UNIVERSIDAD DE ESPECIALIDADES ESPÍRITU SANTO

FACULTAD DE ARTES LIBERALES Y EDUCACIÓN

TÍTULO DE INVESTIGACIÓN:

"EL IMPACTO DEL USO DE FACEBOOK Y TIKTOK EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE TERCER CURSO A Y B DE BACHILLERATO GENERAL UNIFICADO DE LA UNIDAD EDUCATIVA MAURICE RAVEL DE QUITO"

TRABAJO DE TITULACIÓN QUE SE PRESENTA COMO REQUISITO PREVIO A OPTAR POR EL GRADO DE LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: LUIS RENÉ APOLO NARVÁEZ

NOMBRE DEL TUTOR: LCDO. ISAAC AUGUSTO CAICEDO VERA MGS.

SAMBORONDÓN, 19 DE MAYO DE 2025

Resumen

Este artículo da cuenta del impacto del uso de las redes sociales Facebook y TikTok en el rendimiento académico de los alumnos de Tercer año de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Maurice Ravel, de la ciudad de Quito. La metodología utilizada corresponde a una investigación de diseño no experimental y corte transversal, y se aplicó una encuesta estructurada en una muestra representativa. Los resultados muestran que el uso abusivo de las redes sociales incide negativamente en el rendimiento académico de los estudiantes; y que ese efecto perjudicial se debe a factores como la distracción, la procrastinación o la falta de concentración. Sin embargo, también observó que existía una percepción moderadamente positiva en relación al valor formativo que ciertas redes sociales pueden tener en los contenidos que presentan. En consecuencia, se concluye que el efecto de las redes sociales en el rendimiento académico no es unívoco, sino que está condicionado por la autorregulación, la intencionalidad del uso, el acompañamiento pedagógico o tutorial. Concluye con la propuesta de promover la alfabetización digital crítica y las estrategias de integración didáctica de las tecnologías para mitigar sus efectos adversos.

Palabras clave: Alfabetización digital, Facebook, redes sociales, rendimiento académico, TikTok

Abstract

This article reports the impact of the use of social networks Facebook and TikTok on the academic performance of students in the third year of General Unified High School of the Maurice Ravel Educational Unit, in the city of Quito. The methodology used corresponds to a non-experimental and cross-sectional design research, and a structured survey was applied to a

representative sample. The results show that the abusive use of social networks has a negative impact on the academic performance of students; and that this detrimental effect is due to factors such as distraction, procrastination or lack of concentration. However, it also observed that there was a moderately positive perception in relation to the formative value that certain social networks can have in the contents they present. Consequently, it is concluded that the effect of social networks on academic performance is not univocal, but is conditioned by self-regulation, intentionality of use, pedagogical or tutorial accompaniment. It concludes with the proposal to promote critical digital literacy and strategies of didactic integration of technologies to mitigate their adverse effects.

Key words: Digital literacy, Facebook, social networks, academic performance, TikTok.

Introducción

En la era digital actual, las redes sociales han adquirido una relevancia significativa en la vida cotidiana de los adolescentes y jóvenes, donde plataformas como Facebook y TikTok; no solo permiten la interacción social, sino que además juegan un papel crucial en la formación de opiniones, actitudes y comportamientos (Valkenburg y Jochen, 2011). Con la proliferación de estas plataformas, especialmente entre los adolescentes, surge una cuestión fundamental para los educadores, padres y autoridades educativas: ¿cómo influye el uso de las redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes?, tener una respuesta contundente a esta interrogante puede ser el inicio para una intervención responsable.

El problema principal de esta investigación se centra en determinar cómo el uso de Facebook y TikTok influye en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer curso de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Maurice Ravel. Se han seleccionado estas dos redes sociales, ya que en sondeos preliminares se ha determinado que son las más usadas por los estudiantes de esta institución educativa. En tal virtud, se busca identificar la certeza de esta hipótesis preliminar, así como corroborar si el tiempo invertido en estas plataformas reduce la capacidad de los estudiantes para concentrarse en sus estudios, lo que podría llevar a un descenso en sus calificaciones. Además, se busca explorar cómo las diferentes formas de interacción con estas redes sociales pueden influir de manera diferenciada en los resultados académicos.

Técnicas de análisis del problema

El análisis de este problema es fundamental, ya que los resultados permitirán entender la relación de la variable independiente *uso de las plataformas Facebook y TikTok* y la variable

dependiente *el rendimiento académico*, lo que proporcionará una base para el diseño de estrategias educativas y de orientación para optimizar el uso de las redes sociales en beneficio de los estudiantes.

La importancia de este estudio radica en la necesidad de comprender cómo las redes sociales, que son una herramienta omnipresente en la vida cotidiana de los jóvenes, pueden afectar su desempeño académico. Este conocimiento es crucial para los educadores, administradores escolares y padres de familia (Astudillo y Chévez), quienes desempeñan un papel clave en la formación de los adolescentes. Si se logra identificar los efectos negativos del uso desmedido de plataformas como Facebook y TikTok, se podrán desarrollar estrategias de prevención y manejo que favorezcan un uso más equilibrado y consciente de las redes sociales, evitando que interfieran con el rendimiento académico. (Arab y Díaz, 2015).

La relevancia académica de este estudio radica en que contribuye a la literatura existente sobre el impacto de las redes sociales en la educación, específicamente en el contexto ecuatoriano. La investigación proporcionará datos actualizados sobre cómo las redes sociales afectan a los estudiantes en una institución educativa de Quito con características específicas, lo que permitirá a los educadores ajustar sus enfoques pedagógicos y a los padres tomar decisiones informadas sobre la gestión del tiempo y el uso de tecnología en el hogar.

Así mismo, este artículo tiene la capacidad de ofrecer recomendaciones generalizadas para mejorar la relación de los estudiantes con las redes sociales (Arab y Díaz, 2015), integrando su uso de forma más eficaz y productiva en su proceso educativo. De la misma manera, puede ayudar a sensibilizar a la comunidad educativa sobre la importancia de un uso moderado y responsable de

las plataformas digitales, tal como lo recomiendan los organismos internacionales como la Unicef (Unicef-Cuba, s/f).

Para abordar el problema de investigación, se emplearán dos técnicas de análisis que permitirán identificar las causas, efectos y relaciones del problema en cuestión: el diagrama de espina de pescado (también conocido como diagrama de Ishikawa) y el árbol del problema.

El diagrama de espina de pescado. - es una herramienta que permite visualizar las posibles causas del problema central, organizándolas de manera estructurada (Burgasí et al., 2021). En este caso, el objetivo es identificar los factores que contribuyen a la disminución del rendimiento académico en los estudiantes debido al uso de Facebook y TikTok. Se utilizarán varias categorías de causas, tales como se puede ver en el gráfico 1:

Gráfico 1.

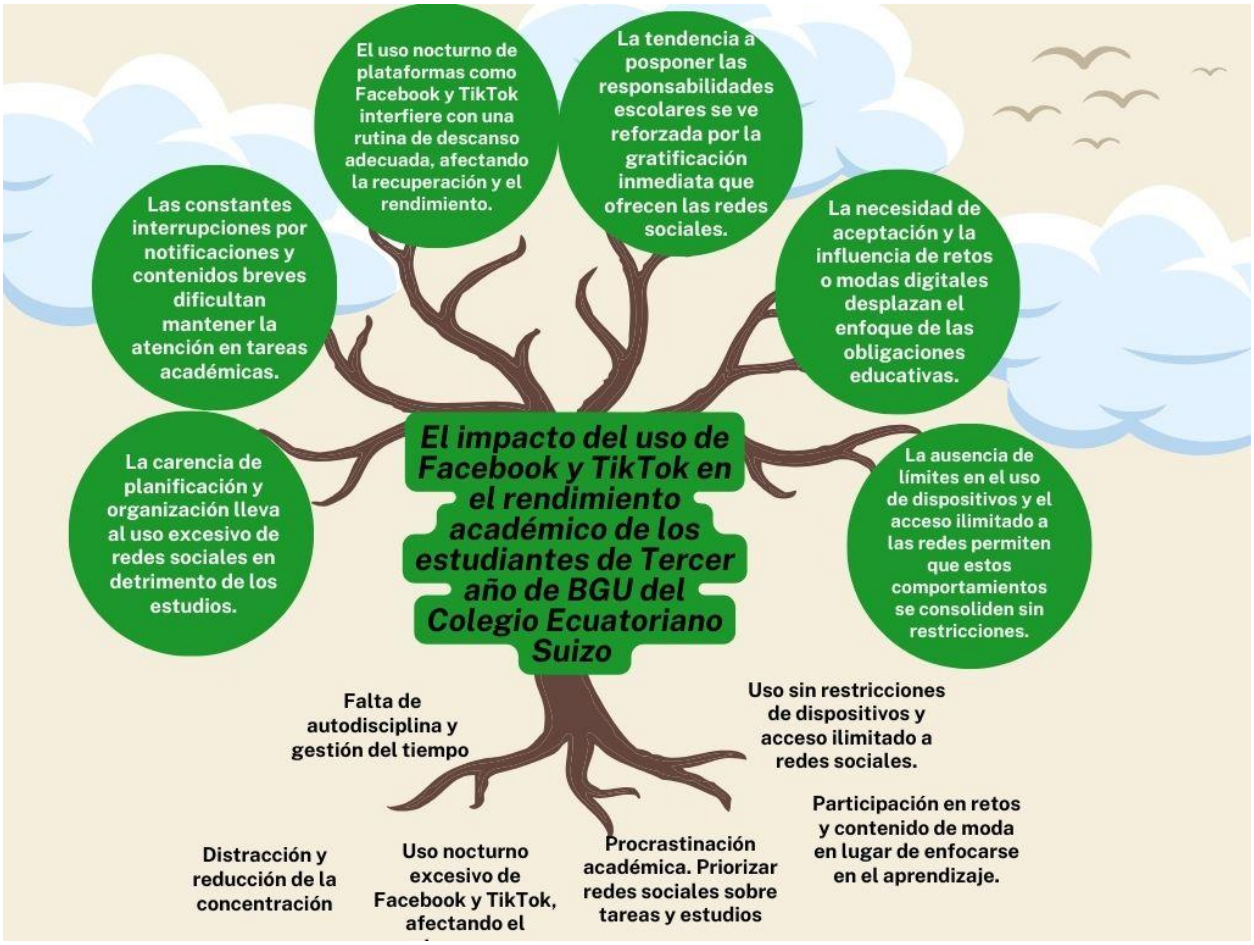
Diagrama de Ishikawa sobre el Análisis del problema



Árbol del Problema. - El árbol del problema es una técnica visual que permite estructurar de manera jerárquica los elementos del problema, identificando tanto sus causas como sus efectos (Hernández-Hernández y Garnica-González, 2015). En este caso, el árbol del problema ayudará a comprender cómo el uso de Facebook y TikTok está directamente vinculado a los bajos rendimientos académicos, desglosando sus causas y mostrando las consecuencias, tal como se puede ver en el siguiente gráfico.

Gráfico 2.

Análisis del problema con la técnica del árbol de problemas



Planteamiento del problema

En la última década, el acceso y uso de las redes sociales se ha incrementado de manera vertiginosa, especialmente entre los adolescentes y jóvenes. Plataformas como Facebook y TikTok principalmente, se han afianzado como medios de relacionamiento social y entretenimiento (Jasso-Medrano et al., 2017), incluso como fuentes de información (Islas-Torres y Carranza, 2011). Es innegable su influencia en la vida de los adolescentes y jóvenes, tanto de forma positiva (2020), como negativa (Armaza, 2023); toda vez que estas plataformas no solo permiten la conexión con amigos y familiares, sino también la participación en una amplia gama de actividades, desde la visualización de contenidos hasta la creación y publicaciones de material audiovisual (Rajas et al., 2022).

