

Elemento	Detalle
Título del proyecto	“Relación del uso de redes sociales en la creación de hábitos de estudio en estudiantes de la Escuela Nacional de Comercio, en Bogotá”
Autor	Diego Alexander Cuenca Uchuvo
ID	1115062501
Correo electrónico	Diegocuenca@usantotomas.edu.co
Programa académico	Maestría en Educación
Línea de énfasis o profundización	Educación y Cultura Digital
Tipo de proyecto	Investigación
Nombre del asesor	Mg. Marcia Ximena Santisteban Casas

**“Relación del uso de redes sociales en la creación de hábitos de estudio en estudiantes de la
Escuela Nacional de Comercio, en Bogotá”**

Autor

Diego Alexander Cuenca Uchuvo

Trabajo de grado presentado como requisito para optar el título

de Magister en Educación

Asesora

Mg. Marcia Ximena Santisteban Casas

Universidad Santo Tomás

Maestría En Educación

Proyecto De Investigación

Bogotá D.C. 2026

Tabla de Contenido

1. Resumen.....	8
1.1. Abstract	9
2.Introducción	11
3. Problema.....	12
3.1 Planteamiento del Problema	18
3.2 Pregunta de Investigación	18
3.3 Objetivo General.....	18
3.4 Objetivos Específicos.....	18
3.5 Categorías	19
3.5.1 Uso de redes sociales	19
3.5.2 Cibercultura.....	19
3.5.3 Hábitos de estudio.....	20
4. Antecedentes.....	21
4.1 Potencial transformador y resistencias institucionales	29
4.2 Síntesis de las problemáticas	30
5. Marco Teórico	34
5.1 Motivación	35
5.2 El rendimiento académico.....	38
5.3 Redes Sociales	42
5.4 Hábitos de estudio.....	45
5.5 Cibercultura.....	52

6. Metodología	56
6.1 Tipo de estudio	58
6.1.1. Pertinencia frente al problema	58
6.1.2. Coherencia con los objetivos	58
6.1.3 Ventajas del método	59
6.1.4 Fundamentación teórica	59
6.2 Categorías centrales de análisis	59
6.2.1. Uso de redes sociales	60
6.2.2. Hábitos de estudio	60
6.2.3 Cibercultura.....	60
6.3 Contexto y Participantes	61
6.3.1 Contexto institucional	61
6.3.2 Descripción general del instrumento	61
6.3.4 Encuesta sobre el Uso de Redes Sociales y su Influencia en los Hábitos de Estudio	64
7. Resultados.....	69
7.1 Análisis.....	69
7.2 Caracterización del uso de redes sociales	69
7.3 Uso recreativo vs. Uso académico de las redes	72
7.4 Influencia en los hábitos de estudio	76
7.5 Discusión de resultados.....	83
7.6 Potencial Pedagógico de las Redes Sociales.....	86

7.7 Propuesta Pedagógica	86
8. Conclusiones	87
9. Referencias.....	89
10. Anexos	96
10.1 Autorización y consentimiento Informado Para Uso de Datos en investigación pedagógica	96
10.2 Graficas de resultados	98

Índice de Figuras

Figura 1 Mapa conceptual de las categorías y subcategorías

Figura 2 Número de horas diarias dedicadas al uso de redes sociales

Figura 3 Redes sociales preferidas por los estudiantes

Figura 4 Tipo de contenido más consumido

Figura 5 Principal uso de las redes sociales

Figura 6 Porcentaje de grupos digitales con fines de estudio.

Figura 7 Porcentaje de aprendizaje de temas académicos en las redes sociales

Figura 8 Estudiantes que tienen horario de estudio

Figura 9 Planificación del tiempo para de estudiar

Figura 10 Actividades de los estudiantes en el transcurso del tiempo de estudio

Figura 11 Técnicas de estudio

Figura 12 Porcentaje de la finalidad de estudiar por aprender.

Figura 14 Motivación al estudiar después de usar las redes sociales

Anexos

Anexo 1 Autorización y consentimiento Informado Para Uso de Datos en investigación pedagógica

Anexo 2 Graficas de resultados:

Figura 15 Genero de los estudiantes

Figura 16 Porcentaje de estudiantes por curso

Figura 17 Porcentajes de los estudiantes por edad

Figura 18 Porcentaje de estudiantes que consultan las redes sociales en clase

Figura 19 Las redes sociales como medio de aprendizaje

Figura 20 Porcentaje de uso de las redes sociales con fines académicos.

Figura 21 Importancia de los likes en los estudiantes.

