



unl | Universidad
Nacional
de Loja

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

Facultad de la Salud Humana

Carrera de Psicología Clínica

Uso de redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios

**Trabajo de Integración Curricular
previo a la obtención del título de
Licenciada de Psicología Clínica**

AUTOR:

Thalia Mari Gette Beltrán Rey

DIRECTORA:

Psic. Karina Gabriela Rojas Carrión Mg. Sc.

+-

Loja-Ecuador

2025

Certificación de parte del director del trabajo de integración curricular



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Sistema de Información Académico
Administrativo y Financiero - SIAAF

CERTIFICADO DE CULMINACIÓN Y APROBACIÓN DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Yo, **ROJAS CARRION KARINA GABRIELA**, director del Trabajo de Integración Curricular denominado **2 Psic. Karina Rojas Thalia Beltran Uso de redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios.**, perteneciente al estudiante **THALIA MARI GETTE BELTRAN REY**, con cédula de identidad N° **0953531548**.

Certifico:

Que luego de haber dirigido el **Trabajo de Integración Curricular**, habiendo realizado una revisión exhaustiva para prevenir y eliminar cualquier forma de plagio, garantizando la debida honestidad académica, se encuentra concluido, aprobado y está en condiciones para ser presentado ante las instancias correspondientes.

Es lo que puedo certificar en honor a la verdad, a fin de que, de así considerarlo pertinente, el/la señor/a docente de la asignatura de **Integración Curricular**, proceda al registro del mismo en el Sistema de Gestión Académico como parte de los requisitos de acreditación de la Unidad de Integración Curricular del mencionado estudiante.

Loja, 20 de Febrero de 2025



KARINA GABRIELA
ROJAS CARRION

F)

DIRECTOR DE TRABAJO DE INTEGRACIÓN
CURRICULAR



Certificado TIC/TT.: UNL-2025-001219

1/1
Educamos para Transformar

Autoría

Yo, Thalia Mari Gette Beltrán Rey, declaro ser autor del presente Trabajo de Integración Curricular y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos, de posibles reclamos y acciones legales, por el contenido del mismo. Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi Trabajo de Integración Curricular, en el Repositorio Digital Institucional – Biblioteca Virtual.

Firma: 

Cédula de identidad: 0953531548

Fecha: 20/02/2025

Correo electrónico: thalia.beltran@unl.edu.ec

Teléfono: 0986146657

Carta de autorización de publicación

Yo, Thalia Mari Gette Beltrán Rey, declaro ser autor del Trabajo de Integración Curricular titulado: Uso de redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios, como requisito para optar por el título de Licenciada en Psicología Clínica, autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que, con fines académicos, muestre la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido en el Repositorio Digital Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el Repositorio Institucional, en las redes de información del país y del exterior con las cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia del Trabajo de Integración Curricular que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, suscribo, en la ciudad de Loja, a los veintisiete días del mes de enero de dos mil veinticinco.

Firma:



Cédula: 095353154 - 8

Dirección: Barrio José Antonio, calle Eguiguren y Epiclachima.

Correo electrónico: thalia.beltran@unl.edu.ec

Celular: 0986146657

DATOS COMPLEMENTARIOS

Director del Trabajo de Integración Curricular: Psicóloga Karina Gabriela Rojas Carrión Mg. Sc.

Dedicatoria

A mi madre Bélgica Rey y a mi padre Augusto Beltrán, quiero agradecerles por siempre darme todo su apoyo, cariño, amor incondicional, y su fortaleza, han sido mi mayor inspiración, gracias por amarme, aconsejarme cada día con palabras sabias lo indispensable, y, por estar siempre a mi lado en cada momento pese a cada adversidad o circunstancia, por darme la sabiduría, entendimiento, y por ser mi motivación, y por ser como soy hoy en día gracias a ustedes, una mujer valiente, luchadora y capaz de enfrentar cualquier cosa que la vida me ponga por delante.

A mis hermanos Mercedes y Rusbel, les agradezco de corazón por apoyarme siempre y en cada momento, su compañía y sus consejos sinceros sobre lo bueno y lo malo, y su aliento constante en los días difíciles, me han inspirado a ser alguien mejor. Gracias por darme ánimos cuando más lo necesite, y por ser esa fuente de inspiración, me motiva a crecer, luchar y luchar por mis sueños.

Thalia Mari Gette Beltrán Rey

Agradecimiento

Agradezco primeramente a Dios ya que sin el esto no sería posible, a mi madre y padre por ese amor incondicional, por estar siempre a mi lado y guiarme en todo momento y seguir en cada decisión que he tomado, y por ser el pilar fundamental en mi vida.

A mi hermano Rusbel, porque se ha convertido en una figura clave en mi vida, por recordarme con tu ejemplo que los obstáculos son solo una pequeña parte del camino hacia el crecimiento. Tu fortaleza determinación y todo lo que has logrado en la vida me inspiran profundamente.

Especialmente a mi directora del Trabajo de Integración Curricular, Psi. Cli. Karina Gabriela Rojas Carrión, Mg. Sc. Su asesoramiento, perseverancia y apoyo incondicional han sido esenciales en el desarrollo de esta investigación, sin su valiosa orientación no habría sido posible alcanzar esta meta tan anhelada y esperada para mí.

A cada uno de los docentes que, a lo largo de mi trayectoria académica han aportado significativamente a mi desarrollo profesional. Sus conocimientos, experiencias, recursos y guía han sido fundamentales para mi progreso tanto académico como personal.

Expreso mi más sincera gratitud a la Universidad Nacional de Loja, y en particular a la Carrera de Psicología Clínica, por su valiosa influencia y apoyo en mi formación profesional durante estos cuatro años de estudio.

Expreso mi más sincero agradecimiento a todas aquellas las personas que, de alguna forma, han aportado a la realización de este proyecto. Gracias infinitas.

Thalia Mari Gette Beltrán Rey

Índice de contenidos

Portada.....	i
Certificación de parte del director del trabajo de integración curricular.....	ii
Autoría.....	iii
Carta de autorización de publicación.....	iv
Dedicatoria.....	v
Agradecimiento.....	vi
Índice de contenidos.....	vii
Índice de tablas.....	x
Índice de Anexos.....	xi
1. Título.....	1
2. Resumen.....	2
Abstract.....	3
3. Introducción.....	4
4. Marco teórico.....	6
4.1 CAPITULO 1. Redes Sociales.....	6
4.1.1 Concepto y Definición.....	6
4.1.2 Historia y Evolución de las Redes Sociales.....	6
4.1.3 Tipos de Redes Sociales y sus Características.....	6
4.1.4 Uso de Redes Sociales en Estudiantes Universitarios en América Latina.....	7
4.1.5 Ventajas y Desventajas del Uso de Redes Sociales en el Ámbito Académico.....	8
4.1.6 Efectos Psicológicos del Uso de Redes Sociales en Estudiantes Universitarios.....	9
4.1.7 Regulación y Buen Uso de las Redes Sociales.....	10
4.2 CAPÍTULO 2. Rendimiento Académico.....	11
4.2.1 Concepto y Definición.....	11

4.2.2 Factores que Afectan el Rendimiento Académico	11
4.2.3 El Impacto de las Redes Sociales en el Rendimiento Académico	12
4.2.4 Estrategias para Mitigar el Impacto Negativo de las Redes Sociales ...	13
4.2.5 Medición del Rendimiento Académico	13
5. Metodología.....	15
5.1 Descripción del área física, territorio de estudio o localización de la investigación.....	15
5.2 Método de estudio	15
5.3 Enfoque, tipo y diseño de la investigación.....	15
5.4.1 Población.....	15
5.1.2 Muestra.....	15
5.3 Criterios de inclusión	16
5.4 Criterios de exclusión.....	16
5.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	16
5.5.1 Técnica	16
5.5.2 Instrumento	16
5.5 Tratamiento, análisis y presentación de datos.....	16
5.6 Procedimiento	17
5.6.1 Fase I	17
5.6.2 Fase 2.....	17
5.6.3 Fase 3.....	17
5.7 Aprobación del Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos (CEISH)	17
6. Resultados.....	18
6.1 Objetivo General	18
6.2 Objetivo Especifico 2	20
6.3 Objetivo Especifico 3	22
7. Discusión	23

8. Conclusiones.....	26
9. Recomendaciones	27
10. Referencias bibliográficas	28
11. Anexos.....	35

Índice de tablas

Tabla 1. Uso de redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios.....	18
Tabla 2. Efectos académicos del uso de las redes sociales en estudiantes.....	20
Tabla 3. Factores que mejoran el rendimiento académico.	22

Índice de Anexos

Anexo 1. Diagrama de Flujo PRISMA.....	35
Anexo 2. Matriz de desmontaje y condensación de datos.....	36
Anexo 3. Informe de pertinencia del proyecto de integración curricular.....	46
Anexo 4. Designación de director del Trabajo de Integración Curricular.....	47
Anexo 5. Uso de ATLAS.ti.....	48
Anexo 6. Certificado de traducción del resumen al idioma inglés.....	49
Anexo 7. Artículo traducido al idioma español.....	37
Anexo 8. Efectos académicos del uso de las redes sociales en estudiantes.....	53
Anexo 9. Factores que mejoran el rendimiento académico.....	54
Anexo 10. Informe Similitud.....	55

1. Título

Uso de redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios.

2. Resumen

Las redes sociales son plataformas virtuales que permiten a los individuos interactuar e intercambiar contenidos en tiempo real y desde cualquier parte del mundo. En los últimos años, sobretodo post pandemia, se han convertido, además, en una herramienta necesaria en el quehacer educativo. Adquiriendo relevancia e influencia positiva o negativa en el rendimiento académico. La presente investigación tuvo como principal objetivo determinar el impacto del uso de las redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios, identificando los efectos de su uso y estableciendo los factores que contribuyen a la mejora del rendimiento académico. El estudio se llevó a cabo empleando un enfoque cualitativo no experimental, de corte transversal, con un alcance correlacional y descriptivo; la muestra consistió en 14 artículos científicos en los que se estudió a 2.480.308 individuos. El análisis reveló que el impacto de las redes sociales puede incidir tanto positiva como negativamente en el rendimiento académico, por un lado, contribuyen a la organización, y el trabajo colaborativo, pero su uso desmedido puede provocar desconcentración y retrasos en las distintas tareas. Asimismo, se identificó que diversos factores contribuyen en la mejora del rendimiento académico, entre ellos el entorno familiar, los recursos educativos disponibles, el acceso a tecnología, la metodología de enseñanza y las condiciones psicosociales del estudiante. Además, una adecuada gestión del tiempo, el apoyo familiar y docente, y el equilibrio entre estudio y trabajo son esenciales para optimizar el aprendizaje y alcanzar un desempeño académico eficiente, permitiendo afrontar con éxito los retos académicos.

Palabras clave: educación superior, aprendizaje, plataformas, internet.

Abstract

Social media are virtual platforms that allow individuals to interact and exchange content in real-time and from anywhere in the world. Over the past few years, especially post-pandemic, they have also become an essential tool in educational practices. Acquiring relevance and having either a positive or negative influence on academic performance. This research aimed to determine the impact of social media use on the academic performance of university students, identifying the effects of its use and establishing the factors that contribute to improving academic performance. The study was conducted using a non-experimental qualitative approach, with a cross-sectional design, and a correlational and descriptive scope; the sample consisted of 14 scientific articles in which 2,480,308 individuals were studied. The analysis revealed that the impact of social media can affect academic performance both positively and negatively; on one hand, they contribute to organization and collaborative work, but excessive use can cause distraction and delays in various tasks. Furthermore, various factors were identified that contribute to improving academic performance, including the family environment, available educational resources, access to technology, teaching methodology, and the psychosocial conditions of the student. Additionally, proper time management, family and teacher support, and a balance between study and work are essential for optimizing learning and achieving efficient academic performance, allowing students to successfully face academic challenges.

Keywords: education, higher, learning, platforms, internet.

3. Introducción

Las redes sociales son plataformas diseñadas para facilitar la interacción entre las personas. A través de ellas, es posible conectarse en tiempo real y compartir ideas desde cualquier lugar del mundo. En el entorno universitario, ya no son sólo una herramienta de comunicación, sino que ahora cumplen una función práctica que afecta a la vida cotidiana de los estudiantes y a su rendimiento académico (Castells, 2012).

En la última década, los estudiantes universitarios han hecho un uso más amplio de las redes sociales, lo que ha cambiado su forma de realizar las tareas escolares y hacer amigos. La implementación extensiva de esta innovación ha generado influencias tanto beneficiosas como perjudiciales en su desarrollo escolar. El uso de materiales escolares les da a los estudiantes una gran ventaja, porque pueden ver videos y unirse a chats grupales en sitios web como YouTube y Facebook para obtener consejos e información adicional sobre lo que están aprendiendo. Estas redes ayudan a los estudiantes a encontrar información útil que coincida con lo que aprenden en la escuela y, a menudo, responde a sus preguntas o necesidades especiales (Hernando y Valdivieso, 2020).

