

Licenciatura en Enfermería
Trabajo Final Integrador

Autoras: Javier Bustamante
Jonatan Perez
Catalina Pintos
Aylen Velázquez

**LAS PLATAFORMAS DIGITALES EN EL
DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES**

2026

Tutor: Lic. Juan José Solis



Citar como: Bustamante J, Perez J, Pintos C, Velázquez A. Las plataformas digitales en el desarrollo de habilidades sociales. [Trabajo Final de Grado]. Buenos Aires: Universidad ISALUD; 2026.

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mi familia, el motor principal y el apoyo incondicional detrás de cada hora de estudio y cada noche en vela. Mi más profundo agradecimiento a mi madre, Vanesa, por ser mi constante inspiración y motivarme a superarme día a día. A mis hermanos, Román y Sofía, por su compañía y apoyo; a mi abuela, Teresa, por alentarme siempre a dar lo mejor de mí; y a mi tío, Salvador, por su presencia constante y su confianza en mi camino. Gracias a todos los que brindaron su granito de arena para que lo que hace seis años empezó como un sueño, hoy se vuelva realidad.

Velazquez Aylen.

Dedico este trabajo a mi novio, Gustavo por su amor, comprensión y apoyo incondicional durante este proceso. Este logro también lleva una parte de ti, porque estuviste presente en cada esfuerzo, celebraste cada avance y me ayudaste a superar cada obstáculo.

A mi madre, por su amor incondicional, sus enseñanzas, su esfuerzo constante y por ser mi ejemplo de fortaleza y perseverancia, mis hermanas y hermanos, por su cariño, apoyo y compañía a lo largo de este camino, a mis sobrinos, cuya alegría y cariño llenan mi vida de felicidad.

A mis amigas/os gracias por cada palabra de aliento, por celebrar conmigo cada pequeño avance y cada logro alcanzado.

Y a mis futuros hijos, que ocupan un lugar especial en mis sueños y proyectos. Espero que este logro sea un ejemplo de que con esfuerzo, dedicación y constancia es posible alcanzar las metas propuestas.

Con profundo amor y gratitud, dedico este trabajo a todas las personas que forman parte de mi vida y que hicieron posible que este sueño se convierta en realidad.

Pintos Catalina.

Dedico este trabajo en primer lugar a Dios, por guiar mis pasos, darme fuerza en los momentos difíciles y acompañarme siempre en el camino hacia el logro de mis metas.

A mi familia, por su amor, por acompañarme en este proceso, paciencia y confianza. A mi compañera de vida, gracias por estar a mi lado en cada desafío, por alentarme, creer en mí para seguir adelante, por ser mi mayor inspiración para crecer y superarme cada día. A mis hijos que son el sostén de mi vida, este logro también les pertenece a ustedes, porque sin su compañía y esfuerzo nada de esto hubiera sido posible.

Perez jonatan.

Dedico este trabajo a mi familia ya que ellos siempre estuvieron presentes en cada momento, especialmente a mi mamá y mi papá que con una palabra, un aliento, su fe en mí en que podía llegar a cumplir la meta que me habría propuesto.

A mi pareja, por su comprensión y aliento a cada momento de este largo camino. gracias a todos por estar siempre y ser parte fundamental de todos los logros que he alcanzado.

Bustamante Javier Nicolas

Agradecimiento

Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a todas las personas que hicieron posible la realización de esta investigación.

Extendemos nuestro reconocimiento a nuestros docente Lic.Juan Solis , quien con su experiencia, orientación y dedicación, nos guió en el desarrollo de esta tesis, aportando valiosos conocimientos para nuestra formación profesional.De igual manera, agradecemos a la institución educativa Isalud y a todos los participantes que colaboraron en la investigación, ya que su disposición y aporte fueron fundamentales para alcanzar los objetivos propuestos.

Finalmente, agradecemos a todas aquellas personas que, de una u otra manera, contribuyeron al desarrollo y culminación exitosa de este trabajo, convirtiéndose en parte importante de este logro académico.

Resumen

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo identificar la relación existente entre el uso de las plataformas digitales y el desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes de 15 a 18 años que asisten a Espacio libre dance y fitness, ubicado en Estanislao del campo, en Gregorio LaFerrere durante el periodo marzo-abril de 2026. El estudio se desarrolla bajo un enfoque cuantitativo, de tipo correlacional y de diseño no experimental. Se aplican instrumentos válidos, como la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein y el cuestionario de adicción a las plataformas digitales, con el fin de analizar la relación entre ambas variables. A partir de antecedentes revisados, se puede observar que el uso excesivo de plataformas de interacción digital genera un impacto negativo en la interacción social, la empatía y la comunicación cara a cara, afectando la salud emocional y el bienestar de los adolescentes. Esta investigación busca aportar información relevante para el ámbito de la enfermería, promoviendo el desarrollo de estrategias que fortalezcan las habilidades sociales y el uso responsable de las tecnologías digitales.

Palabras claves: Plataformas de interacción digital , Habilidades sociales, Adolescentes.

ABSTRACT

The objective of this research work is to identify the relationship between the use of digital platforms and the development of social skills in adolescents aged 15 to 18 who attend *Espacio libre dance y fitness*, located on Estanislao del Campo in Gregorio de Laferrère, during the period of March-April 2026. The study is developed under a quantitative approach, of a correlational type, and a non-experimental design. Valid instruments are applied, such as Goldstein's Social Skills Checklist and the Digital Platforms Addiction Questionnaire, in order to analyze the relationship between both variables. Based on the reviewed literature, it can be observed that the excessive use of social media generates a negative impact on social interaction, empathy, and face-to-face communication, affecting the emotional health and well-being of adolescents. This research seeks to provide relevant information for the field of nursing, promoting the development of strategies that strengthen social skills and the responsible use of digital technologies.

Keywords: Social networks, Social skills, Adolescents.

Resumo

O presente trabalho de pesquisa tem como objetivo identificar a relação existente entre o uso das plataformas digitais e o desenvolvimento das habilidades sociais em adolescentes de 15 a 18 anos que frequentam o *Espacio libre dance y fitness*, localizado na Estanislao del Campo em Gregorio de Laferrère, durante o período de março-abril de 2026. O estudo desenvolve-se sob uma abordagem quantitativa, de tipo correlacional e de desenho não experimental. São aplicados instrumentos válidos, como a lista de checagem de habilidades sociais de Goldstein e o questionário de vício em plataformas digitais, com o intuito de analisar a relação entre ambas as variáveis. A partir dos antecedentes revisados, observa-se que o uso excessivo de redes sociais gera um impacto negativo na interação social, na empatia e na comunicação face a face, afetando a saúde emocional e o bem-estar dos adolescentes. Esta pesquisa busca fornecer informações relevantes para a área da enfermagem, promovendo o desenvolvimento de estratégias que fortaleçam as habilidades sociais e o uso responsável das tecnologias digitais.

Palavras-chave: Redes sociais, Habilidades sociais, Adolescentes.

Índice

Capítulo I .	8
Introducción	8
Planteamiento del problema científico	12
Justificación	12
Relevancia social	12
Relevancia institucional	12
Relevancia profesional	12
Hipótesis	13
Objetivo general	13
Objetivos específicos	13
Capítulo II.	14
Marco teórico	14
Marco contextual	14
Marco conceptual	16
Capítulo III	22
Diseño metodológico	22
Enfoque de investigación	22
Tipo de investigación	22
Método de investigación	22
Unidad de análisis	22
Criterios de selectividad	23
Criterios de exclusión:	23
Tabla de operacionalización	23
Aspectos éticos	25
Técnica de instrumento	25
Capítulo IV.	26
Resultados.	26
Análisis de cumplimiento de objetivos	51
Capítulo V	53
Discusión de los resultados.	53
Capítulo VI.	54
Conclusión	54
Recomendaciones	55
Bibliografía	56
Anexo	57
Instrumento	57

Capítulo I .

Introducción

El presente trabajo de investigación tiene como propósito analizar la relación existente entre el uso de las plataformas de interacción digital y el desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes de 15 a 18 años que asisten al Espacio libre dance y fitness, ubicado en Estanislao del Campo, en Gregorio de Laferrere durante el período marzo-abril de 2026.

Actualmente, las plataformas de interacción digital forman parte fundamental de la vida cotidiana de los adolescentes, constituyéndose como uno de los principales medios de comunicación, interacción y acceso a la información. Plataformas como Instagram, TikTok, Facebook y WhatsApp han transformado la manera en que los jóvenes se relacionan entre sí, generando nuevas formas de interacción social que pueden influir tanto positiva como negativamente en el desarrollo de habilidades como la comunicación, la empatía, la asertividad, la resolución de conflictos y la capacidad para establecer relaciones interpersonales saludables.

La presente investigación corresponde a un estudio de tipo descriptivo-correlacional, con enfoque cuantitativo, ya que busca describir las características del fenómeno estudiado y determinar la relación existente entre las variables analizadas. Para la recolección de datos se aplicó una encuesta a estudiantes de nivel secundario, permitiendo obtener información relevante sobre los hábitos de uso de las plataformas de interacción digital y las habilidades sociales desarrolladas por los adolescentes.

La importancia de esta investigación radica en la necesidad de comprender cómo las nuevas tecnologías y los entornos digitales influyen en el desarrollo social de los jóvenes, considerando que la adolescencia constituye una etapa fundamental para la construcción de la identidad, la adquisición de competencias sociales y el establecimiento de vínculos significativos. Los resultados obtenidos permiten aportar conocimientos útiles para docentes, familias e instituciones educativas, favoreciendo la implementación de estrategias orientadas a promover un uso responsable de las plataformas de interacción digital y fortalecer las habilidades sociales en los adolescentes.

Nivel mundial / continental

Según la OMS marca un aumento problemático de las plataformas de interacción digital entre los adolescentes con tasas de 7% en 2018 y 11% en 2022. Con hallazgos de que el 12 % de los adolescentes corren riesgo de jugar de forma problemática, pudiendo provocar un impacto en la salud mental y bienestar de los jóvenes. El informe define el uso problemático como un patrón de comportamientos similares a los de la adicción.

Según un estudio en Reino Unido del 2025 los adolescentes de 12-19 años que tienen una condición de salud mental como ansiedad o depresión pasan más tiempos en las plataformas de interacción digital comparándose con otros.

Estos indicadores pueden limitar el desarrollo de habilidades sociales saludables como la auto expresión, autenticidad, comunicación y empatía. Hoy más del 93% de jóvenes tienen perfiles en plataformas de interacción digital.

Según Tridens Technology (Francis Onyngo) seis de cada diez personas utilizan plataformas de interacción digital. Normalmente los usuarios pasan un promedio de 151 min (de 2 a 5 hs) diariamente y utilizan entre 6-7 plataformas diferentes. Más de 6 mil millones de personas utilizan las plataformas de interacción digital. En enero 2025 en Europa del norte, Europa occidental presentaron tasas de 78.7 - 77.1%.

Nivel país (nacional) Jimenez Maldonado.

En Ecuador, 17,11% de la población mayor de 5 años, es decir 2.8 millones de ecuatorianos, declaran usar plataformas de interacción digital a través de su teléfono inteligente según datos del Instituto Nacional de Estadísticas y censos (2016).

Según la encuesta de condiciones de vida (2014) 4,9 millones de usuarios poseen una cuenta en las plataformas de interacción digital y pasan en ellas en promedio 7.2hs diarias. El porcentaje de participación es mayor en el área urbana con el 81,9% frente al 18,9% de participación del área rural. En cuanto al sexo, son los hombres los que usan más las redes. El 42% de ellos emplea 6.5 horas diarias en Internet.

Nivel local, Jimenez Maldonado, 2018.

El estudio realizado en la Unidad Educativa “Cordillera” revela que los adolescentes de primero y segundo de bachillerato dedican entre 5 o más de 7 horas diarias al uso de plataformas de interacción digital, lo que se correlaciona con un bajo nivel de desarrollo de habilidades sociales básicas, avanzadas y emocionales. Esto confirma que el uso excesivo de plataformas de interacción digital está afectando negativamente su capacidad para interactuar de manera efectiva en entornos presenciales.

Nivel país/ Argentina

Según infobae, los argentinos pasan un promedio de entre 44 minutos a 8 horas conectados a la red. El 90,1% de la población utiliza internet y esto sigue en crecimiento. En el último año se sumaron 542.000 nuevos usuarios.

El 98% de los usuarios mayores a 16 años accede a internet desde un smartphone. El 77% de los usuarios se conecta para buscar información. Un 69% utiliza internet para investigar cómo hacer cosas; le siguen el acceso a música un 67%; mantenerse al día con noticias y eventos (63,8%) y mirar videos o películas (63%). Pero internet también cumple una función social. El 62% dice que su motivación principal es mantenerse en contacto con familiares y amigos, mientras que un 60% la utiliza para encontrar inspiración o ideas nuevas.

El uso de las plataformas de interacción digital se ha convertido en una práctica cotidiana en los adolescentes. En Espacio libre dance y fitness, ubicado en Estanislao del campo, en Gregorio Laferrere, partido de la matanza, se observa que gran parte de los adolescentes entre 15 y 18 años utilizan frecuentemente las plataformas de interacción digital. Esto permite facilitar la comunicación pero también puede afectar el desarrollo de las habilidades sociales. Como por ejemplo la comunicación cara a cara, la empatía, la resolución de conflictos y el trabajo en equipo.

Causas

El uso de plataformas de interacción digital en adolescentes de 15 a 18 años se debe a varios factores, por un lado el acceso temprano y constante a celulares hace que estas plataformas se conviertan en un principal medio de comunicación. Además en esta etapa de la vida los jóvenes buscan la pertenencia y aceptación en los grupos sociales. A esto se suma la falta de educación sobre el uso responsable de las redes, esto afecta en los adolescentes en la capacidad de manejar de manera equilibrada el tiempo, el reemplazo del diálogo presencial por mensajes y en lo que publican diariamente limita las prácticas de las habilidades sociales como la empatía y expresión de emociones.

