

COORDINADORES

ALEXANDRO ESCUDERO-NAHÓN, ALFONSO URIEL BELLO-GONZÁLEZ, AMADOR GONZÁLEZ-HENÁNDEZ, ANA MARÍA GARCÍA, ANA RUTH ULLOA PIMIENTA, ANAYA AVILA CARLOS EDUARDO, ANDREA SALOMÉ ALDACO LÓPEZ, ANTONIO AGUIRRE ANDRADE, AQUILES RAZIEL ROJAS MARTÍNEZ, ARIADNA CRISANTEMA MARTÍNEZ HERNÁNDEZ, ASTRID SOFÍA PÉREZ MAAS, BELÉN VELÁZQUEZ GATICA, CHRISTIAN JONATHAN ÁNGEL RUEDA, CLAUDIA MARINA VICARIO SOLÓRZANO, DAMIÁN MADAY MERINO, DANIEL DÍAZ-ROJAS, DARINA JOCELYN ESPINOSA TLATELPA, DIEGO ESCUDERO-SÁNCHEZ, ELENA PATRICIA SÁNCHEZ MARTÍNEZ, FRANCISCO ALONSO ESQUIVEL, INDIRA LIZETH DE LA GARZA LÓPEZ, IVONNE RODRÍGUEZ PÉREZ, JESÚS GUILLERMO FLORES, JESÚS JONATHAN LIRA-VALLEJO, JORGE SADI, JOSÉ ÁNGEL VILLALOBOS RODRÍGUEZ, JOSÉ AURELIO SOSA-OLIVIER, JOSÉ PORFIRIO GONZÁLEZ-FARÍAS, JOSÉ RAMÓN LAINES-CANEPA, JUAN CARLOS REA ANGUIANO, JUAN MANUEL MANCILLA DÍAZ, JUAN SOTO, KENYA MUNGUÍA, LAURA GEORGINA VÁZQUEZ LARA-DE LA CRUZ, LUCILA ARIAS-PATIÑO, LUIS ALBERTO ALDAPE BALLESTEROS, MA. DEL CARMEN BEAS JARA, MANUEL LÓPEZ-BELLO, MARCELA RÁBAGO DE ÁVILA, MARÍA DEL PILAR ANAYA AVILA, MARÍA ELENA VALIELA VIDAL, MARÍA GUADALUPE VEYTIA BUCHELI, MARIANA VALDEZ AGUILAR, MARTHA CECILIA RAMÍREZ-SALGADO, MARTÍN JOAQUÍN AGUILAR MUÑOZ, MERY PESANTES-ESPIÑOZA, MIGUEL ÁNGEL HERNÁNDEZ-ACOSTA, MIGUEL ÁNGEL MEDINA-ROMERO, MIGUEL ÁNGEL VITE PÉREZ, MOISÉS SALINAS ROSALES, MÓNICA MIRAMONTES IBARRA, MÓNICA REA ANGUIANO, MYRNA MÉNDEZ MARTÍNEZ, NATALIA URIBE-BÁRCENAS, OMAIRA CECILIA MARTÍNEZ MORENO, RAQUEL MONDRAGÓN HUERTA, REYNA MORENO BELTRÁN, ROBERTO DEL CARMEN MORENO-GUZMÁN, ROSA DEL CARMEN SÁNCHEZ TRINIDAD, ROSALÍA VÁZQUEZ-AREVALO, ROSSY LORENA LAURENCIO MEZA, SAMUEL JOSEPH LIZARRAZU CERÓN, SARAÍ CÁRDENAS-MATA, SILVIA GRAPPIN-NAVARRO, SOFÍA GUTIÉRREZ, SOFÍA RUIZ LIÉVANO, SONIA EDITH REYNA MORENO, VINH ILICH POBLANO, VIRIDIANA LEAL SOTO, XÓCHITL LÓPEZ AGUILAR.

AUTORES Y AUTORAS

Título original: Digitalización de la vida cotidiana / Diego Escudero-Sánchez y Daniel Díaz-Rojas (Coords.) — Ciudad de Querétaro, México: Editorial Transdigital, 2025 — 443 páginas.

International Standard Book Number (ISBN): 978-968-9724-10-0.

Digital Object Identifier (DOI) del libro: <https://doi.org/10.56162/transdigitalbc03>

Clasificación DEWEY. 604 - Temas especiales de tecnología. Tipo de Contenido: Libros universitarios. Clasificación the-ma: J - Sociedad y ciencias sociales. Tipo de soporte: libro digital gratuito descargable. Formato: PDF. Tamaño: 4.7 Mb.



Este libro es una publicación de acceso abierto con los principios de Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY-NC-SA). Esta licencia permite a los reutilizadores distribuir, remezclar, adaptar y desarrollar el material en cualquier medio o formato únicamente con fines no comerciales y siempre que se otorgue la atribución al creador. Si remezcla, adapta o construye sobre el material, debe licenciar el material modificado bajo términos idénticos.

Esta obra ha sido dictaminada por pares académicos expertos con el método de doble ciego. Los dictámenes están resguardados en los archivos de la Editorial *Transdigital*.

D.R. 2025 Diego Escudero-Sánchez y Daniel Díaz-Rojas (Coordinadores).