Además, las redes sociales facilitan el aprendizaje cooperativo, permitiendo a los alumnos asociarse con compañeros de clase para responder consultas, participar en debates y ejecutar proyectos de forma conjunta. Los grupos de WhatsApp y Telegram ayudan a los equipos a realizar tareas y mantienen a todos informados sobre el progreso del proyecto, lo que hace que el equipo trabaje mejor en conjunto y más rápido. Esta creación de redes no solo facilita los objetivos académicos, sino que también mejora la comunicación y la cooperación efectiva, que son habilidades esenciales para el crecimiento profesional (Bucheli y Terán, 2020).

Por otro lado, desde un punto de vista desfavorable, Zhao, (2023), afirma que el uso excesivo de las redes sociales puede conducir a altos niveles de estrés académico, afectando negativamente a la organización y concentración de los estudiantes y, en última instancia, afectando al rendimiento académico, especialmente si el uso de las redes sociales no se gestiona adecuadamente. También afirma que las pautas de compromiso con las redes sociales son un elemento esencial en la educación. Cuando los alumnos establecen límites definitivos y emplean redes tácticamente, pueden armonizar su inversión en actividades académicas y recreativas, disminuyendo así los impactos adversos. Algunos buenos hábitos para los estudiantes, son: tomar descansos, administrar bien el tiempo y usar internet solo para las tareas escolares puede realmente ayudar a mantener las cosas organizadas y enfocadas.

Este estudio es relevante porque proporciona una comprensión de cómo el uso de la red social afecta al rendimiento académico de los estudiantes universitarios, identificando los factores positivos y negativos que afectan a su rendimiento.

4. Marco teórico

4.1 CAPITULO 1. Redes Sociales

4.1.1 Concepto y Definición

Las redes sociales son un medio que cumple la función de facilitar las interacciones de las personas. A través de las redes sociales, las personas pueden interactuar e intercambiar ideas en tiempo real desde cualquier parte del mundo. En la universidad, ya no son sólo un medio de socialización, sino que tienen aplicaciones prácticas que afectan a la vida cotidiana de los estudiantes y a su rendimiento académico (Castells, 2012).

Las redes sociales con mayor uso entre los jóvenes universitarios son Facebook, Instagram, Twitter, TikTok, etc. Cada una con sus propósitos y herramientas determinadas para usarse que pueden influir de diferentes maneras sobre los estudiantes. Las redes sociales son vías de comunicación y entretenimiento y proporcionan información educativa, conferencias online, materiales de apoyo académico (Azizi et al., 2019).

4.1.2 Historia y Evolución de las Redes Sociales

La aparición de las redes sociales en la forma que las entendemos hoy se remonta a las primeras comunidades virtuales de los años 90 (las cuales se pueden considerar como aquellas redes sociales del medio), Geocities y Six Degrees. Permitieron a los usuarios crear por primera vez los perfiles e ir formando las redes de amigos en la misma virtualidad. La siguiente aparición coincide con el año 2004 cuando surge Facebook, siendo la primera red social que se expande de un modo global, irrumpiendo en la forma en la cual las personas comienzan a comunicarse (Boyd y Ellison, 2007).

Desde 2010, y especialmente con el auge de los teléfonos inteligentes y el desarrollo de Internet, el uso de las redes sociales se ha convertido en un factor social, sobre todo para los jóvenes de entonces y de ahora. La popularización de las redes sociales en América Latina también se ha visto muy incrementada por las redes sociales como Instagram o TikTok que han tenido bastante éxito, las cuales están centradas en el contenido rápido y visual, logrando que las redes sociales estén completamente asociadas en la vida de cada estudiante universitario y hoy en día y afectan sus interacciones sociales, así como sus patrones de estudio y consumo de información (Garitano y Arce, 2023).

4.1.3 Tipos de Redes Sociales y sus Características

Las plataformas sociales abarcan distintas categorías con las que benefician la actividad académica. En primer lugar, están las plataformas de interacción social que permiten a los usuarios interactuar socialmente, tanto en lo personal como en lo académico. Facebook es un sitio web muy extendido donde se crean grupos para estudiar, compartir

materiales de aprendizaje y hablar con estudiantes u expertos. Estas especificaciones ayudan a que Facebook se use con gran frecuencia para aumentar las posibilidades de coordinación y estructuración entre académicos. Por otro lado, Instagram, que era sólo de fotos, ahora es una manera buena de aprender con imágenes curiosas y con información por temas. Esta red social hace que aprender sea más fácil y atractivo visualmente, aumentando la producción e implicación de los estudiantes.

Un tercer tipo son las redes sociales audiovisuales, de la que Youtube es una de las redes sociales de aprendizaje más extensas del mundo, donde se vuelven a encontrar tutoriales, conferencias o clases sobre un gran número de temas. La diversidad del contenido le hace ser una red de aprendizaje fundamental para un gran número de estudiantes. Por último, TikTok, que generalmente se usa para divertirnos, se ha usado también para vídeos cortos, donde creadores de contenido lo usan, por ejemplo, para dar consejos de estudio y hacer lecciones rápidas, lo que permite a los estudiantes aprender y entender las cosas rápidamente (Garitano y Arce, 2023).

Dentro de las redes de mensajería y comunicación rápidas tienen un gran peso en el ámbito académico, ya que se usan en América Latina y WhatsApp permite coordinar el trabajo o compartir archivos en red real. Estas herramientas hacen que los estudiantes trabajen juntos, compartan información y hagan el seguimiento de su trabajo escolar.

Por último, LinkedIn, sirve para estudiar contenidos y también para trabajar las redes profesionales, la localización de vacantes y adquirir conocimientos que son claves para ocupar el trabajo que deseen. Tiene un papel importante en que los alumnos puedan configurar su perfil profesional, abriéndoles una mayor variedad de opciones para sus trabajos futuros, y para encontrar a personas y a empresas que deseen tener en cuenta (Valerio, 2020).

4.1.4 Uso de Redes Sociales en Estudiantes Universitarios en América Latina

En los últimos diez años, en América Latina, los alumnos universitarios han usado las redes sociales más intensamente, lo cual ha modificado la manera en que realizan su trabajo académico y también la construcción de amistades. La notable extensión de la ejecución de esta técnica ha propiciado influencias positivas y también negativas en su desarrollo académicos.

En primer lugar, el uso de materiales académicos da mucho margen a los estudiantes, quienes pueden ver vídeos y estar en chats comunitarios en las plataformas web de YouTube y de Facebook para tener información y consejos sobre lo que se les está enseñando. Las redes ayudan a los estudiantes a conseguir información más pesada, adecuada a la

información más reciente que están recibiendo en la escuela y que, muchas veces, resuelve sus dudas o necesidades especiales (Hernando y Valdivieso, 2020).

Además, las redes sociales son un medio práctico para incrementar el aprendizaje colaborativo, permitiendo a los estudiantes asociarse con sus compañeros para responder cuestiones, hacer discusiones o realizar proyectos por su cuenta. Los grupos de WhatsApp y Telegram permiten obtener avances en el trabajo del grupo y servir a las partes del grupo que necesitan alimentar el trabajo con información, de modo que el grupo va mejorando las interacciones, pero también la velocidad de respuesta en el trabajo. Este ensamblaje de red colabora en hacer crecer los objetivos académicos, pero también la comunicación y la cooperación, las que son habilidades esenciales para el desarrollo profesional (Bucheli y Terán, 2020).

También es un aspecto importante, el progreso de las competencias vocacionales y educativas. LinkedIn y YouTube permiten que los estudiantes sigan aprendiendo importantes habilidades que hay que tener en cuenta en la escuela y el trabajo, como aprender a hablar de una forma correcta y la forma de comportarse en una entrevista. Las plataformas ayudan a los estudiantes a desarrollar sus competencias vocacionales y escolares, ya que explican el uso de herramientas de trabajo desde el inicio (Hernando y Valdivieso, 2020).

Por último, el estímulo comunitario e inspirador que pueden proporcionar las plataformas sociales es fundamental en períodos intensos de presión escolar. Gracias a las plataformas, los estudiantes pueden asociarse a compañeros de estudios que han pasado o están pasando problemas similares, obteniendo en este sentido apoyo y asesoramiento. De esta manera de trabajar en grupo se afloja la presión académica y se puede contribuir a que los estudiantes se sientan parte de un equipo, facilitándoles que tengan la sensación de que comparten su problemática académica (Marín-Díaz y Cabero-Almenara, 2019).

4.1.5 Ventajas y Desventajas del Uso de Redes Sociales en el Ámbito Académico

Las plataformas sociales pueden ser considerados como herramientas útiles en situaciones académicas, en otoño la mayoría de las ventajas, aunque también llevan inherente sus desventajas que hay que considerar. Una de las ventajas que hay que tener en cuenta es la forma habitual de poder localizar información, pues estos sitios tienen una multitud de material de aprendizaje que puedes usar en cualquier lugar y momento. Este acceso informativo permitirá a los estudiantes reanudar con la educación en casa, remediar lo que no entienden fuera del aula, y hacer más probable una educación individual o continua.

Los trabajos en grupo de la clase establecen las plataformas, permitiendo la comunicación entre pares, entre estudiantes y buen consejo, dando lugar a trabajo en común y a la posibilidad de lograr un flujo adecuado de la información. Tal intercambio de las ideas y de los enfoques de los contenidos también genera el aprendizaje comunitario y reitera algunos aspectos pedagógicos. La utilización de estas plataformas de forma continua también permite a los estudiantes avanzar en el conocimiento de las herramientas digitales, aspecto muy importante para haber tener éxito en el mundo interconectado de nuestros días. Algunas redes sociales incitan a acrecentar estas capacidades (Castells, 2012).

No obstante, las redes sociales también llevan consigo aspectos negativos, como la capacidad para provocar diversión y el reforzamiento de la conducta de la dilación. Las páginas web o aplicaciones están orientadas a atraer la atención de los usuarios, lo cual puede tener efectos adversos en la tarea escolar o la capacidad de atención de las/os estudiantes, ya que ese interés puede hacer que dilaten las tareas escolares o distraerse mientras estudian (Sánchez E. , 2017).

Una preocupación sería la posible cadena de dependencias en el efecto en la salud psicológica. El uso excesivo de las redes sociales puede provocar dependencia y problemas como ansiedad, bajo nivel de autoestima, o incluso el fenómeno del FOMO (Fear of Missing Out, miedo a perderse algo). Estos efectos se traducen en perjuicio del bienestar psicológico y mental de los alumnos, interferir en sus obligaciones escolares o en sus problemas de tipo personal.

Además, el uso de redes sociales plantea preocupaciones significativas en relación con la privacidad y la seguridad. Cuando los estudiantes comparten información personal en línea, se exponen a riesgos diversos, como violaciones de su intimidad y acoso cibernético, lo que puede impactar negativamente su salud mental y su autoconfianza. Este es un aspecto crítico, ya que la divulgación de información sensible puede tener repercusiones severas en la vida de los estudiantes, (Boyd y Ellison, 2007).

4.1.6 Efectos Psicológicos del Uso de Redes Sociales en Estudiantes Universitarios

El uso excesivo de redes sociales puede tener un impacto considerable en el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios, afectando diversos aspectos de su salud mental. En estas plataformas, se observa un aumento de la ansiedad y la presión, sobre todo cuando se prioriza la apariencia y la posición social. Los alumnos a menudo sienten la necesidad de estar a la altura de sus compañeros, lo que genera un ambiente de tensión y un mayor juicio entre ellos. Este fenómeno es particularmente evidente en aquellos que buscan mantener una

reputación impecable o que compiten por estatus y reconocimiento social (Campos et al., 2021).

Uno de los efectos más relevantes es la aparición de déficits de autoconfianza. La utilización repetida de un material que había sido muy trabajado puede afectar de manera crítica la autoimagen de quienes están aprendiendo; generalmente, los adolescentes que van forjando su identidad se dejan llevar con facilidad por ésta, puesto que, muy a menudo, perciben el contenido que aparece en la red como un estándar, como una fuente que puede trastocar la auto imagen de quienes se ven confrontados a ella y les puede plantear dudas sobre la propia valía (Sánchez E. , 2017).

Así también, el uso intensivo de las redes también suele provocar alteraciones en los hábitos del sueño. Un trabajo prolongado ante la pantalla y un uso intensivo de la red pueden alterar los ciclos de descanso de quienes están aprendiendo, un hecho que puede hacer que su éxito escolar se vea afectado, así como su salud psíquica, un mal ciclo que pueda llevar a los estudiantes a la desesperanza (Campos et al., 2021).

4.1.7 Regulación y Buen Uso de las Redes Sociales

Para combatir efectos negativos de la participación en redes sociales y hacer que sus ventajas para el ámbito educacional aumenten, se podrían llevar a cabo varias estrategias de autocontrol. Un lugar clave es el apoyo a la auto gobernanza del alumnado, donde los centros educativos podrían tener un rol relevante en ofrecer talleres que enseñan a los alumnos a utilizar deliberadamente las redes sociales, estos seminarios tienen como intención fijar horarios para cada tipo de red social y fijar tiempos de pausas digitales, esto permite anticiparse al fenómeno del agotamiento tecnológico, que es una consecuencia habitual del uso intensivo de redes sociales por parte del alumnado (Sáez y Lobos, 2023).