Consecuencias

Las consecuencias que pueden tener los adolescentes son a nivel físicos (trastornos del sueño, sedentarismo, fatiga visual y dolor de cabeza), mentales (ansiedad, depresión, baja autoestima, dependencia digital, dificultad para desconectarse y mayor exposición a ciberacoso), desarrollo social (dificultades en la comunicación cara a cara, disminución de habilidades sociales y problemas en la resoluciones de conflictos sin mediación digital), en lo académico (disminución de la concentración y rendimiento escolar, y postergar tareas por navegar en redes)

Aporte

En este contexto, la investigación pretende aportar información relevante para la comprensión de cómo las plataformas de interacción digital influyen en la interacción social de los adolescentes, permitiendo que los profesionales de enfermería diseñen estrategias de promoción de la salud mental y emocional, fomentando el desarrollo de habilidades sociales, la comunicación efectiva y el fortalecimiento de vínculos saludables en este grupo etario. De este modo, los resultados podrán ser utilizados como base para futuras intervenciones educativas y programas de prevención que contribuyan a mejorar el bienestar integral de los adolescentes.

Ante este panorama, surge la necesidad de investigar de qué manera el uso de las plataformas de interacción digital impacta en la construcción y fortalecimiento de las habilidades sociales en los adolescentes de este contexto educativo.

Planteamiento del problema científico

¿Cuál es la relación entre el uso de las plataformas de interacción digital y el desarrollo de habilidades sociales en los adolescentes que asisten al Espacio Libre dance y fitness, ubicado en Estanislao del Campo, en Gregorio de Laferrere en el periodo de marzo-abril 2026?

Justificación

Como futuros licenciados de enfermería comprendemos que nuestra labor no se limita a la atención clínica, sino que también implica acompañar a las personas en su desarrollo integral, especialmente en etapas como la adolescencia. Durante nuestras experiencias en prácticas y entornos educativos, hemos observado cómo el uso excesivo de plataformas de interacción digital influye en el comportamiento, las emociones y la forma de relacionarse de los adolescentes. Esta preocupación nos llevó a investigar cómo estas plataformas impactan en sus habilidades sociales, ya que esto afecta directamente su salud mental y su bienestar general. Consideramos fundamental que desde enfermería se aborde esta problemática para fomentar estilos de vida saludables y relaciones humanas sanas.

Relevancia social

Esta investigación es relevante socialmente porque brinda herramientas para el personal de salud, docentes, padres y familias para que promuevan hábitos digitales saludables y fortalezcan el desarrollo emocional de los adolescentes, reduciendo riesgos como el aislamiento, el ciberacoso o la baja autoestima.

Relevancia institucional

A nivel instruccional la investigación aportará información para escuelas, centros educativos, servicios de salud. El conocimiento brindado puede servir para desarrollar talleres de orientación, protocolos de intervención y comunicación con adolescentes.

Relevancia profesional

En el ámbito profesional sirve para el ámbito de la salud en diferentes áreas, para ayudar al desarrollo psicosocial del adolescente, comprender cómo las plataformas digitales forman una interacción, así poder detectar nuevas formas de abordar las situaciones con los adolescentes para no solo tratar lo físico sino lo emocional y social.

Hipótesis

El uso de las plataformas de interacción digital influye negativamente en el desarrollo de las habilidades sociales de los adolescentes que asisten a Espacio Libre dance y fitness, ubicado en Estanislao del Campo, en Gregorio de Laferrere en el período de Marzo-Abril 2026.

Objetivo general

- Identificar qué relación hay entre las plataformas de interacción digital y el desarrollo de habilidades sociales en los adolescentes.

Objetivos específicos

- Identificar a la población sociodemográfica.
- Mencionar que habilidades sociales son las afectadas en el uso de plataformas de interacción digital.
- Identificar los patrones de uso de plataformas de interacción digital entre los adolescentes.
- Determinar la relación entre el tiempo y tipo de uso de las plataformas digitales.

Capítulo II.

Marco teórico

Marco contextual

Según los autores Br. Huamán Mendoza, Rosario Edith y Br. Vila Gutiérrez, Luz Charito (2020), el **objetivo** fue determinar las relaciones entre las habilidades sociales como la asertividad, la comunicación, el autoestima, la toma de decisiones y la adicción a las plataformas de interacción digital en adolescentes de un Centro Preuniversitario parroquial en Huancayo. La **metodología** empleada fue de tipo correlacional. El **resultado** evidenció una relación inversa con un escaso nivel de correlación entre las habilidades sociales y la adicción a las plataformas de interacción digital en los estudiantes. Finalmente, la **conclusión** indica que se acepta la hipótesis general, confirmando que a mayor adicción a las plataformas de interacción digital, menores son las habilidades sociales en los adolescentes del Centro Preuniversitario parroquial de Huancayo.

Por otra parte, Angie Mabel Jiménez Maldonado (2018) menciona lo rápido que evolucionó la tecnología y aún más las plataformas de interacción digital que atraen a los adolescentes. El uso excesivo de las plataformas de interacción digital traen un deterioro del desarrollo del individuo, principalmente en las habilidades sociales. El **objetivo** fue determinar la influencia del uso de plataformas de interacción digital en el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes de primero, segundo y tercero del bachillerato la unidad educativa particular cordillera del cantón Loja, su **metodología** fue de tipo descriptivo con efecto cuanti-cualitativo de corte transversal. Como **resultado** la relación del uso de plataformas de interacción digital superior a 2 hs son excesivas y estas ejercen un deterioro significativo en el desarrollo de habilidades sociales. De la población encuestada se puede **concluir** que existe un uso excesivo de plataformas de interacción digital en especial la población adolescente de 15 a 18 años. En el primer y segundo curso comparten un nivel bajo de desarrollo de habilidades sociales básicas, avanzadas y en relación de sentimientos mientras que el tercer curso indican desarrollo normal de estas 3 habilidades lo cual coincide debido al nivel de madurez que presentan en la etapa de culminación del colegio.

La Licenciada Rojas Rojas, Elizabeth (2020) utilizó la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein y el cuestionario de adicción a plataformas de interacción digital, los cuales fueron sometidos a validez de constructo y de consistencia interna con el **Objetivo** de determinar la relación existente entre las variables Habilidades sociales y la adicción a las plataformas de interacción digital. La **Metodología** fue de tipo correlacional con un diseño no experimental. Los **Resultados** en la muestra indican que 27.3% presentan uso problemático de las plataformas de interacción digital y 5.2% se encuentren en posible adicción; En cuanto las habilidades sociales 2 de cada 10 adolescentes presentan dificultades (bajo y deficiente); por otro lado, se evidencia relaciones inversas, estadísticamente significativas y con tamaños de efecto entre pequeño y mediano entre los factores de la adicción a plataformas de interacción digital (factor 1: obsesión por las plataformas de interacción digital, factor 2: falta de control personal en el uso de las plataformas de interacción digital y factor 3: uso excesivo de las plataformas de interacción digital) y las habilidades sociales. Como **conclusión** el uso problemático de plataformas de interacción digital se asocia negativamente con el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes, lo que implica la necesidad de fortalecer programas educativos y preventivos que promuevan un uso equilibrado de la tecnología.

María Andrea Cediell Castañeda (2019) realizó un cuestionario de adicción a las plataformas de interacción digital con el **objetivo** de analizar la relación del uso de las plataformas de interacción digital con el desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes. La **metodología** utilizada fue de orden cuantitativo, con un diseño transeccional o transversal de alcance correlacional. Como **resultado** se encontró que los adolescentes encuestados presentan un uso excesivo de las plataformas de interacción digital, buena consideración con los demás, un nivel medio de liderazgo, otro medio bajo de autocontrol, sinceridad ,uno bajo de retraimiento y ansiedad. En **conclusión**, es fundamental implementar programas estratégicos en los cuales se pueda fomentar el autocontrol, la consideración con los demás y el liderazgo.

Según el estudio realizado en la Institución Educativa “Santa María de Breña” del distrito de Breña, el **objetivo** fue establecer la relación entre el uso de las plataformas de interacción digital y las habilidades sociales en una muestra escolar del nivel secundario. La **metodología** empleada fue de tipo básico, con diseño no experimental y nivel correlacional. El **resultado** mostró una relación negativa, de intensidad baja y estadísticamente significativa entre el uso de las plataformas de interacción digital y las habilidades sociales; además, se observó que el 46.3% de los escolares presentó abuso de plataformas de interacción digital y el 45.1% un nivel medio de habilidades sociales, encontrándose también una relación inversa entre las dimensiones de obsesión y uso excesivo con las habilidades sociales. Finalmente, la **conclusión** señala que, a mayor uso de las plataformas de interacción digital, disminuyen proporcionalmente los puntajes de habilidades sociales en los estudiantes evaluados.

Marco conceptual

Jonathan Haidt (2024)

“Argumenta que las redes sociales son una amenaza para la salud mental de los jóvenes. Él señala que estas plataformas, a diferencia de Internet en general, están causando un aumento en la ansiedad, depresión y problemas de sueño entre los jóvenes debido a su naturaleza adictiva y su impacto en las interacciones sociales”.

A través de su trabajo como psicólogo y autor de su libro “La generación ansiosa” ha investigado cómo la reconfiguración de la infancia en un contexto digitalizado ha afectado el desarrollo de los jóvenes debilitando sus competencias sociales y emocionales.

Las plataformas de interacción digital han alterado profundamente el desarrollo emocional y social de los adolescentes, generando una generación ansiosa, más frágil y menos conectada con el mundo real.

La cronología de la crisis: Haidt señala que la salud mental de los jóvenes estaba estable la cual se desplomó en el año 2010 que justamente coincide con la adopción generalizada de teléfonos inteligentes y plataformas de interacción digital.

Impacto diferenciado por género: subraya que las chicas se han visto más afectadas por el auge de las plataformas de interacción digital visuales como lo es instagram que fomenta la comparación social y el perfeccionismo, mientras que los chicos han tendido a centrarse en el mundo de la pornografía.

La paradoja de la protección: los padres se volvieron más sobreprotectores en el mundo real privando la independencia crucial para su desarrollo esta ha expuesto a la juventud al acoso y contenido dañino en línea mientras se les negaba la experiencia en el mundo real que construye la resiliencia.

Según Vicente E. Caballo(1993)

“Las habilidades sociales son un conjunto de conductas necesarias para interactuar de manera efectiva y adecuada en contextos sociales, expresando sentimientos, opiniones y deseos respetando a los demás, y resolviendo problemas de forma satisfactoria. Estas habilidades son aprendidas y se desarrollan a través de la experiencia y la interacción social”.

Según Vicente E. Caballo, las habilidades sociales constituyen un conjunto complejo y multifacético de conductas, tanto manifiestas como encubiertas, que permiten a un individuo interactuar de manera efectiva, satisfactoria y contextualmente adecuada en diversos ámbitos sociales. Estas habilidades no se limitan únicamente a la expresión clara de sentimientos, opiniones y deseos, sino que también incluyen la capacidad de escuchar activamente, mostrar empatía, negociar, resolver conflictos y establecer vínculos afectivos duraderos, siempre dentro de un marco de respeto hacia los derechos y perspectivas de los demás.

Lejos de ser rasgos innatos o estáticos, las habilidades sociales son, en esencia, conductas aprendidas que se desarrollan y perfeccionan a lo largo de la vida mediante la experiencia directa, la observación de modelos significativos, la retroalimentación del entorno, y en muchos casos, a través de procesos de entrenamiento intencionado. Su dominio influye de manera decisiva en la calidad de las relaciones interpersonales, el bienestar emocional e incluso el desempeño laboral.

Caballo enfatiza que una persona socialmente habilidosa no solo actúa de manera asertiva, sino que también es capaz de adaptar su comportamiento a las demandas específicas de cada situación, teniendo en cuenta variables como el contexto cultural, las normas implícitas de la interacción y las características de sus interlocutores. Además, subraya que detrás de toda conducta social visible operan *tres sistemas de respuesta interconectados*: **el conductual** (lo que hacemos y decimos), **el cognitivo** (lo que pensamos y creemos) y **el fisiológico** (lo que sentimos a nivel corporal, como la ansiedad). Por ello, una intervención dirigida a mejorar la competencia social debe abordar de manera integral estos tres niveles para lograr cambios significativos y duraderos.

En definitiva, para Caballo, el desarrollo de las habilidades sociales no es un complemento opcional en la vida de las personas, sino una dimensión fundamental para alcanzar una adaptación plena y un bienestar integral en un mundo esencialmente social.

Goldstein Arnoldo (1978)

“Goldstein define las habilidades sociales como un conjunto de comportamientos eficaces en las relaciones internacionales. Según este autor estás conductas son aprendidas para facilitar la relación con los otros”.

Goldstein

Realizó un manual de calificación y diagnóstico de la lista de chequeo de habilidades sociales, se puede usar de manera individual o colectiva a sujetos de 12 años.

El manual deriva de ítems de conductas que hacen que los sujetos se desenvuelven correctamente en la escuela, casa, con compañeros y en la universidad.

El objetivo de esta prueba es:

- Determinar las deficiencias y competencias que tiene una persona en sus habilidades sociales.
- Identificar el uso de la variedad de habilidades sociales.
- Evaluar en qué tipo de situaciones las personas son competentes o deficientes en el empleo de una habilidad social.

Se separa en 6 grupos de habilidades.