Varios estudios señalan que el excesivo uso de las redes sociales es contraproducente y contrario al buen rendimiento académico. Trabajos como los de: (Junco, 2012; Fonseca y Guevara, 2016; Narváez-Serrano, 2023, entre otros) sostienen que el uso de Facebook interfiere con el tiempo dedicado al estudio y aumenta las distracciones, lo cual podría contribuir a un bajo rendimiento académico. De igual manera, trabajos como los de: (Genelza, 2012; Muñoz et al., 2023; Mamani et al., 2024, entre otros) han destacado que el consumo excesivo de contenido en plataformas como TikTok, reduce la capacidad de los estudiantes para concentrarse en sus estudios, afectando directamente su desempeño estudiantil.

En contraste, con las tesis anteriores también existen varios trabajos investigativos que afirman que el uso de las redes sociales puede tener efectos positivos si se emplean de manera responsable. Entre estos están los trabajos de (Arguel y Jamet, 2009; Pasek et al., 2009; Reyes et al., 2016, entre otros)- En estos trabajos se resalta que las plataformas digitales contribuyen al

fomento la colaboración entre estudiantes, mejoran el acceso a recursos educativos y facilitan el aprendizaje interactivo. En este sentido, el uso moderado y orientado hacia fines académicos de las redes sociales podría contribuir positivamente al rendimiento de los estudiantes.

La Unidad Educativa Maurice Ravel, ubicado en la ciudad de Quito, es un contexto específico en el que se plantea analizar cómo el uso de Facebook y TikTok influye en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer curso A y B de Bachillerato General Unificado. El estudio podría lanzar hallazgos concretos, que mostrarían indicadores válidos para realizar generalizaciones del fenómeno a estudiantes de instituciones de las mismas características.

Si bien existen investigaciones globales y nacionales sobre el impacto de las redes sociales en el rendimiento escolar; por ejemplo sólo en Ecuador, se han realizado numerosos trabajos que analizan esta problemática desde variados enfoques, basta mencionar algunos de ellos: (Oña, 2016; Agila-Barba, 2017) Espinoza et al., 2018; Santillán-Lima et al., 2019, Alcívar-Moreira y Yánez-Rodríguez, 2021; Paredes y Montoya, 2022; Quijije y Loor, 2023; Espinoza y Moreira, 2023; Guayllas y Ruiz, 2024); No obstante, son pocos los estudios que se enfocan en el contexto específico de instituciones educativas con las mismas características de la que es objeto de este estudio, de modo que contrastar al información y hallazgos de los estudios existentes con los propios de esta investigación, resultará útil para determinar si el fenómeno es genaralizable, y en qué contestos, ya que las diferencias económicas, sociales, y culturales podrían marcar una diferenciación en el impacto.

Desde esta perspectiva, es crucial entender que, aunque las redes sociales ofrecen oportunidades para el acceso a la información y el desarrollo de habilidades comunicativas, su impacto en la educación no es unívoco. Según Sánchez et al. (2021), el uso adecuado de las redes

sociales puede potenciar el aprendizaje, pero su uso desmedido y sin control puede generar efectos adversos, como la disminución de la concentración y el aumento de la procrastinación. Este estudio busca llenar el vacío existente en la literatura respecto al impacto específico de plataformas como Facebook y TikTok en el rendimiento académico de los estudiantes de bachillerato en el contexto ecuatoriano, brindando datos relevantes para futuros enfoques pedagógicos y recomendaciones para el manejo adecuado de estas herramientas en el entorno educativo.

¿De qué manera el uso de las redes sociales, en particular Facebook y TikTok, influye en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer curso A y B de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Maurice Ravel de la ciudad de Quito?

En consecuencia, el objetivo de esta investigación es analizar el impacto del uso de Facebook y TikTok en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer curso A y B de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Maurice Ravel de la ciudad de Quito. Para tal fin, determinaremos la frecuencia y duración del uso de Facebook y TikTok entre los estudiantes de tercer curso A y B de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Maurice Ravel, posteriormente evaluaremos el tipo de contenido que los estudiantes consumen en Facebook y TikTok y su relación con las actividades académicas. De igual manera, examinar la percepción de los estudiantes sobre el impacto de las redes sociales en su concentración y rendimiento académico. Con estos datos identificaremos las posibles correlaciones entre el tiempo de uso de Facebook y TikTok y el desempeño académico de los estudiantes, basado en sus calificaciones y participación en actividades escolares, para finalmente proponer recomendaciones que permitan optimizar el uso de las redes sociales en beneficio del rendimiento académico de los estudiantes.

Para el desarrollo de esta investigación partiremos de tres hipótesis importantes: 1. Que el uso excesivo de Facebook y TikTok afecta negativamente el rendimiento académico tal como lo afirman estudios que ya hemos referido anteriormente, entre ellos: Junco (2012), Armaza (2023), debido a las distracciones y la gestión ineficiente del tiempo. La naturaleza interactiva y atractiva de estas plataformas, fomenta un uso prolongado que reduce el tiempo dedicado al estudio, lo que se traduce en un menor desempeño en las actividades académicas. Los estudiantes tienden a priorizar las interacciones sociales en línea, como revisar notificaciones y responder a publicaciones, por encima de sus tareas escolares, lo que afecta negativamente su concentración y capacidad para cumplir con sus responsabilidades académicas (Junco, 2012).

Además, investigaciones como la de Rosen et al. (2013), sostienen que el uso de redes sociales incrementa la multitarea, lo que disminuye la capacidad de concentración y la eficiencia en las tareas cognitivas. La multitarea constante, propiciada por el flujo continuo de información en plataformas como TikTok, reduce la capacidad de los estudiantes para enfocarse en una sola actividad, lo que podría afectar su rendimiento en pruebas y evaluaciones académicas. Este fenómeno se ve amplificado por el tipo de contenido presente en las redes sociales, caracterizado por su naturaleza breve y altamente estimulante, que podría alterar el tiempo y la calidad del estudio.

La segunda hipótesis de la que partimos para profundizar en este estudio es el tipo de contenido consumido influye en el rendimiento académico, lo que significa que el impacto de las redes sociales en el rendimiento académico, también depende del tipo de contenido consumido por los estudiantes. El contenido académico o educativo en las redes sociales puede ser útil para la adquisición de conocimientos, pero el contenido relacionado con el entretenimiento, los memes o

las interacciones sociales puede resultar en distracción. Según Pasek et al. (2009), los estudiantes que consumen contenido educativo en plataformas sociales tienen una mejor percepción sobre su impacto en el aprendizaje, ya que la información y los recursos educativos pueden facilitar su comprensión de ciertos temas académicos, pero no siempre sucede de este modo.

Sin embargo, el consumo de contenido no relacionado con lo académico, como el entretenimiento, puede contribuir al declive en el rendimiento académico. TikTok, por ejemplo, se caracteriza por videos cortos y altamente entretenidos que promueven la interacción rápida y la repetición de contenido, lo que puede resultar en una disminución de la capacidad de concentración de los estudiantes en tareas que requieren una mayor dedicación y tiempo de reflexión. De acuerdo con Armaza (2023), la exposición constante a contenidos de corta duración puede afectar la capacidad de los estudiantes para mantener su atención en actividades que requieren un enfoque más profundo y prolongado, como el estudio y la lectura.

Finalmente tenemos la hipótesis que la relación entre el uso de las redes sociales y el rendimiento académico no es unívoca, esto significa, aunque gran varias investigaciones sugieren una relación negativa entre el uso excesivo de redes sociales y el rendimiento académico; también existente otras que indican que el uso moderado y consciente de las redes sociales puede tener beneficios para los estudiantes. Según Pasek (2009) las redes sociales pueden ofrecer un espacio para el aprendizaje colaborativo y el intercambio de recursos educativos. Los estudiantes que participan en grupos en línea o comunidades educativas en plataformas como Facebook pueden beneficiarse del intercambio de conocimientos y la colaboración en proyectos, lo que podría mejorar su rendimiento académico.

De igual manera, las redes sociales permiten a los estudiantes acceder a información adicional que puede complementar sus estudios y ampliar su comprensión de ciertos temas. Según Xing et al., (2019), el uso de redes sociales como parte de un enfoque de aprendizaje activo, donde los estudiantes interactúan con contenido educativo y realizan actividades colaborativas en línea, puede tener un impacto positivo en su rendimiento académico. Las herramientas educativas disponibles en estas plataformas, como videos instructivos, foros de discusión y grupos de estudio, facilitan el aprendizaje y proporcionan oportunidades adicionales para los estudiantes que desean profundizar en los contenidos más allá de las clases tradicionales.

Finalmente, creemos que todo depende del autocontrol y la orientación pedagógica como factores determinantes. Un aspecto clave en la relación entre las redes sociales y el rendimiento académico es el autocontrol de los estudiantes y la forma en que gestionan su tiempo en línea. La habilidad para equilibrar el uso de las redes sociales con las demandas académicas es fundamental para mitigar los posibles efectos negativos. Creemos con Kuss y Griffiths (2017) que los estudiantes con una mayor capacidad de autocontrol son menos propensos a experimentar efectos adversos del uso de redes sociales en su rendimiento académico. La implementación de estrategias para regular el uso de estas plataformas, como la fijación de límites de tiempo o la desconexión de las redes sociales durante los períodos de estudio, puede contribuir a un uso más saludable y productivo de las mismas.

En este sentido, el rol de los educadores es crucial. Proveer orientación pedagógica sobre el uso adecuado de las redes sociales puede ayudar a los estudiantes a aprovechar al máximo los recursos digitales sin caer en distracciones. La educación sobre el uso responsable y consciente de

plataformas como Facebook y TikTok puede fomentar una relación más equilibrada con las redes sociales, contribuyendo así a la mejora del rendimiento académico (Arab y Díaz, 2015).

Antecedentes

El impacto de las redes sociales en la educación ha sido un tema de estudio recurrente en los últimos años, dado su papel cada vez más relevante en la vida de los estudiantes. Con el auge de plataformas como Facebook y TikTok, se ha generado un debate en torno a su influencia en el rendimiento académico, con posturas que van desde la preocupación por sus efectos negativos hasta el reconocimiento de su potencial como herramientas educativas (Junco, 2012; Pasek et al., 2009).

Investigaciones previas han evidenciado que el uso excesivo de redes sociales puede reducir la capacidad de concentración de los estudiantes, afectar la calidad del tiempo dedicado al estudio y generar hábitos de procrastinación, lo que repercute en un bajo desempeño académico (Rosen et al., 2013; Armaza, 2023). TikTok, por ejemplo, se caracteriza por ofrecer contenido breve y altamente adictivo, lo que puede generar dificultades en la atención sostenida y en la retención de información relevante para el aprendizaje (Genelza, 2012; Mamani et al., 2024). Facebook, por su parte, ha sido señalado como un factor de distracción debido a la facilidad con la que los estudiantes pueden alternar entre el estudio y la interacción social en línea, afectando la productividad académica (Fonseca & Guevara, 2016; Narváez-Serrano, 2023).