También, el uso instrumental y formativo de redes sociales es una estrategia esencial. Ayuda a estudiantes a aprovechar las redes para aprender, propone que utilicen estas herramientas para estudiar y ayuda a mejorar sus tareas escolares. El uso de redes sociales con fines educativos y de formación ayuda a evitar el efecto negativo de exponerse a redes, a la participación excesiva o inadecuada (Islas y Carranza, 2021).

Para llegar a un punto en el que salvaguardar la confidencialidad y la vigilancia sea un aspecto relevante de la educación de los alumnos, en el ámbito de la educación universitaria, las instituciones de educación superior pueden contribuir a la formación de sus académicos en el conocimiento de la protección de sus propios datos privados, así como en la puesta en práctica de protocolos sólidos de seguridad en línea, medidas en las que la promoción del conocimiento puede ayudar a prevenir el hostigamiento cibernético.

Siguiendo esta línea de pensamiento, la promoción del uso prudente de las plataformas sociales tendrá la dosis adecuada de información para prevenir que la salud y la seguridad de los estudiantes corran un alto riesgo (Sáez y Lobos, 2023).

4.2 CAPÍTULO 2. Rendimiento Académico

4.2.1 Concepto y Definición

El rendimiento académico es el grado de desempeño de los alumnos en la práctica de actividades educativas a través de calificaciones, pruebas estandarizadas, tareas o proyectos. El rendimiento académico no se refiere a la consecución de resultados objetivos -calificaciones o puntuaciones-, sino que incluye el aprendizaje de habilidades cognitivas, de autorregulación y de motivación necesarias para el aprendizaje a largo plazo (Pinto et al., 2021).

En el ámbito universitario latinoamericano, en especial, el rendimiento académico tiene unos rasgos poco habituales, en el que los factores sociales, económicos y tecnológicos permiten el desarrollo proteico de la experiencia de aprendizaje. La educación superior de la región vive unas condiciones estructurales acometidas por la desigualdad económica, la falta de recursos, la diferencia de acceso a las tecnologías de información, de forma que las vidas de los estudiantes se ven afectadas de manera directa comprender que el rendimiento académico no puede ser entendido únicamente como el espejo de las capacidades individuales de los estudiantes es importante, sino también como un resultado de la interacción conjunta entre elementos internos y externos.

4.2.2 Factores que Afectan el Rendimiento Académico

El rendimiento académico de un alumno depende de múltiples variables externas e internas; el impulso se halla entre los factores internos, ya que determina la tendencia de un alumno a involucrarse en el esfuerzo que requiere el aprendizaje. En ocasiones las personas desean aprender por su curiosidad innata, o bien, porque desean impresionar a los demás. La consideración de la motivación inherente y externa puede llegar a influenciar en el rendimiento educativo (Gonzalez, 2024).

Los conocimientos sobre autorregulación tienen un rol importante, son especialmente importantes en la educación superior, donde la capacidad de autoeducación es importante para el logro académico; además, ser capaz de obtener métodos de estudio eficaces es clave para que los alumnos entiendan, asimilen, y recuerden lo que aprenden; la incorporación de los métodos de estudio eficaces puede tener un rol destacado en el desempeño de un estudiante (Angulo, 2020).

Sin embargo, además de considerar las influencias externas, el contexto familiar tiene gran impacto, ya que el respaldo o el estrés familiar pueden condicionar el rendimiento académico. En América Latina las creencias que tienen los padres tienen un gran impacto en qué tanto se preocupan los alumnos por sus trabajos en clase; las creencias condicionan la manera en que los alumnos perciben sus calificaciones. De igual manera, el estado económico del alumno puede determinar sus posibilidades de adquirir los materiales académicos que son necesarios para obtener resultados correctos; tales materiales pueden ser bibliotecas, asesoría académica, o también equipamientos digitales (Salas, 2017).

Recientemente, el uso de la tecnología y los recursos de aprendizaje se ha convertido en una parte del rendimiento académico. Aunque la tecnología puede ayudarnos a acceder rápidamente a la información, el uso excesivo de las redes sociales puede acabar siendo una completa distracción, arruinando el tiempo de estudio y llevando a bajar las notas en la escuela (Sánchez y Puente, 2022).

4.2.3 El Impacto de las Redes Sociales en el Rendimiento Académico

La rápida expansión de las plataformas sociales entre los estudiantes universitarios latinoamericanos ha despertado una gran curiosidad por estudiar su relación con el rendimiento académico. Las redes sociales pueden ser beneficiosas o perjudiciales para el trabajo escolar de los estudiantes, dependiendo de la frecuencia con que las utilizan, de qué buscan y de su capacidad para gestionarlas. Uno de los resultados favorables del aprendizaje colaborativo es la mejora de la inteligencia colectiva. A esto le sucede que el aprendizaje se vuelve más eficaz para ellos (Suárez y Soracá, 2020).

Las redes sociales pueden considerarse un canal inestimable para la difusión de material educativo, seminarios, foros virtuales, etc. En América del Sur y en Centroamérica, encontramos plataformas educativas como YouTube o Instagram muy utilizadas por alumnos en busca de nuevas formas, con otros vídeos educativos o explorando más sobre distintos aspectos, que le simplifican el acceso a la información (Salas, 2017).

La participación en una comunidad virtual también ayuda a desarrollar las habilidades comunicativas, ya que los alumnos mejoran a la hora de hablar entre ellos, trabajar con los demás y liderar, que es lo más importante para el crecimiento integral de la persona en la escuela (Gonzalez, 2024).

Utilizar las redes sociales tiene efectos adversos en el rendimiento personal en la escuela, la dilación de las tareas, por ejemplo, una de sus consecuencias. En esto la mala utilización de las redes sociales puede significar mermar la capacidad de atención, hacer que gestionar el tiempo les sea ineficaz, convirtiéndose en unos logros personales

decepcionantes. La 'economía de la atención' que hace que estén presentes y conectados durante largas temporadas implica que no pueden centrar su atención (Giraldo y Fernández, 2020).

La sobre adaptación de alguna de las aplicaciones que componen las redes sociales cataliza los ciclos del sueño y de la salud mental de las y los estudiantes. Pasar mucho tiempo en una aplicación de red social puede ofrecer como resultado una baja del sueño, esencial para almacenar información y concentrarse en clase. Igualmente, la presión social o las comparaciones constantes en las redes sociales pueden ser causa de devaluaciones o de ansiedades que, negando los resultados escolares de los y las estudiantes (Gonzalez, 2024).

4.2.4 Estrategias para Mitigar el Impacto Negativo de las Redes Sociales

Para mitigar los efectos negativos de la participación en redes sociales sobre el rendimiento académico, se han diseñado diferentes estrategias en el ámbito escolar. En primer lugar, la autodirección académica debe ser la estrategia principal y las instituciones educativas deben desarrollar talleres sobre gestión del tiempo y uso responsable de las redes digitales para dotar a los estudiantes de habilidades de autodirección. Estas habilidades son necesarias para que los estudiantes puedan gestionar sus deberes y tareas en línea de forma eficaz, lo que a su vez aumenta la eficiencia (Pinto et al., 2021).

Otra práctica eficaz consiste en promover la participación de los alumnos en actividades académicas en redes sociales, ya que al animar a los alumnos a utilizar redes sociales para el co-aprendizaje y el acceso a materiales académicos, los alumnos pueden beneficiarse de un uso adecuado de su tiempo en Internet para mejorar su rendimiento en la escuela. Esto promueve una buena comunicación y el intercambio de conocimientos entre los estudiantes, lo que es beneficioso para el aprendizaje (Cabero y Palacios, 2021).

Además, es imperativo crear conciencia sobre las repercusiones del exceso en las plataformas de redes sociales. Las universidades pueden iniciar programas que enseñen a los estudiantes lo malo que es pasar demasiado tiempo en las redes sociales y ayudarlos a tener buenos hábitos, como tomar descansos de las pantallas todos los días, estos intermedios ayudan a mitigar la fatiga digital, fomentando una utilización más equitativa de las plataformas en línea dentro de la comunidad académica (Pinto et al., 2021).

4.2.5 Medición del Rendimiento Académico

La evaluación del rendimiento escolar dentro del entorno de educación superior sudamericano requiere metodologías que trasciendan las normas de calificación típicas. Una técnica de evaluación eficaz integra evaluaciones formativas y sumativas, lo que permite a los instructores evaluar el avance y la comprensión de los alumnos a lo largo de su progresión

académica. Estas evaluaciones son vitales para ofrecer conocimientos y orientar el viaje educativo continuo del alumno (Sáez y Lobos, 2023).

La evaluación basada en competencias es un enfoque importante que mide no sólo la comprensión teórica, sino también el uso práctico de las capacidades. Este enfoque es muy importante en las universidades, ya que pone a prueba si los estudiantes pueden aplicar lo que han aprendido en situaciones de la vida real y les ayuda a prepararse para el mundo laboral (Sáez y Lobos, 2023).

Los marcadores de calidad de vida académica son un aspecto crucial del rendimiento escolar. El bienestar emocional y el equilibrio en el estudio pueden afectar el desempeño de los estudiantes, y esto se puede comprobar con cuestionarios que analizan qué tan felices están los estudiantes con su tiempo en la universidad. Estas métricas evalúan el desempeño integral de un estudiante, considerando tanto el éxito académico como el bienestar general en el entorno del campus (Cárdenas et al., 2020).

5. Metodología

5.1 Descripción del área física, territorio de estudio o localización de la investigación

Este estudio se basa en una revisión sistemática de investigaciones científicas previas sobre la relación entre el uso de redes sociales y el rendimiento académico de estudiantes universitarios, los artículos revisados fueron publicados entre 2015 y 2021, y corresponden a países como Colombia, Perú, México, Chile, Panamá, Cuba, Bolivia y Ecuador.

5.2 Método de estudio

El estudio se ha realizado principalmente mediante el método de síntesis bibliográfica, que ayuda a seleccionar, analizar y resumir las fuentes bibliográficas sobre los temas seleccionados (Sarasola, 2024). Además, se empleó el método deductivo, partiendo de teoría basada en investigaciones previas.

5.3 Enfoque, tipo y diseño de la investigación

El estudio adoptó un enfoque cualitativo, que ayudó a comprender, analizar y describir los fenómenos presentados, lo que permitió responder a las preguntas planteadas en el estudio (Hernando y Valdivieso, 2020).

Se utilizaron dos alcances: correlacional, analiza la relación entre dos o más variables en un contexto determinado; descriptiva, que permite presentar hechos o características que se conocen o se han investigado previamente (Ramos, 2020).

Este estudio adopta un diseño no experimental en el que las variables presentadas no se manipulan deliberadamente, sino que se estudian en un entorno natural sin intervención alguna. Se trata de un estudio transversal, ya que analiza y recopila información procedente de diversos estudios realizados en un periodo de tiempo determinado (Manterola et al., 2023).

5.4 Población y muestra

5.4.1 Población

La población constó de un total de 63 artículos científicos de investigaciones previas, los cuales presentaron información relevante y analizaron las variables de estudio.

5.1.2 Muestra

Para la selección de la muestra se optó por el método de muestreo por conveniencia, en cuyo caso la muestra estuvo representada por 14 artículos en los que se estudió a 2.480.308 personas. Para su selección, se utilizó el diagrama de flujo PRISMA, teniendo en cuenta los siguientes criterios:

5.3 Criterios de inclusión

- Artículos científicos que aborden las variables de investigación.
- Artículos científicos publicados entre el 2015 y 2021.
- Artículos científicos en español e inglés.
- Artículos científicos de investigaciones realizadas en Latinoamérica.
- Artículos científicos de acceso libre.
- Investigaciones llevadas a cabo desde enfoques cualitativos y cuantitativos.

5.4 Criterios de exclusión

- Artículos científicos que no aborden las variables de investigación
- Artículos que no estén en los idiomas establecidos.
- Artículos que no correspondan al área geográfica de investigación.
- Artículos científicos que requieran pago para su acceso.
- Literatura gris.

5.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

5.5.1 Técnica

Se usó la sistematización bibliográfica, cuyo objetivo fue recoger, organizar y analizar de forma sistemática la información recogida en los estudios identificados. Permitió extraer la información relevante para comparar o para un posterior análisis (Martín, 2017).

5.5.2 Instrumento

Este estudio utilizó la especificación PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), una herramienta diseñada para guiar a los investigadores en la presentación de revisiones sistemáticas con el fin de garantizar una descripción clara, precisa y transparente de los objetivos de la investigación, los métodos utilizados y los resultados obtenidos. Esta herramienta está diseñada para guiar a los investigadores en la presentación de una revisión sistemática para garantizar una descripción clara, precisa y transparente de los objetivos de la investigación, los métodos utilizados y los resultados obtenidos. Además, se utilizaron palabras clave como: redes sociales, resultados académicos y estudiantes universitarios para recopilar la información necesaria para este estudio. Esta búsqueda se realizó en diversas bases de datos académicas como SciELO, PubMed, Elsevier, ResearchGate, Redalyc y Dialnet.