- Habilidades sociales básicas.
- Escuchar, iniciar y mantener una conversación, formular una pregunta, hacer un elogio.
- Habilidades sociales avanzadas.
- Habilidades relacionadas con los sentimientos.
- Pedir ayuda, participar, dar y seguir instrucciones, disculparse, conversar con los demás.

Conocer los propios sentimientos, expresar los sentimientos, comprender los sentimientos de los demás, enfrentarse con el enfado de otro, expresar afecto, resolver el miedo y auto-recompensarse.

Habilidades alternativas a la agresión.

Pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, empezar el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar los problemas con los demás y no entrar en peleas.

Habilidades para hacer frente al estrés.

Formular una queja, responder a una queja, demostrar deportividad después de un juego, resolver la vergüenza, arreglárselas cuando le dejan de lado, defender a un amigo, responder a la persuasión, responder al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios, responder a una acusación, prepararse para una conversación difícil, que hacer frente a las presiones del grupo.

Habilidades de planificación.

Tomar decisiones realistas, discernir la causa de un problema, establecer un objetivo, determinar las propias habilidades. Recoger información, resolver los problemas según su importancia, tomar una decisión eficaz, concentrarse en una tarea.

Según la OMS (2021)

“La adolescencia es una etapa crucial del desarrollo humano que abarca cambios biológicos, psicológicos y sociales, comprendida generalmente entre los 10 y 19 años, este periodo es fundamental para la consolidación de la identidad, el aprendizaje de habilidades para la vida y la socialización efectiva”.

El contexto digital actual ha transformado los procesos de interacción social entre adolescentes, aumentando el uso de plataformas de interacción digital como un espacio principal de vinculación.

Etapas de la adolescencia:

- Adolescencia temprana (10 a 14 años):

Inicio de la pubertad y cambios físicos rápidos.

Búsqueda de identidad y necesidad de pertenecer a un grupo.

- Adolescencia media (15 a 17 años):

Mayor independencia y toma de decisiones personales.

Consolidación de la identidad y desarrollo de relaciones más profundas.

- Adolescencia tardía (18 a 19 años):

Preparación para la vida adulta y responsabilidades.

Desarrollo de autonomía, autocontrol y madurez emocional.

Principales cambios:

Físicos: Crecimiento corporal y desarrollo de caracteres sexuales secundarios.

Cognitivos: Pensamiento más abstracto, capacidad crítica y toma de decisiones.

Emocionales: Intensidad afectiva, búsqueda de identidad y necesidad de aceptación.

Sociales: Independencia familiar, influencia del grupo de pares y desarrollo de habilidades sociales.

La adolescencia es una etapa clave en la formación de la personalidad y las habilidades sociales. Aunque puede presentar conflictos o inseguridades, también ofrece grandes oportunidades de crecimiento y desarrollo si los jóvenes reciben apoyo, comprensión y orientación adecuada.

Marco Legal

En relación con la Ley de Educación Nacional N° 26.206. Se destacan diversos artículos que fundamentan la presente investigación. El artículo 11 establece que la educación debe garantizar el desarrollo integral de la persona y su desempeño social. Asimismo, el artículo 30 señala la importancia de que los adolescentes desarrollen capacidades para el uso crítico de las tecnologías de la información.

Por su parte, el artículo 88 incorpora el dominio de las tecnologías como contenido esencial, mientras que el artículo 100 promueve su inclusión en el ámbito educativo. Estas disposiciones evidencian la relevancia de analizar el impacto de las plataformas de interacción digital en el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes.(2006)

La presente investigación se enmarca dentro del campo de la enfermería comunitaria, con aportes de la enfermería en salud mental y la enfermería en adolescencia. Esto se debe a que aborda el impacto del uso de plataformas de interacción digital en el desarrollo de habilidades sociales, aspecto fundamental en la salud integral de los adolescentes.

Asimismo, se relaciona con la educación para la salud, ya que permite generar estrategias de intervención orientadas al uso responsable de las tecnologías y a la promoción de habilidades sociales saludables.

Capítulo III

Diseño metodológico

Enfoque de investigación

El presente estudio se enmarca dentro de un enfoque cuantitativo, ya que busca medir y analizar la relación entre el uso de plataformas de interacción digital y el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes, a través de la recolección de datos numéricos y análisis estadístico.

Tipo de investigación

La investigación es de tipo descriptiva-correlacional, dado que pretende, por un lado, describir el uso de plataformas digitales y las habilidades sociales de los adolescentes, y por otro, determinar la relación existente entre ambas variables sin intervenir en ellas.

Se desarrolló bajo un diseño no experimental de corte transversal, No experimental porque no manipula las variables sino que las observa, transversal debido a que la recolección de datos se realizó en un único momento y periodo de tiempo.

Unidad de análisis

La unidad de análisis estará conformada por cada adolescentes de entre 15 y 18 años del sexo femenino y masculino que asisten al Espacio Libre dance y fitness, ubicado en Estanislao del Campo, en Gregorio de Laferrere durante el período marzo-abril de 2026.

Universo

Está constituido en su totalidad por adolescentes de 15 a 18 años que concurren a dicho espacio en el período mencionado.

Muestra

La muestra estará integrada por 20 adolescentes entre 15 y 18 años, seleccionados por conveniencia considerando la accesibilidad y disponibilidad de los participantes al momento de la recolección de datos.

Criterios de selectividad

Criterios de inclusión:

- Estudiantes de entre 15 y 18 años.
- Estudiantes que asisten al Espacio Libre dance y fitness, ubicado en Estanislao del Campo, en Gregorio de Laferrere.
- Estudiantes que acepten participar voluntariamente en la investigación.
- Encuestas completas y bien respondidas.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes fuera del rango etario establecido.
- Estudiantes que no asistan al Espacio Libre dance y fitness, ubicado en Estanislao del Campo, en Gregorio de Laferrere.
- Estudiantes que no deseen participar.
- Encuestas incompletas o mal respondidas.

Tabla de operacionalización

Variable simple	Dimensión	Indicador
Edad	Adolescencia media y tardía.	15 16 17 18
Género	Sexo biológico	Femenino Masculino
Curso	Año escolar	4to año 5to año 6to año
Acceso a internet	Disponibilidad tecnológica	Wifi-datos-ambos
Dispositivos utilizados	Medios de acceso	Celular-computadora-tablet- otros
Variable compleja	Dimensión	Indicador
Uso plataformas de interacción digital	Frecuencia de uso	Horas por día/cantidad de veces que ingresa
	Tiempo de conexión	Mañana/tarde/noche
	Tipo de red social utilizada	Instagram Tiktok Whatsapp Facebook Otras
	Finalidad de uso	Comunicación Entretenimiento Estudio Información
Habilidades sociales	Comunicación interpersonal	Facilidad para conversar o expresar opiniones. (a veces-frecuentemente-nunca)
	Relaciones sociales	Cantidad de amigos
	Expresión emocional	Capacidad para expresar sentimientos

	Resolución de conflictos	Manejo de discusiones o problemas.
--	--------------------------	------------------------------------

Aspectos éticos

Principio de autonomía

Se respetará la decisión libre y voluntaria de los adolescentes de participar o no en la investigación. Se solicitará el consentimiento a la institución y el asentimiento de los participantes, garantizando su derecho a retirarse en cualquier momento sin consecuencias.

Principio de beneficencia

La investigación buscará generar conocimiento que contribuya a comprender la relación entre el uso de plataformas de interacción digital y el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes, con el fin de aportar beneficios académicos y sociales, promoviendo una mejor comprensión del tema.

Principio de no maleficencia

Se evitará cualquier tipo de daño físico, psicológico o emocional en los participantes. Las preguntas serán formuladas de manera respetuosa y adecuada a la edad, garantizando que no generen incomodidad ni situaciones de riesgo.

Principio de justicia

Todos los participantes serán tratados de manera equitativa, sin discriminación de ningún tipo. La selección de la muestra se realizará de forma justa, asegurando igualdad de oportunidades para participar en la investigación.

Técnica de instrumento

Se utilizará como instrumento de recolección de datos un cuestionario estructurado, diseñado por los autores Pintos.C, Velázquez.A, Pérez.J, Bustamante.J específicamente para esta investigación, el cual incluye preguntas cerradas de tipo dicotómico (sí/no) y de escala Likert. Este instrumento tiene como finalidad obtener información sobre el uso de plataformas de interacción digital y el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes de 15 a 18 años. El cuestionario será aplicado de manera individual y anónima a los participantes, garantizando la confidencialidad de sus respuestas. Su aplicación permitirá recopilar datos de forma sistemática para luego analizarlos y establecer posibles relaciones entre las variables estudiadas.

Capítulo IV.

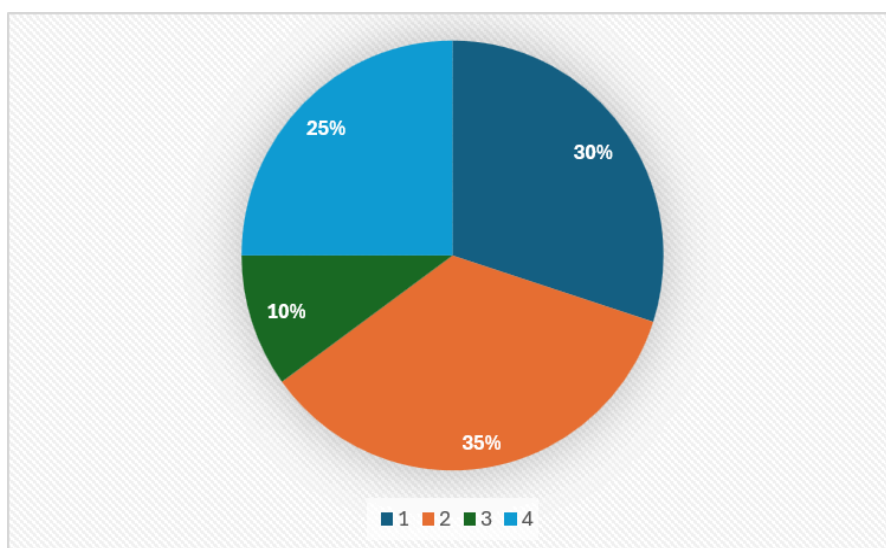
Resultados.

TABLA N°1 -VARIABLE EDAD

V/F	F	f %
15	6	30%
16	7	35%
17	2	10%
18	5	25%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico N°1 -VARIABLE EDAD



Fuente:Tabla N°1

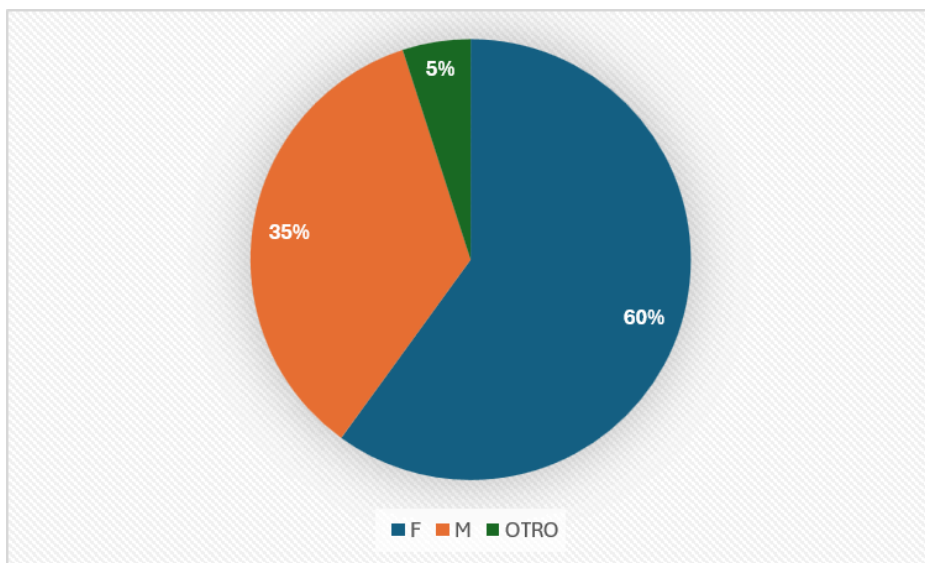
Análisis:En relación con la edad de los encuestados el 35% corresponde a los adolescentes de 16 años, constituyendo el grupo más numeroso les siguen los participantes de 15 años con un 30%, los de 18 con un 25% y finalmente los de 17 años 10%. Esto evidencia una mayor representación de adolescentes de 15 a 16 años dentro de la muestra estudiada.

Tabla Nº2 -VARIABLE GÉNERO

V/F	F	f %
F	12	60%
M	7	35%
OTRO	1	5%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico Nº2 -VARIABLE GÉNERO



Fuente:Tabla Nº2

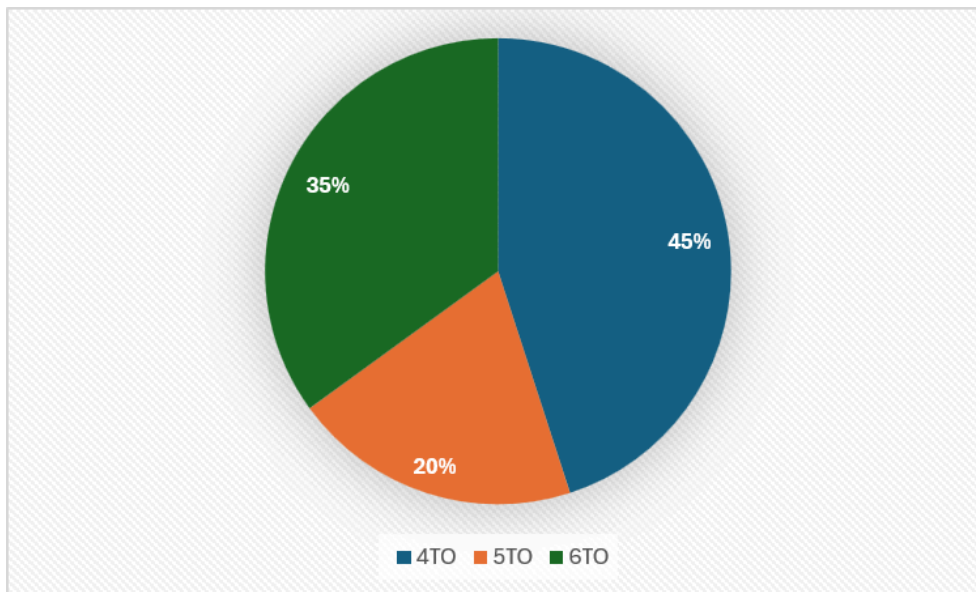
Análisis: según los datos obtenidos, la mayoría de los participantes se identifican como género femenino representando el 60% de la muestra, en segundo lugar se encuentra el género masculino con 35%, mientras que la otra categoría "otro" corresponde al 5%. Estos resultados evidencian una mayor participación del género femenino.