D.R. 2025 Alexandro Escudero-Nahón, Alfonso Uriel Bello-González, Amador González-Henández, Ana María García, Ana Ruth Ulloa Pimienta, Anaya Avila Carlos Eduardo, Andrea Salomé Aldaco López, Antonio Aguirre Andrade, Aquiles Raziel Rojas Martínez, Ariadna Crisantema Martínez Hernández, Astrid Sofía Pérez Maas, Belén Velázquez Gatica, Christian Jonathan Ángel Rueda, Claudia Marina Vicario Solórzano, Damián Maday Merino, Daniel Díaz-Rojas, Darina Jocelyn Espinosa Tlatelpa, Diego Escudero-Sánchez, Elena Patricia Sánchez Martínez, Francisco Alonso Esquivel, Indira Lizeth de la Garza López, Ivonne Rodríguez Pérez, Jesús Guillermo Flores, Jesús Jonathan Lira-Vallejo, Jorge Sadi, José Ángel Villalobos Rodríguez, José Aurelio Sosa-Olivier, José Porfirio González-Farías, José Ramón Laines-Canepa, Juan Carlos Rea Anguiano, Juan Manuel Mancilla Díaz, Juan Soto, Kenya Munguia, Laura Georgina Vázquez Lara-de la Cruz, Lucila Arias-Patiño, Luis Alberto Aldape Ballesteros, Ma. del Carmen Beas Jara, Manuel López-Bello, Marcela Rábago de Ávila, María del Pilar Anaya Avila, María Elena Valiela Vidal, María Guadalupe Veytia Bucheli, Mariana Valdez Aguilar, Martha Cecilia Ramírez-Salgado, Martín Joaquín Aguilar Muñoz, Mery Pesantes-Espinoza, Miguel Ángel Hernandez-Acosta, Miguel Ángel Medina-Romero, Miguel Ángel Vite Pérez, Moisés Salinas Rosales, Mónica Miramontes Ibarra, Mónica Rea Anguiano, Myrna Méndez Martínez, Natalia Uribe-Bárceñas, Omaira Cecilia Martínez Moreno, Raquel Mondragón Huerta, Reyna Moreno Beltrán, Roberto del Carmen Moreno-Guzmán, Rosa del Carmen Sánchez Trinidad, Rosalía Vázquez-Arevalo, Rossy Lorena Laurencio Meza, Samuel Joseph Lizarazu Cerón, Sarai Cárdenas-Mata, Silvia Grappin-Navarro, Sofía Gutiérrez, Sofía Ruiz Liévano, Sonia Edith Reyna Moreno, Vinh Ilich Poblano, Viridiana Leal Soto, Xóchitl López Aguilar (autores y autoras).

D.R. 2025 Sello Editorial *Transdigital*.



Sociedad de Investigación sobre Estudios Digitales, S. C. Nombre de marca: *Transdigital*. Dirección: Circuito Altos Juriquilla 1132. Colonia Altos Juriquilla. C. P. 76230, Juriquilla, Querétaro, México. +52 (442) 301 32 38. editorial@transdigital.mx www.editorial.transdigital.mx



Registro en el Padrón Nacional de Editores como agente editor Sociedad de Investigación sobre Estudios Digitales, S. C., con el Dígito Identificador 978-607-99594.



Afiliación a la Cámara Nacional de la Industria Editorial Mexicana (CANIEM) con el número 4069, de conformidad con el artículo 17 de la Ley de Cámaras Empresariales y sus Confederaciones en vigor.

Registro Nacional de Instituciones y Empresas Científicas y Tecnológicas de la Secretaría de Ciencia, Humanidades, Tecnología e Innovación (SECIHTI) de México con el folio: RENIECYT 2400068.



Sugerencia de referencia para el libro en APA 7a. edición:

Escudero-Sánchez, D., y Díaz-Rojas, D. (2025) (Coords.). *Digitalización de la vida cotidiana*. Editorial Transdigital. <https://doi.org/10.56162/transdigitalbc03>

CONTENIDO

01. ANÁLISIS INTRODUCTORIO	9
DIEGO ESCUDERO-SÁNCHEZ Y DANIEL DIAZ-ROJAS	
02. TECNOLOGÍA Y MEDIO AMBIENTE: CREANDO EMPRESAS CON BASE EN EL ANÁLISIS DE SUELOS	23
FRANCISCO ALONSO ESQUIVEL, INDIRA LIZETH DE LA GARZA LÓPEZ , SONIA EDITH REYNA MORENO Y LUIS ALBERTO ALDAPE BALLESTEROS	
03. HERRAMIENTAS TECNOLÓGICAS DE GESTIÓN PARA EL EJERCICIO DEL LIDERAZGO EN SECTOR PÚBLICO	35
JOSÉ PORFIRIO GONZÁLEZ-FARIÁS, MARTHA CECILIA RAMÍREZ-SALGADO Y NATALIA URIBE-BÁRCENAS	
04. APROXIMACIÓN TEÓRICA DEL IMPACTO SOCIAL Y ECONÓMICO DEL TURISMO MÉDICO EN LA CIUDAD DE TIJUANA, MÉXICO	49
OMAIRA CECILIA MARTÍNEZ MORENO	
05. TRANSFORMACIÓN DIGITAL EN LAS MICRO, PEQUEÑAS Y MEDIANAS EMPRESAS DE VALLE HERMOSO: IMPACTO DEL USO DE PÁGINAS WEB EN SUS VENTAS	59
JUAN CARLOS REA ANGUIANO, MÓNICA REA ANGUIANO E INDIRA LIZETH DE LA GARZA LÓPEZ	
06. TRANSFORMACIÓN DIGITAL Y JUSTICIA UNIVERSITARIA EN MÉXICO: ANÁLISIS DE LAS LIMITACIONES Y DESAFÍOS ESTRUCTURALES	73
MIGUEL ÁNGEL MEDINA-ROMERO	
07. GESTIÓN DE LA COMUNICACIÓN DIGITAL EN INSTITUCIONES ACADÉMICAS: EL CASO DE LINKEDIN EN LAS UNIVERSIDADES DE LA COMUNIDAD DE MADRID, ESPAÑA	85
MARÍA ELENA VALIELA VIDAL	
08. METODOLOGÍAS PARA LA APROPIACIÓN DE UNA CIUDADANÍA DIGITAL. UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA	107
VINH ILICH POBLANO, BELÉN VELÁZQUEZ GATICA Y JESÚS GUILLERMO FLORES	
09. INFLUENCIA DEL LIDERAZGO SITUACIONAL EN LA PLUSVALÍA DE UN FRACCIONAMIENTO RESIDENCIAL	129
MIGUEL ÁNGEL HERNANDEZ-ACOSTA, LAURA GEORGINA VÁZQUEZ LARA-DE LA CRUZ Y JOSÉ PORFIRIO GONZÁLEZ-FARIÁS	