5.5 Tratamiento, análisis y presentación de datos

Los artículos relevantes para la investigación se recopilaron mediante el Diagrama de Flujo PRISMA (Anexo 1), seleccionándose de acuerdo con los criterios de inclusión y

exclusión previamente establecidos. La información extraída de la revisión bibliográfica realizada fue analizada, teniendo en cuenta los datos y resultados obtenidos, los cuales se presentaron en la matriz de desmontaje y condensación de datos (Anexo 2), en donde se situaron los artículos que proporcionaron respuesta a los objetivos o preguntas de investigación.

5.6 Procedimiento

El proceso de investigación se llevó a cabo a través de tres fases, mismas que se describen a continuación:

5.6.1 Fase I

En esta etapa, se realizó una búsqueda preliminar de estudios relacionados con este estudio. Se utilizaron varias bases de datos académicas, como SciELO, PubMed, Elsevier, ResearchGate, Dialnet y Redalyc. Las búsquedas se basaron en combinaciones de palabras clave en español, como redes sociales, rendimiento académico y estudiante universitario.

5.6.2 Fase 2

En esta fase, los estudios preseleccionados fueron sometidos a una revisión más profunda. Se empleó el Diagrama de Flujo PRISMA (anexo 1), para seleccionar los artículos que cumplan con los objetivos establecidos. Posteriormente, se procedió a desglosar los artículos, los cuales se organizaron en una matriz (anexo 2), presentando de manera ordenada los siguientes datos: título del estudio, los autores, el año de publicación, la cantidad de la muestra estudiada y los resultados obtenidos, conforme a lo establecido en la matriz de desmontaje y condensación de datos.

5.6.3 Fase 3

En la etapa final, se analizó e interpretó la información recopilada, lo que permitió dar respuesta a los objetivos del estudio, fundamentar los resultados, argumentar la discusión y platear conclusiones y recomendaciones.

5.7 Aprobación del Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos (CEISH)

Este estudio no requiere de la aprobación del CEISH ya que no representa ningún tipo de riesgo para los participantes y de acuerdo al Reglamento del Comité de Ética para la Investigación en Seres Humanos de la Universidad Nacional de Loja (2023), Artículos 36 y 57, Se define como investigación libre de riesgo aquella investigación sin modificación o interferencia con variables biológicas, fisiológicas y sociales, donde la recolección de datos se realiza de manera abierta o pública.

6. Resultados

6.1 Objetivo General

Determinar la influencia del uso de redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios.

Tabla 1 *Influencia de las redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios.*

N°	Autor/es	Lugar	Población	Resultados
1	(Chávez Moreno et al., 2021)	México	137	El uso de las redes sociales en internet, afecta significativamente el rendimiento académico de los estudiantes.
2	(Rivera y De la Torre, 2019)	Perú	373 estudiantes universitarios	<ul style="list-style-type: none"> Se evidenciaron que el 55,5 % (207/373) presentaron rendimiento académico bueno, y el 63 % (235/373) manifestaron alto uso de las redes sociales. Por consiguiente, en este trabajo de investigación hemos determinado que las redes sociales influyen en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Así mismo, corroboramos que el rendimiento académico es influenciado por las redes sociales en las dimensiones de intereses comunes, tipo de información compartida, beneficios de comunicación y comunicación virtual.
3	(Santillán Lima et al., 2017)	Ecuador	511 universitarios	<p>El uso de las redes sociales por parte de los estudiantes universitarios se relaciona positivamente con su rendimiento académico, ya que les ayuda a desarrollar habilidades importantes como el trabajo en equipo, la organización y el pedido de ayuda.</p> <p>Estar conectado con los compañeros a través de las redes sociales permite que los estudiantes no se olviden de las tareas asignadas.</p>
4	(Hernández, 2020)	Perú	70 estudiantes universitarios	Un mayor uso de las redes sociales se asocia con un menor rendimiento académico en estudiantes del 3er ciclo de la Facultad de Medicina Humana.
5	(Yanqui, 2017)	Perú	1200	La frecuencia de uso de las redes no afecta en el rendimiento académico, pero algunos indicadores del uso de las redes sociales si afectó al rendimiento académico.
6	(Barría et al., 2021)	Panamá	345	No existe una relación entre las horas que pasan en las redes los estudiantes y su desempeño académico. Excepto en las asignaturas o carreras en las que por su naturaleza, requieran el uso constante de estas, como: Licenciatura en Mercadeo, Negocios Internacionales y Licenciatura en Ingeniería en Logística.

Nota: Información recopilada de Barría et al. (2021); Chávez Moreno et al. (2021); Hernández (2020); Rivera y De la Torre (2019); Santillán Lima et al. (2017); Yanqui (2017).

Para dar cumplimiento al objetivo general, se analizaron seis artículos científicos en los que se estudiaron a 2,636 participantes, en países como Perú, México, Panamá y Ecuador; la información permite determinar que existe influencia del uso de redes sociales en el rendimiento de los estudiantes universitarios, y que este es multifacético. Existe una relación compleja entre el uso de estas plataformas y el desempeño académico, ya que, mientras algunos estudios evidencian efectos negativos, otros destacan beneficios. La variabilidad en los resultados está influida por factores como la frecuencia de uso, el tipo de plataforma, la carrera estudiada y la forma en que los estudiantes integran las plataformas digitales en su proceso académico. Esto sugiere que su efecto no puede generalizarse, haciendo esencial un uso consciente, equilibrado y estratégico para maximizar su potencial académico.

6.2 Objetivo Especifico 1

Identificar los efectos académicos del uso de las redes sociales en estudiantes.

Tabla 2 Efectos académicos del uso de las redes sociales en estudiantes.

	Efectos positivos	Efectos negativos
Realización de tareas	<ul style="list-style-type: none"> • Ayudan a planificar y organizar tareas • Mejora la organización y gestión del tiempo. • Uso controlado permite realizar tareas de forma eficiente. • Permite trabajar en proyectos en equipo. • Permite buscar y compartir recursos para completar tareas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Distraye y reduce el tiempo para hacer tareas. • Dificulta completar tareas a tiempo. • Provoca procrastinación y retrasos. • Los estudiantes no logran organizar su tiempo debido al uso excesivo de redes sociales.
Interacción con docentes y estudiantes	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar mejores habilidades para trabajar en equipo. • Mejora la interacción y el trabajo conjunto. • Promueve la colaboración y el intercambio de ideas en entornos académicos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reduce la interacción cara a cara. • Limita la comunicación directa con docentes • Disminuye la participación en clase. • Las redes sociales crean una desconexión emocional con los compañeros de clase.
Calificaciones y desempeño	<ul style="list-style-type: none"> • Uso adecuado eleva las calificaciones. • Mejora la comprensión de los contenidos. • Fomenta del esfuerzo académico. • Estimula la dedicación y el compromiso en los estudios. 	<ul style="list-style-type: none"> • Baja del rendimiento académico. • Afecta el rendimiento por distracción. • Impacta negativamente en las calificaciones. • Perjudica las calificaciones por mal uso.

Nota: Información recopilada de Arab y Díaz (2015); Barría et al. (2021); Chávez Moreno et al. (2021); Hernández (2020); Pinto et al. (2021); Rivera y De la Torre (2019); Santillán Lima et al. (2017); Yanqui (2017).

De acuerdo con los resultados analizados, el uso de redes sociales en el contexto académico tiene tanto efectos positivos como negativos, dependiendo de cómo se gestionen, por un lado, favorecen la realización de tareas al ayudar en la organización, gestión del tiempo y el trabajo en equipo, además de facilitar el acceso a recursos educativos. Sin

embargo, un uso excesivo puede generar distracciones, procrastinación y dificultan la finalización de tareas a tiempo.

En cuanto a la interacción con docentes y estudiantes, las redes sociales fomentan la colaboración y el intercambio de ideas, pero también reducen la interacción cara a cara, limitan la comunicación directa con docentes y disminuyen la participación en clase.

Finalmente, respecto a calificaciones y desempeño, su uso adecuado puede mejorar el rendimiento académico al aumentar la comprensión de los contenidos y fomentar el esfuerzo académico. No obstante, su abuso puede afectar negativamente las calificaciones al generar distracción y disminuir la dedicación a los estudios. En resumen, aunque las redes sociales pueden ser una herramienta útil para el aprendizaje y la organización, su uso desmedido o sin propósito claro puede tener consecuencias adversas en el rendimiento académico.

6.3 Objetivo Especifico 2

Establecer los factores que mejoran el rendimiento académico.

Tabla 3 Factores que mejoran el rendimiento académico.

Factores	Descripción
Contexto Familiar y Demográfico:	Los estudiantes sin responsabilidades parentales, hijos de madres trabajadoras, con padres alfabetizados y recursos económicos estables, demostraron una ventaja académica comparativa.
Entorno Educativo Institucional:	Instituciones con bajo índice de pobreza y gestión privada proporcionaron condiciones más favorables para el desarrollo académico de los estudiantes
Recursos y Equipamiento Tecnológico:	Acceso a herramientas tecnológicas, particularmente computadoras en el hogar, potencia las capacidades de aprendizaje y rendimiento académico.
Factores Motivacionales y Metodológicos:	Motivación personal, hábitos de estudio efectivos y una preparación académica sólida configuran el perfil de éxito de los estudiantes
Dimensiones Psicosociales y Organizacionales:	La gestión del tiempo, el apoyo familiar, la experiencia docente y el equilibrio entre trabajo y estudio juegan un papel fundamental.

Nota: Información recopilada de Arteaga Sabja, (2018); (Chilca Alva, 2017); Chong González (2017); INEVAL (2020); Martínez Pérez et al. (2020); Naranjo et al. (2021).

Según los datos analizados se pudo identificar que el rendimiento académico se presenta como un fenómeno multidimensional, donde el éxito no depende de un factor único, sino de la interacción sinérgica de un contexto familiar y demográfico, entorno educativo institucional, recursos y equipamiento tecnológico, factores motivacionales y metodológicas y dimensiones psicosociales y organizacionales. La comprensión de esta complejidad permite diseñar intervenciones educativas más integrales y personalizadas.

7. Discusión

El objetivo general de este estudio fue determinar el impacto del consumo de redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. En el transcurso del estudio, se pusieron de manifiesto una serie de conclusiones.

En cuanto al Objetivo Específico 1, que identifica el impacto del uso de redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes, el estudio encontró impactos tanto positivos como negativos, que se clasificaron en tres áreas principales. En cuanto a la *realización de tareas*, los efectos positivos incluyen la mejora en la organización, el acceso rápido y eficiente a recursos educativos y el fomento de un aprendizaje más dinámico e interactivo. Por otro lado, los efectos negativos radican en que su uso excesivo, puede generar distracciones, procrastinación y dificultades para completar las actividades académicas de manera efectiva.

Respecto a la *interacción con docentes y estudiantes*, y dentro de los efectos positivos se destaca la colaboración, la posibilidad de intercambiar ideas en tiempo real y fortalecer el aprendizaje colectivo; sin embargo, los efectos negativos incluyen una reducción en la interacción presencial, menor participación activa en clase y dependencia de la comunicación virtual. Por último, en términos de calificaciones y rendimiento académico, se observan efectos positivos en forma de una comprensión más profunda de las materias tratadas, el desarrollo de competencias técnicas y un aumento del rendimiento académico general. Por otro lado, los efectos negativos incluyen distracciones frecuentes, desorganización en los estudios y un impacto negativo en las calificaciones finales, lo que puede comprometer el desempeño académico de los estudiantes.

Estos resultados coinciden con Molina y Espinosa (2024), quienes señalaron que las redes sociales brindan oportunidades para el aprendizaje colaborativo y el acceso a diversos recursos educativos, ofrecen interacción entre pares y promueven un sentido de comunidad entre los estudiantes. Estos aspectos positivos apuntan a la capacidad de estas plataformas para enriquecer la experiencia educativa y promover el compromiso académico. Sin embargo, los efectos negativos de un uso excesivo de las redes sociales, como la distracción y un menor rendimiento académico, también son motivo de gran preocupación. Además, el uso prolongado de estas plataformas puede reducir la salud mental y afectar al bienestar emocional de los estudiantes.

Franco et al. (2023), señalaron que las redes sociales se han convertido en un elemento importante de la vida cotidiana, pero su uso excesivo o inadecuado está causando problemas cada vez mayores, que afectan principalmente a los adolescentes.

Lizárraga et al. (2015), destacaron que el uso adecuado de la red social por parte de los estudiantes tendría un impacto positivo en su rendimiento académico dependiendo de cómo se utilizara. Marroquín et al. (2024), mencionaron que existía una relación moderadamente positiva y significativa entre el uso de la red social y el rendimiento académico. Además, Espuny et al. (2011) destacaron en su estudio Actitudes Favorables, que los estudiantes no tienen percepciones negativas sobre el uso de la red social con fines educativos.