TABLA N°3 -VARIABLE CURSO

V/F	F	f %
4TO	9	45%
5TO	4	20%
6TO	7	35%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico N°3 -VARIABLE CURSO



Fuente:Tabla N°3

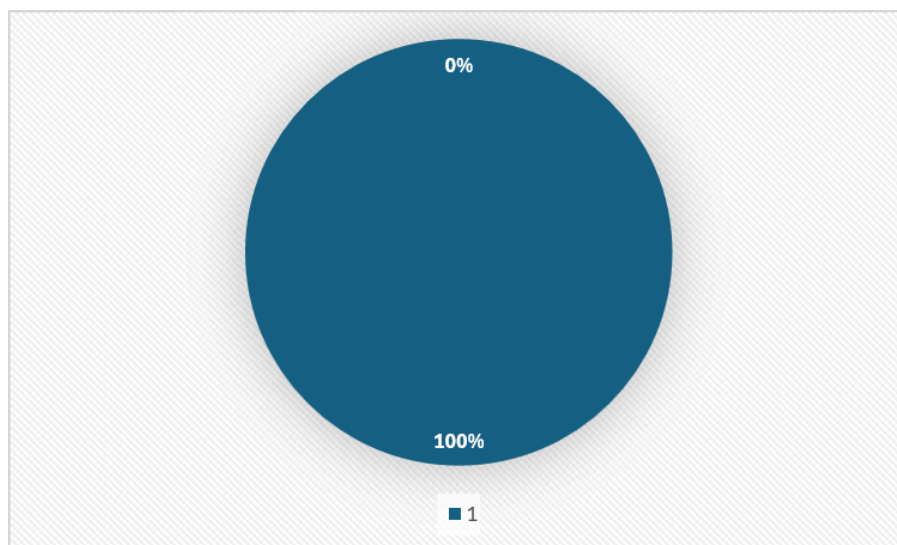
Análisis: Los resultados muestran que los adolescentes encuestados son en su totalidad de 4to año con un 45% de adolescentes, continúa con un 35% de 6to y un 20% del curso de 5to año. Dando el mayor porcentaje de 45% (4to año).

TABLA N°4-VARIABLE TENES CELULAR PROPIO

V/F	F	f %
SI	20	100%
NO	0	0%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico N°4 -VARIABLE TENES CELULAR PROPIO



Fuente:Tabla N°4

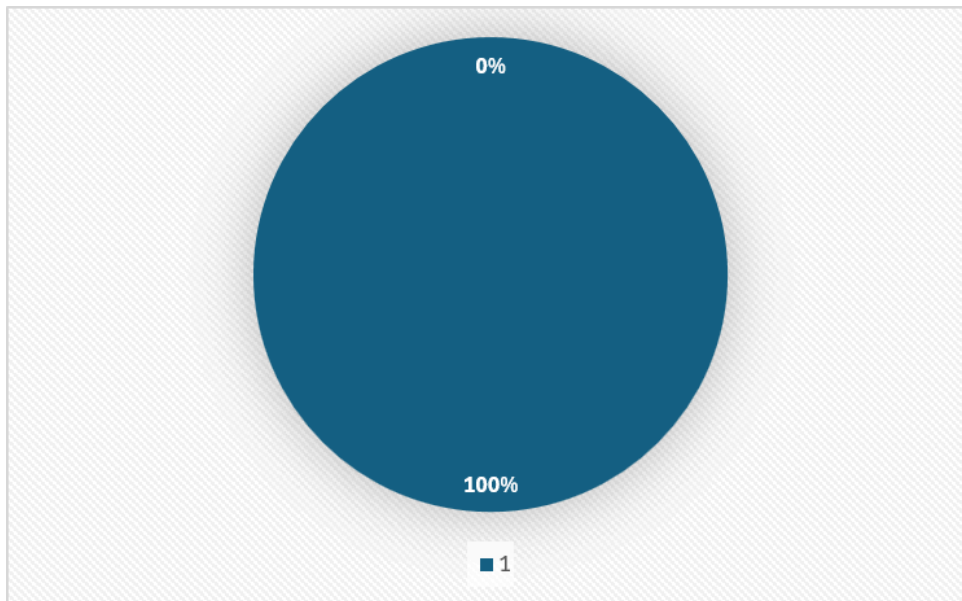
Análisis: Los resultados obtenidos muestran que el 100% de los adolescentes encuestados poseen teléfono celular.

TABLA N°5-TENES ACCESO A INTERNET

V/F	F	f %
SI	20	100%
NO	0	0%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico N°5 -TENES ACCESO A INTERNET



Fuente:Tabla N°5

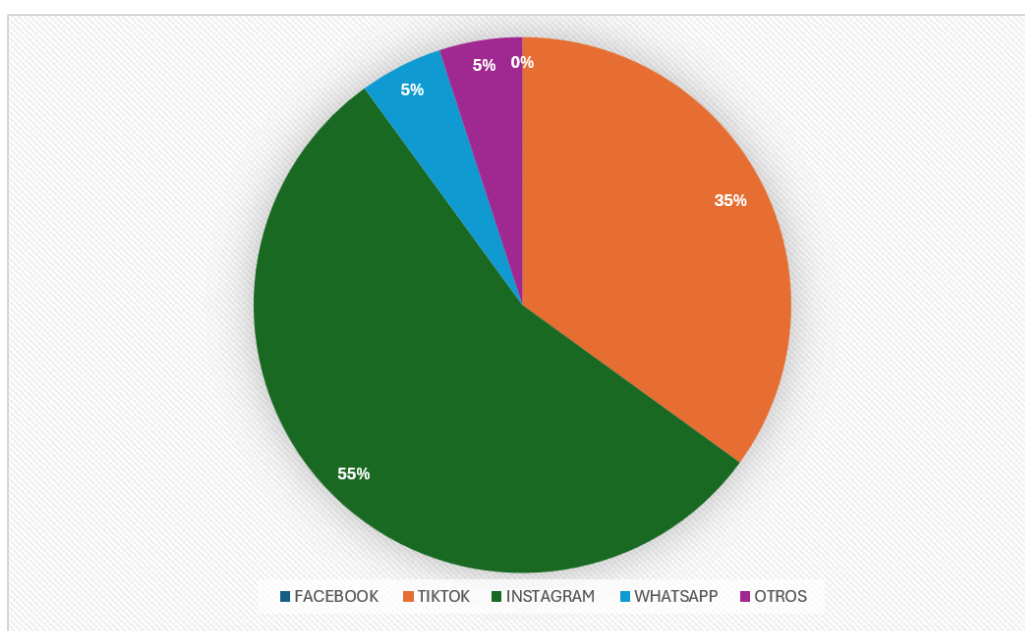
Análisis: Los resultados obtenidos muestran que el 100% de los adolescentes encuestados tienen la posibilidad de acceder a internet.

TABLA N°6–QUE REDES USAS CON MÁS FRECUENCIA

V/F	F	f %
FACEBOOK	0	0%
TIKTOK	7	35%
INSTAGRAM	11	55%
WHATSAPP	1	5%
OTROS	1	5%
Total	20	100%

Fuente tabla N°6:Elaboración de matriz de datos.

Gráfico N°6- QUE REDES USAS CON MÁS FRECUENCIA



Fuente:Gráfico N°6

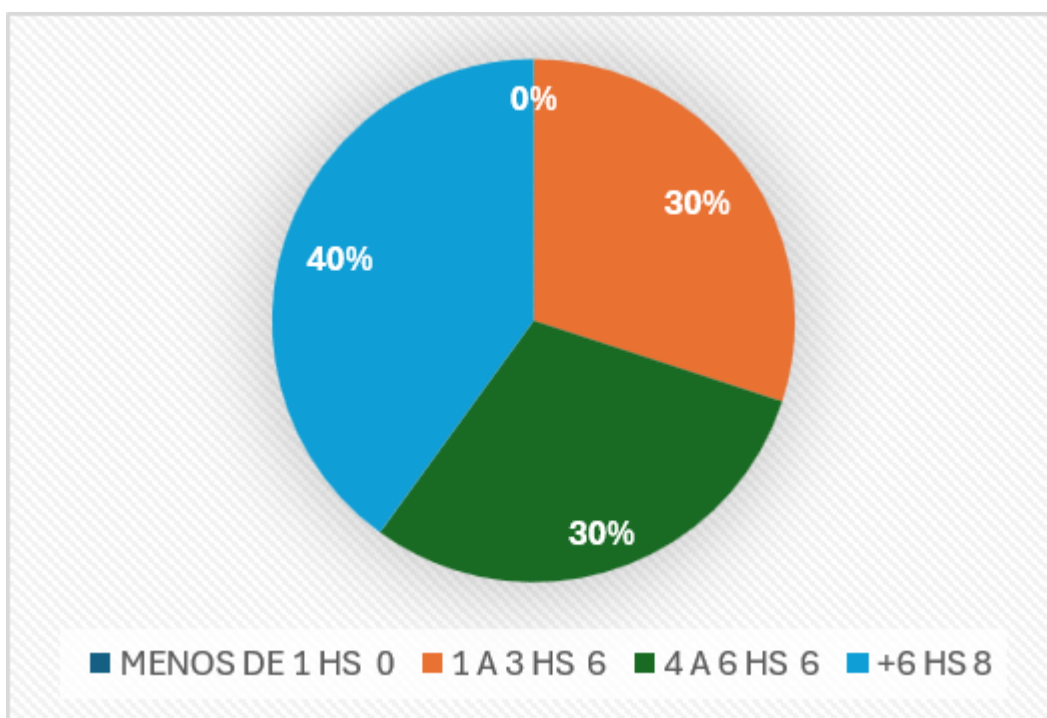
Análisis: Los resultados muestran que la red más utilizada es Instagram con el 55% de respuestas. TikTok ocupa el segundo lugar con un 35%, WhatsApp y otras comparten un 5% cada una, mientras que Facebook no es de preferencia y no registra uso. Esto refleja la tendencia actual de los adolescentes que priorizan plataformas centradas en contenido visual y entretenimiento.

TABLA N°7-CUANTAS HS POR DIA

V/F	F	f %
MENOS DE 1 HS	0	0%
1 A 3 HS	6	30%
4 A 6 HS	6	30%
+6 HS	8	40%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico N°7-CUANTAS HS POR DIA



Fuente:Tabla N°7

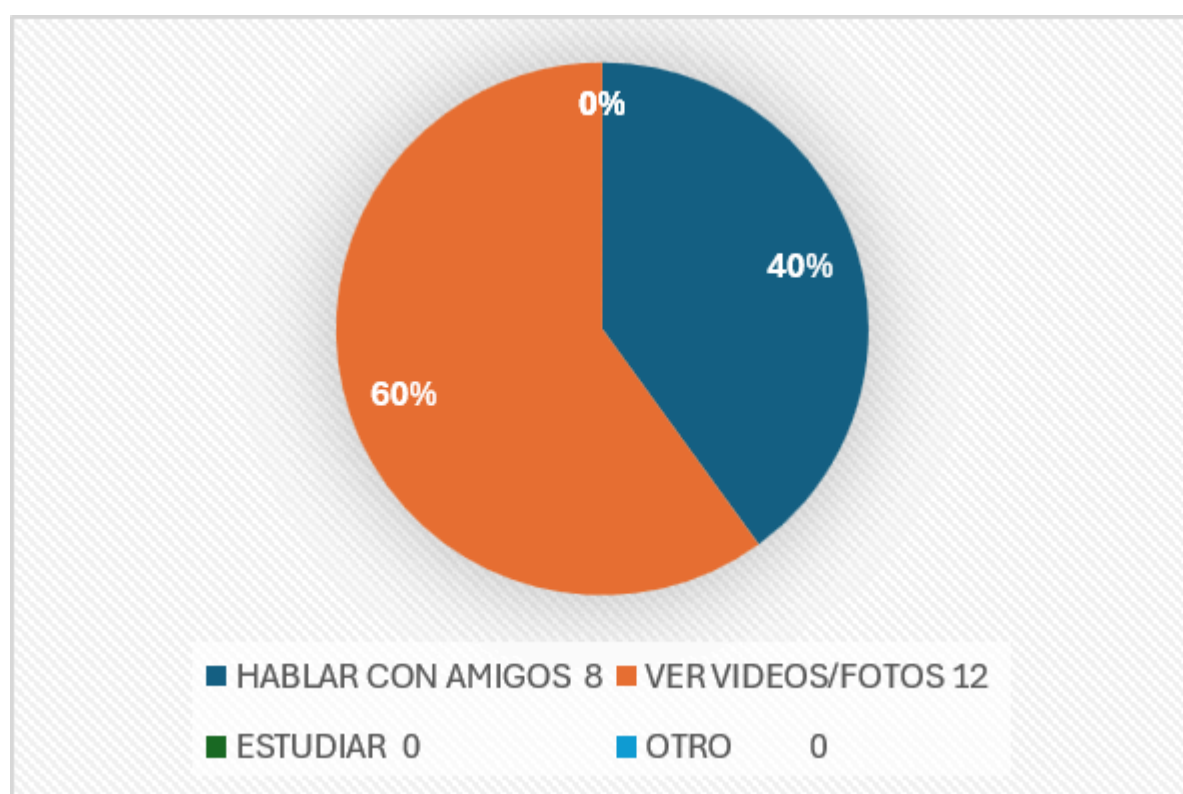
Análisis: Las respuestas muestran como la distribución del tiempo diario dedicado al celular, el 40% reconoce utilizar el celular más de 6 hs diarias, mientras que un 30% lo utiliza entre 4 a 6 hs, otro 30% lo utiliza entre 1 a 3 hs diarias y nadie lo utiliza menos de una hora. Esto nos indica que el uso extendido y prolongado de la tecnología en nuestros encuestados.