10. EL SERVICIO SOCIAL: APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO O MANO DE OBRA GRATUITA.....	145
MARÍA DEL PILAR ANAYA AVILA, ROSSY LORENA LAURENCIO MEZA Y CARLOS EDUARDO ANAYA AVILA	
11. TRAZABILIDAD DE LA CALIDAD: INTEGRACIÓN DE LEAN SIX SIGMA EN SCRUM	155
MERY PESANTES-ESPINOZA Y VIRIDIANA LEAL SOTO	
12. NEOLOGISMOS Y DESINFORMACIÓN.....	167
JUAN SOTO	
13. LA VIDA COTIDIANA Y LA DESINFORMACIÓN.....	179
JUAN SOTO	
14. DIGITALIZACIÓN DE LA CLÍNICA DE ACUPUNTURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE MEDICINA Y HOMEOPATÍA DEL INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL ...	189
ASTRID SOFÍA PÉREZ MAAS, CLAUDIA MARINA VICARIO SOLÓRZANO Y MOISÉS SALINAS ROSALES	
15. FACILITADORES DE TALLERES EN CIENCIA, TECNOLOGÍA, INGENIERÍA, ARTE Y MATEMÁTICAS: UNA CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE HABILIDADES BLANDAS.....	197
LUCILA ARIAS-PATIÑO Y KENYA MUNGUÍA	
16. CUANDO EL AMOR SE ESCRIBE CON EMOJIS: CONEXIÓN DIGITAL Y FRUSTRACIÓN FEMENINA EN EL ROMANCE MODERNO.....	205
SOFÍA GUTIÉRREZ Y ANA MARÍA GARCÍA	
17. IDENTIDAD Y AUTOESTIMA EN LA ERA DIGITAL: EFECTOS DE LAS REDES SOCIALES SOBRE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS	219
SARÁ CÁRDENAS-MATA Y MARÍA GUADALUPE VEYTIA BUCHELI	
18. ENTRE LA INMERSIÓN Y EL MALESTAR: EFECTOS FÍSICOS SECUNDARIOS PRESENTADOS POR EL USO DE TECNOLOGÍAS DE REALIDAD EXTENDIDA EN EL CONTEXTO FORMATIVO	231
DARINA JOCELYN ESPINOSA TLAELPA, CLAUDIA MARINA VICARIO SOLÓRZANO Y AQUILES RAZIEL ROJAS MARTÍNEZ	
19. REPRESENTACIONES QUEER E IDENTIDADES DE GÉNERO EN ENTORNOS DE REALIDAD AUMENTADA: HACIA UN DISEÑO INCLUSIVO EN MUNDOS VIRTUALES	243
JOSÉ ÁNGEL VILLALOBOS RODRÍGUEZ, CLAUDIA MARINA VICARIO SOLÓRZANO Y AQUILES RAZIEL ROJAS MARTÍNEZ	

20. COAHUILA, CONSUMO DE MEDIOS EN UNA SECUNDARIA LOCAL DEL PUEBLO MÁGICO DE VIESCA, MÉXICO	253
JORGE SADI	
21. INFLUENCIA DEL USO DE DISPOSITIVOS PARA LA AUTONOMÍA EN LA COMUNICACIÓN DE LAS PERSONAS CON TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA	263
MYRNA MÉNDEZ MARTÍNEZ Y MARCELA RÁBAGO DE ÁVILA	
22. FABRICACIÓN SOSTENIBLE DE PLACAS DE POLIPROPILENO RECICLADO: CONTRIBUCIONES AL DESARROLLO SUSTENTABLE EN LA EDUCACIÓN SUPERIOR.....	273
JOSÉ RAMÓN LAINES-CANEPA, ROBERTO DEL CARMEN MORENO-GUZMÁN Y JOSÉ AURELIO SOSA-OLIVIER	
23. EL DISPOSITIVO DIGITAL: ¿VIGILAR Y CONTROLAR?	277
MIGUEL ÁNGEL VITE PÉREZ	
24. RESPONSABILIDAD COMPARTIDA EN 4D: DETECCIÓN, DERIVACIÓN, DINAMIZACIÓN Y DIÁLOGO DIGITAL EN LA INTERVENCIÓN DE NIÑOS CON RETRASO ORAL	287
ELENA PATRICIA SÁNCHEZ MARTÍNEZ	
25. MUNDOS VIRTUALES SONOROS: UN PRIMER ACERCAMIENTO A ENTORNOS TRIDIMENSIONALES ACCESIBLES PARA PERSONAS CIEGAS.....	299
MARTÍN JOAQUÍN AGUILAR MUÑOZ, ALEXANDRO ESCUDERO-NAHÓN Y CHRISTIAN JONATHAN ÁNGEL RUEDA	
26. POSTURAS DE MUJERES JÓVENES CON TRASTORNOS ALIMENTARIOS ANTE PÁGINAS DE INTERNET Y REDES SOCIALES	313
ALFONSO URIEL BELLO-GONZÁLEZ,, ROSALIA VÁZQUEZ-AREVALO Y XÓCHITL LÓPEZ-AGUILAR	
27. LA ERA DIGITAL EN LA VIDA UNIVERSITARIA: UN ESTUDIO EN EL CENTRO UNIVERSITARIO DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO, VALLE DE MÉXICO.....	325
IVONNE RODRÍGUEZ PÉREZ	
28. ALFABETIZACIÓN DIGITAL EN EL PAISANO MUNICIPIO DE LAS VIGAS DE RAMÍREZ, VERACRUZ, MÉXICO	337
MANUEL LÓPEZ-BELLO, SILVIA GRAPPIN-NAVARRO Y AMADOR GONZÁLEZ-HENÁNDEZ	