Figura 22 Distracción de las redes sociales al estudiar.

Figura 23 Porcentaje de estudiantes que se distraen con el celular mientras estudian.

Figura 24 Percepción de los estudiantes sobre el uso de las redes sociales en sus hábitos de estudio.

Figura 25 Afectación de las horas del sueño por el uso de las redes sociales.

1. Resumen

El trabajo de investigación aborda la problemática de la relación entre las plataformas digitales y los procesos de aprendizaje en adolescentes, analizando el caso de la Escuela Nacional de Comercio, en Bogotá. Se parte de la tensión entre las exigencias escolares, que requieren concentración, planificación y disciplina, y las dinámicas de la cibercultura, caracterizadas por la gratificación instantánea, el consumo fragmentado de información y la búsqueda de reconocimiento virtual.

El objetivo general es proponer orientaciones pedagógicas que permitan articular la cultura digital con la educación formal, fomentando un uso crítico y formativo de las redes sociales y consolidando hábitos de estudio que fortalezcan el compromiso académico, la autorregulación y el rendimiento escolar.

El estudio se desarrolló bajo un diseño mixto de investigación-acción, que combina el enfoque cualitativo interpretativo con técnicas de carácter cuantitativo descriptivo, bajo el método de encuesta grupal escrita, centradas en explorar las percepciones de los estudiantes, identificar patrones de uso digital y analizar cómo estas prácticas influyen en la consolidación de hábitos de estudio. Se definieron categorías de análisis como el uso de redes sociales (frecuencia, tiempo y finalidad), la cibercultura (prácticas culturales digitales, construcción de identidad y aprendizajes no formales) y los hábitos de estudio (organización del tiempo, estrategias de aprendizaje y control de distracciones).

Este enfoque permitió comprender la ambivalencia de las redes sociales: mientras el uso recreativo prolongado se asocia con dispersión y bajo rendimiento, la integración pedagógica puede favorecer el aprendizaje colaborativo y la organización académica.

Los resultados evidencian que el interés académico se ve afectado por la lógica de la gratificación instantánea propia de las redes. Sin embargo, también se identifican oportunidades para aprovechar estas plataformas como espacios de aprendizaje autónomo y colaborativo, siempre que exista mediación docente e institucional.

La conclusión central es que el problema no radica en las redes sociales en sí mismas, sino en la falta de autorregulación y de estrategias pedagógicas que orienten un uso formativo. En consecuencia, la escuela debe asumir un papel activo en la alfabetización digital crítica, reconociendo la cibercultura como parte de la realidad formativa de los jóvenes y convirtiéndola en un recurso para fortalecer hábitos de estudio.

Palabras Claves: Cibercultura, Estudiantes; Redes Sociales; Hábitos de Estudio; Motivación, Aprendizaje.

1.1. Abstract

The research project addresses the issue of the relationship between digital platforms and learning processes among adolescents, analyzing the case of the Escuela Nacional de Comercio in Bogotá. It begins by examining the tension between school demands, which require concentration, planning, and discipline, and the dynamics of cyberculture, characterized by instant gratification, fragmented information consumption, and the search for virtual recognition.

The general objective is to propose pedagogical guidelines that enable the integration of digital culture with formal education, promoting a critical and educational use of social media

while strengthening study habits that enhance academic commitment, self-regulation, and school performance.

The study was developed under a mixed-method action research design that combines an interpretive qualitative approach with descriptive quantitative techniques, using a written group survey method focused on exploring students' perceptions, identifying patterns of digital use, and analyzing how these practices influence the development of study habits. The study defined analytical categories such as social media use (frequency, time spent, and purpose), cyberculture (digital cultural practices, identity construction, and informal learning), and study habits (time management, learning strategies, and distraction control).

This approach made it possible to understand the ambivalent nature of social media: while prolonged recreational use is associated with distraction and lower academic performance, its pedagogical integration can foster collaborative learning and academic organization.

The findings reveal that academic interest is affected by the logic of instant gratification inherent in social media. However, opportunities were also identified to use these platforms as spaces for autonomous and collaborative learning, provided that adequate teacher and institutional mediation is present.

The central conclusion is that the problem does not lie in social media itself, but rather in the lack of self-regulation and pedagogical strategies that guide its educational use.

Consequently, schools must assume an active role in critical digital literacy, recognizing

cyberculture as an integral part of young people's educational reality and transforming it into a

resource for strengthening study habits.

Keywords: Cyberculture; Students; Social Media; Study Habits; Motivation; Learning.