TABLA N°8-PARA QUE LO UTILIZAS

V/F	F	f %
HABLAR CON AMIGOS	8	40%
VER VIDEOS/FOTOS	12	60%
ESTUDIAR	0	0%
OTRO	0	0%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico N°8 -PARA QUE LO UTILIZAS



Fuente:Tabla N°8

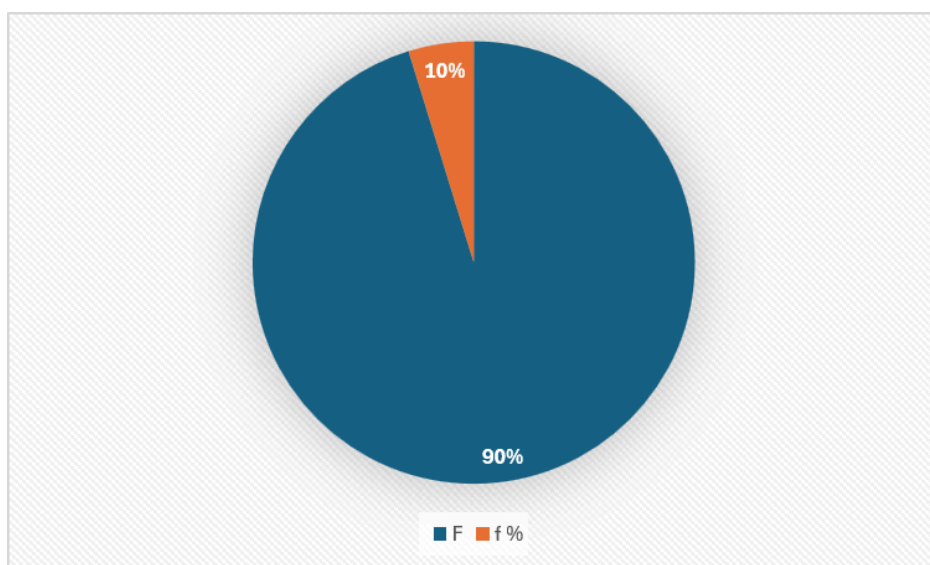
Análisis:El gráfico nos muestra claramente cuales son las actividades principales que realizan los adolescentes encuestados, se observa que la totalidad respondió que ver videos/fotos, elegida por un 60%, en segundo lugar eligieron hablar con amigos, con un 40% de las respuestas, mientras que no se registró ninguna respuesta que utilice el teléfono para estudiar o realizar otras actividades. Esto nos indica que el celular se usa fundamentalmente como fuente de entretenimiento visual y como herramienta de conexión.

TABLA N°9-USAS REDES SOCIALES ANTES DE DORMIR

V/F	F	f %
SI	18	90%
NO	2	10%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico N°9 - USAS REDES SOCIALES ANTES DE DORMIR



Fuente:Tabla N°9

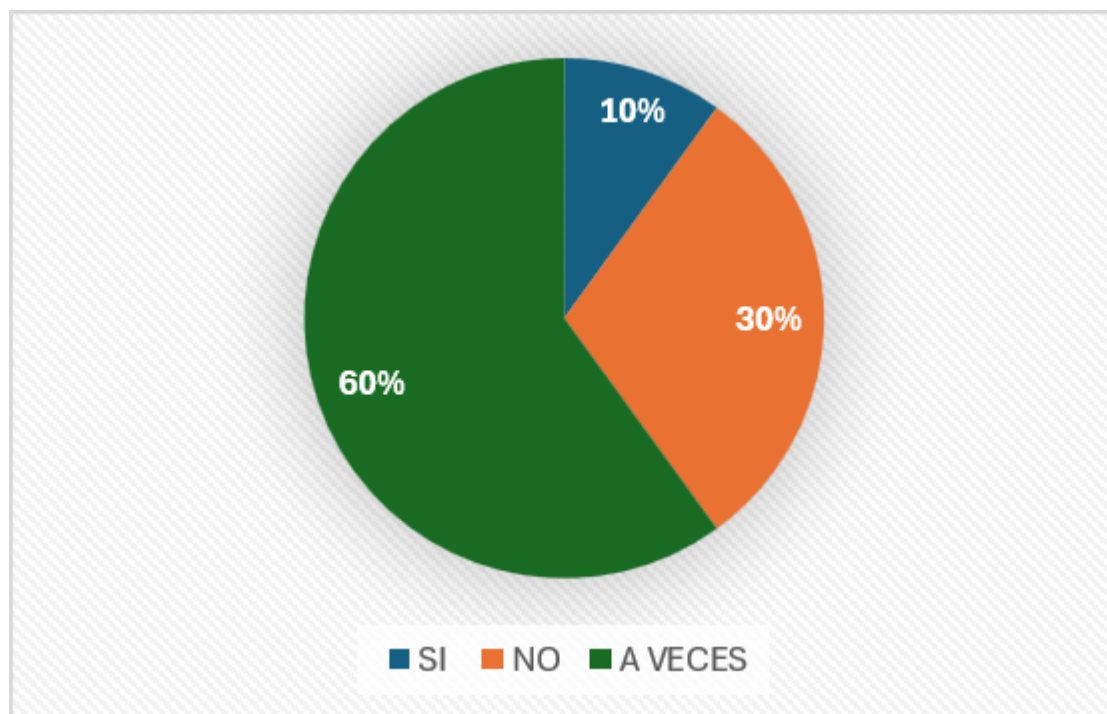
Análisis:Se observa una tendencia muy marcada con el 90% de los adolescentes que reconocen utilizar redes sociales antes de dormir, mientras solo el 10% manifiesta no hacerlo. Desde nuestro punto de vista este dato es relevante ya que el uso del celular antes de dormir puede alterar la calidad del sueño.

TABLA Nº10-SE TE DIFICULTA CONCILIAR EL SUEÑO

V/F	F	f %
SI	2	10%
NO	6	30%
A VECES	12	60%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico Nº10 -VARIABLE



Fuente:Tabla Nº10

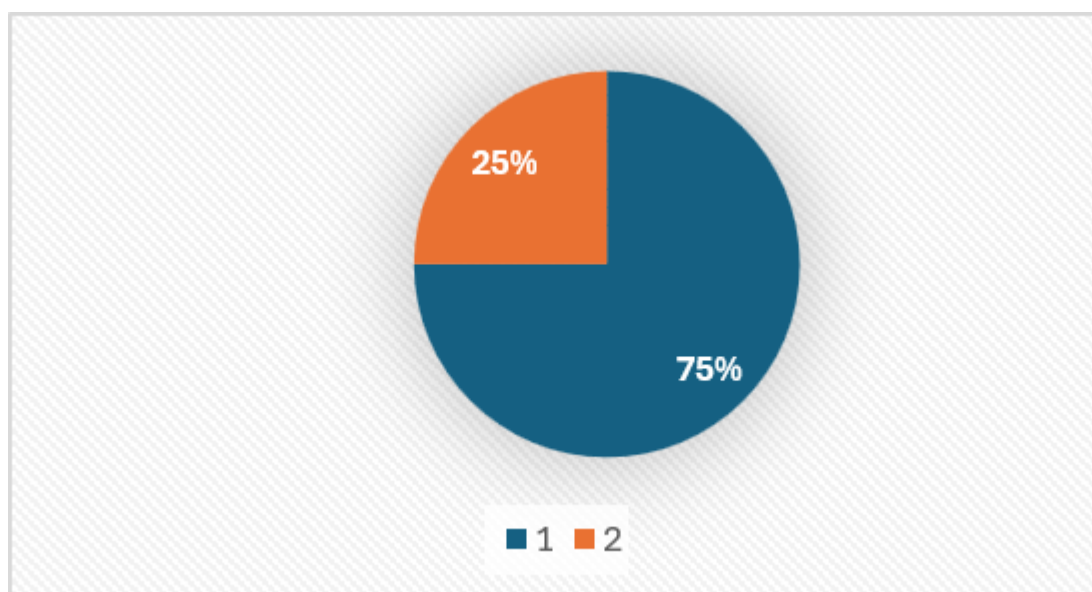
Análisis: En el gráfico se puede observar que el 60% de los adolescentes a veces se les dificulta conciliar el sueño, mientras que el 30 % no tiene ningún impedimento y el 10% no puede conciliar el sueño. Esto quiere decir que la mayoría de los adolescentes a veces no pueden conciliar el sueño.

TABLA N°11-SENTÍ NECESIDAD DE REVISAR CONSTANTEMENTE EL CELULAR

V/F	F	f %
SI	15	75%
NO	5	25%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico N°11



Fuente:Tabla N°11

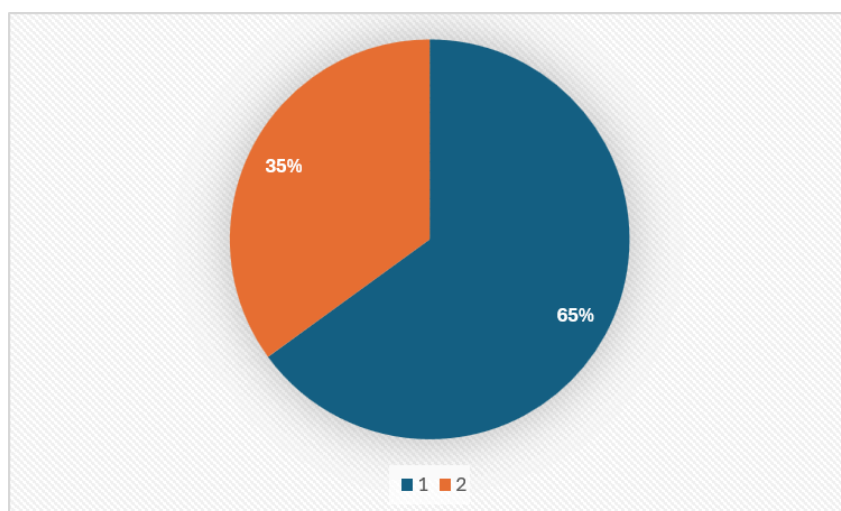
Análisis: Se puede ver notoriamente que el 75% de los adolescentes tienen la necesidad de revisar constantemente el celular, mientras que el 25% no miran el celular. Desde nuestro punto de vista esta información es relevante ya que revisar constantemente el celular puede generar un déficit de atención con las tareas que están realizando.

TABLA Nº12-TE RESULTA DIFÍCIL PASAR UN DÍA SIN REDES SOCIALES

V/F	F	f %
SI	13	65%
NO	7	35%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico Nº12- TE RESULTA DIFÍCIL PASAR UN DÍA SIN REDES SOCIALES



Fuente:Tabla Nº12

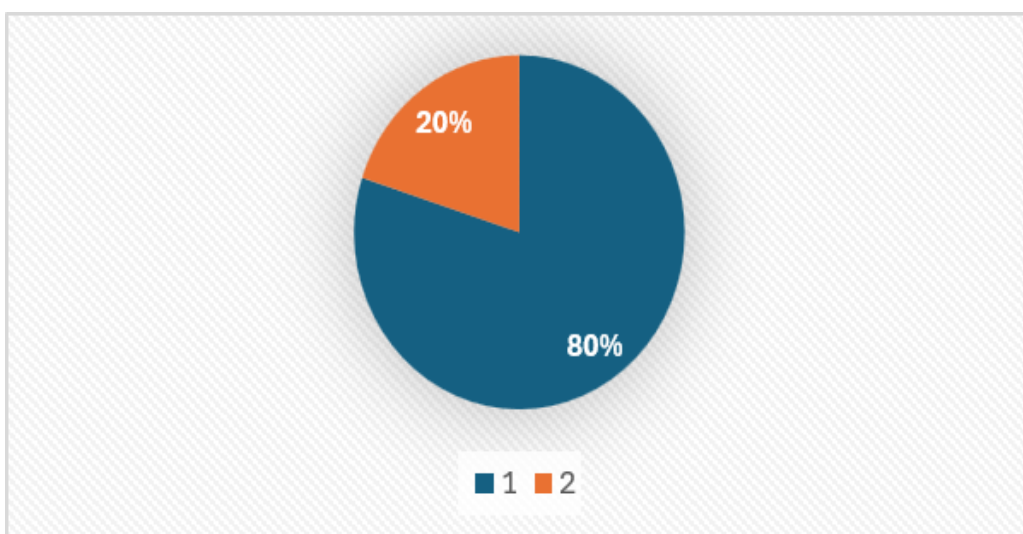
Análisis: en este gráfico se puede observar que el 65% le resulta difícil pasar un día sin usar las redes sociales, mientras que el 35% no le afecta si no pasa tiempo usando las redes sociales. Desde nuestro punto de vista este resultado nos indica que hay una gran cantidad de adolescentes que no pueden estar sin redes sociales durante todo un día.