29. ACTIVIDAD FÍSICA EN UN TRATAMIENTO MULTIDISCIPLINARIO EN LÍNEA PARA TRASTORNO POR ATRACÓN: UN ESTUDIO EXPLORATORIO.....	351
ANDREA SALOMÉ ALDACO LÓPEZ, ROSALÍA VÁZQUEZ-ARÉVALO, MARIANA VALDEZ AGUILAR, XÓCHITL LÓPEZ AGUILAR, MA. DEL CARMEN BEAS JARA Y JUAN MANUEL MANCILLA DÍAZ	
30. MARKETING DIGITAL EN MICROEMPRESAS DE COMALCALCO, TABASCO, MÉXICO.....	365
ANA RUTH ULLOA PIMIENTA, ROSA DEL CARMEN SÁNCHEZ TRINIDAD Y ANTONIO AGUIRRE ANDRADE	
31. DESAFÍOS ÉTICOS DEL DERECHO EN LA NUEVA SOCIEDAD DEL CONOCIMIENTO	381
DAMIÁN MADAY MERINO, ROSA DEL CARMEN SÁNCHEZ TRINIDAD Y SOFÍA RUIZ LIÉVANO	
32. ACCESO UNIVERSAL AL CONOCIMIENTO EN LA DIVULGACIÓN CIENTÍFICA	395
DIEGO ESCUDERO-SÁNCHEZ, REYNA MORENO BELTRÁN Y RAQUEL MONDRAGÓN HUERTA	
33. USO DE QUICK RESPONSE CODES EN ALMACENES QUÍMICOS UNIVERSITARIOS.....	407
JESÚS JONATHAN LIRA-VALLEJO, ARIADNA CRISANTEMA MARTÍNEZ HERNÁNDEZ Y MÓNICA MIRAMONTES IBARRA	
34. LA REALIDAD VIRTUAL COMO HERRAMIENTA PRINCIPAL PARA UN TRATAMIENTO EFICAZ DE LA DISCALCULIA POR TIPOLOGÍA.....	417
SAMUEL JOSEPH LIZARAZU CERÓN Y ALEXANDRO ESCUDERO- NAHÓN	
35. CREACIÓN Y APLICACIÓN DEL INDICADOR DE EMPRENDIMIENTO MUNICIPAL EN EL MUNICIPIO DE OAXACA DE JUÁREZ, MÉXICO.....	429
DANIEL DIAZ-ROJAS	



17.

**IDENTIDAD Y AUTOESTIMA
EN LA ERA DIGITAL:
EFECTOS DE LAS
REDES SOCIALES
SOBRE ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS**

SARAÍ CÁRDENAS-MATA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE HIDALGO

ORCID: 0000-0003-4031-5923

MARÍA GUADALUPE VEYTIA BUCHELI

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE HIDALGO

ORCID: 0000-0002-1395-1644

17.

IDENTIDAD Y AUTOESTIMA EN LA ERA DIGITAL: EFECTOS DE LAS REDES SOCIALES SOBRE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

INTRODUCCIÓN

La convergencia entre la Psicología Social y la Educación representa un escenario fértil para comprender las dinámicas entre los individuos y su entorno, particularmente en el contexto universitario actual. Estas disciplinas evolucionaron para responder ante una sociedad cambiante por las tecnologías aceleradas, donde el papel de las redes sociales ha reconfigurado los modos en que los jóvenes se relacionan, construyen conocimiento y definen su identidad personal y social (Collantes y Tobar, 2023; Garro-Aburto et al., 2024). Este entrecruzamiento teórico se ha acentuado a partir de la pandemia por COVID-19, impulsado por los ecosistemas digitales que han impactado de forma significativa en la auto percepción y el desarrollo de la autoestima en estudiantes universitarios.

El auge de las redes sociales cambió la percepción académica y emocional de los universitarios. Si bien estas plataformas fueron creadas para la comunicación y la acción, también son usadas para la circulación del conocimiento. Asimismo, introducen el deseo a la vida del otro, la búsqueda de aceptación y la constante exposición a ideales inalcanzables (Collantes y Tobar, 2023). Estudios recientes evidenciaron la relación que existe entre el uso intensivo de estas redes sociales y los desafíos que enfrentan los usuarios vinculados al bienestar emocional, de autoestima y de estrés académico (Arias Chiluisa & Guadalupe Núñez, 2024; Trunce Morales et al., 2020; Zamora-Marin y Leiva-Colos, 2022).