2.Introducción

En la actualidad, el uso de redes sociales se ha convertido en una práctica cotidiana entre adolescentes, configurando nuevas formas de comunicación, socialización y acceso a la información. Estas plataformas digitales, caracterizadas por la inmediatez, la interactividad y la constante exposición a estímulos, han transformado no solo los modos de relacionarse, sino también los procesos de aprendizaje y las dinámicas escolares. En este contexto, la educación formal enfrenta el desafío de dialogar con una cultura digital que redefine los intereses, las motivaciones y los hábitos de estudio.

La Escuela Nacional de Comercio, institución pública ubicada en el Centro Histórico de Bogotá, representa un escenario privilegiado para analizar esta problemática. Sus estudiantes, provenientes en su mayoría de sectores vulnerables, presentan una alta exposición a redes sociales como TikTok, Instagram, Facebook y YouTube, lo que plantea interrogantes sobre cómo estas prácticas digitales inciden en su desempeño académico. En particular, se observa una tensión entre las exigencias escolares, que demandan concentración, planificación y esfuerzo sostenido, y las dinámicas de la cibercultura, que promueven gratificación instantánea, consumo fragmentado de información y reconocimiento simbólico en entornos virtuales.

Este trabajo de investigación se propone comprender la relación entre el uso frecuente de redes sociales, y los hábitos de estudio en estudiantes de educación media. Se parte del supuesto de que estas plataformas, lejos de ser únicamente distractores, pueden convertirse en

herramientas formativas si se integran pedagógicamente al proceso educativo. Para ello, se adopta un enfoque interpretativo-explicativo que permita explorar las percepciones de los estudiantes, identificar patrones de uso digital y analizar cómo estas prácticas influyen en su disposición al aprendizaje y en la consolidación de rutinas académicas.

La relevancia de este trabajo radica en su potencial para generar orientaciones pedagógicas que articulen la cibercultura con la educación formal, promoviendo un uso crítico y consciente de la tecnología. En un escenario educativo marcado por la transformación digital, resulta urgente repensar el papel de la escuela como espacio de formación integral, capaz de reconocer las experiencias digitales de los jóvenes y de convertirlas en oportunidades para fortalecer la motivación, la autorregulación y el aprendizaje autónomo.

3. Problema

En los últimos años, el uso intensivo de redes sociales por parte de adolescentes ha transformado de manera profunda sus hábitos de comunicación, socialización y aprendizaje. En el contexto colombiano, los jóvenes entre los 13 y 18 años representan uno de los grupos de mayor presencia digital, especialmente en plataformas como TikTok, Instagram, Facebook y YouTube. Estas redes no solo constituyen espacios de interacción y entretenimiento, sino que también median la forma en que los estudiantes se informan, aprenden e interpretan su entorno. En este sentido, las redes sociales han adquirido un papel preponderante en la configuración de los modos de pensar, sentir y actuar de las nuevas generaciones, incidiendo directamente en sus prácticas escolares y en su motivación académica.

Primero se debe definir qué es una red social, y se define como una aplicación digital donde sus usuarios se conectan para compartir contenido e interactuar con otros. Esto puede ser

en diferentes formatos, ya sea video, texto, imágenes o audio. Con diferentes fines como lo puede ser por entretenimiento, comercial, académico, etc.

Las redes sociales se pueden clasificar en diferentes tipos, según su uso, temática o público objetivo:

- **Redes horizontales:** Se dirigen a cualquier público y no tienen un uso específico. Ejemplos: Facebook, TikTok, Snapchat, Pinterest, YouTube y Tumblr.
- **Redes sociales verticales:** Se centran en una temática o nicho específico. Ejemplos: SoundCloud, Foursquare, LinkedIn, InfoJobs, 21Buttons, Spotify y Flickr.
- **Redes sociales de ocio:** Se centran en el entretenimiento. Ejemplo: Twitch.
- **Redes sociales profesionales:** Se centran en el mundo laboral. Ejemplos: LinkedIn, Xing o About.me.
- **Redes sociales de contenido compartido:** Permiten a los usuarios crear, compartir y consumir contenido multimedia. Ejemplo: YouTube. (Banco Santander, 2023)

En el ámbito educativo, la incorporación de las tecnologías digitales y las redes sociales ha generado tanto oportunidades como desafíos. Por un lado, permiten acceder a una amplia gama de recursos informativos, tutoriales, comunidades virtuales de aprendizaje y experiencias colaborativas. Sin embargo, su uso excesivo y desregulado ha sido vinculado con la dispersión de la atención, la desmotivación académica y la alteración de los hábitos de estudio. Verónica Antamba-Valencia (2022) demostraron que los hábitos de estudio inciden de manera significativa en el rendimiento académico, ya que promueven la organización, planificación y control del

tiempo, elementos indispensables para la consolidación del aprendizaje. Los autores concluyen que muchos estudiantes carecen de hábitos adecuados debido a factores externos, como el contexto familiar, la presión social o las dinámicas culturales, lo cual repercute negativamente en su desempeño escolar.