No obstante, otros estudios han resaltado los beneficios del uso moderado y con propósito educativo de estas plataformas. Pasek et al. (2009) encontraron que Facebook puede fomentar la colaboración entre estudiantes al permitir el intercambio de recursos académicos y la discusión de

temas de estudio. De manera similar, Xing et al. (2019) destacaron que las redes sociales pueden ser utilizadas estratégicamente como herramientas de aprendizaje activo, facilitando el acceso a contenido educativo y promoviendo el trabajo en equipo. En este sentido, la clave no radica en prohibir su uso, sino en orientar a los estudiantes para que las utilicen de manera responsable y productiva.

En Ecuador, diversas investigaciones han abordado esta problemática desde distintas perspectivas. Oña (2016) y Agila-Barba (2017) analizaron el impacto del uso de redes sociales en el rendimiento académico de estudiantes de secundaria, concluyendo que el efecto varía según la cantidad de tiempo dedicado a estas plataformas y el tipo de contenido consumido. Espinoza y Moreira (2023), por su parte, identificaron que la falta de autocontrol en el uso de redes sociales es un factor determinante en la disminución del rendimiento académico en adolescentes, lo que evidencia la necesidad de desarrollar estrategias pedagógicas para la gestión del tiempo en línea.

A pesar de los estudios previos, persisten vacíos en la literatura respecto al impacto específico de Facebook y TikTok en instituciones con características particulares, como las de la Unidad Educativa Maurice Ravel de Quito. Esta investigación busca llenar ese vacío al analizar la relación entre el uso de estas plataformas y el rendimiento académico de los estudiantes de tercer curso de Bachillerato General Unificado. Los hallazgos permitirán comprender cómo estas redes sociales influyen en la concentración, el desempeño en evaluaciones y la motivación académica de los estudiantes, proporcionando información clave para la implementación de estrategias educativas que optimicen el uso de las redes sociales en el ámbito escolar.

Marco Teórico

Las redes sociales han cambiado la manera en que las estudiantes se relacionan, encuentran información y construyen procesos de aprendizaje. Facebook y TikTok, dos de las redes sociales más frecuentemente utilizadas en la actualidad, ofrecen al mismo tiempo oportunidades y contratiempos educativos (Valkenburg y Jochen, 2011). Si hay estudios que enfatizan su potencial favorecedor de la comunicación y el acceso a recursos educativos, otros por su parte, alertan sobre los efectos adversos de las redes sociales en la atención y el rendimiento académico (Junco, 2012).

Su utilización en el ámbito escolar se puede configurar en función de dos usos básicos: un uso académico y un uso lúdico. El uso académico hace referencia a la utilización de plataformas sociales en las actividades didácticas colaborativas, ofreciendo la posibilidad de acceder a material escolar, de debatir o de solucionar dudas en tiempo real (Pasek et al., 2009). El uso lúdico, en cambio, se relaciona con el entretenimiento, la socialización y la distracción, poniendo las bases para un rendimiento académico no productivo por parte de las estudiantes (Rosen et al., 2013).

Facebook y su Relación con el Rendimiento Académico

Facebook ha sido un fenómeno ampliamente estudiado en el contexto del rendimiento académico. La investigación ha mostrado que su uso excesivo puede tener un efecto significativamente adverso sobre el aprovechamiento académico, ya que el uso incontrolado de Facebook provoca distracciones considerables que impiden concentrarse en los estudios. Junco (2012), Fonseca y Guevara (2016), aseguran que una mayor dedicación a Facebook va acompañada de una reducción de tiempo para actividades académicas y, por lo tanto, a desempeños académicos menos óptimos.

No obstante, estudios como el de Pasek et al. (2009), argumentan que Facebook, si es usado para fines educativos, puede favorecer una colaboración eficiente y una buena forma de compartir información. Grupos de estudio presentes en Facebook como herramienta de comunicación -que puede ser considerada como mediante la posibilidad para realizar aprendizajes compartidos siempre que haya una regulación de tiempo del uso de esta aplicación digital (Reyes et al., 2016).

TikTok y su Influencia en la Educación

La aplicación de origen chino TikTok, que permite la subida de vídeos breves, ha ido creciendo de forma exponencial en los últimos años hasta convertirse en una de las aplicaciones más utilizadas por adolescentes y jóvenes de muchos países. Su impacto sobre la educación debería llevar a una consideración atenta, ya que su formato de consumo rápido y la posibilidad de acceso a un contenido altamente atractivo pueden afectar la capacidad de atención o la de concentrarse a la hora de estudiar (Genelza, 2012; Mamani et al., 2024).

TikTok puede ser en un primer momento el centro de un debate, pues según Armaza (2023), la aplicación TikTok puede hacer adicción: los alumnos son incapaces de regular su tiempo de uso porque el algoritmo utilizado para la recomendación es altamente personalizable. Por lo tanto, un tiempo de uso vinculado a TikTok puede ser producto de la sordera por los estudios, entre otros efectos; entre ellos cabe considerar, por ejemplo, el del rendimiento académico. Los investigadores, no obstante, han descrito la posibilidad del uso de TikTok para fines educativos, ya que facilitan la creación de contenido didáctico y de fácil acceso visualmente mediante su producción de su propio formato, facilitando a los estudiantes la comprensión de conceptos complejos (Xing et al., 2019).

Impacto del Uso de Redes Sociales en la Concentración y la Productividad Académica

La influencia del uso de redes sociales en el proceso educativo está íntimamente relacionada con la concentración de los estudiantes y con el control que estos son capaces de realizar sobre su tiempo. Hay estudios que revelan que la multitarea provocada por el uso de redes sociales puede afectar negativamente la capacidad cognitiva y se relaciona negativamente con la retención de la información y con el rendimiento en tareas escolares (Reyes et al., 2016).

Según Kuss y Griffiths (2017), el uso incesante de redes sociales puede desembocar en el temido "Fear of Missing Out" (FoMO), miedo a perder algo, y al mismo tiempo puede llevar a los estudiantes a comprobar y revisar sus dispositivos (p. ej., teléfonos móviles) en vez de centrarse en sus tareas escolares u académicas concretas. Esto no sólo es contraproducente para la productividad académica, sino que también puede dar lugar a altas tasas de estrés y ansiedad.

Estrategias para el Uso Responsable de Redes Sociales en la Educación

Con el objetivo de reducir los efectos adversos que puede tener una mala utilización de redes sociales en el rendimiento académico, diferentes autores han elaborado una serie de recomendaciones orientadas a poner en práctica un uso equilibrado y productivo de las redes sociales. Estas recomendaciones son las siguientes:

Autocontrol y regulación del uso: implica la programación de horarios fijados previamente para el uso de las plataformas de redes sociales concretas y el no uso de estas durante las horas de estudio (Kuss y Griffiths, 2017). Fomento del uso académico de las propias redes sociales: significa la integración de plataformas concretas, como Facebook, para el aprendizaje

colaborativo, además de que puede servir como un medio para difundir materiales didácticos (Pasek et al., 2009).

Formación digital: que se refiere a la enseñanza para que los estudiantes puedan utilizar plataformas de redes sociales con responsabilidad; fomentar la educación en alfabetización digital y ayudar a los estudiantes a identificar contenidos relevantes para su formación académica (Xing et al., 2019). Supervisión parental y docente: lo que implica desarrollar medidas de control y de orientación por parte de padres y profesores para que se produzca un uso adecuado de las redes sociales, a modo de recomendación para tener en cuenta (Espinoza y Moreira, 2023).

Como consecuencia de esto, el uso de redes sociales en la educación es un proceso complejo que puede ser tanto ventajoso para los estudiantes como problemático. Por una parte, la red social Facebook, y la aplicación TikTok a través de la tecnología, puede ser útil tanto para desarrollar la comunicación como el aprendizaje; por otra parte, una exposición elevada e incontrolada a Facebook y a TikTok puede perjudicar la concentración y el rendimiento académico.

La clave radicará en potenciar estrategias que favorezcan el uso responsable, para poder obtener las ventajas que ofrecen sin perjudicar el rendimiento académico. Esta investigación aportará al conocimiento de cómo estas redes sociales afectan a los asociados en el 3er curso de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Maurice Ravel de Quito, a la vez que brindará insumos para futuras estrategias pedagógicas que acompañen una adecuada práctica educativa con redes sociales.

Marco Pedagógico

La implementación de la tecnología en la educación ha modificado los métodos de enseñanza y aprendizaje. La irrupción de redes sociales como Facebook o las emergentes como TikTok traen nuevos retos y posibilidades pedagógicas que requieren enfoques innovadores para su uso dentro del ámbito académico (Valkenburg y Jochen, 2011), en este sentido el aprendizaje debe centrarse en ser capaz de desenvolverse a nivel de competencias digitales, la autonomía del estudiante y la capacidad para aplicar el pensamiento crítico (Xing et al., 2019).

El constructivismo tal como lo defienden sus autores Piaget (1952) y Vygotsky (1979) ha sido uno de los enfoques que otorgan más sentido a cómo los estudiantes aprenden utilizando entornos digitales. Desde este prisma, el aprendizaje ocurre mediante un proceso activo a partir de la interacción con el medio y de la colaboración con los demás. Desde esta perspectiva las redes sociales pueden funcionar como espacios de aprendizaje colaborativo donde los estudiantes comparten conocimientos o experiencias; sin embargo, un uso inadecuado de las redes puede apartar al aprendiz del rendimiento académico (Junco, 2012).

Otro enfoque pedagógico que cobra especial relevancia a la hora de proporcionar un contexto a este estudio sería el socioconstructivismo, que se centra en la connotación de las interacciones sociales para el aprendizaje (Vygotsky, 1979). De este modo, se pueden incluir las redes sociales para propiciar la cooperación entre los estudiantes, permitiendo la aplicación de las estrategias de aprendizaje en un entorno digital cuando se habla de aprendizaje basado en proyectos o de resolución de problemas. Sin embargo, cuando no se regula adecuadamente, puede llevar a hacer un uso excesivo y poco educativo de las redes sociales, justificando así la importancia del rol del docente en la gestión del tiempo y el contenido digital (Pasek et al., 2009).

Aprendizaje Cooperativo y Uso de Redes Sociales

El aprendizaje cooperativo sería una metodología centrándose en el trabajo en equipo y en la construcción colectiva del conocimiento (Johnson y Johnson, 1999), permitiendo que con el uso de redes sociales los estudiantes desarrollen habilidades de comunicación, colaboración y pensamiento crítico utilizando para ello el intercambio de ideas a través de Facebook (Slavin, 2014).

Las investigaciones han permitido afirmar que la utilización del aprendizaje cooperativo en las redes sociales favorece la motivación y el rendimiento académicos en la medida que las interacciones se entiendan con estrategias de enseñanza y aprendizaje (Gillies, 2016), pero a la vez, las redes sociales cuando se utilizan sin una estructura determinada pueden comportar en distracciones y difundir la efectividad del proceso de enseñanza-aprendizaje (Junco, 2012).

Gamificación y microaprendizaje en TikTok

Uno de los modelos pedagógicos emergentes en la educación digital es la gamificación, la cual utiliza elementos típicos de los videojuegos para crear aprendizaje (Deterding et al., 2011). TikTok, a partir de su formato de vídeos cortos y dinámicos, se ha utilizado como parte del diseño de diversas estrategias pedagógicas que utilizan la gamificación como base, logrando la participación de los estudiantes (Xing et al., 2019).