TABLA N°13-TE CONSIDERAS UNA PERSONA SOCIABLE

V/F	F	f %
SI	16	80%
NO	4	20%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico N°13-TE CONSIDERAS UNA PERSONA SOCIABLE



Fuente:Tabla N°13

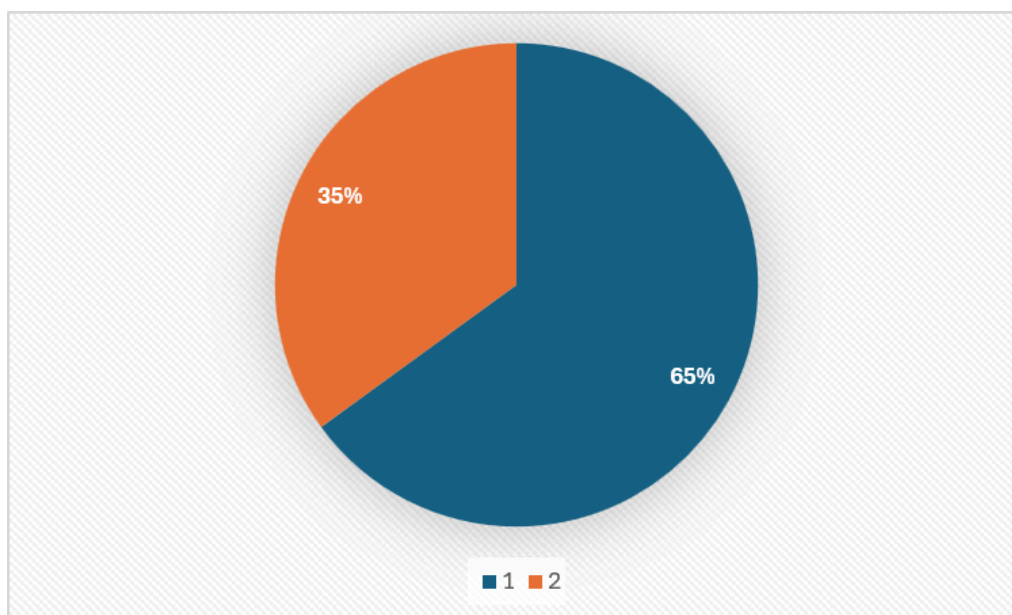
Análisis: los resultados muestran que el 80% de los adolescentes se consideran sociables, en tanto sólo el 20 % de los encuestados no se pueden relacionar con otras personas. Esto quiere decir que la mayor parte de los adolescentes se consideran sociables.

TABLA N°14-TE RESULTA FÁCIL INICIAR UNA CONVERSACIÓN CON OTRA PERSONA

V/F	F	f %
SI	13	65%
NO	7	35%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico N°14-TE RESULTA FÁCIL INICIAR UNA CONVERSACIÓN CON OTRA PERSONA



Fuente:Tabla N°14-

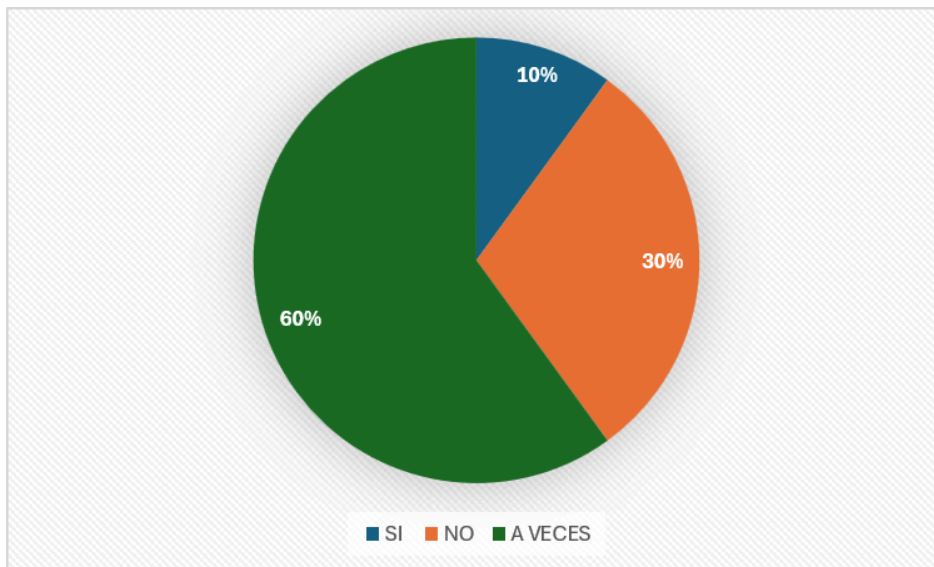
Análisis: En este gráfico podemos ver que el 65% les resulta fácil iniciar una conversación con otras personas, mientras que el 35% no pueden establecer una comunicación. Desde nuestro punto de vista se puede observar que la mayoría de los encuestados no tienen dificultad para hablar con otras personas.

TABLA N°15-PREFERÍS HABLAR POR REDES SOCIALES ANTES QUE CARA A CARA

V/F	F	f %
SI	2	10%
NO	6	30%
A VECES	12	60%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico N°15-PREFERÍS HABLAR POR REDES SOCIALES ANTES QUE CARA A CARA



Fuente:Tabla N°15

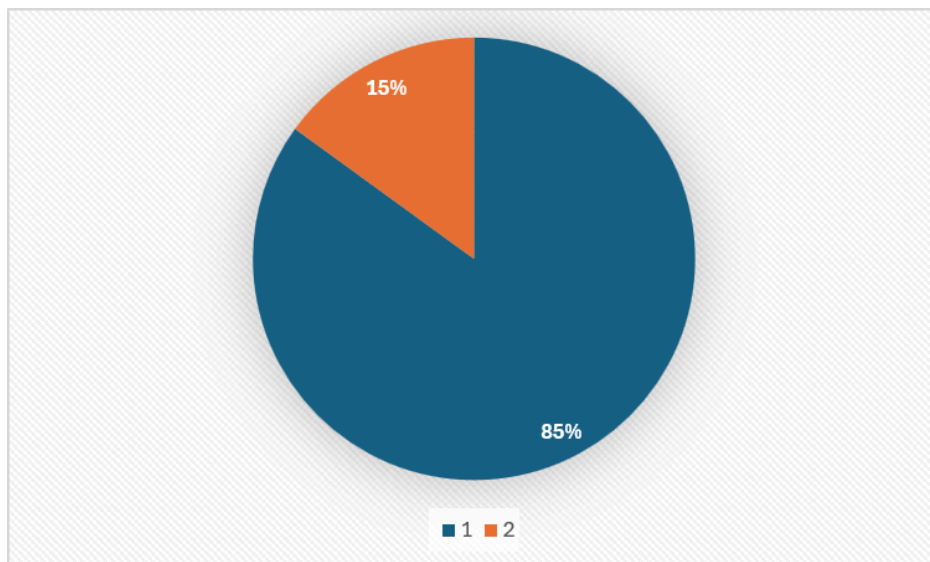
Análisis: En la mayoría de los encuestados se observa que el 60% de los adolescentes a veces prefieren hablar por redes sociales y no cara a cara, mientras que en segundo lugar el 30% prefieren hablar en persona antes que utilizar alguna red social y por último solo el 10% prefiere hablar por redes sociales. Como equipo podemos ver que más de la mitad de los adolescentes a veces prefieren hablar por redes sociales y no en persona.

TABLA Nº16-TE SIENTES CÓMODO/A TRABAJANDO EN GRUPO

V/F	F	f %
SI	17	85%
NO	3	15%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico Nº16-TE SIENTES CÓMODO/A TRABAJANDO EN GRUPO



Fuente:Tabla Nº16

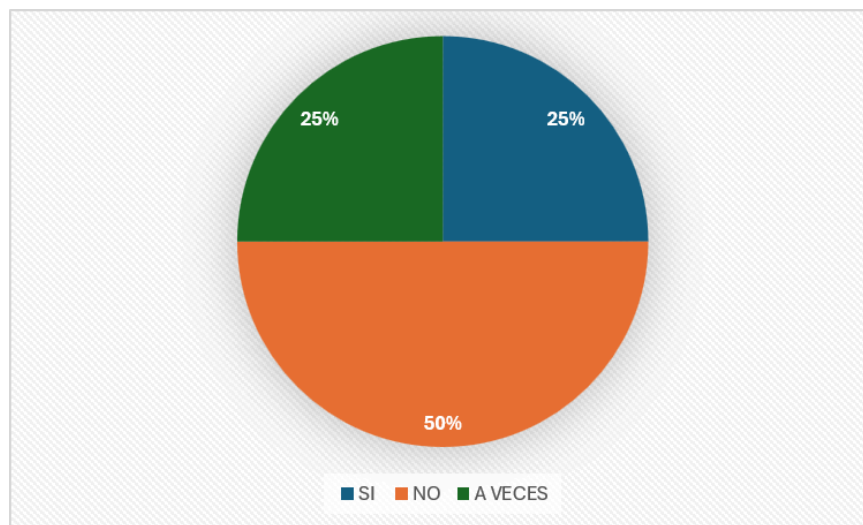
Análisis: En el gráfico se observa que el 85% se siente cómodo/a trabajando en grupo, en cambio el 15% no está a gusto en trabajar en equipo. Esto quiere decir que la totalidad de los adolescentes no tiene ningún inconveniente en trabajar en grupo.

TABLA Nº17-TE CUESTA EXPRESAR TUS EMOCIONES

V/F	F	f %
SI	5	25%
NO	10	50%
A VECES	5	25%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico Nº17- TE CUESTA EXPRESAR TUS EMOCIONES



Fuente:Tabla Nº17

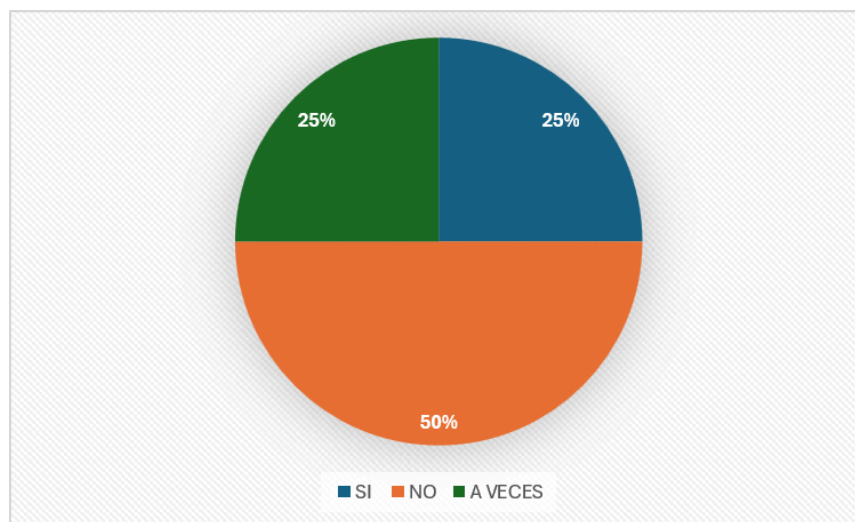
Análisis: En el gráfico se puede examinar que el 50% de los adolescentes respondió que no les cuesta expresar sus emociones, por otro lado el 25% reconoce que si le cuesta expresar sus emociones, mientras que el 25% restante a veces les cuesta expresar lo que sienten. Desde nuestro punto de vista podemos observar que la mayoría de los encuestados logra expresar sus emociones en diferentes ocasiones, sin embargo un bajo porcentaje tiene dificultades para hacerlo.

**TABLA N°18-CREES QUE LAS REDES SOCIALES AFECTAN LA FORMA EN QUE TE RELACIONAS CON
LOS DEMÁS**

V/F	F	f %
SI	5	25%
NO	10	50%
A VECES	5	25%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

**Gráfico N°18-CREES QUE LAS REDES SOCIALES AFECTAN LA FORMA EN QUE TE RELACIONAS CON
LOS DEMÁS**



Fuente:Tabla N°18

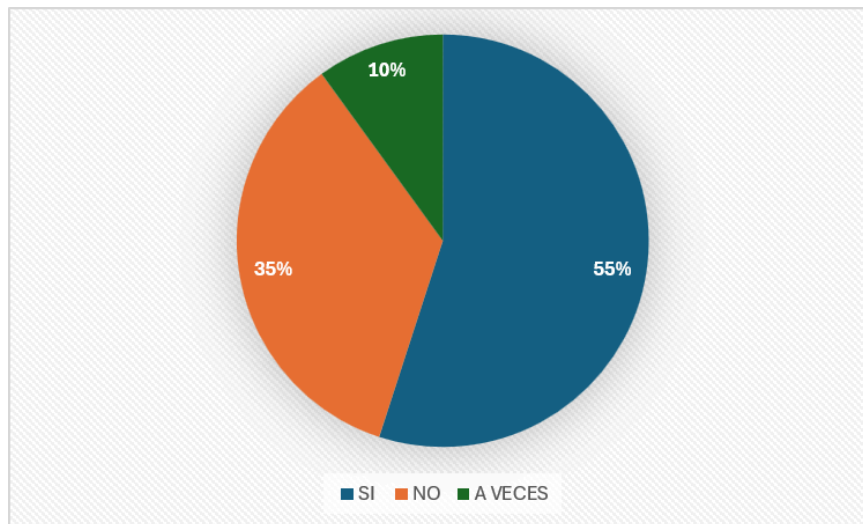
Análisis: En el gráfico se puede observar que el 50% considera que el uso de las redes sociales no afecta la forma en que se relaciona con los demás, seguido de un 25% que sí les afecta y otro 25% al que a veces les afecta.