La situación se torna más compleja cuando se considera que el entorno digital moldea nuevas formas de atención y procesamiento de la información. Según Salinas Padilla, Díaz Perera, Álvarez Amezcua y Saucedo Fernández (2022), los estudiantes reconocen la importancia de los hábitos de estudio, pero gran parte de ellos no logra sostener rutinas adecuadas de aprendizaje, pues las condiciones de hiperconectividad y exposición constante a contenidos breves afectan la capacidad de concentración. El mismo estudio evidencia que la motivación de los estudiantes depende, en gran medida, de la manera en que los docentes logran integrar recursos tecnológicos en el proceso pedagógico, de modo que las tecnologías no sean simples herramientas de comunicación, sino espacios de construcción de conocimiento significativo.

En este contexto, la Escuela Nacional de Comercio, institución pública ubicada en el Centro Histórico de Bogotá, ofrece un escenario privilegiado para analizar la influencia del uso de redes sociales en la motivación académica y los hábitos de estudio. El colegio atiende a estudiantes de estratos socioeconómicos 1 y 2, principalmente de los barrios Los Laches, Belén, Girardot, Las Cruces y Egipto, sectores caracterizados por problemáticas sociales como la inseguridad, la violencia intrafamiliar y el limitado acceso a recursos tecnológicos. La institución ofrece educación formal desde el nivel de preescolar hasta el grado undécimo en jornada única, y en los últimos años ha enfrentado desafíos vinculados con la disminución del interés estudiantil,

la distracción constante durante las clases y la falta de hábitos de estudio sostenidos. La pandemia por COVID-19 y la virtualización temporal de las clases profundizaron esta situación.

La problemática planteada no puede analizarse sin reconocer el trasfondo cultural que la sostiene. El uso de redes sociales y la transformación de los hábitos de estudio deben comprenderse dentro del marco más amplio de la cibercultura, entendida, según Lévy (2007), como el conjunto de técnicas, prácticas y valores que emergen y evolucionan en el ciberespacio.

Desde esta perspectiva, las interacciones en línea no son simples extensiones de la vida social fuera de internet, sino escenarios donde los sujetos construyen identidades, relaciones y modos de conocimiento. La cibercultura es una nueva realidad simbólica y social donde los individuos configuran su subjetividad a partir de la participación en comunidades digitales, generando nuevos lenguajes y formas de socialización que reconfiguran la educación. De este modo, la escuela ya no puede concebirse como un espacio aislado de las dinámicas digitales contemporáneas, sino como un ámbito en tensión con ellas.

El desafío pedagógico radica, entonces, en comprender cómo estas formas culturales inciden en la motivación y los hábitos de estudio de los jóvenes. La teoría de la autodeterminación, desarrollada por Ryan y Deci (2000), plantea que la motivación académica depende de la satisfacción de tres necesidades psicológicas básicas: autonomía, competencia y relación. Cuando el entorno educativo promueve la autonomía y la participación del estudiante, se fortalece la motivación intrínseca y el aprendizaje significativo. Sin embargo, las redes sociales introducen una lógica diferente basada en la inmediatez, el reconocimiento externo y la gratificación instantánea. Esta dinámica puede sustituir la motivación intrínseca por una

motivación extrínseca centrada en la búsqueda de aprobación, afectando la perseverancia y el compromiso con el estudio.

En este sentido, la relación entre redes sociales y aprendizaje debe examinarse desde una perspectiva integral que considere tanto sus riesgos como sus potencialidades. Si bien estas plataformas pueden fomentar la distracción y la procrastinación, también posibilitan el acceso a comunidades educativas, cursos en línea, tutoriales y recursos multimedia que fortalecen el aprendizaje autónomo. La diferencia radica en la manera en que los estudiantes gestionan su tiempo, seleccionan contenidos y articulan estas prácticas digitales con sus actividades académicas. Por ello, la investigación de Terry y Tucto (2021) es relevante al demostrar la correlación positiva entre los hábitos de estudio y el aprendizaje autorregulado: cuanto mayor es la capacidad del estudiante para planificar, ejecutar y evaluar su propio proceso de aprendizaje, más sólidos se vuelven sus hábitos y su rendimiento. Esto sugiere que el problema no reside en las redes sociales en sí, sino en la falta de autorregulación y en la ausencia de mediaciones pedagógicas que orienten su uso formativo.