Por el contrario, Amador (2021), encontró que la dependencia de las redes sociales afecta negativamente al rendimiento académico e incluso influye en que los estudiantes universitarios abandonen los estudios.

El segundo objetivo específico está relacionado con los factores que mejoran el rendimiento académico de los estudiantes, respecto a este objetivo se observa que el rendimiento académico es un fenómeno multidimensional, donde el éxito no depende de un solo factor sino de las interacciones sinérgicas de los antecedentes familiares y demográficos, por otro lado, el ambiente educativo institucional, así como los recursos y equipamiento tecnológico, factores motivacionales y metodológicos, y por último las dimensiones psicosocial y organizacional. Estos resultados concuerdan con el estudio de Alama (2024), quien enfatiza que el apoyo académico y emocional proporcionado por la familia tiene un impacto positivo significativo en el rendimiento académico de los estudiantes. Además, revela una fuerte relación entre la dinámica familiar y el rendimiento escolar, enfatizando la importancia de fortalecer el apoyo intrafamiliar como estrategia clave para mejorar el rendimiento académico.

Martínez Pérez et al. (2020), mencionan que el rendimiento académico de los estudiantes es el resultado de la interacción de varios elementos básicos, entre ellos la motivación, la formación educativa previa y las calificaciones obtenidas en las asignaturas biomédicas. Como se explica en el estudio de Edel (2003), un factor importante que afecta el rendimiento académico de los estudiantes universitarios es la motivación, ya que ésta es un proceso total que inicia y guía la conducta hacia una meta que involucra su sentido de competencia, autoestima, autonomía y logro.

En contraposición Jiménez et al. (2020), determinaron que los estudiantes que trabajan, los que dedican tiempo a actividades recreativas como los videojuegos, los que tienen que repetir asignaturas y los que pierden semestres sufren un impacto negativo en su rendimiento académico. Según Contreras et al. (2008), el fracaso académico de los estudiantes se relaciona con otros factores como las dificultades cognitivas, problemas de

atención, concentración y comprensión; factores emocionales, como la falta de motivación, el miedo a hablar en público y síntomas de ansiedad o depresión; y aspectos de personalidad, como la baja autoestima y tolerancia a la frustración. Además, se identifican conductas poco favorables, como el uso ineficaz de técnicas de estudio y una mala administración del tiempo.

Coaboy (2023), afirma que durante la pandemia por COVID 19, el rendimiento académico de los estudiantes en la modalidad virtual era deficiente debido al uso de plataformas de entretenimiento como los videojuegos y la música, las redes sociales y otras aplicaciones de internet, lo cual generó distracciones que impactaron negativamente el logro académico. Estos hábitos contribuyen a la disminución del rendimiento al desviar la atención de los estudiantes de sus responsabilidades académicas.

8. Conclusiones

El impacto de las redes sociales en el entorno académico depende directamente de cómo se integre en las actividades diarias de los estudiantes. Su influencia puede ser constructiva si se alinean con objetivos educativos claros, pero también pueden convertirse en un factor disruptivo cuando se priorizan sobre las responsabilidades. Esto resalta la importancia de establecer un enfoque consciente y planificado hacia su utilización.

El rendimiento académico es el resultado de una compleja interacción de factores que abarcan tanto al individuo como al entorno. Todos los aspectos, desde las condiciones familiares hasta las estrategias de enseñanza, desempeñan un papel importante en el crecimiento académico de cada alumno. Por lo tanto, es necesario analizar el rendimiento de los alumnos desde una perspectiva integrada, teniendo en cuenta las múltiples dimensiones que afectan a su aprendizaje y desarrollo.

El rendimiento académico viene determinado no sólo por las capacidades cognitivas de los alumnos, sino también por su capacidad para gestionar el estrés y la ansiedad, factores habituales en los entornos educativos. Reconocer que estos aspectos emocionales y psicológicos repercuten directamente en el aprendizaje es fundamental para comprender plenamente el rendimiento académico.

9. Recomendaciones

Se recomienda fomentar la autogestión en los estudiantes mediante talleres que instruyan técnicas de organización y priorización de tareas. Además, las instituciones podrían integrar herramientas digitales específicas para el aprendizaje en sus programas educativos, guiando a los estudiantes en su uso. Establecer límites claros para el tiempo en redes sociales puede ayudar a mantener el equilibrio entre estudio y ocio, reduciendo así distracciones y mejorando el enfoque académico.

Se propone desarrollar programas de tutorías personalizadas o actividades que estimulen el pensamiento crítico y la gestión del tiempo. La evaluación constante de las necesidades individuales permitirá diseñar soluciones específicas que incentiven el desempeño académico de manera sostenible.

Se sugiere la creación de un espacio de bienestar dentro de las instituciones educativas, donde los estudiantes puedan aprender a manejar sus emociones. Así mismo, es fundamental promover la formación continua de los docentes en técnicas de apoyo psicológico y gestión emocional, con el objetivo de mejorar su capacidad para identificar y atender las necesidades emocionales que influyen negativamente en el rendimiento académico de los alumnos.

10. Referencias bibliográficas

- Abbas, J., Aman, J., Nurunnabi, M., & Bano, S. (2019). The Impact of Social Media on Learning Behavior for Sustainable Education: Evidence of Students from Selected Universities in Pakistan. *Sustainability*, 11(6), Article 6. <https://doi.org/10.3390/su11061683>
- Alama, G. (2024). La Familia y su Impacto en el Rendimiento Académico. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 4104-4118. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/10823>
- Alcívar-Moreira, Á. V., & Yáñez-Rodríguez, M. A. (2021). Las redes sociales y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de educación básica media. *Polo del Conocimiento: Revista Científico - Profesional*, 6(4), 40-53. <https://doi.org/10.23857/pc.v6i4.2537>
- Amador, C. (2021). Influencia de la adicción a las redes sociales en la reprobación escolar de estudiantes de nivel licenciatura. *CienciaUAT*, 16(1), 62–72. <https://revistaciencia.uat.edu.mx/index.php/CienciaUAT/article/view/1510>
- Arab, L. E., y Díaz, G. A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica las Condes*, 26(1), 7-13. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2014.12.001>
- Arteaga-Sabja, W, y Sandoval, J. (2018). Factores que intervienen en el rendimiento académico en la Universidad. *Acta Nova*, 8(4), 552-556. http://www.scielo.org.bo/pdf/ran/v8n4/v8n4_a04.pdf
- Azizi, S., Soroush, A., & Khatony, A. (2019). The relationship between social networking addiction and academic performance in Iranian students of medical sciences: A cross-sectional study. *BMC Psychology*, 7(1), 28. <https://doi.org/10.1186/s40359-019-0305-0>
- Angulo, C. (2020). Evaluación de la competencia de aprendizaje autorregulado en función del nivel educativo y el género de alumnado de carreras administrativas. *Perfiles Educativos*, 42(169). https://perfileseducativos.unam.mx/iisue_pe/index.php/perfiles/article/view/58687
- Barría, N., Pinzón, K., Caride, I., Arosemena, J., y Madrid, E. (2021). Efecto de las redes sociales sobre el desempeño académico de estudiantes universitarios. *Revista De Iniciación Científica*, 6, 134-139. <https://doi.org/10.33412/rev-ric.v6.0.3130>
- Beltrán, A., & Buiza, L. (2024). Adicción al internet y las redes sociales en estudiantes de primaria, secundaria y superior. *Horizontes. Revista De Investigación En Ciencias*

- De La Educación*, 8(32), 449.
<https://revistahorizontes.org/index.php/revistahorizontes/article/view/1350>
- Boyd, D., & Ellison, N. (2007). Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210–230.
<https://academic.oup.com/jcmc/article/13/1/210/4583062>
- Bucheli, M., & Terán, F. (2020). WhatsApp como recurso para el trabajo grupal en estudiantes universitarios. *Apertura*, 12(2), 74-93.
<http://www.udgvirtual.udg.mx/apertura//index.php/apertura/article/view/1911>
- Cabero, J., & Palacios, A. (2021). La evaluación de la educación virtual: las e-actividades. *RIED-Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 24(4), 169–188.
<https://revistas.uned.es/index.php/ried/article/view/28994>
- Calvet, M. L. M., Acosta, A. G. D., Diaz, L. H. R., Chocano, A. S. D., Iparraguirre, C. A. A., Villalba, O. R., Baca, D., Espinoza, J. U., Fernández, E., & Limache, J. Y. (2017). Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima. *Horizonte de la Ciencia*, 7(13).
<https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2017.13.355>
- Campos, R., Albornoz, C., Espinoza, R., & Riveros, J. (2021). Uso de redes sociales, ansiedad, depresión e indicadores de adiposidad corporal en adolescentes. *Salud(i)Ciencia*, 24(6), 327.
https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1667-89902021000200327
- Campozano Coaboy, D. M. (2023). Factores que influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de modalidad virtual de la universidad de Guayaquil. *Revista Científica Sinapsis*, 1(22). 1-12
- Cardenas, I. T., Villanueva, S. V., Avalos, E. E. V., & Díaz, E. C. (2020). Rendimiento académico: universo muy complejo para el quehacer pedagógico. *Revista de Investigación PAIDEIA En Ciencias Humanas y Educación*, 1(2), 53-64.
<https://doi.org/10.17162/ripa.v1i2.1309>
- Castells, M. (2012). Redes de indignación y esperanza: los movimientos sociales en la era de Internet. *CUADERNOS DE GEOGRAFÍA | REVISTA COLOMBIANA DE GEOGRAFÍA*, 22(2), 2256-5442.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5106084.pdf>
- Chávez-Moreno, R. T., Romero-Leyva, F. A., Lugo-Tapia, T., Apodaca-López, C. A., Félix-Ortiz, G., y Castro, S. O. (2021). Uso de las redes sociales y rendimiento académico

- de estudiantes de preparatoria de la Universidad Autónoma de Sinaloa. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(5), 8515-8537.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i5.938
- Chilca Alva, M. L. (2017). Autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 99.
- Chong-González, E. G., (2017). Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad Politécnica del Valle de Toluca. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (México)*, XLVII (1), 91-108.
<https://doi.org/10.48102/rlee.2017.47.1.1598>
- Coaboy, D. (2023). Factores que influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de modalidad virtual de la universidad de Guayaquil. *Revista Científica Sinapsis*, 1(22).
<https://revistas.itsup.edu.ec/index.php/sinapsis/article/view/737>
- Contreras, K., Caballero, C., Palacio, J., & Pérez, A. M. (2008). Factores asociados al fracaso académico en estudiantes universitarios de Barranquilla (Colombia). *Psicología desde el Caribe*. (22), 1-27.
- Díaz-Falcón, D., Fuentes-Suárez, I., y Senra-Pérez, N. (2018). ADOLESCENCIA Y AUTOESTIMA: SU DESARROLLO DESDE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS. *Conrado*, 14(64), 98-103.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442018000400098&lng=es&tlng=es.doi:<https://doi.org/10.20511/pyr2017.v5n1.145>
- Edel, R. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. *REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 1(2), 1-16.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55110208>
- Espuny Vidal, C., González Martínez, J., Lleixà Fortuño, M., & Gisbert Cervera, M. (2011). Actitudes y expectativas del uso educativo de las redes sociales en los alumnos universitarios. *Revista de Universidad y Sociedad del Conocimiento*, 8(1), 1-16.
<http://dx.doi.org/10.7238/rusc.v8i1.839>
- Garitano, E., & Arce, A. (2023). Internet, Smartphone y Redes Sociales: Entre el uso y abuso, previo a la adicción. *Alteridad*, 18(1), 14-22.
<https://alteridad.ups.edu.ec/index.php/alteridad/article/view/6811>
- Giraldo, S., & Fernández, C. (2020). Redes sociales y consumo digital en jóvenes universitarios: economía de la atención y oligopolios de la comunicación en el siglo

- XXI. *Profesional de la información*, 29(5).
<https://revista.profesionaldelainformacion.com/index.php/EPI/article/view/78439>
- Gonzalez, L. (2024). Exploración del Impacto del Uso de Redes Sociales en los Hábitos de Estudiantes del Centro Universitario UAEM Temascaltepec. *Espacios Públicos*, 25(62), 147-173. <https://espaciospublicos.uaemex.mx/article/view/22339>
- Hernández Sampieri, R., y Mendoza Torres, C. (2018). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Mc Graw Hill Educación. <https://doi.org/978-1-4562-6096-5>
- Hernández, J. M. A. (2020). INFLUENCIA DEL USO EXCESIVO DE LAS REDES SOCIALES EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DEL III CICLO DE LA FACULTAD DE MEDICINA HUMANA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL SAN LUIS GONZAGA DE ICA, 2017- i. *Revista Enfermería la Vanguardia*, 6(1), 18-24. <https://doi.org/10.35563/revan.v6i1.215>
- Hernando, C., & Valdivieso, L. (2020). Estudiantes universitarios descubren redes sociales y edublog como medio de aprendizaje. *RIED-Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 23(1), 223–239. <https://revistas.uned.es/index.php/ried/article/view/24213>
- INEC. (2019). Tecnologías de la Información y Comunicación-TIC 2019 [Estadístico]. Instituto Nacional de Estadística y Censos. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/tecnologias-de-la-informacion-y-comunicacion-tic-2019/>
- INEVAL, (2020). Acción Boletines de Investigación y Evaluación: Factores que explican las diferencias en el rendimiento académico entre estudiantes, ¿la escuela o el hogar? Quito – Ecuador
- Islas, C., & Carranza, M. (2021). Uso de las redes sociales como estrategias de aprendizaje. ¿Transformación educativa? *Apertura*, 3(2). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68822737001>
- Jiménez, M., & Pérez, F. (2020). Análisis de los factores tecnológicos sobre el rendimiento académico en una universidad pública en la Ciudad de México. *Formación universitaria*, 13(6), 1-12. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-50062020000600255&lng=en&nrm=iso&tlng=en
- Lizárraga, J., Rodelo, J., & Tovar, J. (2015). LAS REDES SOCIALES Y SU INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO ESCOLAR DE LOS ESTUDIANTES DE NIVEL