TABLA N°19-ALGUNA VEZ UNA PUBLICACIÓN O COMENTARIO TE HIZO SENTIR MAL

V/F	F	f %
SI	11	55%
NO	7	35%
A VECES	2	10%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico N°19 -ALGUNA VEZ UNA PUBLICACIÓN O COMENTARIO TE HIZO SENTIR MAL



Fuente:Tabla N°19

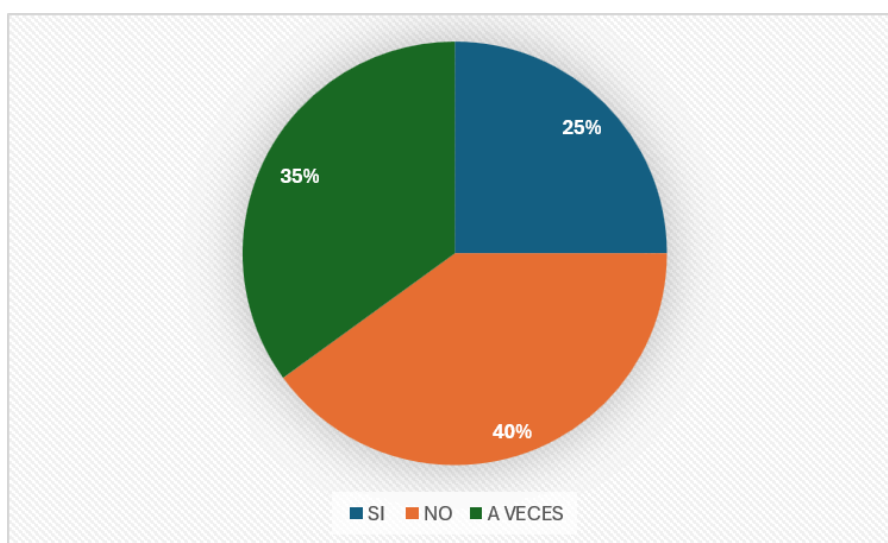
Análisis: En el gráfico se puede observar que hay un 55% que afirma que alguna vez si los hizo sentir mal un comentario o publicación, luego un 35% que no tuvo efecto alguno terminando con un 10% que a veces les afectó.

TABLA Nº20-HABLAS MAS CON TUS AMIGOS POR CHAT QUE EN PERSONA

V/F	F	f %
SI	5	25%
NO	8	40%
A VECES	7	35%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico Nº20 -HABLAS MAS CON TUS AMIGOS POR CHAT QUE EN PERSONA



Fuente:Tabla Nº20

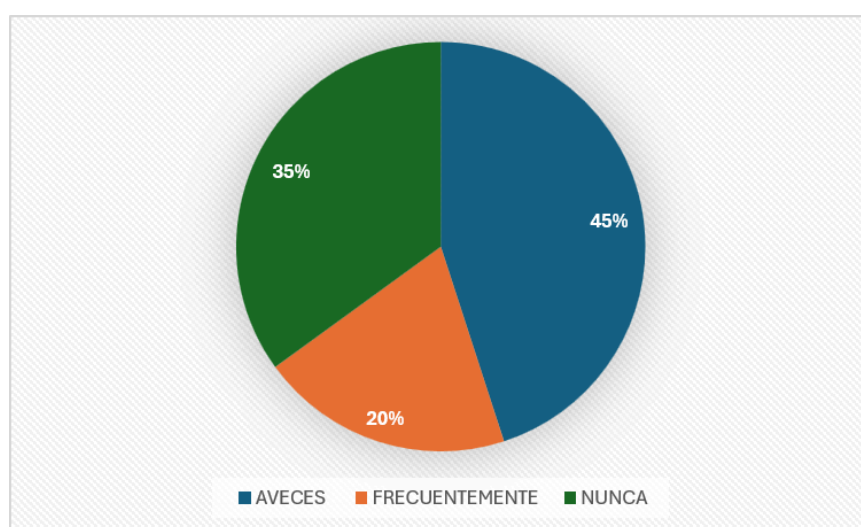
Análisis: En el gráfico se puede observar que el 40% de los entrevistados considera que no habla por chat más que en persona, el 35% reconoce que lo hace a veces y el 25% restante afirma que si lo hace. Desde nuestro punto de vista la mayoría de los encuestados niega hablar con sus amistades más por chat que en persona.

TABLA N°21-CREES QUE LAS REDES SOCIALES GENERAN CONFLICTOS O MALENTENDIDOS EN TUS RELACIONES PERSONALES.

V/F	F	f %
AVECES	9	45%
FRECUENTEMENTE	4	20%
NUNCA	7	35%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico N°21-CREES QUE LAS REDES SOCIALES GENERAN CONFLICTOS O MALENTENDIDOS EN TUS RELACIONES PERSONALES.



Fuente:Tabla N°21

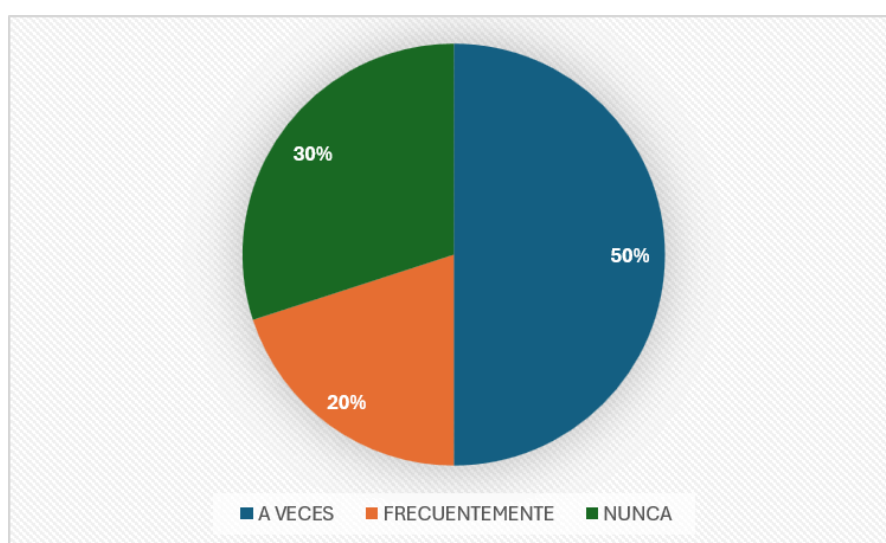
Análisis: En el gráfico se puede observar que el 45% de los entrevistados considera que a veces las redes sociales pueden generar conflictos y malentendidos en las relaciones personales, el 35% considera que frecuentemente y el 20% considera que nunca. Desde nuestro punto de vista la mayoría de los entrevistados considera que a veces las redes sociales pueden generar conflictos y malentendidos en las relaciones.

TABLA Nº22-CON QUE FRECUENCIA TE SIENTES DESANIMADO O COMPARAS TU VIDA CON LA DE OTRAS PERSONAS

V/F	F	f %
A VECES	10	50%
FRECUENTEMENTE	4	20%
NUNCA	6	30%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico Nº22 -CON QUE FRECUENCIA TE SIENTES DESANIMADO O COMPARAS TU VIDA CON LA DE OTRAS PERSONAS



Fuente:Tabla Nº22

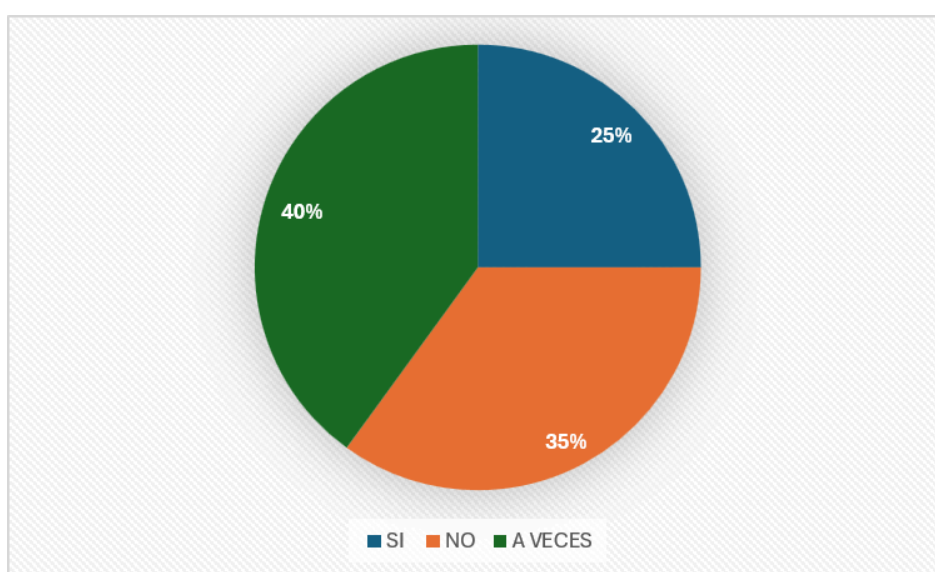
Análisis: En este gráfico se puede ver que un 50% de los entrevistados dice que a veces se han sentido desanimados o compara su vida con las demás, seguido de un 30% que dicen que nunca lo han hecho, por último un 20% que respondieron que frecuentemente lo hacen.

TABLA N°23-CREES QUE EN LAS REDES SOCIALES ENCUENTRAS MÁS APOYO EMOCIONAL QUE EN LA VIDA COTIDIANA

V/F	F	f %
SI	5	25%
NO	7	35%
A VECES	8	40%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico N°23-CREES QUE EN LAS REDES SOCIALES ENCUENTRAS MÁS APOYO EMOCIONAL QUE EN LA VIDA COTIDIANA



Fuente:Tabla N°23

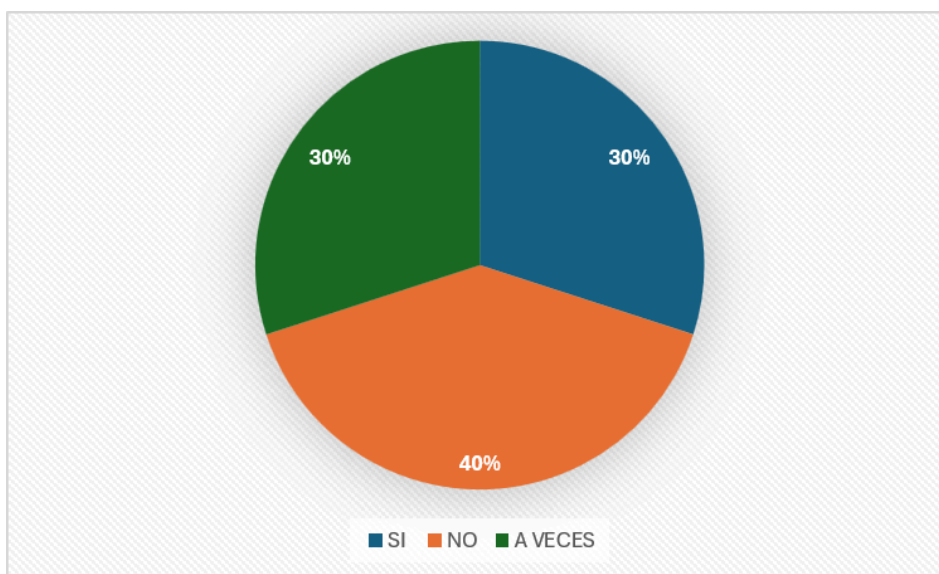
Análisis: En este gráfico se puede observar que hay un 40% que dice que a veces encontraron apoyo emocional en las redes sociales, seguido de un 35% que dice no haber encontrado apoyo alguno y finalmente un 25% afirma si haber encontrado más apoyo emocional en las redes sociales que en la vida cotidiana.

TABLA N°24- SENTÍS QUE LAS REDES SOCIALES INFLUYEN EN TU AUTOESTIMA

V/F	F	f %
SI	6	30%
NO	8	40%
A VECES	6	30%
Total	20	100%

Fuente :Elaboración de matriz de datos.

Gráfico N°24 -SENTÍS QUE LAS REDES SOCIALES INFLUYEN EN TU AUTOESTIMA



Fuente:Tabla N°24

Análisis: En el gráfico se puede ver que entre los encuestados hay un 40% que dicen que las redes sociales no influye en su autoestima, seguido de un 30% que reconocen que si influye y otro 30% que considera que a veces influye sobre su autoestima.

Análisis de cumplimiento de objetivos

General

A partir de los datos obtenidos mediante la encuesta aplicada a adolescentes de 15 a 18 años, se logró cumplir con el objetivo general de la investigación mediante el análisis de la tabla N°7 a la N°15° (pág 32 a 40) , donde se presentan los resultados relacionados con el uso de las plataformas de interacción digital y el desarrollo de habilidades sociales en los adolescentes. los datos obtenidos permitieron identificar la relación existente entre ambas variables.

Específicos

A partir de datos obtenidos en la encuesta aplicada a los adolescentes de 15 a 18 años, se identificaron características sociodemográficas de la población estudiada. En cuanto a la edad se observa una distribución entre 15,16,17,18 años, predominando el grupo de 16 años según los resultados del cuadro N°1 (pág 26). Respecto al género, se evidencia una participación del 12% en femenino, tal como se presenta en el cuadro N°2 (pag 27). En relación al curso o año escolar se observa que la mayor proporción de los encuestados pertenece a 4to año según el cuadro N°3 (pag 28).