Así mismo, por lo que respecta al microaprendizaje, el cual parte de la idea de transmitir contenidos educativos en pequeñas dosis, se ha podido comprobar su efectividad en entornos digitales (Hug, 2007). En este sentido, TikTok puede ser utilizado para abordar conceptos importantes a través de vídeos breves y, así, ayudar a asimilar y retener información; no obstante,

el abuso de dicho formato puede disminuir la implicación de los estudiantes con aprendizajes más profundos y analíticos sí no se realiza una integración armónica del mismo dentro del currículo escolar (Armaza, 2023).

Función del docente en la educación digital

El rol docente cambia desde ser un simple transmisor de conocimiento a un facilitador del aprendizaje. Por lo que respecta a la utilización de redes sociales, los/las docentes deben: Acompañar a los alumnos en el uso responsable de las redes sociales. Emplear estrategias para incluir las redes sociales en el aula sin menoscabar el rendimiento académico. Promover el pensamiento crítico y la alfabetización digital para que los estudiantes puedan valorar la veracidad del contenido que consumen en la red social (Kuss y Griffiths, 2017) y establecer normas que clarifiquen tanto el tiempo como el propósito en el uso de la red social dentro del aula.

La capacitación docente en tecnologías digitales es fundamental para que los profesores puedan aprovechar las ventajas de las redes sociales sin comprometer la atención y el desempeño académico de los estudiantes (Espinoza y Moreira, 2023).

Estrategias Pedagógicas para el Uso Responsable de Redes Sociales

Con el objetivo de minimizar las consecuencias negativas que conllevan el uso de Facebook y TikTok en el rendimiento académico, a la vez que potenciar sus aspectos educativos, se proponen las siguientes recomendaciones: El establecimiento de límites de tiempo y autocontrol, es decir, promover el uso consciente de las redes sociales a través de la adopción de aplicaciones de control del uso del tiempo, así como normas de desconexión digital (Kuss y Griffiths, 2017).

La Integración de las redes sociales en el aula, es decir, aprovechar el Facebook para formar grupos de estudio y discusión, donde los estudiantes pudiesen compartir materiales y reflexionar sobre los temas tratados en clase (Pasek et al., 2009). De igual manera usar el TikTok como recurso educativo, esto es, fomentar una cultura de optimización del tiempo, utilizando esta y otras plataformas para crear material de estudio, por ejemplo, mediante la producción de vídeos cortos explicativos sobre temas de estudio, fomentando la creatividad y la síntesis de la información (Xing et al., 2019).

Finalmente, hay que promover la educación sobre alfabetización del tipo digital, es decir, enseñar a los estudiantes a identificar información confiable en las redes sociales, evitando la propagación de la desinformación y promoviendo el consumo responsable del contenido digital (Espinoza y Moreira, 2023).

En el contexto pedagógico del que se parte en el marco de esta investigación es socioconstructista y constructivista, ya que enfatizan el papel activo del alumnado en el proceso de construcción del conocimiento. Diversas estrategias como el aprendizaje cooperativo, la gamificación o el microaprendizaje entre otras pueden enriquecer su uso didáctico, siempre que se utilicen de manera planificada y el alumnado esté acompañado adecuadamente por el docente. El uso excesivo o el uso descontrolado de las redes sociales puede llevar a situaciones de distracción y empeorar el rendimiento académico, porque a su vez pone de manifiesto la necesidad de contar con estrategias pedagógicas que permitan contrarrestar el efecto de la educación de las redes sociales.

Marco Legal

El empleo de redes sociales en el ámbito educativo y su efecto en el rendimiento académico del alumnado debe ser revisado dentro de un marco normativo orientado a promover el derecho a la educación y la protección del alumnado en entornos digitales; en Ecuador, diferentes normas, directrices y tratados internacionales, determinan lineamientos para el acceso a la técnica, los usos responsables de redes sociales, y la puesta en práctica de estrategias para promover la mejora de la calidad educativa en la contemporaneidad.

La Constitución de la República del Ecuador (2008), establece a la educación como, el derecho humano fundamental y la obligación del Estado de concederla. Así en el artículo 26 promulga que la educación es un derecho de las personas durante toda la vida y un eje estratégico del desarrollo nacional, mientras que el artículo 27 establece que la educación debe ser de calidad, centrada en el desarrollo de capacidades críticas y creativas y que promueva la innovación y el uso de tecnologías de la información y comunicación (TIC) en los procesos de enseñanza-aprendizaje.

Por su parte, el artículo 347 del Código Orgánico General de Procesos (2018), llega a señalar que es el Estado el que debe garantizar la inclusión de la ciencia, la tecnología y la innovación en los sistemas educativos promoviendo el acceso y el uso responsable de las TIC con el fin de favorecer la calidad de la educación. Este aspecto cobra importancia en el contexto del uso de redes sociales como Facebook y TikTok ya que también conlleva la necesidad de implementar estrategias para lograr su adecuada incorporación en el aprendizaje de forma que el rendimiento académico de los estudiantes no sufra ningún perjuicio.

De igual forma, la Ley Orgánica de Educación Intercultural (2011), regula el sistema educativo ecuatoriano y también establece principios y objetivos básicos para garantizar una educación integral. Así, en su artículo 2 establece que la educación debe contribuir a desarrollar en los estudiantes competencias para la vida y también incluye el uso responsable de la tecnología, así como de cualquier acceso a la información.

En el mismo sentido en su artículo 53, resalta la necesidad de una incorporación de metodologías innovadoras para que los estudiantes puedan hacer un uso efectivo de las herramientas digitales en su aprendizaje. En la misma línea, el artículo 57 establece que los docentes deben estar capacitados en cuanto a TIC y cualquier estrategia pedagógica que potencie un aprendizaje significativo a través de medios digitales.

El Código de la Niñez y Adolescencia, (2003), establece una serie de derechos y garantías destinados a asegurar el desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes. En su artículo 37, se consagra el derecho de los adolescentes a recibir una educación de calidad, que propicie su autonomía, fomente el pensamiento crítico y desarrolle habilidades tecnológicas.

Por otra parte, el artículo 39 subraya que las instituciones educativas tienen la responsabilidad de incentivar un uso adecuado de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) y las redes sociales. Esto implica garantizar que los estudiantes accedan a contenidos educativos relevantes y minimizar los riesgos asociados con la sobreexposición digital y la desinformación. En este marco, la investigación presente se torna crucial, ya que se propone analizar el impacto del uso excesivo de plataformas como Facebook y TikTok en el rendimiento académico de los estudiantes, así como explorar las medidas que pueden implementarse para regular dicho uso en el entorno escolar.

La Ley Orgánica de Comunicación (2013), establece parámetros sobre el acceso y uso de la información en medios digitales. En su artículo 10, se promueve el acceso a contenido digital con fines educativos, así como la protección de niños y adolescentes frente a contenidos que puedan resultar dañinos. Esta legislación enfatiza la necesidad de desarrollar estrategias pedagógicas que orienten el uso responsable de las redes sociales en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

En cuanto al Plan Nacional de Desarrollo 2021-2025, conocido también como "Ecuador Crece", este establece la urgencia de fortalecer el sistema educativo mediante la incorporación de tecnología y la digitalización de los contenidos educativos. Se impulsa la alfabetización digital y se busca garantizar un acceso equitativo a herramientas tecnológicas, con el fin de mejorar la calidad del aprendizaje (Secretaría Nacional de Planificación [SNP], 2021).

Este plan también pone de relieve la importancia de regular el tiempo de uso de dispositivos electrónicos en el ámbito educativo, promoviendo la enseñanza sobre el uso responsable de Internet y de las redes sociales, con el objetivo de mitigar los efectos negativos que estos pueden tener en la formación integral de los estudiantes.

Ecuador ha ratificado diversos convenios y acuerdos intergubernamentales que propician la educación digital y el acceso equitativo de las TIC en el proceso enseñanza-aprendizaje. De entre dichos acuerdos resaltan los siguientes:

Sus políticas educativas se han alineado a los Objetivos para el Desarrollo Sostenible (ODS) de la agenda 2030 de la ONU; Dentro de su ODS 4, entre otras cosas se establece el compromiso para garantizar la educación inclusiva de calidad a partir del promover el acceso a la

tecnología y el desarrollo de competencias digitales (Organizacion de Estados Unidos [ONU], 2015).

De igual manera el Ecuador se acoge a la Declaración de Incheon (2015) que promueve la transformación de la educación a partir del uso de TIC, fomentando el aprendizaje digital y la integración de herramientas tecnológicas dentro de los planes de estudio (UNESCO, 2016).

De igual manera acoge las recomendaciones de la UNESCO sobre el uso de TIC en la educación. La UNESCO hace hincapié en la importancia de la integración del uso de redes sociales en el aprendizaje dentro de un marco regulado argumentando para ello de que el uso de las mismas pueda llegar a ser productivo sin desmerecer el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes (UNESCO, 2024).

En conclusión, el marco normativo ecuatoriano e internacional es favorable para el uso responsable de la tecnología y de las redes sociales en la educación. La Constitución, la LOEI, el Código de la Niñez y Adolescencia y el Plan Nacional de Desarrollo marcan sendas claras con la intención de regular el uso de las TIC en los procesos de enseñanza-aprendizaje, provocando un impacto positivo en el rendimiento académico. De igual modo, las normativas internacionales afianzan el compromiso del país por una educación digital de calidad y el fomento de estrategias que optimicen el uso de las redes sociales, como Facebook y TikTok en el ámbito escolar.

La investigación que aquí se desarrolla tiene como base este marco normativo y va en la línea de poder contribuir con información relevante sobre el impacto que provocan las redes sociales en el rendimiento académico de los/as estudiantes. Asimismo, también ofrece una serie

de recomendaciones sobre la integración del uso de las redes sociales en la educación escolar, buscando que dicho uso sea equilibrado y efectivo.

Metodología

Objetivo general de la Investigación

El objetivo general de esta investigación es Analizar el efecto de las plataformas Facebook y TikTok en el rendimiento académico de los adolescentes que cursan el tercer curso A y B de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Maurice Ravel de la ciudad de Quito. Para ello, se considerará la frecuencia y el tiempo que los estudiantes dedican a estas aplicaciones sociales, el tipo de contenido que consumen y los vínculos con las actividades académicas. Al mismo tiempo, se evaluará la percepción de los estudiantes sobre el efecto de las redes sociales en su manera de concentrarse, en los hábitos de estudio y en el rendimiento escolar: posibles efectos negativos, por ejemplo: distracción o procrastinación y posibles beneficios como el acceso a recursos y a la colaboración académica. A partir de los resultados, se pretenden ofrecer correlaciones entre el tiempo de uso de Facebook y TikTok y el rendimiento académico basado en indicadores como calificaciones, participación en actividades escolares y hábitos de estudio. Por último, se llevarán a cabo unas recomendaciones estratégicas para fomentar un uso equilibrado y consciente de las redes, de manera que se optimice su uso en el ámbito educativo y se minimicen los efectos negativos en el rendimiento académico.

Método de Investigación

La estrategia que se llevará a cabo en este estudio será de tipo cuantitativa con un diseño no experimental de tipo correlacional y un corte transversal. El enfoque cuantitativo, tal y como

señala Hernández-Sampieri et al. (2014), se centra en reunir los datos necesarios para el estudio y en la posterior búsqueda de la respuesta en la muestra para determinar si existe relación y/o patrones en determinadas variables, lo que permite una aproximación objetiva a los fenómenos que se están estudiando. En cuanto al diseño no experimental, se trata de observar los fenómenos en el contexto en el que transcurren; en este sentido, se observa que las variables independientes no han sido manipuladas deliberadamente desde el inicio del procedimiento (Kerlinge y Lee, 2002). Dentro del diseño no experimental se plantea un estudio correlacional, ya que se persigue observar la relación que puede existir entre el uso de Facebook y/o TikTok y el rendimiento académico de los estudiantes, pero sin vincular la causa o el efecto. El estudio involucrará un corte transversal; es decir, se recogerán los datos buscados en un único momento en el tiempo para realizar una aproximación de lo que sería el estado del problema (Hernández -Sampieri et al., 2014).