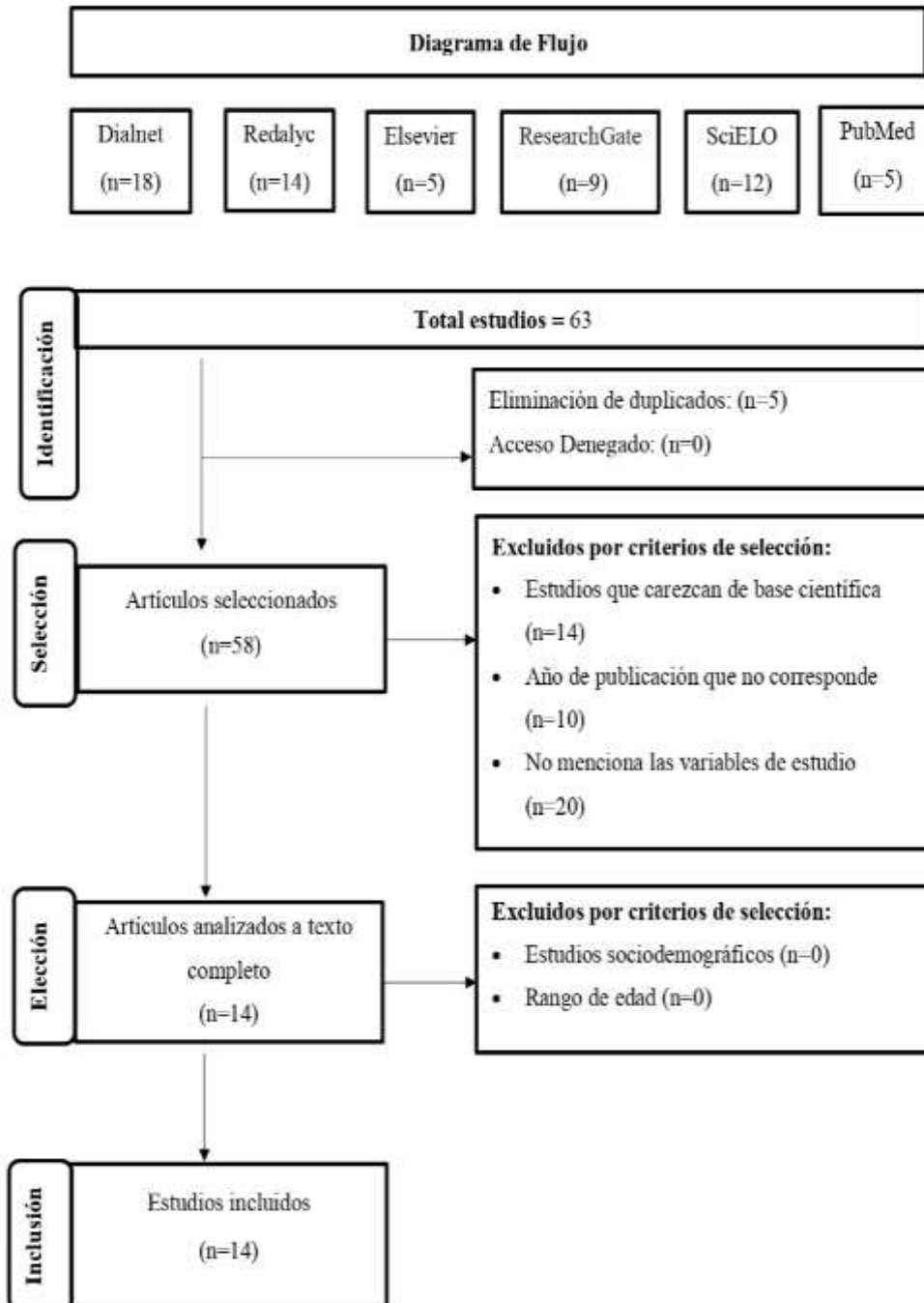
- SUPERIOR. *Revista De Investigación En Tecnologías De La Información*, 3(5), 14–18. <https://riti.es/index.php/riti/article/view/250>
- López, S. M., Del Arenal, R. H., & Arreguín, E. A. (2020). Evaluación por competencias: ¿cómo se hace? *Revista de la Facultad de Medicina (México)*, 63(3), 46-56. <https://doi.org/10.22201/fm.24484865e.2019.63.3.08>
- Manterola, C., Hernández, M., Otzen, T., & Espinosa, M. (2023). Estudios de Corte Transversal. Un Diseño de Investigación a Considerar en Ciencias Morfológicas. *International Journal of Morphology*. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95022023000100146&lng=en&nrm=iso&tlng=en
- Marín-Díaz, V., & Cabero-Almenara, J. (2019). Las redes sociales en educación: desde la innovación a la investigación educativa. *RIED-Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 22(2), 25–33. <https://revistas.uned.es/index.php/ried/article/view/24248>
- Martín, S. (2017). Referencias bibliográficas: indicadores para su evaluación en trabajos científicos. *Bibliotecológica: Archivonomía, bibliotecología E información*, 31(71), 151–180. <https://doi.org/10.22201/iibi.0187358xp.2017.71.57814>
- Martínez-Pérez, J., Ferrás-Fernández, Y., Bermúdez-Cordoví, L., Ortiz-Cabrera, Y, y Pérez-Leyva, E. (2020). Rendimiento académico en estudiantes Vs factores que influyen en sus resultados: una relación a considerar. *EDUMECENTRO*, 12(4), 1-17. Epub 30 de diciembre de 2020. Recuperado en 11 de noviembre de 2024, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S207728742020000400105&lng=es&tng=es.
- Molina Cusme, J. J., & Espinosa Cevallos, P. A. (29 de 06 de 2024). La Influencia de las Redes Sociales en el Rendimiento Académico y el Bienestar Psicológico. *Bastcorp International Journal*, 3(1), 1-12. <https://doi.org/https://doi.org/10.62943/bij.v3n1.2024.84>
- Muñoz, R., & Sabariego, J. (2023). Impacto de las redes sociales en el rendimiento académico de los adolescentes: Estudio de Instagram y TikTok. *Ciencia Y Educación*, 4(2), 12 - 23. <https://www.cienciayeducacion.com/index.php/journal/article/view/163>
- Naranjo, G. M. B., Benítez, J. E. M., Freire, S. N. B., & Jácome, O. F. H. (2021). Factores asociados al rendimiento académico: Un estudio de caso. *Revista EDUCARE* -

- UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2020, 25(3), 54-77.
<https://doi.org/10.46498/reduipb.v25i3.1509>
- Organización de las Naciones Unidas. (2018). La Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Santiago de Chile. Recuperado el 14 de octubre de 2024, de <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/cb30a4de-7d87-4e79-8e7a-ad5279038718/content>
- Page, M. J., Moher, D., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., . . . McKenzie, J. E. (2021). PRISMA 2020 explanation and elaboration: updated guidance and exemplars for reporting systematic reviews. *BMJ*, n160. <https://doi.org/10.1136/bmj.n160>
- Paniora Marroquín, F. M., Paniora Marroquín, Y. J., Mauricio Avalos, R. M., & Romero Loayza, M. (2021). Redes sociais e desempenho acadêmico na área de comunicação em alunos do ensino básico regular no Peru. *Horizontes Rev. Inv.*
- Pinto, S., Huanca, R., Frías, J., & Quispe, I. (2021). Los medios sociales en el nivel de logro académico de estudiantes universitarios. *Dominio de las Ciencias*, 7(2), 746-760. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8231792>
- Polanczyk, G. V., Salum, J. A., Sugaya, L. S., Arthur, C., & Rohde, L. A. (2015). Annual research review: A meta-analysis of the worldwide prevalence of mental disorders in children and adolescents. *J Child Psychol Psychiatry*, 56(3), 345-365. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/jcpp.12381>
- Ramos, C. (2020). Los Alcances de una investigación. *Cienciamerica*, 9(3), 1-6. <https://cienciamerica.edu.ec/index.php/uti/article/view/336>
- Rivera, F. E., & De la Torre, L. D. P. (2019). Redes sociales y el rendimiento académico en los estudiantes de la universidad de Huánuco. *REVISTA DESAFÍOS*, 1(1), 12-19. <https://doi.org/10.37711/desafios.2019.1.1.52>
- Sáez, F., & Lobos, K. (2023). Fomento de la autorregulación del aprendizaje desde una comprensión cualitativa durante la pandemia de COVID-19. *Revista mexicana de investigación educativa*, 28(96), 159-186. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662023000100159&lng=es&tlng=es
- Salas, E. (2017). Uso de redes sociales entre estudiantes universitarios limeños. *Revista peruana de psicología y trabajo social*, 3(1), 75-86.

- https://www.researchgate.net/publication/272681790_Uso_de_redes_sociales_entre_estudiantes_universitarLos_limenos
- Sánchez, E. (2017). El desarrollo de la textualización en alumnos de primaria de la zona rural de La Libertad en la perspectiva de los mapas de progreso 2012 – 2015. *Horizonte De La Ciencia*, 7(12), 199-213. <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/horizontedelaciencia/article/view/355>
- Sánchez, E., & Puente, A. (2022). El aprendizaje universitario con las redes sociales: percepción de estudiantes de administración e informática. *Vinculatégica EFAN*, 8(5), 93–102. <https://vinculategica.uanl.mx/index.php/v/article/view/243>
- Santillán-Lima, J., Molina, A., Molina, F., Rocha, C., Guerrero, K., Vásquez-Barrera, F. y Llanga-Vargas, A. (2017). Redes sociales y el rendimiento académico, caso de estudio ESPOCH, UNACH, UEB - Universidades ecuatorianas. En Actas de las IV Jornadas de TIC e Innovación en el Aula (La Plata, 2017). <https://bit.ly/3kIgPQI>
- Sarasola, R. (2024). Panorama mundial de las redes sociales - Datos estadísticos. *Ikusmira*. <https://es.statista.com/temas/3168/panorama-mundial-de-las-redes-sociales/#topicOverview>
- Suárez, S., & Soracá, G. (2020). Redes sociales como estrategia académica en la educación superior: ventajas y desventajas. *Pedagogía universitaria*, 23(4), 559–574. <https://educacionyeducadores.unisabana.edu.co/index.php/eye/article/view/14103>
- Universidad Nacional de Loja. (2021). Universidad Nacional de Loja. Obtenido de <https://www.unl.edu.ec/investigacion/lineas-investigacion>
- Valerio, D. (2020). Más allá de la mensajería instantánea: WhatsApp como una herramienta de mediación y apoyo en la enseñanza de la Bibliotecología. *Información, Cultura Y Sociedad*(42), 107-126. <http://revistascientificas.filo.uba.ar/index.php/ICS/article/view/7391>
- Yanqui, F. E. T. (2017). INFLUENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA MACRO REGIÓN SUR DEL PERÚ, 2016. REVISTA DE INVESTIGACIONES,6(4),329336. <https://doi.org/10.26788/riepg.v6i4.168>
- Zhao, L. (2023). Social Media Addiction and Its Impact on College Students' Academic Performance: The Mediating Role of Stress. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 32(1), 81-90. <https://link.springer.com/article/10.1007/s40299-021-00635-0>

11. Anexos

Anexo 1. Diagrama de Flujo PRISMA



Anexo 2. Matriz de desmontaje y condensación de datos

OBJETIVO GENERAL: Determinar la influencia del uso de redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios.							
OBJETIVO ESPECÍFICO 1: Identificar los efectos académicos del uso de las redes sociales en estudiantes.							
N°	Autor/es	Año	Lugar	Título	Población	Resultado	Link
1	(Arab et al., 2015)	2015	Chile	Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos	400 alumnos entre I y IV medio (14 a 18 años),	<ul style="list-style-type: none"> • El abuso de redes sociales ha mostrado una asociación con depresión, síndrome de déficit atencional con hiperactividad, insomnio, disminución de horas totales de sueño, disminución del rendimiento académico y abandono escolar asociado a un amplio rango de problemas psicosociales. • El uso controlado y supervisado de redes sociales ha mostrado beneficios importantes en pacientes con trauma cerebral que reciben rehabilitación. • Está asociado al desarrollo de 	https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-articulo-impacto-redessociales-e-internet-S0716864015000048