La cibercultura introduce, además, un nuevo tipo de subjetividad: la subjetividad digital, construida a través de la interacción con el otro en el ciberespacio. Los jóvenes configuran su identidad a partir de la participación en comunidades virtuales, donde el reconocimiento se mide por indicadores como los “likes” o los seguidores. Estas dinámicas generan sentimientos de pertenencia, pero también dependencia y comparación constante. El estudiante hiperconectado se enfrenta así a una doble tensión: por un lado, la necesidad de pertenecer a un entorno digital dinámico y cambiante; por otro, la exigencia escolar de mantener concentración, disciplina y hábitos de estudio estables.

En el caso de la Escuela Nacional de Comercio, esta tensión se refleja en la falta de continuidad en los procesos de aprendizaje, el bajo rendimiento en asignaturas teóricas y la escasa participación en actividades académicas extracurriculares. Estas conductas no pueden atribuirse únicamente a la falta de interés, sino que responden a transformaciones culturales más amplias en los modos de aprender y relacionarse con la información. En palabras de Yehya (2017) la cultura digital fomenta un consumo fragmentario de la información, donde predomina la rapidez sobre la profundidad, afectando la capacidad de reflexión crítica.

Por tanto, la problemática que aborda esta investigación se centra en comprender de qué manera el uso frecuente de redes sociales, tanto con fines académicos como recreativos, influye en la motivación y en la creación y consolidación de hábitos de estudio en los estudiantes de secundaria. Analizar esta relación resulta fundamental para diseñar estrategias pedagógicas que promuevan la alfabetización digital crítica, la autorregulación del aprendizaje y la motivación intrínseca. Asimismo, este estudio busca generar aportes al debate educativo contemporáneo sobre cómo integrar la cibercultura al sistema escolar, no desde la prohibición o la restricción, sino desde una pedagogía que reconozca las experiencias digitales de los jóvenes como parte de su realidad formativa.

En conclusión, el problema de investigación se sustenta en la necesidad de comprender cómo las prácticas ciberculturales influyen en los procesos motivacionales y en los hábitos de estudio de los estudiantes de la Escuela Nacional de Comercio. El reconocimiento de la cibercultura como entorno de aprendizaje y socialización implica repensar el papel de la escuela en la sociedad del conocimiento. La pregunta central que guía este estudio ¿de qué manera el uso frecuente de redes sociales, tanto con fines académicos como recreativos, influye en la

motivación académica y en la creación y consolidación de hábitos de estudio?, busca responder a esta tensión entre cultura digital y educación formal, proponiendo caminos pedagógicos que conformen la tecnología al desarrollo humano integral, en consonancia con los principios de la formación crítica y reflexiva que demanda la contemporaneidad.

3.1 Planteamiento del Problema

Comprender de qué manera el uso frecuente de redes sociales, en un contexto de una cultura digital, con fines académicos como recreativos, incentiva o desincentiva la creación y consolidación de hábitos de estudio en estudiantes de secundaria de la Escuela Nacional de Comercio, en Bogotá.

3.2 Pregunta de Investigación

¿De qué manera el uso frecuente de redes sociales, tanto con fines académicos como recreativos, incentiva o desincentiva la creación y consolidación de hábitos de estudios?

3.3 Objetivo General

Proponer orientaciones pedagógicas que permitan articular la cibercultura con la educación formal, fomentando un uso crítico y formativo de las redes sociales que potencien la motivación, el aprendizaje autónomo, basado en buenos hábitos de estudios, y el desempeño escolar de los estudiantes de secundaria de la Escuela Nacional de Comercio, en Bogotá.

3.4 Objetivos Específicos

1) Identificar el uso de los contenidos que los estudiantes de secundaria hacen de las redes sociales, diferenciando entre fines académicos y recreativos.

2) Analizar la relación del tiempo de uso de las redes sociales y los procesos de creación de hábitos de estudios en alumnos de secundaria.

3) Diseñar orientaciones pedagógicas que integren las prácticas ciberculturales al proceso educativo, promoviendo la autorregulación y la motivación académica.

3.5 Categorías

3.5.1 *Uso de redes sociales*

Subcategoría 1.1: Frecuencia y tiempo de uso

- ¿Cuántas horas al día usan redes sociales?
- ¿En qué momentos del día las usan (antes/durante/después del estudio)?