En esta línea, el consumo de contenido digital afecta la autoestima, dependiendo del tipo de información que consume y de las características personales del usuario, es decir, la vida *offline*. Pese a estos avances, la mayoría de las investigaciones abordan la relación entre redes sociales y autoestima desde un punto de vista global, sin disociar aspectos importantes como la naturaleza del contenido consumido y el tiempo de uso. Aunque el consumo excesivo de estas plataformas está asociado a una menor autoestima, y las diferencias interindividuales. Asimismo, permanecen las incógnitas acerca del impacto del uso digital en el desarrollo de una identidad estable, y en la adquisición de competencias socioemocionales básicas y necesarias para el éxito académico (Garro-Aburto et al., 2024; Collantes y Tobar, 2023).

En este marco, estudios como el de Treviño-Vázquez et al. (2024) destacaron la relevancia de desarrollar habilidades sociales, autonomía y competencia en la formación de una identidad saludable y una alta autoestima, autoeficacia y emociones positivas. Estas necesidades, reconstruidas por los medios digitales, presentan nuevos desafíos, debido a que la exposición excesiva a las pantallas pueden proporcionar u obstaculizar relaciones significativas y experiencias de pertenencia lo que agrega desafíos adicionales. Es entonces que, en el ámbito universitario, la calidad de estas relaciones afecta en el compromiso, la motivación y los procesos cognitivos de los estudiantes. Es así que, el objetivo de esta investigación fue examinar, mediante una revisión bibliográfica actualizada, cómo el uso de redes sociales incide en la construcción de la identidad y la autoestima en el estudiantado universitario. Por lo tanto, se identificaron las brechas teóricas y se aportaron herramientas para potenciar el bienestar integral del estudiante en una era digitalizada.

MÉTODO DE INVESTIGACIÓN

Este trabajo se realizó dentro del género de revisión bibliográfica, adoptando un enfoque cualitativo de corte interpretativo. Esta elección metodológica obedece al interés por estudiar, desde una perspectiva amplia y crítica, la producción científica reciente alrededor de las interacciones del uso de redes sociales, identidad y autoestima en estudiantes universitarios. Para ello, se exploraron diversas bases de datos académicas como *Scopus*, *Web of Science*, *SciELO*, *Latindex* y *Google Scholar*, reconocidas por su rigor y cobertura multidisciplinaria. Los descriptores empleados incluyeron combinaciones de términos clave en español e inglés como “redes sociales”, “identidad”, “autoestima”, “estudiantes universitarios” y “Psicología Social”, lo que permitió una recopilación amplia y diversificada de fuentes relevantes.

Se consultaron texto del 2020 al 2025 y relacionadas Educación, Psicología social, Tecnologías de la Información y la Comunicación. El objetivo de la búsqueda fue asegurar la actualidad y la pertinencia del material analizado. Para la selección, se definieron como criterios de inclusión, las investigaciones cuyas características y contribuciones articuladas a las categorías de análisis primarias, escritos en español e inglés, lenguas predominantes en la producción científica regional e internacional, de carácter empírico. Asimismo, presentaban datos originales y fueron publicados en revistas con revisión por pares, garantizando la calidad metodológica como el impacto académico de las fuentes consideradas.

ANÁLISIS TEMÁTICO DE LA INFORMACIÓN

La revisión bibliográfica organizó los hallazgos alrededor de cuatro ejes analíticos principales: el impacto de las redes sociales en la autoestima, la influencia de la comparación social en la construcción de identidad, los efectos psicológicos del uso adictivo de redes y el papel mediador de la universidad. Estos ejes mostraron la dificultad del fenómeno abordado y permiten estructurar la discusión alrededor de aspectos asociados al bienestar estudiantil en entornos digitales (Tabla 1).

Tabla 1

Tabla de clasificación por ejes temáticos

Eje temático	Descripción	Hallazgos destacados
Impacto de las redes sociales en la autoestima.	Remite al uso intensivo de redes sociales influye en la autoestima y el valor personal de los estudiantes universitarios.	Se observó que la exposición frecuente a narrativas de éxito, estética idealizada y felicidad aparente puede deteriorar la autoestima, en especial cuando se establecen expectativas irreales o son dependientes de la validación (Çolak et al., 2023; Ahmed et al., 2021). Asimismo, se identificaron aspectos positivos cuando las redes permiten interacciones significativas y retroalimentación positiva (Yi & Ahmad, 2024; Liu, 2023).
Comparación social y construcción de identidad.	Trata la importancia de las comparaciones sociales crecientes en la construcción del autoconcepto y la identidad digital.	Las redes sociales invitan a la comparación. Esto afecta la autoimagen y resulta en inconformidad personal y distorsión de la identidad (Abdalqader & Joseph, 2020; Möri et al., 2022; Trunce Morales et al., 2020). Sin embargo, al visualizar experiencias e identidades diferentes puede contrarrestar estos efectos, causando la aceptación de las diferencias reforzando así el sentido de pertenencia (Liu, 2023; Collantes y Tobar, 2023).
Adicción a redes sociales y consecuencias psicológicas.	Refiere al uso problemático y compulsivo de redes sociales y su relación con el bienestar psicológico y el rendimiento académico.	Usar en exceso las plataformas genera un patrón de búsqueda constante de validación, asociado con ansiedad, depresión, y bajo rendimiento académico (Zhang et al., 2024; Zamora-Marin y Leiva-Colos, 2022; Trunce Morales et al., 2020). No obstante, algunos efectos podrían ser parcialmente positivos, su naturaleza transitoria no fortalece una autoestima sólida. Las plataformas digitales y las relaciones sociales <i>offline</i> actúan como factores protectores (Stevens Rodríguez y Moral Jiménez, 2022; Yi & Ahmad, 2024).