						<p>sentimientos de competencia, a la generación de elementos educativos, al reforzamiento de relaciones creadas offline, a la educación sexual, a la promoción y prevención en salud y al apoyo en áreas académicas, entre otras.</p> <p>Las nuevas tecnologías ofrecen beneficios como el aprendizaje, y la creatividad en adolescentes. Sin embargo, también generan efectos negativos como el distanciamiento afectivo, la pérdida de límites en la comunicación y una menor capacidad de escucha afectando las relaciones personales.</p>	
2	(Chávez Moreno et al., 2021)	2021	México	Uso de las redes sociales y rendimiento académico de estudiantes de	137	El uso de las redes sociales en internet, afecta significativamente el rendimiento académico de los estudiantes.	file:///C:/Users/Personal/Documents/Matriz/938-Texto%20del%20art%C3%ADculo-

				preparatoria de la Universidad Autónoma de Sinaloa			3566-1-10-20211016.pdf
3	(Rivera y De la Torre, 2019)	2019	Perú	Redes sociales y el rendimiento académico en los estudiantes de la Universidad de Huánuco	373 estudiantes universitarios	<ul style="list-style-type: none"> ● Se evidenciaron que el 55,5 % (207/373) presentaron rendimiento académico bueno, y el 63 % (235/373) manifestaron alto uso de las redes sociales ● Por consiguiente, en este trabajo de investigación hemos determinado que las redes sociales influyen en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Asimismo, corroboramos que el rendimiento académico es influenciado por las redes sociales en las dimensiones de intereses comunes, tipo de información compartida, beneficios de comunicación y 	https://doi.org/10.37711/desafios.2019.1.1.52

						comunicación virtual.	
4	(Santillán Lima et al., 2017)	2017	Ecuador	Redes sociales y el rendimiento académico, caso de estudio ESPOCH, UNACH, UEB - Universidades ecuatorianas	511 universitarios	El uso de las redes sociales por parte de los estudiantes universitarios se relaciona positivamente con su rendimiento académico, ya que les ayuda a desarrollar habilidades importantes como el trabajo en equipo, la organización y el pedido de ayuda. Estar conectado con los compañeros a través de las redes sociales permite que los estudiantes no se olviden de las tareas asignadas.	https://bit.ly/3kIgPQI
5	(Hernández, 2020)	2020	Perú	Influencia del uso excesivo de las redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes del iii ciclo de la facultad de medicina humana de la universidad	70 estudiantes universitarios	Un mayor uso de las redes sociales se asocia con un menor rendimiento académico en estudiantes del 3er ciclo de la Facultad de Medicina Humana.	https://doi.org/10.35563/revan.v6i1.215

				nacional san luis gonzaga de ica, 2017- i			
6	(Yanqui, 2017)	2017	Perú	Influencia de las redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de la macro región sur del Perú, 2016	1200	La frecuencia de uso de las Redes Sociales no afecta en el rendimiento académico, pero algunos indicadores del uso de las Redes Sociales si afectó al rendimiento académico.	https://doi.org/10.26788/riepg.v6i4.168
7	(Pinto et al., 2021)	2021	Perú	Los medios sociales en el nivel de logro académico de estudiantes universitarios	38 estudiantes universitarios	La mayoría de los estudiantes mejoran la calidad de su aprendizaje utilizando las redes sociales en sus cursos, como se refleja en sus calificaciones. Las redes sociales influyen positivamente en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios.	https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8231792

8	(Barría et al., 2021)	2021	Panamá	Efecto de las redes sociales sobre el desempeño académico de estudiantes universitarios	345	No existe una relación entre las horas que pasan en redes sociales los estudiantes y su desempeño académico. Excepto en las asignaturas o carreras en las que por su naturaleza, requieran el uso constante de estas, como: Licenciatura en Mercadeo, Negocios Internacionales y Licenciatura en Ingeniería en Logística	https://doi.org/10.33412/rev-ric.v6.0.3130
OBJETIVO ESPECÍFICO 2:							
Establecer los factores que mejoran el rendimiento académico.							
1	(INEVAL, 2020)	2020	Ecuador	Factores que explican las diferencias en el rendimiento académico entre estudiantes ¿Qué pesa más, la escuela o el hogar?	6.108 estudiantes de 173 escuelas fiscales, municipales, fisco-misionales y privadas.	Los estudiantes que no son padres tienen un rendimiento superior en comparación con los que sí lo son. Se observa puntajes superiores de estudiantes hombres (para ciencias y matemáticas), que no han repetido ningún año escolar, que son hijos de madres que trabajan, cuyos dos padres, que son hijos de madres que trabajan, cuyos dos padres saben leer	https://www.katari.in fo/wp-content/uploads/2021/02/DIED_Boletin4_DiferenciasRendimiento_20201230.pdf

						<p>y escribir o cuyos hogares cuentan con recursos económicos que mejoran sus posibilidades académicas.</p> <p>Los estudiantes de escuelas en las que menos del 10 % de sus estudiantes son pobres, presentan un mejor rendimiento en los tres campos evaluados.</p> <p>Se aprecia un mejor rendimiento en aquellos estudiantes de instituciones educativas privadas que en aquellos estudiantes pertenecientes a instituciones fiscales, municipales o fiscomisionales.</p> <p>Los estudiantes que declararon tener mayor equipamiento en casa, como un computador, reflejan mejores resultados.</p>	
2	(Martínez-Pérez et al.,2020)	2020	Cuba	Rendimiento académico en estudiantes Vs	87 estudiantes universitarios.	El rendimiento académico en los estudiantes de la carrera de medicina, está determinado por la combinación	http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v12n4/2077-

				factores que influyen en sus resultados: una relación a considerar		de factores como: motivación, hábitos de estudio, preparación en la enseñanza precedente y del resultado de las asignaturas básicas biomédicas.	2874-edu-12-04-105.pdf
3	(Arteaga Sabja, 2018)	2018	Bolivia	Factores que intervienen en el rendimiento académico en la Universidad	Entre el 2012 al 2015 se recopilaron, integraron y depuraron más de 68 mil registros	Los factores que más afectaron el rendimiento académico fueron: la inscripción temprana, el mayor espacio libre en aula, repetir las materias, la hora de inicio de clases, el número de alumnos inscritos, la edad del estudiante y la experiencia del docente. Los porcentajes de aprobación varían de acuerdo al género de los estudiantes ya que el 66% de varones aprobaron sus asignaturas, frente al 74% de mujeres.	http://www.scielo.org/bo/pdf/ran/v8n4/v8n4_a04.pdf
4	(Chong González, 2017)	2017	México	Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la	348 estudiantes universitarios y la edad promedio de los alumnos que	Existe relación entre el apoyo que los estudiantes perciben y su desempeño académico, así como la importancia que tiene incluir a la familia para	https://www.redalyc.org/pdf/270/27050422005.pdf

				Universidad Politécnica del Valle de Toluca	participaron en esta muestra fue de 20 años.	promover y elevar el rendimiento académico, abatir la deserción y el abandono de sus estudios.	
5	(Naranjo et al., 2021)	2021	Ecuador	Factores asociados al rendimiento académico: Un estudio de caso	10 estudiantes universitarios, hombres y mujeres.	Los resultados muestran la existencia de factores internos y externos, como la dificultad de conciliar el estudio con el trabajo, desmotivación, acoso sexual, improvisación en los planes de estudio. Al interpretar los resultados de la categoría factores sociales, entre los que se encuentran la familia, las amistades, la universidad y el ámbito laboral, se destaca que la familia es el pilar fundamental para el buen desempeño académico. Los y las participantes manifiestan que las carencias económicas, la jefatura de hogar y las relaciones familiares inciden directamente en sus calificaciones.	https://doi.org/10.46498/reduipb.v25i3.1509

6	(Chilca Alva, 2017)	2017	Perú	Autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios.	86 estudiantes universitarios	La autoestima no es una variable causal de un bajo o alto rendimiento académico, en su mayoría presentan un buen nivel de autoestima, independientemente de la calificación que obtuvieron; sin embargo no ocurre lo mismo con los hábitos de estudio que de acuerdo a los resultados del estudio y a investigaciones anteriores si es una variable que se encuentra relacionada al rendimiento académico, por ende se espera un mejor rendimiento de los estudiantes si se mejora sus técnicas de estudio.	https://doi.org/10.20511/pyr2017.v5n1.145
---	---------------------	------	------	---	-------------------------------	---	---

Anexo 3. Informe de pertinencia del proyecto de integración curricular



Unidad de Posgrados – Salud Mental | Facultad de la Salud Humana

Oficio N° 0005-2024
Loja, 21 de noviembre del 2024

Dra. Ana Catalina Puertas A. Mg. Sc
DIRECTORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA UNL
Ciudad. –

De mi consideración:

Expreso mediante la presente un atento saludo y deseo de éxito en las funciones a Ud. asignadas.

En respuesta al MEMORANDO Nro. UNL FSH-DCPS.CL 2023-180 M, de fecha 19 de noviembre y receptado el día 20 de noviembre del 2024, me permito notificar la pertinencia del proyecto titulado **“Uso de redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios”**, de autoría de la Srta. Thalía Mari Gette Beltrán Rey CL0953531548, estudiante del VIII ciclo de la Carrera de Psicología Clínica de la Facultad de la Salud Humana; el trabajo cuenta con los elementos metodológicos y de estructura requeridos.

Particular que comunico para los fines pertinentes.

Atentamente,



KARINA
GABRIELA ROJAS
CARRION

Karina Rojas Carrión, Mg.Sc.
DOCENTE UNL

karina.grojas@unl.edu.ec
0958925049

Anexo 4. Designación de director del Trabajo de Integración Curricular



unl

Universidad
Nacional
de Loja

Facultad
de la Salud
Humana

MEMORANDO Nro. UNL FSH-DCPS.CL 2025-003-M
Loja, 07 de enero de 2025

Asunto: Designación de Dirección del Trabajo de Integración Curricular.

Doctora
Karina Gabriela Rojas Carrión
DOCENTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA-FSH-UNL
Presente.-

Por medio del presente, y dando cumplimiento a lo dispuesto en el Artículo 228 del Reglamento de Régimen Académico de la Universidad Nacional de Loja, aprobado el 27 de enero de 2021 una vez que ha cumplido con todos los requisitos y considerando que el proyecto de tesis fue aprobado; me permito hacerle conocer que esta Dirección le ha designado Directora para el Trabajo de Integración Curricular, titulado: **"Uso de redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios"**, de autoría de *Thalia Mari Gette Beltrán Rey*, estudiante del VIII ciclo de la Carrera de Psicología Clínica de la Facultad de la Salud Humana.

Segura de contar con su colaboración le expreso mi agradecimiento.

Atentamente,



Dra. Ana Catalina Puertas Azanza Mgs
DIRECTORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA
FACULTAD DE LA SALUD HUMANA -UNL

C/c. Jhon Alexander Cabrera Tituana
Archivo
APA/amrc



Iniciar sesión

Correo electrónico*

thaliamariyibeltranrey2001@gmail.co

Contraseña*

●●●●●●●●●●



[¿Olvidó su contraseña?](#)

Iniciar sesión

¿Aún no tienes una cuenta? [Crear cuenta](#)

Para el uso de ATLAS.ti aplican nuestro [Acuerdo de licencia para el usuario final](#) y [Política de privacidad](#).

ATLAS.ti Scientific Software Development GmbH
[Legal Info](#)

Anexo 6. Certificado de traducción del resumen al idioma inglés



RECIPIENT NAME

Que, la traducción del documento adjunto solicitado por **Thalia Mari Gette Beltrán Rey**, con cédula de ciudadanía No. **0953531548**, cuyo tema de investigación se titula: **Uso de redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios**; ha sido realizada y revisada por quien al pie suscribe Lcda. Zhully Guachizaca Vera. La traducción del documento adjunto es textual y detalla todos los aspectos contenidos en la matriz.

Faculto al portador del presente documento, hacer el uso legal para los fines necesarios.

Se lo expide en la ciudad de Loja a los dieciocho días del mes de febrero del año 2025.