Subcategoría 1.2: Finalidad del uso

- Uso recreativo (ocio, entretenimiento, interacción social)
- Uso académico (búsqueda de información, trabajos escolares, aprendizaje autónomo)

3.5.2 *Cibercultura*

Subcategoría 2.1: Prácticas culturales digitales

- Qué tipos de contenidos consumen y producen los estudiantes en redes sociales (memes, reels, tutoriales, tendencias)
- De qué manera estas prácticas influyen en su manera de comunicarse, socializar y aprender

Subcategoría 2.2: Subjetividad en la cibercultura

- Cómo construyen los jóvenes su identidad y sentido de pertenencia a partir de las dinámicas digitales.
- Qué importancia otorgan al reconocimiento social en entornos virtuales (likes, seguidores, interacciones) y cómo esto impacta su motivación académica

Subcategoría 2.3: Educación y cibercultura

- Qué aprendizajes realizan los estudiantes en contextos no formales digitales (tutoriales en YouTube, grupos de estudio en WhatsApp, TikTok educativo)
- Cómo se articulan o tensionan estas prácticas de aprendizaje con las exigencias del sistema escolar formal

3.5.3 Hábitos de estudio

Subcategoría 3.1: Organización del tiempo

- Evalúa si el estudiante planifica sus actividades académicas y distribuye su tiempo de estudio de forma eficiente.
- Considera el lugar, los recursos y las condiciones en las que el estudiante realiza sus actividades escolares.

Subcategoría 3.2 Estrategias de aprendizaje

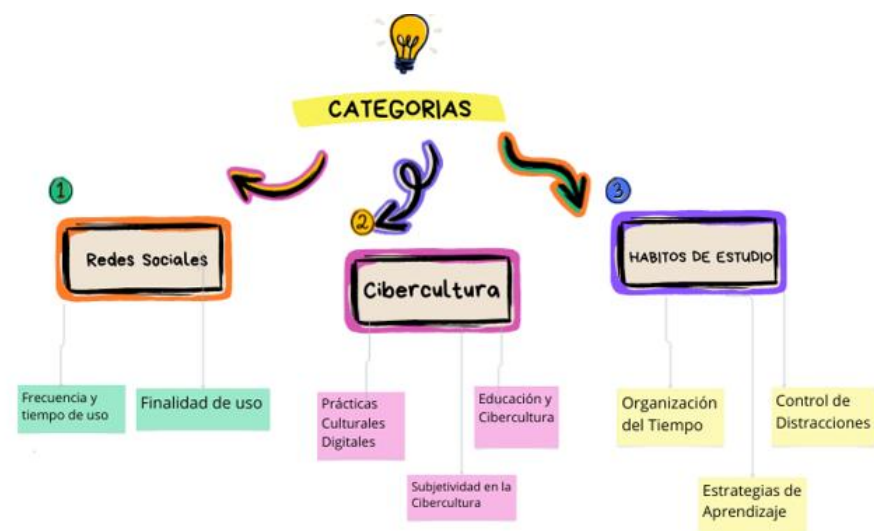
- Indaga sobre el uso de técnicas como resúmenes, mapas conceptuales, autoevaluación, etc.

Subcategorías 3.3: Control de distracciones

- Explora la capacidad del estudiante para mantener la concentración y evitar interrupciones, especialmente digitales.

Figura 1

Mapa conceptual de las categorías y subcategorías.



Nota. Figura de fuente propia

4. Antecedentes

El uso de las redes sociales constituye uno de los fenómenos socioculturales más significativos de la actualidad, con repercusiones directas en los ámbitos educativo, social y psicológico de los adolescentes. En el campo educativo, múltiples investigaciones han señalado que estas plataformas digitales influyen tanto en la motivación académica como en la percepción del rendimiento escolar, aspectos centrales en la formación integral de los estudiantes. En este sentido, resulta indispensable analizar los antecedentes que permiten comprender cómo el uso frecuente de redes sociales impacta en el aprendizaje, y en qué medida dichas plataformas representan un recurso pedagógico o un factor distractor.