A partir de los resultados obtenidos en la investigación, se identificaron diversas habilidades sociales que pueden verse afectadas por el uso de plataformas de interacción digital en los adolescentes de 15 a 18 años. entre ellas se destaca principalmente la comunicación interpersonal tabla N°15(pág 40), lo cual puede verse modificada debido a la preferencia por la interacción virtual en lugar del contacto cara a cara.así mismo se observa influencia en la capacidad de expresión emocional,ya que en algunos casos los adolescentes pueden presentar dificultades para manifestar sus emociones de manera directa en contextos presenciales tabla N°17(pág 42).En conjunto, los resultados permiten identificar que el uso frecuente de las plataformas de interacción digital puede influir en el desarrollo de ciertas habilidades sociales ,principalmente aquellas vinculadas a la interacción directa y la comunicación cara a cara.

Los resultados obtenidos identificaron los principales patrones de uso de las plataformas de interacción digital en los adolescentes. En primer lugar se observa el tiempo de uso de plataformas de interacción digital, evidenciando que una gran parte de los estudiantes los utiliza de manera diaria y varias horas por día lo que demuestra una alta exposición a estos medios digitales tabla N°7 (pag 32).

Así mismo se identifican las plataformas más utilizadas, entre las que suelen destacarse aplicación de mensajería y plataformas de interacción digital lo que refleja una preferencia por la comunicación rápida e inmediata tabla N°6 (pág 31)

A partir de los resultados obtenidos en la investigación, se logró analizar la relación entre el tiempo y uso de las plataformas de interacción digital en los adolescentes de 15 a 18 años. En este sentido, se observa que los estudiantes que dedican mayor cantidad de horas diarias al uso de plataformas de interacción digital tienden a utilizarlas principalmente con fines de entretenimiento y comunicación informal. Tabla N°7 (pág 32), Tabla N°8 (pág 33).

Asimismo, se evidencia que el uso prolongado de las plataformas digitales se asocia con una mayor interacción en plataformas de interacción digital de carácter recreativo, como mensajería instantánea y consumo de contenido multimedia. En cambio, el uso moderado o reducido se relaciona con una utilización más funcional y específica de las mismas. Tabla N°6 (pág 31)

En conjunto, los resultados permiten establecer que existe una relación entre el tiempo de uso y el tipo de actividad realizada en las plataformas digitales, evidenciando que a mayor tiempo de conexión predomina el uso recreativo y comunicacional, mientras que a menor tiempo de uso se diversifican o limitan las finalidades de uso.

Capítulo V

Discusión de los resultados.

Los resultados obtenidos en la presente investigación evidencian que existe una relación entre el uso de las plataformas de interacción digital y el desarrollo de habilidades sociales en los adolescentes de 15 a 18 años. Se observó que el uso frecuente de plataformas de interacción digital influye principalmente en la comunicación interpersonal y en la interacción cara a cara.

Tabla N°7-N°14(pag 32;39). El 35% de los participantes no les resulta fácil iniciar una conversación con otra persona. Estos hallazgos coinciden con lo planteado por Castañeda (2019), quien en su estudio encontró una relación entre el uso de plataformas de interacción digital y las habilidades sociales en adolescentes, destacando que el uso excesivo puede afectar aspectos como el autocontrol y la socialización presencial.

Tabla N°12-N°11(pag 36;37).Deja en evidencia que a la mayoría de los participantes reconoce que se le dificulta pasar un día sin plataformas de interacción digital. De manera similar, Huamán y Vila (2020) señalan que existe una relación entre la adicción a las plataformas de interacción digital y el nivel de habilidades sociales, evidenciando que los adolescentes con mayor uso problemático presentan mayores dificultades en la interacción social y en el establecimiento de relaciones interpersonales.

Tabla N°15(pag 40). Según la encuesta la gran mayoría de los participantes a veces prefieren hablar más por plataformas de interacción digital que cara a cara, Por otra parte, Jiménez (2018) concluye que el uso de plataformas de interacción digital influye en el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes , destacando que la comunicación virtual puede reemplazar parcialmente la interacción presencial, afectando la expresión emocional y la convivencia social.

Tabla N°7 (pag 32)nos muestra las cantidad de horas que uno usa las plataformas de interacción social ,Asimismo, Rojas (2018) encontró una relación significativa entre el uso de plataformas de interacción digital y las habilidades sociales en adolescentes, indicando que un uso intensivo puede estar asociado a dificultades en la comunicación directa y en la interacción social dentro del entorno.

En conjunto los resultados de esta investigación se relacionan con los antecedentes mencionados, ya que todos coinciden en que existe una relación entre el uso de plataformas de interacción digital y el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes, aunque el impacto puede variar según la frecuencia, el tiempo de uso y la finalidad con la que se utilizan las plataformas digitales.

Capítulo VI.

Conclusión y Recomendación

Los resultados obtenidos en esta investigación permitieron comprobar que existe una relación significativa entre el uso de las plataformas de interacción digital y el desarrollo de las habilidades sociales en los adolescentes de 15 a 18 años que asisten al espacio libre dance y fitness, ubicado en Estanislao, en Gregorio LaFerrere. Se observó que, si bien las plataformas de interacción digital constituyen una herramienta de comunicación ampliamente utilizada por los jóvenes, su uso excesivo puede influir negativamente en aspectos fundamentales de la interacción social, como la comunicación cara a cara, la expresión de emociones, la empatía y la resolución de conflictos.

Asimismo, los datos analizados evidenciaron que la mayoría de los adolescentes utilizan las plataformas de interacción digital diariamente durante varias horas, lo que puede favorecer el aislamiento social y disminuir las oportunidades de establecer vínculos interpersonales saludables en contextos reales. Estos hallazgos coinciden con estudios previos que señalan la necesidad de promover un uso responsable y equilibrado de las plataformas digitales.

En relación con los objetivos planteados, se logró identificar las principales características del uso de plataformas de interacción digital en la población estudiada y su impacto en las habilidades sociales, confirmando la importancia de abordar esta problemática desde una perspectiva preventiva y educativa.

Finalmente, desde la disciplina de enfermería, se considera fundamental desarrollar estrategias de promoción de la salud dirigidas a adolescentes, familias e instituciones educativas, orientadas a fomentar hábitos digitales saludables, fortalecer las habilidades sociales y contribuir al bienestar biopsicosocial de los jóvenes. De esta manera, se favorece un desarrollo integral que permita aprovechar los beneficios de las tecnologías digitales sin afectar negativamente las relaciones interpersonales y la calidad de vida.

Recomendaciones

- **Fomentar el uso responsable y reflexivo de las plataformas de interacción digital**, se recomienda que las instituciones educativas implementen programas de orientación digital que promuevan un uso equilibrado y consciente de las plataformas de interacción digital, destacando su potencial educativo y social, pero también alertando los riesgos de una exposición excesiva.
- **Fortalecer las habilidades sociales en el ámbito escolar**, es necesario incorporar en el currículo, actividades que estimulen la comunicación asertiva, la empatía y el trabajo en equipo de modo que los adolescentes desarrollen competencias sociales, tanto en entornos virtuales como presenciales.
- **Capacitaciones a padres y docentes, se sugiere brindar espacios de formación para adultos responsables**, con el objetivo de que comprendan el impacto que el entorno digital tiene en el comportamiento social de los adolescentes y puedan acompañarlos adecuadamente en el uso de la tecnología.

Bibliografía

Castañeda, MA (2019). Relación de las habilidades sociales y el uso de las redes sociales en adolescentes. –<http://hdl.handle.net/20.500.11912/6873>.

Huamán Mendoza, Rosario Edith, Vila Gutiérrez, Luz Charito Habilidades sociales y adicción a las redes sociales en adolescentes de un Centro Preuniversitario Parroquial, Huancayo (2020) <https://hdl.handle.net/20.500.12848/1770>

Jiménez Maldonado, Angie Mabel (2018). Redes sociales y desarrollo de habilidades sociales en adolescentes de primero, segundo y tercero de bachillerato de la unidad educativa particular cordillera del cantón Loja. [-http://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/20914](http://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/20914).

La generación ansiosa de Jonathan Haidt: El rol de los smartphones y las redes sociales en la adolescencia. (2024)

<https://lyd.org/opinion/2024/08/la-generacion-ansiosa-de-jonathan-haidt-el-rol-de-lossmartphones-y-las-redes-sociales-en-la-adolescencia>.

Rojas Rojas Elizabeth (2018) Uso de redes y habilidades sociales en una institución educativa del distrito del Rímac – <https://hdl.handle.net/20.500.13084/4709>

UNICEF/Uruguay(2020)Pradera.-<https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/que-es-la-adolescencia>

Vicente E. Caballo. Manual de Evaluación y Entrenamiento de Las Habilidades Sociales(1998)

https://www.academia.edu/24963835/Vicente_E_Caballo_Manual_de_Evaluacion_y_Entrenamiento_de_Las_Habilidades_Sociales.

Adolescentes, pantallas y salud mental (2024).

https://www.who.int/europe/news/item/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health?utm_source

Uso de redes sociales en adolescentes con y sin problemas de salud mental.(2025)

https://www.nature.com/articles/s41562-025-02134-4?utm_source

Estadísticas de los medios sociales (2025)

<https://share.google/hUwWwCtU0mTnPWUR>

Diez datos sobre los adolescentes y redes sociales.(2025)

<https://www.pewresearch.org/short-reads/2025/07/10/10-facts-about-teens-and-social-media>

Radiografía digital: qué hacen los argentinos en internet y en qué plataformas de interacción digital pasan más tiempo.

<https://www.infobae.com/tecnologia/2025/04/04/radiografia-digital-que-hacen-los-argentinos-en-internet-y-en-que-redes-sociales-pasan-mas-tiempo/?utm.com>

Uso de redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de una Institución Educativa Privada del distrito de Breña,Lima(2023)

<https://repositorio.uwperu.edu.pe/server/api/core/bitstreams/d9e33578-2a64-4920-80c5-630b665d8685/content>

Argentina. (2006). Ley de Educación Nacional N.º 26.206. Boletín Oficial de la República Argentina.

<https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/ley-de-educ-nac-58ac89392ea4c.pdf>

Instrumento

Consentimiento informado

La presente encuesta forma parte de una investigación académica sobre la relación del uso de plataformas de integración digital en el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes de 15 a 18 años.

El objetivo de este estudio es recolectar información que contribuya al análisis de cómo las plataformas de interacción digital influyen en la comunicación y las relaciones interpersonales de los adolescentes.

La participación en esta encuesta es voluntaria y anónima. Los datos obtenidos serán utilizados únicamente con fines académicos y de investigación, garantizando la confidencialidad de la información brindada. En ningún momento se solicitarán datos personales que permitan identificar a los participantes.

Usted tiene derecho a no responder alguna pregunta o retirarse de la encuesta en cualquier momento, sin que esto genere consecuencias negativas.

Al continuar y responder la encuesta, se considera que acepta participar de manera libre e informada en esta investigación.

-¿Acepta participar voluntariamente en esta investigación?

Acepto/ no acepto

1) ¿Edad? 15/16/17/18

2) Género: F / M / otros

3) ¿Curso?

4to / 5to/ 6to

4) ¿Tenés celular propio? Si/ No

5) ¿Tenés acceso a internet? Si /No

6) ¿Qué redes sociales usas con más frecuencia?

(TikTok – Facebook – Instagram – otras)

7) ¿Cuántas horas al día usás redes sociales?

Menos de 1 hora/1 a 3 horas/4 a 6 horas/Más de 6 horas

8) ¿Para qué usas principalmente las redes sociales?

(Hablar con amigos, ver videos, fotos, estudiar, otros.)

9) ¿Usás redes sociales antes de dormir? Sí/No

10) ¿Se te dificulta conciliar el sueño? Sí/No/A veces

11) ¿Sentís necesidad de revisar constantemente el celular? Sí/No

12) ¿Te resulta difícil pasar un día sin redes sociales? Sí/No

13) ¿Te considerás una persona sociable? Si /No

14)¿Te resulta fácil iniciar conversaciones con otras personas? Si/No

15)¿Preferís hablar por redes sociales antes que cara a cara?Si /No

16)¿Te sentís cómodo/a trabajando en grupo?Si /No

17)¿Te cuesta expresar tus emociones?

Frecuentemente/A veces/Nunca

18)¿Creés que las redes sociales afectan la forma en que te relacionas con los demás?Sí/No/A veces

19)¿Alguna vez una publicación o comentario te hizo sentir mal?Si /No

20)¿Hablás más con tus amigos por chat que en persona? Si /No

21)¿Las redes sociales generan conflictos o malentendidos en tus relaciones personales?Frecuentemente/A veces/Nunca

22)¿Con qué frecuencia te sientes desanimado/a o comparás tu vida con la de otras personas en redes sociales?Nunca/A veces/Frecuentemente/Siempre

23)Crees que en las redes sociales encuentras más apoyo emocional que en la vida cotidiana.Si /No /a veces

24)Sentís que las redes sociales influyen en tu autoestima.Si/No /Aveces

	U	EDA	GE	CU	P	P				P	P1	P	P	P	P	P	P1	P1	P1	P1	P2	P2	P2		P2
		D	NE	RS	4	5	P6	P7	P8	9	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	P23	4
	A			456																					
		1111	tttt	SNSN								SNSN	ASNS	NSNS	NSNS	NSNS	ASNS	SNAS	SNAS	SNAS	NA				SNASNA
		5678	FN	CC	CC	CC	CC	CC	CC	CC	CC	CC	CC	CC	CC	CC	CC	CC	CC	CC	CC	CC	CC	CC	CC
	1	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
	2	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
	3	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
	4	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
	5	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
	6	0100	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
	7	0100	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
	8	0100	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
	9	0100	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
	1	0010	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000

[illegible]

Vínculo matriz de datos.

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1w0BsD5DxDJ2JyiDw5VUqU3C8YiGs1MQP/edit?usp=sharing&ouid=103740905474658449222&rtpof=true&sd=true>

Vínculo power point

[power de tesis .pptx](#)