Tabla 1

Tabla de clasificación por ejes temáticos

Eje temático	Descripción	Hallazgos destacados
Rol mediador de la educación universitaria.	Aborda la importancia de las instituciones educativas para intervenir en el desarrollo de habilidades digitales y socioemocionales que disminuyan los riesgos y potencien los beneficios estos entornos.	Es importante integrar estrategias de alfabetización digital crítica y formación en autorregulación emocional mediante programas de apoyo, talleres y espacios de colaboración (Garro-Aburto et al., 2024; Treviño-Vázquez et al., 2024) y favorecer la construcción de una identidad digital legítima y resiliente (Arias Chiluisa & Guadalupe Núñez, 2024; Zainal Abiddin et al., 2024; Ye & Lu, 2024; Stevens Rodríguez y Moral Jiménez, 2022).

Nota. Se presenta la clasificación sistematizada del desarrollo de la investigación.

DESARROLLO

En el contexto universitario contemporáneo, las redes sociales se han posicionado en un rol central como fenómeno multidisciplinario para la configuración de la identidad y la autoestima de los usuarios, pues son espacios virtuales creados para la comunicación, la interacción social, la validación y la autoexpresión en estos entornos digitales. Este fenómeno ha captado el interés de la investigación en Psicología Social y Educación por su carácter ambivalente. Si bien prometen espacios de conexión y exploración identitaria, también presentan conflictos relevantes para el equilibrio emocional, resultantes de dinámicas como la comparación social, la influencia por cumplir con ideales normativos y la adicción al entorno digital.

EL IMPACTO DE LAS REDES SOCIALES EN LA AUTOESTIMA

Los constantes discursos de éxito, la estética idealizada y la felicidad aparente en redes como *Instagram* y *Facebook* provoca sentimientos de insuficiencia y frustración, en especial cuando no se alcanzan los estándares planteados dentro del ecosistema digital (Çolak et al., 2023; Ahmed et al., 2021). Esto ocurre cuando los estudiantes se comparan con otros ideales puede mermar la autoestima, principalmente cuando se interiorizan esperanzas poco realistas o se busca aceptación externa constante.

A esto se acrecienta el fenómeno del *Fear of Missing Out* (FoMO), que aumenta la ansiedad al visualizar que otros disfrutan de experiencias en las que han sido excluidos o actividades que no han podido realizar. Esto afecta la percepción de competencia y deleite

personal en un ambiente ya afectado por las demandas sociales y académicas (Uram & Skalski-Bednarz, 2020; Zamora-Marin y Leiva-Colos, 2022).

Por otro lado, Hang y Yang (2023) señalaron que la manera de presentarse en estos espacios puede debilitar la forma en que la persona se percibe y fomentar una dependencia emocional de aprobación. Sin embargo, la autoestima es esta autoevaluación positiva o negativa y las redes también son usadas como entornos de apoyo y afirmación, especialmente para aquellas personas que representa un obstáculo estar en espacios presenciales.

En este sentido, Yi y Ahmad (2024) destacaron la capacidad de las redes para fortalecer la autoestima por medio de la retroalimentación positiva y la posibilidad de relacionarse con comunidades que tengan las mismas expectativas. Esto puede ser importante para estudiantes pertenecientes a grupos minoritarios (Liu, 2023). Del mismo modo, Savitri et al. (2023) destacaron que el bienestar general y la satisfacción vital pueden ser recursos ante la comparación social, favoreciendo una búsqueda identitaria más auténtica.

COMPARACIÓN SOCIAL Y CONSTRUCCIÓN DE IDENTIDAD

El proceso de comparación social tiene un impacto enorme en la formación de la autoimagen. La exposición a contenidos fomenta la insatisfacción corporal y la alteración de la autoimagen, en particular cuando se fomentan estándares estéticos inaccesibles (Möri et al., 2022). Abdalqader y Joseph (2020) mencionaron que con un declive en la autovaloración corporal hay un incremento en el riesgo de trastornos psicológicos. Por ejemplo, ansiedad, depresión y trastornos de la alimentación.

Dentro del contexto universitario, los estudiantes se encuentran en una etapa de formación, la juventud se encuentra en un escenario propicio para su avance debido al estrés propio de la exigencia escolar y las plataformas como fuga y distracción. Asimismo, se encuentran en una fase de exploración y afirmación de su identidad. Esto genera una presión que puede ser particularmente perjudicial, aumentando la susceptibilidad a problemas de salud mental como los antes mencionados (Trunce Morales et al., 2020, Zamora-Marin y Leiva-Colos, 2022).

Cabe señalar que la comparación social va más allá de lo físico. Estos paralelos abarcan logros escolares, vínculos afectivos y estilos de vida, en los perfiles se ven éxitos académicos, experiencias internacionales, actividades extracurriculares, actividades de ocio entre otras. Por lo tanto, se crean narrativas exitosas y de plenitud que puede crear

representaciones distorsionadas del éxito que dificultan la afirmación identitaria, coherente y genuina (Collantes y Tobar, 2023). Sin embargo, la diversidad de vivencias resaltadas en estos contextos puede contrarrestar dichos efectos, y fortalecer el reconocimiento, así como reforzar el sentido de pertenencia (Möri et al., 2022; Liu, 2023).

ADICCIONES A LAS REDES SOCIALES Y CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS

La dependencia a las plataformas de redes sociales es uno de los desafíos más complicados para la salud mental y el bienestar psicológico de los usuarios. Este fenómeno, que se caracteriza por una utilización compulsiva y desregulada de plataformas digitales, ha despertado un interés creciente en la investigación educativa y psicológica, debido a su potencial para perturbar la dinámica de la autoestima, la percepción de valor personal y el desempeño académico.