En el ámbito internacional, sostienen que las redes sociales, por su carácter interactivo y segmentado, pueden constituir herramientas valiosas en el proceso de enseñanza-aprendizaje, siempre que se utilicen de manera planificada y consciente. Su estudio resalta que, bajo un enfoque pedagógico, estas plataformas facilitan la comunicación y el intercambio de información entre estudiantes, lo cual potencia la construcción colaborativa de conocimiento. Sin embargo, advierten que un uso inadecuado puede conducir a la disminución de relaciones interpersonales significativas, la pérdida de valores humanos y, sobre todo, un bajo rendimiento académico, asociado con la adicción y la distracción excesiva. (Espinoza Guamán, Cruz Yaguachi, & Espinoza Freire, 2018)

Otros autores, como Aguilar Pino y Torres Velandia (2020), en su revisión teórica sobre redes sociales y rendimiento académico, destacan que la pandemia de la COVID-19 visibilizó la importancia de estas plataformas en la continuidad de los procesos educativos, pues permitieron mantener la interacción y el acceso a materiales de estudio. No obstante, la misma investigación evidencia que el uso prolongado y sin regulación afecta la concentración y la atención de los estudiantes, lo que repercute negativamente en su desempeño. La literatura, por tanto, presenta una dualidad: por un lado, las redes sociales son vistas como una oportunidad pedagógica para el aprendizaje autónomo y colaborativo, y por otro, como un riesgo cuando su consumo es excesivo y desvinculado de objetivos escolares.

Diversas investigaciones recientes han abordado la relación entre los hábitos de estudio y el impacto de la pandemia, así como el papel de las redes sociales en los procesos educativos. Estos trabajos permiten ampliar la comprensión de la problemática planteada en esta

investigación, al evidenciar tanto las transformaciones en las prácticas académicas como los retos derivados de la cultura digital.

En primer lugar, Toloza-Martínez, Jaimes-Márquez y Ayala-Andrade (2023) analizaron las conductas de estudio en estudiantes de primer semestre de Licenciatura en Ciencias Naturales en la Universidad Francisco de Paula Santander durante la pandemia y la postpandemia. Sus hallazgos muestran que, en el periodo de educación no presencial, los estudiantes se limitaron a cumplir tareas y guías enviadas por los docentes, con escasa consolidación de hábitos de estudio. En la postpandemia, aunque se evidenciaron prácticas como leer apuntes, ver videos o consultar en internet, estas no alcanzaron a configurarse como hábitos sistemáticos, lo que confirma la necesidad de que los universitarios aprendan a estudiar y desarrollen rutinas sólidas para transformar el conocimiento.

Por otro lado, Vela Meléndez (2021) estudió el rol de las redes sociales en la pandemia del Covid-19, destacando su carácter ambivalente. Si bien estas plataformas se constituyeron en canales masivos de comunicación para difundir medidas oficiales y motivar a la población, también fueron espacios de circulación de noticias falsas, recetas médicas no comprobadas y mensajes que generaron pánico. Este fenómeno, denominado “infodemia”, evidencia cómo la hiperconectividad puede afectar la percepción social y la toma de decisiones, lo que resulta relevante para comprender la influencia de las redes sociales en los hábitos de estudio y en la motivación académica de los estudiantes.

En el ámbito comparado, George-Reyes, Ruiz-Ramírez, Glassserman-Morales y Olarte Arias (2023) identificaron los hábitos de estudio desarrollados por estudiantes universitarios de

México y Colombia durante la complejidad digital de la pandemia. Sus resultados muestran un incremento en la alfabetización digital y en la capacidad de organización de actividades, así como una preferencia por modalidades híbridas de enseñanza. Este estudio evidencia que la transición hacia entornos digitales no solo modificó las rutinas académicas, sino que también generó nuevas competencias, especialmente en el uso de herramientas colaborativas, lo que sugiere que la cibercultura puede ser aprovechada pedagógicamente para fortalecer los hábitos de estudio.

En el nivel de educación media superior, Peña Escalona, González Garduño y Corchado Navarro (2024) evaluaron los cambios en los hábitos de estudio antes y durante la pandemia en estudiantes de la Universidad Autónoma Chapingo. Aunque los promedios generales de las escalas de hábitos se mantuvieron similares, se observaron variaciones en reactivos específicos: por ejemplo, una mejor planificación durante la pandemia y un mayor uso de recursos digitales como diccionarios en línea. Estos hallazgos sugieren que las condiciones de aislamiento y el uso intensivo de TIC transformaron ciertas prácticas, aunque sin consolidar cambios estructurales en los hábitos de estudio.