Atentamente


**ZHULLY
VALERIA
GUACHIZ
ACA VERA**
Firmado digitalmente por
ZHULLY VALERIA
GUACHIZACA
VERA
Fecha: 2025.02.18
18:14:09 -05'00'
Zhully Valeria Guachizaca Vera
C.I. 1900752583
Traductora

CONTACTO

Cel: Román

Loja - Ecuador

 valeria.g.1031@hotmail.com

 0985300955

Quito, 18/02/2025

CERTIFICADO DE REGISTRO DE TÍTULO

La Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación, SENESCYT, certifica que GUACHIZACA VERA ZHULLY VALERIA, con documento de identificación número 1900752583, registra en el Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador (SNIESE), la siguiente información:

Nombre: GUACHIZACA VERA ZHULLY VALERIA
Número de documento de identificación: 1900752583
Nacionalidad: Ecuador
Género: FEMENINO

Título(s) de tercer nivel de grado

Número de registro	1031-2019-2063583
Institución de origen	UNIVERSIDAD TECNICA PARTICULAR DE LOJA
Institución que reconoce	
Título	LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA EDUCACION MENCION INGLES
Tipo	Nacional
Fecha de registro	2019-04-12
Área o Campo de	EDUCACION
Observaciones	

Título(s) de tercer nivel técnico-tecnológico superior

Número de registro	2289-15-192078
Institución de origen	CONSERVATORIO SUPERIOR SALVADOR BUSTAMANTE CELI
Institución que reconoce	
Título	MUSICO MENCION VIOLIN NIVEL TECNOLOGICO
Tipo	Nacional
Fecha de registro	2015-09-10
Área o Campo de	HUMANIDADES Y ARTES
Observaciones	

OBSERVACIÓN:

- Los títulos de tercer nivel de grado ecuatorianos están habilitados para el ingreso a un posgrado.
- Los títulos registrados tanto nacionales como extranjero han sido otorgados por instituciones de educación superior vigentes al momento de la emisión de la titulación.
- El cambio de nivel de formación de educación superior de los títulos técnicos y tecnológicos emitidos por instituciones de educación superior nacionales se ejecutó en cumplimiento a la Disposición Transitoria Octava de la Ley Orgánica Reformatoria a la LOES, expedida el 2 de agosto de 2018.

IMPORTANTE: La información proporcionada en este documento es la que consta en el SNIESE, que se alimenta de la información suministrada por las instituciones del sistema de educación superior, conforme lo disponen los artículos 126 y 129 de la Ley Orgánica de Educación Superior y 56 de su Reglamento. El reconocimiento/registro del título no habilita al ejercicio de las profesiones reguladas por leyes específicas, y de manera especial al ejercicio de las profesiones que pongan en riesgo de modo directo la vida, salud y seguridad ciudadana conforme el artículo 104 de la Ley Orgánica de Educación Superior. Según la Resolución RPC-SO-16-No.256-2016.

En caso de detectar inconsistencias en la información proporcionada de titulaciones nacionales, se recomienda solicitar a la institución de educación superior nacional que emitió el título, la rectificación correspondiente y de ser una titulación extranjera solicitar la rectificación a la Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación.

Para comprobar la veracidad de la información proporcionada, usted debe acceder a la siguiente dirección:
www.educacionsuperior.gob.ec



Ramiro Santiago Freire Cedeño
Director de Registro de Títulos
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN SUPERIOR, CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN



GENERADO: 18/02/2025 7.02 PM

Anexo 7. Artículo traducido al idioma español

Self-Esteem, Study Habits and Academic Performance Among University Students

Autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en
estudiantes universitarios

Summary

This study was intended to establish whether self-esteem and study habits correlate with academic performance among university students. Research conducted was descriptive observational, multivariate or cross-sectional factorial in nature. The study population consisted of 196 students enrolled in a Basic Mathematics I class at the School of Engineering of Universidad Tecnológica del Perú (Technical University of Peru, UTP) in the third term of 2016, and the sample size numbered 86 students. The Coopersmith Self-Esteem Inventory, Luis Vicuña Peri's Study Habits Inventory and the average grades obtained by students were used for research variable measurement. Results show that self-esteem does not significantly impact academic performance, but study habits do influence academic performance ($p = .000 < \alpha = .05$). Hence students are expected to enhance academic performance as they refine study techniques.

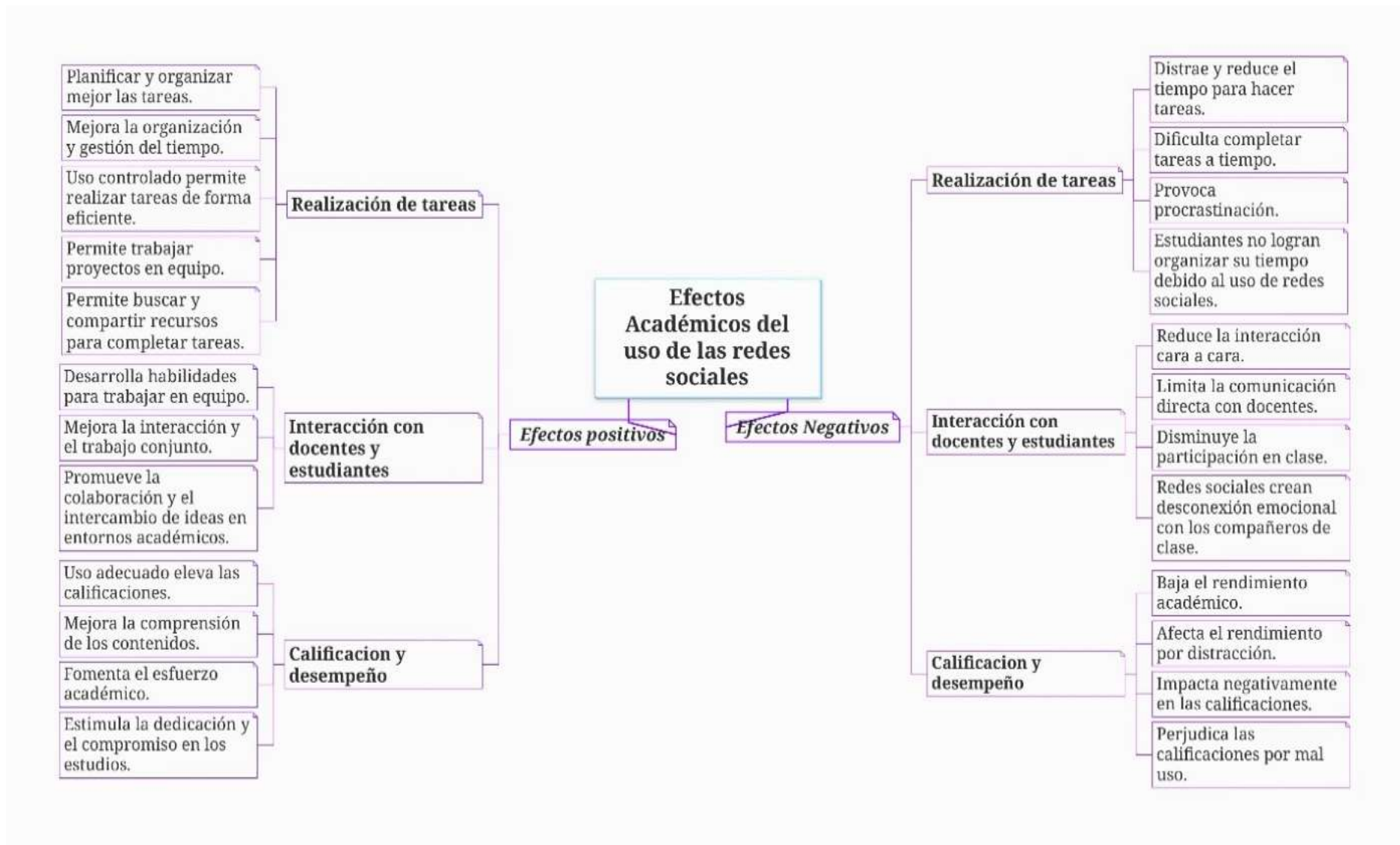
Keywords: Academic performance, self-esteem, study habits

Resumen

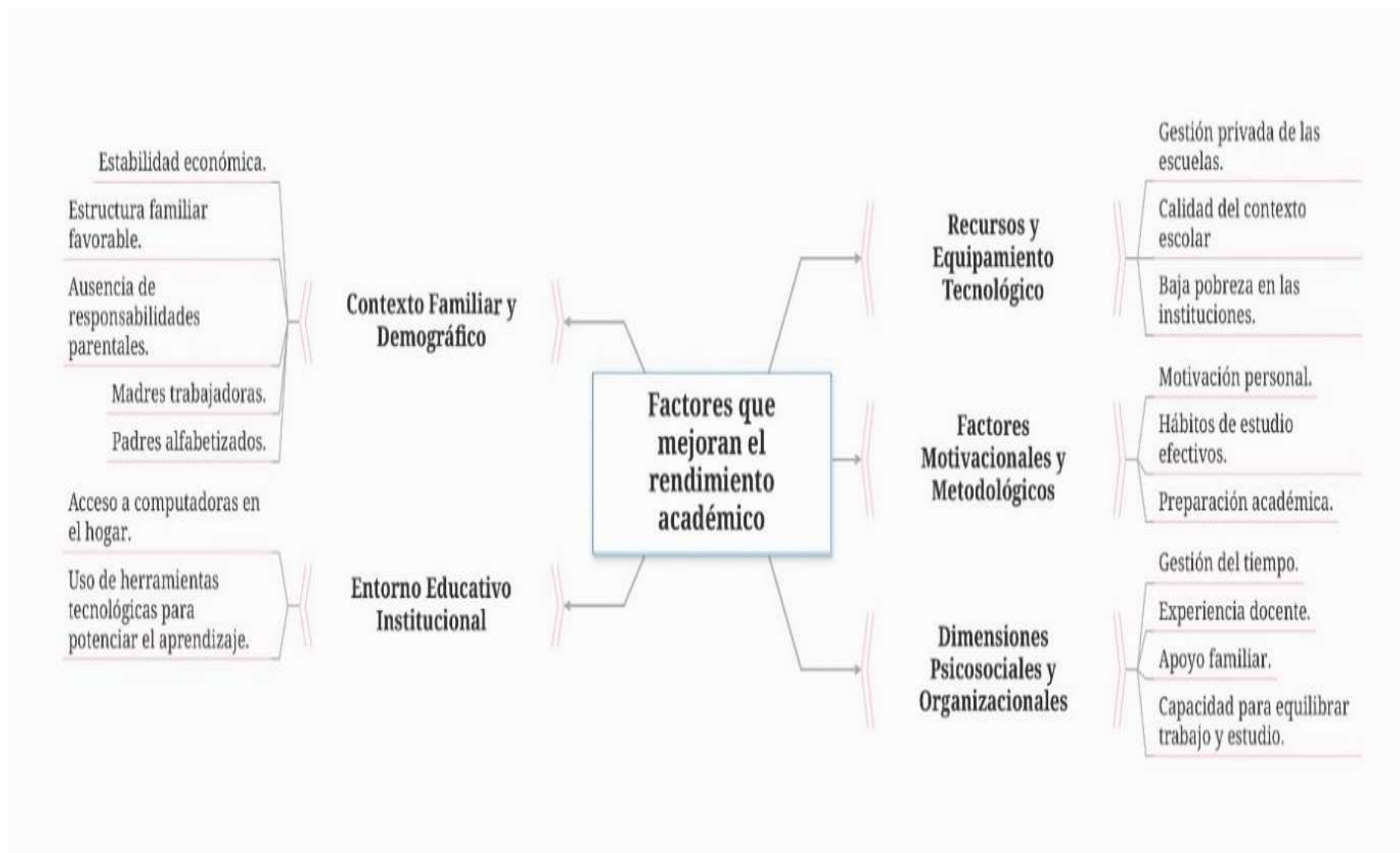
El objetivo de la presente investigación fue determinar la relación entre la autoestima, los hábitos de estudio con el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. El diseño de la investigación fue descriptivo observacional, multivariada o factorial de corte transversal. La población de estudio, estuvo conformada por 196 estudiantes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad Tecnológica del Perú (UTP), matriculados en el curso de Matemática Básica I, durante el semestre académico 2016 - III y el tamaño de la muestra fue de 86 estudiantes. Para la medición de las variables de investigación, se utilizó el inventario de autoestima (elaborado por Stanley Coopersmith), el Inventario de hábitos de estudio (elaborado por Luis Vicuña Peri) y el reporte de los promedios de las calificaciones de los estudiantes. Los resultados evidenciaron que no existe una influencia significativa entre la autoestima y el rendimiento académico, pero sí entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes ($p = .000 < \alpha = .05$); en conclusión se espera que si los estudiantes mejoran sus técnicas de estudio entonces se incremente su rendimiento académico universitario.

Palabras claves: Rendimiento académico, autoestima, hábitos de estudio.

Anexo 8. Efectos académicos del uso de las redes sociales en estudiantes



Anexo 9. Factores que mejoran el rendimiento académico



Anexo 10. Informe de similitud



MARI GETTE BELTRAN REY BELTRÁN MARI GETTE

- Informe Trabajo de Integración curricular
- TIC
- Universidad Nacional de Loja

Detalles del documento

Identificador de la entrega
tm:oid::1:3160880565

Fecha de entrega
20 feb 2025, 7:39 a.m. GMT-5

Fecha de descarga
20 feb 2025, 7:45 a.m. GMT-5

Nombre de archivo
Beltr_n_20-02-25_1.pdf

Tamaño de archivo
1.1 MB

66 Páginas

13,248 Palabras

79,243 Caracteres



1% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...




Filtrado desde el informe

- Bibliografía

Exclusiones

- N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 2%  Fuentes de Internet
- 5%  Publicaciones
- 2%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.