Para la recopilación de datos se utilizarán encuestas estructuradas dirigidas a los estudiantes de tercer curso A y B de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Maurice Ravel de Quito. Las encuestas constan de preguntas sobre la frecuencia y duración del uso de Facebook y TikTok, el tipo de contenido consumido y la percepción de los estudiantes respecto al impacto que los lectores consideran que tienen estas redes sociales en su rendimiento académico. Asimismo, se obtendrán datos sobre el rendimiento académico de los estudiantes considerando indicadores como calificaciones o participación escolar. El análisis de los datos será realizado utilizando técnicas estadísticas descriptivas e inferenciales. Se aplicarán pruebas de correlación con el fin de determinar la existencia o no y el tamaño de la correlación entre las variables objeto de la investigación. También se analizarán las posibles diferencias en los efectos del uso de las redes sociales en función de variables como el género o la dedicación a estudiar.

Este método de investigación permitirá presentar evidencias empíricas en cuanto a las consecuencias del uso de Facebook y TikTok en el rendimiento académico, lo que facilitará la transmisión de información que se incorporará al diseño de estrategias que optimicen el uso de estos en el ámbito educativo.

Descripción de los instrumentos para la recolección de la información

Para esta investigación se emplearán instrumentos estructurados de recolección de información que permitan obtener datos precisos y útiles respecto a las consecuencias del uso de Facebook y TikTok en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer curso A y B del Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Maurice Ravel de la ciudad de Quito.

Encuesta estructurada

La encuesta será el instrumento de recolección de datos ya que permite recoger información de un número importante de participantes bajo condiciones de eficiencia máxima y de estandarización (Kerlinge y Lee, 2002). Se elaborará un cuestionario con preguntas cerradas y de opción múltiple y basado en escalas de medición validadas en estudios previos respecto a la red social y el rendimiento académico (Hernández -Sampieri et al., 2014).

El cuestionario estará dividido en cuatro secciones: Datos de carácter demográfico que incluirá preguntas sobre edad, género y promedio académico actual de cada estudiante. Frecuencia y duración del uso de redes sociales, donde se interrogará sobre la cantidad de horas dedicadas cada día a Facebook y TikTok, así como a los momentos del día en que los usan. Tipo de contenido consumido, donde se valorará si el contenido que se visualiza está relacionado con entretenimiento, información general, temas educativos o interacción social.

Percepción sobre el impacto que ejercer sobre el rendimiento académico, se empleará una escala tipo Likert para medir la percepción que tienen los estudiantes sobre el modo en que el uso de estas plataformas ejecuta sobre su concentración, hábitos de estudio y rendimiento escolar (Likert, 1932).

Análisis del rendimiento académico

Para complementar la información que se obtiene de las encuestas, se analizarán las calificaciones de los estudiantes en las principales asignaturas con la finalidad de establecer correlaciones entre el tiempo de uso de las redes sociales y su desempeño académico. Se solicitará permiso a la institución educativa y a los participantes para la consulta de estos datos, todo ello desde el compromiso con los principios éticos de confidencialidad y privacidad (American Psychological Association [APA], 2017).

Consideraciones éticas

La implementación de estas herramientas obedecerá a los principios que rigen la ética en la investigación educativa. Se velará por la confidencialidad de los datos, el consentimiento informado de los participantes y la posibilidad de abandonar el estudio cuando así lo decidan (Resnik, 2020).

Descripción de la población y diseño de la muestra, aplicación del instrumento

La población participante en el estudio está constituida por los 32 estudiantes matriculados en el tercer curso A y B de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Maurice Ravel de la ciudad de Quito, Ecuador. Nos referimos a adolescentes cuyo rango de edad se encuentra entre los 16 y 18 años, que utilizan Facebook y TikTok con diferentes grados de frecuencia. Esta

población es significativa para el estudio, en tanto representa a un grupo de estudiantes que se encuentran en una etapa académica de importancia antes de ingresar a la educación superior, en función de poder evidenciar el impacto que el uso de estas redes sociales tiene sobre su rendimiento académico (Hernández -Sampieri et al., 2014).

Diseño de la muestra

Dado que la población es de 32 estudiantes, se trabajará con un muestreo censal (significa que todos los estudiantes entran en la investigación), lo cual es lógico, puesto que se puede manejar el número de participantes y obtener resultados sin la ayuda de técnicas de muestreo no probabilísticas (Kerlinge y Lee, 2002). Comprendiendo que no se seleccionará una muestra representativa; Dado que la población es accesible, se considerará el factor de la diversidad como: género, hábitos de estudio, niveles de uso de las redes sociales, para poder encontrar resultados de diferentes perspectivas del grupo en la (Creswell, 2013).

Implementación del instrumento

La disposición de los datos se llevará a cabo en tres momentos para garantizar la validez y la confiabilidad de la información: 1.) Momento de preparación, en esta etapa se informará a los diferentes actores de la comunidad educativa donde se llevará la investigación, tales como: personal docente, directivos de la institución, padres de Familia y Estudiantes para solicitar la disponibilidad de permisos. Además, se hará la petición del consentimiento informado de los estudiantes y el representante legal, garantizando la confidencialidad de la información y el derecho a dejar de participar en cualquier momento de acuerdo a lo estipulado por el Manual de la APA (American Psychological Association [APA], 2017); 2.) Momento de la aplicación de la

encuesta estructurada. Aplicada en forma presencial en los cursos durante el horario de clase, en un tiempo estimado de 15 minutos, utilizando un cuestionario digital de la herramienta de Google Forms o, de acuerdo con las herramientas disponibles, en versión papel. 3.) El análisis de rendimiento académico, se realizará realizando la recolección de las calificaciones oficiales de los estudiantes en las materias ejes, con la previa autorización tanto de la institución como de los participantes.

Métodos de análisis de datos y validación de hipótesis

Para el análisis de los datos recogidos de la investigación, se va a seguir una combinación de métodos de tipo cuantitativo y cualitativo con la finalidad de lograr una compresión en torno a la influencia que producirá el uso de Facebook y TikTok en el rendimiento académico de los alumnos. La secuencia de análisis viene determinada por un proceso lógico y estructurado en función de las preguntas de investigación y en función de la validación de las hipótesis.

1. Análisis cuantitativo

El análisis cuantitativo se centrará en la información procedente de encuestas estructuradas y en la recolección de notas académicas, para ello se van a aplicar los siguientes métodos:

La Estadística descriptiva, donde se utilizarán medidas de tendencia central (media, mediana y moda) y medidas de dispersión (desviación estándar y varianza) con la finalidad de caracterizar la frecuencia y duración del uso de Facebook y TikTok entre los estudiantes (Hernández -Sampieri et al., 2014).

Pruebas de correlación, se utilizarán estas pruebas para establecer la relación que pueden tener el uso de redes sociales y el rendimiento académico, se recurrirá a la correlación de Pearson (r), que permite ponderar el grado de vinculación que pueda existir entre ambas variables (Creswell, 2013).

Análisis de regresión lineal múltiple, se usará este método para conocer cómo determinados factores, como puede ser el tiempo de uso de redes sociales y el tipo de contenido que se consume, predicen el rendimiento académico. Esto permitirá saber si existe una influencia estadísticamente significativa de los factores Facebook y TikTok en el rendimiento académico de los alumnos (Field, 2018).

2. Análisis cualitativo

El análisis cualitativo se centraría los resultados de la revisión de la teoría contenida en las diversas fuentes consultadas y en las respuestas sobre las opiniones de los alumnos en torno al impacto de Facebook y TikTok en su rendimiento académico; es decir, hábitos de estudio y concentración. Se buscarán patrones y tendencias en las respuestas (Braun y Clarke, 2006).

También se hará una codificación y triangulación de datos, donde se codificará las respuestas cualitativas en función de las categorías claves, una vez codificadas se procederá a la revisión de los hallazgos respecto de las respuestas obtenidas por el análisis cuantitativo, todo ello con el objetivo de validar los hallazgos y, a su vez, fortalecer la interpretación de los datos (Miles et al., 2014).

Presentación de Resultados

En primer lugar, se presentan los resultados de validación del instrumento de recolección de información; en primer lugar, se validó con expertos y para la corroboración de dicha validación se utilizó el programa SPSS, arrojando una validación del alfa de Cronbach, superior a 7/10, que es el mínimo requerido, tal como se puede ver en la siguiente tabla.

Tabla 1.

Estadística de Fiabilidad del Instrumento de recolección de Datos

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	**Válido**	**28**	**96,6**
	Excluido[a]	**1**	**3,4**
	Total	**29**	**100,0**

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,713	28

Nota. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

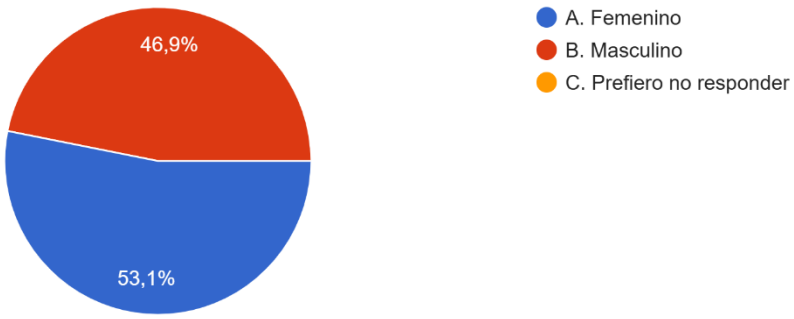
En esta investigación se aplicó un cuestionario a 32 estudiantes de tercer año de bachillerato, con el objetivo de constatar el uso de redes sociales, especialmente Facebook y TikTok, y su posible efecto en el rendimiento académico. A continuación, se expondrán los resultados más relevantes que se han llegado a obtener.

Perfil de los encuestados

La mayor parte de los examinados se relaciona con el grupo etario de 17 años (84,4%), seguido por estudiantes de 18 años (12,5%) y un caso de 16 años (3,1%). La distribución por curso es equitativa Tercero A cuenta con el 53,1% (17 alumnos) y el Tercero B con 15 (46,9%) alumnos. En relación con el género, el 53,1% (17 alumnos) son identificados como femeninos, y el 46,9% (15 alumnos) como masculinos, con una distribución relativamente equilibrada.

Imagen 1.