Las conductas adictivas se refieren a la ingestión de sustancias psicoactivas. Sin embargo, el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5) (American Psychiatric Association [APA], 2013) reconoció las adicciones conductuales que no implican sustancias, es decir, el trastorno del juego por internet o consumo del internet. Zhang et al. (2024); y Abdalqader y Joseph (2020) recalcaron que la búsqueda constante de validación digital puede distorsionar la percepción de autoestima en función de las respuestas en las redes sociales, incrementando la insatisfacción y dependencia a estas plataformas.

El impacto de la adicción a las redes sociales no solo es psicológico, también es orgánico que afecta distintas áreas, entre ellas la académica. Esta se manifiesta en altos niveles de estrés, ansiedad y dificultades cognitivas las cuales impactan de forma negativa en la concentración, desempeño y en la capacidad hacer relaciones sociales saludables (Trunce Morales et al., 2020; Zamora-Marin y Leiva-Colos, 2022).

A pesar de que existen beneficios, estos son transitorios y no contribuyen a una alta autoestima (Yi & Ahmad, 2024). Aspectos como la inteligencia emocional y las redes de apoyo *offline* pueden ser mecanismos de protección frente a estos riesgos, así como la promoción de la gestión emocional y la autorregulación con el uso de estas plataformas digitales (Stevens Rodríguez y Moral Jiménez, 2022).

EL PAPEL DE LA EDUCACIÓN UNIVERSITARIA COMO MEDIADORA EN ESTOS PROCESOS

Es así que la institución asume una función estratégica, capaz de minimizar las repercusiones adversas y potenciar las oportunidades inherentes al contexto digital. Para ello, es necesario integrar en la educación superior una perspectiva de los contenidos disciplinares, integrando habilidades digitales y socioemocionales. Garro-Aburto et al. (2024) postularon que la influencia del contenido audiovisual en la autoestima depende en gran medida de la intención comunicativa, subrayando así la necesidad de una alfabetización digital crítica.

Por otro lado, Treviño-Vázquez et al. (2024) subrayaron la relevancia de la satisfacción de necesidades psicológicas básicas como la autonomía, la competencia y la pertenencia, con el objetivo de construir una identidad sólida y resiliente. En este sentido, programas de acompañamiento psicológico, talleres enfocados en el uso consciente de redes sociales, campañas sobre diversidad y estrategias de autocuidado digital podrían potenciar el bienestar estudiantil (Stevens Rodríguez y Moral Jiménez, 2022).

Además, incorporar en los currículos académicos módulos sobre ciudadanía digital, pensamiento crítico y *mindfulness* puede robustecer la administración saludable de la identidad en línea y mitigar el riesgo de dependencia tecnológica (Garro-Aburto et al., 2024). Iniciativas institucionales como actividades extracurriculares presenciales, proyectos colaborativos y foros de diálogo intercultural fortalecen las relaciones sociales directas y la disminución de la necesidad de validación digital.

Asimismo, el desarrollo de competencias de autorregulación emocional y conciencia digital, junto con el acompañamiento reflexivo de la comunidad educativa, pueden transformarse en fundamentos indispensables para fomentar una autoestima sólida, una identidad genuina y un bienestar emocional sostenible en la era digital (Arias Chiluisa & Guadalupe Núñez, 2024; Zainal Abiddin et al., 2024; Ye & Lu, 2024).

CONCLUSIONES

Las redes sociales han evolucionado de forma influyente y polifacética en la formación de la identidad y la autovaloración de los estudiantes universitarios, transformando los procesos de socialización, validación personal y expresión emocional. El entorno digital, en lugar de ser un fenómeno unidimensional, manifiesta una dualidad palpable que, por un lado, facilita nuevas modalidades de conexión, inclusión y autoafirmación. Por el otro, aumenta los

riesgos psicológicos vinculados a la comparación social, la idealización de la realidad y la dependencia de la aprobación externa.

La evidencia revisada sugiere que el uso excesivo de dichas plataformas, en especial cuando existe la búsqueda constante de reconocimiento, puede poner en riesgo la salud mental, reducir la autoestima y distorsionar la percepción del yo, en particular cuando no se tienen estrategias personales o institucionales para la regulación emocional y alfabetización digital. No obstante, también se reconocen sus potencialidades como espacios de empoderamiento identitario, especialmente para colectivos tradicionalmente marginados, que hallan en las redes un medio para poner en relieve sus voces y fortalecer vínculos significativos.

Ante ciertos elementos como la comparación social, la auto-presentación estratégica y el fenómeno del FoMO constituyen aspectos que afectan la estabilidad emocional del estudiante. Sin embargo, el bienestar global, la inteligencia emocional y el respaldo social en espacios no digitales actúan como moderadores positivos capaces de atenuar las repercusiones negativas del ambiente digital. Frente a este escenario, la institución universitaria debe enfocarse no solo como transmisora de conocimientos interdisciplinarios, sino también en la formación de habilidades socioemocionales y digitales. La integración de programas de acompañamiento psicológico, talleres enfocados en el uso consciente de las redes sociales, y actividades que fortalezcan la identidad desde la autenticidad y la diversidad, son esenciales para fomentar un desarrollo integral del estudiante.