División de la muestra por género

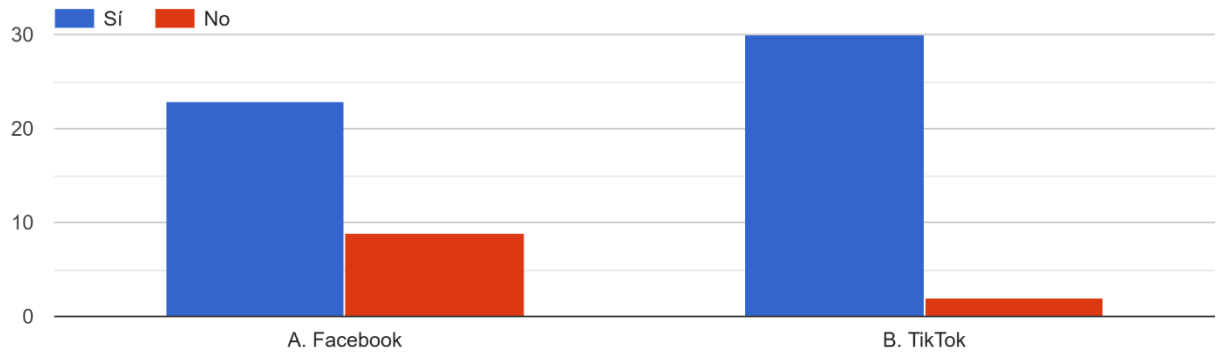


Uso de redes sociales

Respecto a la posesión de cuentas en redes sociales, el 71.9% de los alumnos en el estudio señala tener cuenta en Facebook, mientras que el 93.8% dice tener cuenta en TikTok. Este dato pone de manifiesto un alto uso de redes sociales, especialmente TikTok, en los adolescentes que respondieron a la encuesta.

Imagen 2.

Tipo de cuenta de red social que tienen los estudiantes de tercer año de Bachillerato de la Unidad Educativa Maurice Ravel

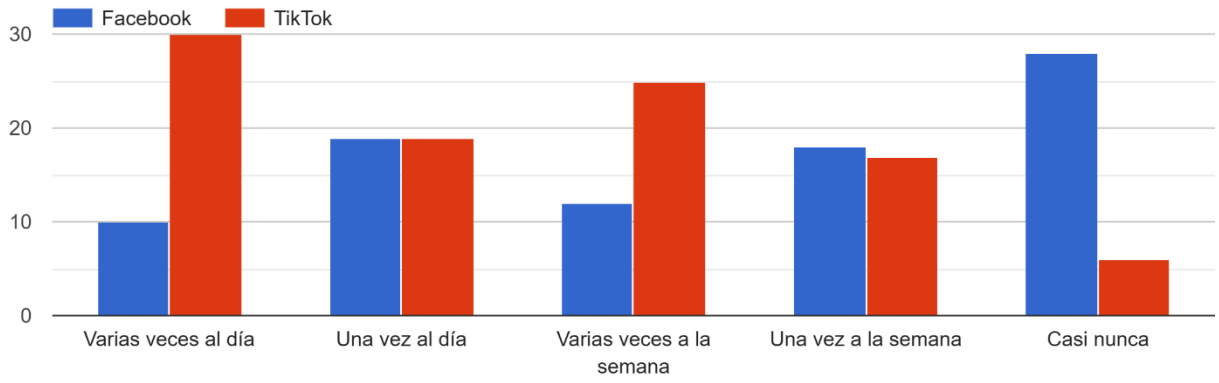


Uso y Frecuencia de las Redes sociales

Los datos obtenidos muestran una elevada frecuenta de uso, principalmente de las redes sociales TikTok y Facebook, por parte de los alumnos que han respondido a la encuesta. En general, el uso habitual se hace a diario, y en muchas ocasiones, se da varias veces al día, lo que denota la fuerte presencia de estas plataformas en la rutina habitual del alumnado. En cuanto al uso varias veces al día hay que destacar que 22 alumnos (68.8%) indicaron utilizar TikTok de esta manera, 8 alumnos (25%) señalaron que utilizaban tanto Facebook como TikTok varias veces al día y 2 alumnos (6.3%) indicaron que únicamente usan Facebook.

Imagen 3

Frecuencia del uso de redes sociales diariamente



Estos resultados nos hacen inferir que el TikTok se ha convertido en la red social de mayor penetración e interacción frecuente en comparación con Facebook, en cuanto al uso diario. En relación con el uso una vez al día los datos son más equilibrados: 13 alumnos (40.6%) afirmaron usar TikTok una vez al día, y la misma cantidad de alumnos (40.6%) tuvo como respuesta usar Facebook una vez al día, mientras que 6 alumnos (18.8%) indicaron que ambas redes sociales las usaban una vez al día.

Así mismo, de estos resultados podemos inferir que no solo TikTok es la red que más usuarios tiene, sino que también es la más utilizada con mayor frecuencia, debido al formato dinámico que pose para interactuar, en el que se utilizan vídeos cortos y la personalización algorítmica, parece incidir significativamente en la atención y el comportamiento digital de la juventud.

Aun cuando Facebook forma parte del círculo familiar, sobre todo en un uso moderado, su papel ha quedado sobrepasado en parte por la inmediatez y el poder visual de TikTok. Esta gran

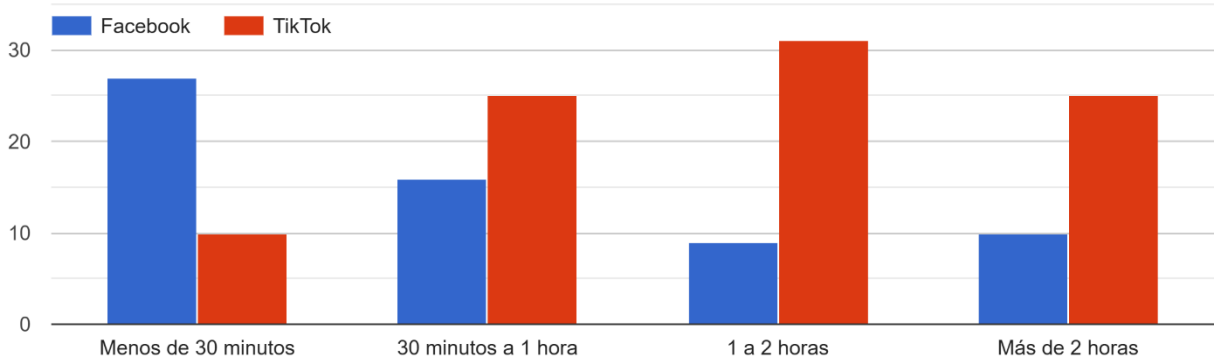
exposición diaria a contenidos digitales importantes, incide en la gestión del tiempo, en la atención y el rendimiento escolar, aspectos que ya hemos abordado en otros apartados de la investigación.

En cuanto al tiempo utilizado en redes sociales diariamente por los estudiantes, los resultados muestran que TikTok es la red social en la que los encuestados pasan más tiempo al día, ya que un 71.9% declara que utiliza esta red social durante más de una hora al día; resulta especialmente significativo encontrar que 23 estudiantes (71.9%) afirman usar TikTok al día entre una y dos horas. 22 estudiantes (68.8%) dicen usarla más de dos horas al día.

De forma contraria, solo 5 estudiantes (15.6%) dicen usar TikTok menos de 30 minutos al día, lo que refuerza la idea de que esta red social no solo es la más utilizada por los adolescentes sino también la que les resulta más absorbente y resulta ser efectivamente la que les hace pasar más tiempo en ella. Esto podría explicarse teniendo en cuenta la estructura algorítmica de la misma, que busca maximizar la permanencia del usuario a partir de los contenidos breves, rápidos y altamente individualizados.

Imagen 4.

Tiempo de uso de Facebook y TikTok por los estudiantes de Tercero de Bachillerato



Estos resultados demandan trabajar en la educación digital, establecer estrategias que permitan compatibilizar el uso recreativo de estas plataformas con las responsabilidades escolares. La alta frecuencia de uso también se hace notar indirectamente en las respuestas académicamente relacionadas con el impacto; el 40.6% de las y los estudiantes contestó que TikTok les afecta "algo"; otro 21,9% considera que "mucho". Creencias que, quizás, estén asociadas al consumo repetido y largo del contenido propio del diseño algorítmico de estas redes que facilitan, a partir de estímulos breves, continuados y altamente personalizados, el estar mucho tiempo dentro de esta red social.

Tipo de contenido que consumen los estudiantes de tercero de Bachillerato en las redes sociales

Según los datos obtenidos de la encuesta aplicada a estudiantes de bachillerato, se pudieron identificar las principales categorías del contenido consumido en las redes sociales Facebook y TikTok. Las respuestas muestran una gran diversidad en lo que concierne a los intereses que tienen los estudiantes en general y, respecto al contenido consumido se destacan cinco categorías principales: educativo, entretenimiento, noticias, memes/humor y música/bailes. La red social TikTok se posiciona como la más frecuente para el consumo del contenido en general.

En las categorías analizadas, la gran mayoría de los estudiantes respondieron que prefieren utilizar la red social TikTok. Con respecto al tipo de contenido y el índice de uso de la red social se apunta: Música y bailes se destaca por ser el tipo de contenido más consumido, 23 menciones en TikTok, siendo seguido por memes/humor (22 menciones) y noticias (19 menciones). El contenido educativo también resultó tener presencia, con 18 menciones en TikTok, confirmando que la red no es utilizada solo con fines recreativos, sino que también sirve para el aprendizaje. En

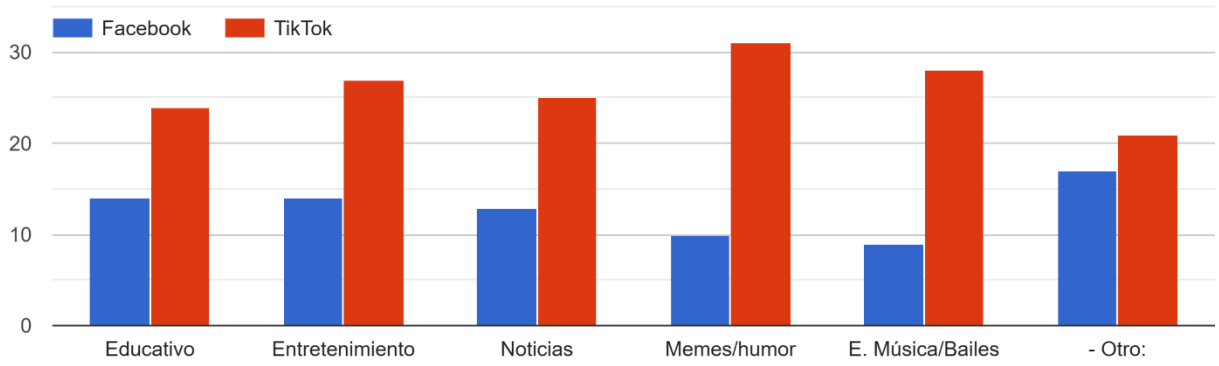
la categoría entretenimiento, TikTok también es el número uno con 18 menciones, seguido por una combinación de categorías 9 menciones.

Facebook, aunque ubicado en un papel secundario, se ha mostrado como otro conductor relativamente importante, sobre todo en el apartado “Otros” (recetas, deportes, cuestiones personales o religiosas), donde se registraron 11 menciones. Por otra parte, las combinaciones de consumo en ambas redes (Facebook y Tiktok) fueron frecuentes, lo que pone de manifiesto que los alumnos tienden a diversificar las redes a disposición de cada tipo de contenido.

Estos resultados dejan entrever la idea de que no solo los estudiantes consumen redes sociales como forma de ocio, sino que también encuentran en ellas un lugar para informarse y, en menor medida, para aprender; toda esta información puede ser útil para poner en práctica estrategias educativas que integren contenidos atractivos en estas redes.

Imagen 5.

Tipo de contenido que consumen los estudiantes en Facebook y TikTok



Por lo que la gran frecuencia de uso no sólo parece afectar a cuestiones relacionadas con la temporalización del tiempo académico, sino que afecta a las capacidades cognitivas relacionadas con la atención sostenida y la autorregulación de los impulsos, aspectos fundamentales para superar el éxito escolar. Aunque sí que coinciden algunas y algunos estudiantes en que hay cierto valor del contenido consumido, los datos permiten sostener que un uso prolongado de estas redes podría estar interfiriendo en la calidad del aprendizaje.

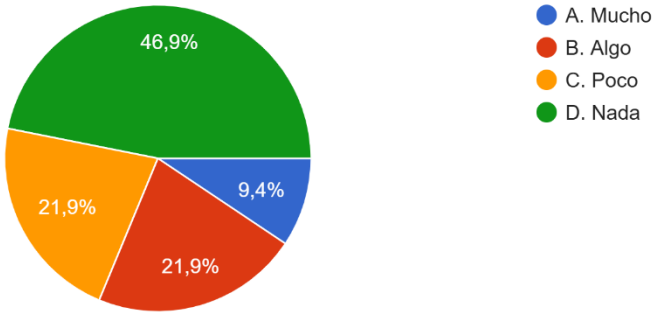
Percepción sobre el impacto del uso de Facebook y TiKTok en el rendimiento académico de los estudiantes

Al cuestionar si el tiempo que los estudiantes destinan a Facebook influye en el rendimiento, las respuestas del alumnado fueron: el 46.88% indica que Facebook no afecta en nada el rendimiento académico; el 21.88% afirman que sí afecta un poco su rendimiento académico, el 21.88% mencionan que sí afecta en algo, su rendimiento. Solo un 9.38% responde que sí afecta mucho su rendimiento académico.

Esto último pone de manifiesto que, aunque la aplicación está presente en sus vidas; no representa la causa de una importante distracción académica para la mayor parte de esta comunidad estudiantil.

Imagen 6.

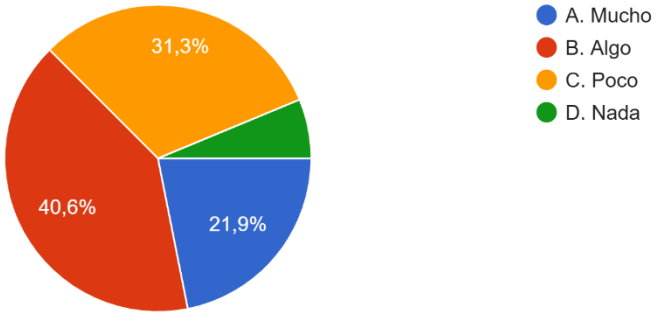
Incidencia del uso de Facebook en el rendimiento académico de los estudiantes



Por el contrario, el uso de TikTok por los estudiantes nos proporciona otra imagen, también importante, en la que el 40.62% opina que afecta algo su rendimiento académico. El 31.25% considera que afecta poco. Un 21.88% dice que afecta mucho. Solo un escaso 6.25% opina que no afecta en nada. Los datos apuntan a una preocupación mayor entre los alumnos sobre el impacto que puede tener TikTok, bien por su producción altamente adictiva y dinámica.

Imagen 7.

Incidencia de TikTok en el rendimiento académico de los estudiantes

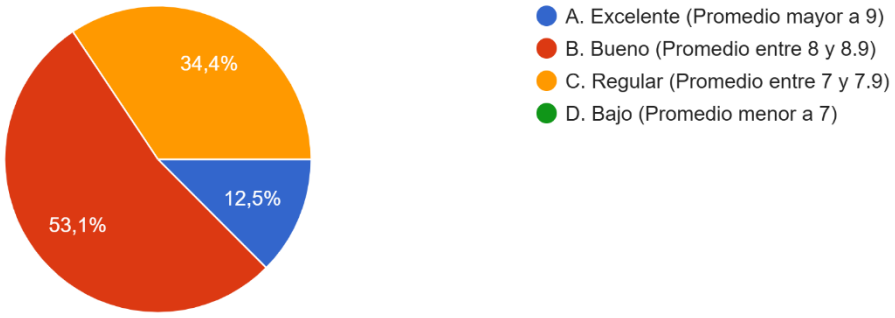


En la autoevaluación del rendimiento académico con respecto a su rendimiento académico general, El 53.12% considera que su promedio es bueno (promedio entre el 8 y el 8.9). El 34.38% considera que su promedio es regular (promedio entre el 7 y el 7.9). Sólo un 12.50% dice que el

rendimiento es excelente (promedio mayor a 9). A pesar de que la mayoría de los estudiantes opina que su rendimiento es aceptable, los datos reflejan que hay espacio para mejorar, sobre todo, si se complementa la información con el efecto posiblemente derivado de ciertas redes como TikTok.

Imagen 8.

Auto percepción de como las redes sociales afectan el rendimiento académico de los estudiantes



Uno de los hallazgos más relevantes de la presente investigación a la que pertenece la temática del presente estudio tiene que ver con el tema de los problemas de concentración de estos jóvenes tras el uso de las redes sociales. Si se les pregunta si les resulta difícil volver a concentrarse en el estudio después de haber estado en Facebook o TikTok, la situación es tal que:

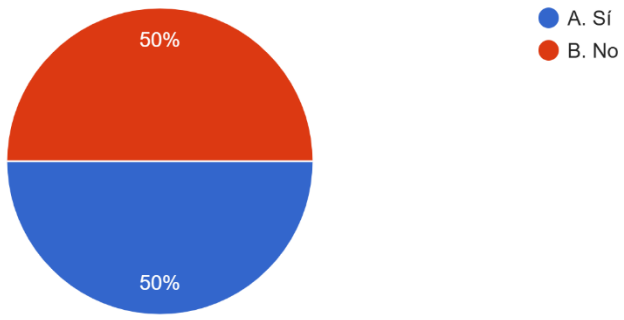
El 50% de los encuestados dice que sí tiene problemas de concentración y el otro 50% dice no tenerlo.

Esto supone que hay una clara separación entre estos estudiantes, ya que la mitad de ellos dice ser consciente del hecho de que el uso de las redes sociales puede afectar su disposición para volver a las exigencias del estudio académico. Este hallazgo sugeriría que, al menos el 50% de estos jóvenes, aunque la cifra varía, puede verse mermado en algún estado anímico y/o cognitivo

tras un uso de las redes sociales que puede ser considerado como de estimulación y potencialmente adictivo.

Imagen 9.

Dificultades de los estudiantes para concentrarse en sus tareas académicas después de navegar en Facebook y TikTok

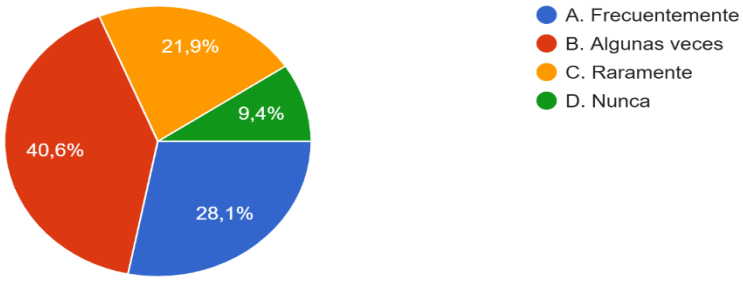


En cuanto a preferencias entre redes sociales y deberes académicos conforme a la opinión anterior, se preguntó a los alumnos si dejan de ejecutar sus deberes académicos para hacer uso de las redes sociales. Los resultados fueron los siguientes: El 40.6% de las respuestas hacen mención de que algunas veces dejan de hacer tareas por estar en redes. El 28.1% reconoce que lo hacen muchas veces. Un 21.9% lo hace pocas veces. Sólo el 9.4% dijo que nunca ha dejado de hacer tareas por estar en redes sociales, siendo por tanto el dato más positivo.

Estos datos son especialmente alarmantes, ya que más de dos terceras partes de las personas encuestadas (68.7%) afirman que en ocasiones prefiero perderme en las redes sociales antes que cumplir con mis tareas académicas. Esto puede tener impacto directo en la organización del tiempo, de la productividad y por ende del rendimiento académico, en definitiva.

Imagen 10.

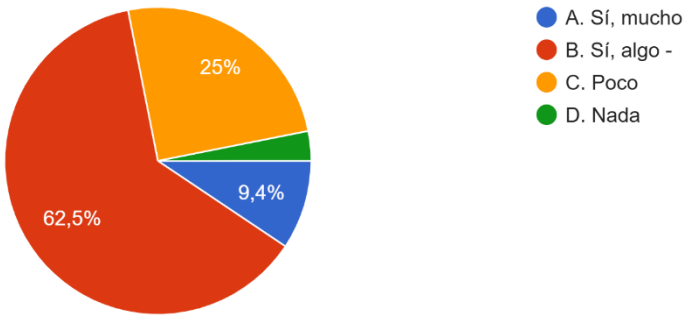
Prioridades de los estudiantes entre redes sociales y obligaciones académicas



Por último, se realizaron preguntas sobre la percepción que tienen los alumnos en relación con la utilidad del contenido consumido en Redes sociales para su formación. De las respuestas obtenidas se puede inferir un panorama muy interesante que es: El 62,5% dicen que el contenido aporta «en algo» a su aprendizaje. Un 25% opina que aporta poco. El 9,4% considera que el aporte es importante. Sólo un 3,1% consideran que no aporta nada. Esos resultados evidencian que la mayoría de los alumnos tiene cierto grado de percepción de toda esta formación académica en el contenido que consumen, aunque también que la opinión general es más bien moderada o crítica, y que el valor formativo no es ampliamente reconocido y mucho menos explotado.

Imagen 11.

Autopercepción de los estudiantes sobre si el contenido que consumen en redes sociales contribuye a su formación académica



Discusión

Los resultados de la investigación brindan datos empíricos, en relación a cómo el uso de redes sociales (Facebook y TikTok) influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer curso de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Maurice Ravel de Quito. La alta frecuencia en el uso de estas plataformas de comunicación, especialmente TikTok, es una tendencia generacional ampliamente documentada en la literatura contemporánea Armaza, (2023). Se relacionan esta preferencia por el contenido breve, visual y de acceso rápido con un cambio radical en las costumbres de consumo de la información y del ocio digital en los adolescentes.

Uno de los hallazgos más relevantes de este trabajo es que el 68% de los estudiantes de las encuestas manifiestan haber dejado de realizar sus labores académicas para utilizarlas para fines relacionados con las redes sociales. Esto puede ser explicado mediante teorías en torno al déficit de la autorregulación y la economía de la atención (Carr, 2010); (Griffiths y Kuss, 2017), si se entiende que el estudiante, sometido a una estimulación digital constante, encuentra dificultades para mantener el foco de atención en tareas que requieren de su atención por un periodo largo o son menos gratificantes a corto plazo. La misma distracción que se mantiene durante un periodo largo incide directamente en la calidad de instantes de estudio, de la administración del tiempo y, por ende, del rendimiento académico.

No obstante, no se puede considerar que el efecto de utilizar la red social sea únicamente negativo. Un hallazgo que merece destacarse es que el 62,5% de los participantes concuerda con que el contenido al que accede por medio de las redes sociales contribuye “en algo” a su formación académica, lo que demuestra que las redes sociales pueden completarse como un contexto de aprendizaje informal, solamente en el momento de saber seleccionar, filtrar y utilizar dicho

contenido de forma crítica. En este sentido, resulta importante poner de manifiesto el papel que cumple el profesor como orientador del proceso de alfabetización digital; autores como Buckingham (2015) o Xing et al. (2019) la proponen. Implicar a los estudiantes en una ciudadanía digital crítica y responsable conlleva el enseñar tanto las herramientas tecnológicas como las reflexiones, en cuanto a los mensajes que reciben, producen y comparten.