También, es importante continuar con la investigación en el campo de la psicología social y de la educación para profundizar en la comprensión de esas dinámicas en un contexto que experimenta una rápida evolución. Las consecuencias futuras de este estudio son notables, no solo en aspectos teóricos, al expandir la comprensión del impacto psicológico de las redes sociales, sino en aspectos prácticos, a orientar políticas educativas y estrategias pedagógicas que fomenten un uso responsable y saludable de las plataformas digitales. Fomentar la alfabetización digital y la capacidad de resiliencia psicosocial puede contribuir a la formación de estudiantes más equilibrados conscientes de su identidad en el ámbito digital, garantizando un mejor bienestar psicológico en esta era de alta interconexión.

REFERENCIAS

- Abdalqader, M., & Joseph, S. A. (2020). The impact of social media on body comparison tendency, body-esteem and sleep quality among female students in a private university in shah alam/ malaysia. *Global Journal of Public Health Medicine*, 2(2), 229-234. <https://doi.org/10.37557/gjphm.v2i2.66>
- Ahmed, O., Syeda Jannatun, N. S., Alam, N., & Griffiths, M. (2021). The mediating role of problematic social media use in the relationship between social avoidance/distress and self-esteem. *Technology in Society*, 64, 101485.
- APA. (2013). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5)*. Editorial Médica Panamericana.
- Arias Chiluisa, A. D., y Guadalupe Núñez, S. V. (2024). Estrés académico y su relación con la autoestima en estudiantes de enfermería. *Ibero-American Journal of Education & Society Research*, 4(1), 102–109. <https://doi.org/10.56183/iberoeds.v4i1.658>
- Çolak, M., Şireli, Ö., & Dayı, A. (2023). Self-esteem and social media addiction level in adolescents: the mediating role of body image. *Indian Journal of Psychiatry*, 65(5), 595-600. https://doi.org/10.4103/indianjpsychiatry.indianjpsychiatry_306_22
- Collantes, K. D., y Tobar, A. (2023). Adicción a redes sociales y su relación con la autoestima en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 848–860. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.300>
- Garro-Aburto, L. L., Vicuña Salvador, H. H., Carrillo-Flores, J. W., & Sánchez Sánchez, R. M. (2024). Impact of Audiovisual Content Consumption on the Self-Esteem of University Students. VISUAL REVIEW. *International Visual Culture Review*, 16(5), 177–186. <https://doi.org/10.62161/revvisual.v16.5336>
- Han, Y., & Yang, F. (2023). Will Using Social Media Benefit or Harm Users' SelfEsteem? It Depends on Perceived RelationalCloseness. *Social Media + Society*, 9(4). <https://doi.org/10.1177/20563051231203680>
- Liu, C. (2023). The unique role of smartphone addiction and related factors among university students: a model based on cross-sectional and cross-lagged network analyses. *BMC Psychiatry*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05384-6>
- Möri, M., Mongillo, F., & Fahr, A. (2022). Images of bodies in mass and social media and body dissatisfaction: the role of internalization and self-discrepancy. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1009792>
- Savitri, J., Kiswantomo, H., & Naulee Tambun, G. (2023). The combined role of self-esteem and life satisfaction in enhancing student engagement. *Journal an-Nafs Kajian Penelitian Psikologi*, 8(2), 249-263. <https://doi.org/10.33367/psi.v8i2.4236>
- Stevens Rodríguez, R. P., y Moral Jiménez, M. V. (2022). Empatía, inteligencia emocional y autoestima en estudiantes universitarios de carreras sanitarias. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 20(57), 311-334. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v20i57.5083>

- Treviño-Vázquez, I. J., González-Vázquez, A., Hernández-Valles, J. H., Oviedo-de León, C. J., y Tizoc-Márquez, A. (2024). Necesidades psicológicas básicas en jóvenes universitarios. *Archives of Health*, 5(1), 140-150. <https://doi.org/10.46919/archv5n1-014>
- Trunce Morales, S., Villarroel Quinchalef, G., Arntz Vera, J., Muñoz Muñoz, S., y Werner Contreras, K. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación en Educación Médica*, 9(36), 8-16. <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229>
- Uram, P., & Skalski-Bednarz, S. (2020). Still logged in? the link between facebook addiction, fomo, self-esteem, life satisfaction and loneliness in social media users. *Psychological Reports*, 125(1), 218-231.
- Ye, X., & Lu, K. (2024). Study on the Influencing Factors and Coping Strategies of College Students' Mental Health based on Social Media Environment. *International Journal of Education and Humanities*, 17(2), 42-44. <https://doi.org/10.54097/hh2vjs33>
- Yi, C. W. & Ahmad, Y. (2024). Relationships between social media addiction and self-esteem among university students in malaysia. *Journal of Human Development and Communication (JoHDeC)*, 12, 27-34. <https://doi.org/10.58915/johdec.v12.2023.630>
- Zainal Abiddin, N. R., Maidin, A., & Hamzah, M. (2024). Assessing youth dependency on social media: an analytical study. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, VIII(X), 3329-3333. <https://doi.org/10.47772/ijriss.2024.8100281>
- Zamora-Marin, A. M., y Leiva-Colos, F. V. (2022). Estrés académico y autoestima en estudiantes universitarios de lima metropolitana en contexto covid-19 durante el año 2021. *Academo Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*, 9(2), 127-138. <https://doi.org/10.30545/academo.2022.jul-dic.2>
- Zhang, Z., Abdullah, H., Ghazali, A., D'Silva, J., Ismail, I., & Huang, Z. (2024). The influence of health awareness on university students' healthy lifestyles: the chain mediating role of self-esteem and social support. *Plos One*, 19(10). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0311886>

DIGITALIZACIÓN DE LA VIDA COTIDIANA



ISBN: 978-968-9724-10-0



Trans[®]
digital
editorial