En esta línea la noción de rendimiento académico tiene que contemplarse como un constructo con una naturaleza multifactorial, resultante de la interacción de las variables personales, sociales y tecnológicas. El tiempo de exposición a redes, el tipo de contenido consumido, los hábitos de estudio, la presencia o no de acompañamiento educativo o familiar etc., son elementos entrelazados que dan lugar a un marco complejo. La tercera hipótesis planteada en la investigación, la cual sugirió una influencia parcializada atenuada de las redes sociales en el rendimiento académico, queda así confirmada por la heterogeneidad de respuestas obtenidas.

Por otro lado, el presente estudio nos abre nuevas vías para la investigación centradas en la elaboración y puesta en práctica de estrategias pedagógicas que incorporen el uso de redes sociales con fines educativos. En vez de intentar articular estrategias para su restricción, una tarea compleja y posiblemente contraproducente, la educación puede hacer uso de las redes como aliadas en la elaboración de contenidos, en la retroalimentación y/o el trabajo colaborativo. En este sentido, el paradigma de la educación conectada (Siemens, 2004), plantea la incorporación de las nuevas tecnologías dentro de estructuras de aprendizaje donde el propio diseño favorezca la construcción activa del conocimiento.

En conclusión, los datos recolectados permiten comprender que el impacto de las redes sociales en el rendimiento académico no puede abordarse desde una perspectiva reduccionista.

Más bien, exige una mirada holística que articule la formación académica, el desarrollo de habilidades digitales y la construcción de hábitos de estudio saludables. Esta visión integral debe traducirse en políticas institucionales que promuevan el uso pedagógico de las tecnologías, fortaleciendo la autonomía, la reflexión crítica y el compromiso académico de los estudiantes del siglo XXI.

Conclusiones

El presente estudio permitió analizar de manera sistemática la relación entre el uso de redes sociales, específicamente Facebook y TikTok, y el rendimiento académico de los estudiantes de tercer curso A y B del Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Maurice Ravel. A partir del análisis cuantitativo y cualitativo de los datos recolectados, se pueden establecer las siguientes conclusiones:

Se evidenció que TikTok es la red social más utilizada por los estudiantes, con una frecuencia de uso significativamente mayor que Facebook. La mayoría de los encuestados indicó emplear esta plataforma varias veces al día, y durante períodos prolongados (más de una hora diaria), lo que sugiere una alta exposición a estímulos digitales.

Un hallazgo relevante es que el 50% de los estudiantes reconoció experimentar dificultades para concentrarse después de usar redes sociales. Esta cifra se complementa con el hecho de que el 68.7% admite postergar o interrumpir sus deberes escolares debido al uso de estas plataformas. Estos resultados permiten afirmar que el uso intensivo de redes sociales afecta no solo la atención sostenida, sino también la capacidad de autorregulación académica.

A pesar de que el uso de Facebook resulta relativamente inofensivo para la mayoría de los encuestados, TikTok se ve como una red social con un impacto negativo importante para el rendimiento académico obtenido. Un 40,62% de los encuestados considera que TikTok afecta "algo" su rendimiento y un 21,88% la afecta "mucho" lo que optimiza la hipótesis del efecto negativo del contenido altamente dinámico y de gran personalización sobre el aprendizaje.

Asimismo, a pesar de que TikTok lidera la carga de contenido para todas las categorías (música, humor, noticias, entretenimiento y educativo), el aporte académico que se percibe a través de su contenido consumido es reducido con un 9,4% sólo en los alumnos que consideran que el contenido consumido a través de redes sociales contribuye en manera importante a su formación académica, mientras que la mayoría (62,5%) considera que lo hace en manera moderada, resultado que podría indicar un desaprovechamiento del potencial educativo de estos espacios.

Los resultados permiten ratificar la tercera hipótesis formulada en este estudio: la relación entre el uso de redes sociales y el desempeño académico no es unívoca, ni necesariamente negativa, sino que por el contrario muestra un doble sesgo. Si bien hay indicios de la relación negativa del uso de las redes sociales en lo que tiene que ver con aspectos como la concentración, los problemas de gestión del tiempo y de priorización de actividades, también se exhiben valoraciones positivas acerca del potencial informativo y colaborativo de la información que puede encontrarse en la red, lo que va en consonancia con estudios que abogan por un uso pedagógicamente orientado de las redes sociales.

El trabajo pone de relieve la necesidad urgente de generar estrategias educativas que tiendan a promover un uso crítico y regulado-educativo de las redes sociales ya que la implementación de estrategias pedagógicas asociadas a la alfabetización digital, la gamificación,

el microaprendizaje o la supervisión docente puede tener el efecto de delimitar las posibilidades de la relación negativa que afectan el rendimiento académico y combinar las redes sociales como un recurso más del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Recomendaciones

Con base a los resultados y las conclusiones obtenidas, se proponen las siguientes recomendaciones dirigidas a estudiantes, docentes, familias y la comunidad educativa en general para intentar minimizar los efectos negativos derivados del uso excesivo de redes sociales, a la vez que se potencia su uso responsable y educativo:

Lo que las instituciones educativas deben tener en cuenta es que han de incorporar dentro de sus planes de acción momentos de formación en las competencias digitales, que van orientados a enseñar a los estudiantes a gestionar conscientemente el tiempo que pasan en redes sociales, incorporando el aprendizaje de estrategias para saber distinguir entre información útil de contenido no deseado, así como la reflexión crítica sobre el consumo digital.

Resulta sensible establecer estrategias psicopedagógicas que acompañen a los estudiantes a planificar las rutinas de estudio y de ocio, favoreciendo el equilibrio entre lo académico (la organización del tiempo de estudio) y el tiempo que se pasa usando las redes. Estrategias como la utilización de agendas de clase, la planificación semanal, la técnica Pomodoro pueden serles de ayuda para evitar caer en la procrastinación.

Considerando que en ningún caso los estudiantes desestiman que el contenido en la red les puede ayudar a aprender, será conveniente que los docentes busquen la manera de poder integrar los usos de la red a su práctica docente. Por ejemplo, recomendando cuentas de alumnos en las redes u otros vídeos cortos como recursos didácticos, o elaborando microproyectos que aúnen redes y contenido curricular.

Desde el ambiente familiar se debe promover una cultura de límites y unos buenos hábitos tecnológicos. Deben plantearse franjas de tiempo sin pantallas, especialmente las que tienen que ver con el tiempo de irse a dormir o durante los tiempos de estudio. Además, es preciso que el acompañamiento y la supervisión familiar sea permanente, no desde el control extremo sino desde la gestión con diálogo y comprensión.

Las instituciones educativas, junto con el Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) o los equipos de orientación, deben tener la oportunidad de organizar talleres, charlas o campañas en torno al uso excesivo de las redes sociales, que pueden ver modificado su impacto sobre la atención, la memoria, el tiempo de sueño o el rendimiento escolar, la sensibilización debe ser adecuada a la realidad juvenil y construida desde las lentillas de una perspectiva participativa.

Debido a que el fenómeno de uso de redes sociales es dinámico y cambia constantemente, sería interesante plantear estudios longitudinales, con mayor amplitud muestral que permitan un análisis más mesurado sobre las relaciones existentes entre el tipo de contenido consumido, la durabilidad del uso, el rendimiento académico, la salud mental y los factores psicosociales relacionados.

ENCUESTA SOBRE EL USO DE FACEBOOK Y TIKTOK Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO

https://forms.gle/mygi4mQVccMevLf86

Estimados estudiantes,

Me encuentro realizando una investigación para la Universidad Espíritu Santo, sobre el uso de Facebook y TikTok y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de Bachillerato. Habiendo sido Usted parte de este grupo selecto para nuestra investigación, le ruego que me ayude con unos minutos de su tiempo para llevar a cabo esta corta encuesta. La participación en el estudio es voluntaria y no tiene que contestar ninguna pregunta que no desee responder, y puede dejar de participar en cualquier momento. Las respuestas que usted proporcione serán estrictamente confidenciales y serán utilizadas únicamente para fines académicos.

De antemano agradecemos su ayuda.

Instrucciones: Marca con una 'X' la opción que mejor represente tu situación o responde según se indique. La información recopilada será confidencial y utilizada únicamente con fines académicos.

Sección A: Datos Generales

1. Edad: _____ años

2. Curso que cursas actualmente:

- ☐ A.Tercero A
- ☐ B. Tercero B
- ☐ C. Tercero C

3. Género:

- ☐ A. Femenino
- ☐ B. Masculino
- ☐ C. Prefiero no responder

Sección B: Uso de redes sociales

4. ¿Tienes cuenta en las siguientes redes sociales?

Red Social	**Sí**	**No**
Facebook	☐	☐
TikTok	☐	☐

5. ¿Con qué frecuencia usas las siguientes redes sociales diariamente?

(Marca una opción por red social)

Frecuencia de Uso	Facebook	TikTok
Varias veces al día	☐	☐
Una vez al día	☐	☐
Varias veces a la semana	☐	☐
Una vez a la semana	☐	☐
Casi nunca	☐	☐

6. ¿Cuánto tiempo aproximado usas diariamente en cada red social?

Tiempo diario	Tiempo diario	Tiempo diario
Menos de 30 minutos	☐	☐
30 minutos a 1 hora	☐	☐
De 1 a 2 horas	☐	☐
Más de 2 horas	☐	☐

7. ¿Qué tipo de contenido consumes más frecuentemente en cada red?

Frecuencia de Uso de Red	Facebook	TikTok
Educativo	☐	☐
Entretenimiento	☐	☐
Noticias	☐	☐
Memes/humor	☐	☐
Música/Bailes	☐	☐
Otro:	☐	☐

Sección C: Percepción sobre el impacto en el rendimiento académico

8. ¿Consideras que el tiempo que pasas en Facebook afecta tu rendimiento académico?

☐ A. Mucho

☐ B. Algo

☐ C. Poco

☐ D. Nada

9. ¿Consideras que el tiempo que pasas en TikTok afecta tu rendimiento académico?

☐ A. Mucho

☐ B. Algo

☐ C. Poco

☐ D. Nada

10. ¿Has notado dificultades para concentrarte en tus estudios después de usar redes sociales como Facebook o TikTok?

- ☐ A. Sí
- ☐ B. No

11. ¿Te ha ocurrido que dejas tareas o estudios para después por estar en redes sociales?

- ☐ A. Frecuentemente
- ☐ B. Algunas veces
- ☐ C. Raramente
- ☐ D. Nunca

12. ¿Crees que el contenido que consumes en estas redes aporta de alguna forma a tu aprendizaje académico?

- ☐ A. Sí, mucho
- ☐ B. Sí, algo
- ☐ C. Poco
- ☐ D. Nada

Sección D: Rendimiento académico

13. ¿Cómo calificarías tu rendimiento académico general?

- ☐ A. Excelente (Promedio mayor a 9)
- ☐ B. Bueno (Promedio entre 8 y 8.9)
- ☐ C. Regular (Promedio entre 7 y 7.9)
- ☐ D. Bajo (Promedio menor a 7)

14. ¿Participas activamente en clase (preguntas, comentarios, participación en grupos de trabajo)?

- ☐ A. Sí, siempre
- ☐ B. A veces
- ☐ C. Rara vez
- ☐ D Nunca

Sección E: Comentarios adicionales (opcional)

15. ¿Deseas compartir alguna opinión sobre cómo el uso de redes sociales ha influido en tu rendimiento académico?

_____

_____