En conjunto, estos antecedentes permiten reconocer que los hábitos de estudio en contextos de pandemia y postpandemia se vieron profundamente afectados por la virtualización de la enseñanza y por la irrupción de las redes sociales como espacios de interacción y aprendizaje. Mientras algunos estudios destacan la ausencia de hábitos consolidados y la dependencia de tareas puntuales, otros evidencian la emergencia de nuevas competencias digitales y la posibilidad de integrar la cibercultura al proceso educativo. Esta dualidad refuerza

la pertinencia de analizar, en el caso de la Escuela Nacional de Comercio en Bogotá, cómo el uso frecuente de redes sociales incide en la creación o debilitamiento de hábitos de estudio, especialmente en poblaciones vulnerables donde las condiciones socioeconómicas y tecnológicas juegan un papel determinante.

En Colombia, encontraron que los estudiantes de secundaria son una de las poblaciones más activas en plataformas como Facebook, Instagram y YouTube. Su investigación evidenció que un uso recreativo y prolongado está asociado con una disminución del rendimiento académico, debido a la distracción, la pérdida de interés por las actividades escolares y la falta de regulación en el manejo del tiempo (Héctor Miguel Colmenares Ballesteros, 2018).

Desde un enfoque psicológico, la teoría de la autodeterminación planteada por Deci y Ryan (2001) ha sido ampliamente aplicada para comprender la motivación académica en contextos mediados por tecnologías digitales. Según esta perspectiva, la satisfacción de tres necesidades básicas, autonomía, competencia y relación con los demás, potencia la motivación intrínseca y el aprendizaje profundo (Deci, 2000). En este marco, estudios como el de Fraijo Figueroa (2023) evidencian que la motivación académica se ve fortalecida cuando los estudiantes perciben control sobre sus procesos de aprendizaje y reciben retroalimentación positiva. Las redes sociales, al ofrecer espacios de interacción y expresión, pueden convertirse en medios para favorecer estas condiciones, aunque también pueden propiciar distracciones y reducir la motivación si se usan sin un propósito educativo claro.

La literatura revisada permite identificar un consenso en torno a la naturaleza ambivalente de las redes sociales. Por un lado, se reconocen sus potencialidades educativas, como la

capacidad de fomentar el aprendizaje colaborativo, la creatividad y la construcción de comunidades académicas virtuales (Yisell Aguilar Pino, 2020). Por otro, se resaltan los riesgos asociados a la adicción, la procrastinación, la pérdida de tiempo y la disminución del rendimiento académico (Espinoza Guamán, Cruz Yaguachi, & Espinoza Freire, 2018). Este doble carácter plantea un desafío para la educación contemporánea: integrar estas plataformas de manera pedagógica, evitando que se conviertan en distractores que debiliten la motivación y la autorregulación de los estudiantes.

La relación entre el uso de redes sociales, la motivación académica y el rendimiento escolar ha sido objeto de creciente interés en el campo de la educación. Lejos de constituir un fenómeno meramente instrumental, la interacción de los jóvenes con las plataformas digitales debe comprenderse como parte de un proceso más amplio de transformación cultural, identificado bajo la noción de cibercultura (Lévy, 2007). Sin embargo, esta relación no está exenta de tensiones ni de problemáticas, pues el ciberespacio se presenta simultáneamente como un escenario de oportunidades y de riesgos para los procesos educativos.

Uno de los problemas más señalados en la literatura es el desajuste entre la escuela y las prácticas ciberculturales de los estudiantes. Como afirma Rocío Rueda-Ortiz (2022) y mientras la institución educativa continúa en gran medida anclada en modelos pedagógicos tradicionales, los jóvenes despliegan en el ciberespacio prácticas de socialización, aprendizaje e identidad que no encuentran reconocimiento en el aula. Este desfase genera desmotivación, al percibirse la escuela como un espacio descontextualizado frente a las dinámicas digitales en las que los estudiantes se sienten protagonistas.

La problemática no se limita a un asunto metodológico, sino que refleja una tensión cultural más profunda: ¿cómo puede la educación escolar dialogar con un ecosistema en el que el conocimiento se produce de manera distribuida, colaborativa y en constante circulación? La falta de respuestas adecuadas a esta pregunta constituye uno de los principales obstáculos para aprovechar el potencial educativo de la cibercultura.

Si bien la cibercultura abre posibilidades de interacción, también introduce riesgos asociados a la hiperconectividad y a la superficialidad en el aprendizaje. Como advierte Yehya (2017), los entornos digitales tienden a fragmentar la atención y a fomentar consumos rápidos de información, lo que puede obstaculizar procesos de concentración prolongada y de aprendizaje profundo. Este fenómeno, que algunos estudios vinculan con el descenso de la capacidad de lectura crítica en estudiantes, se convierte en un desafío para la motivación académica: la inmediatez de las redes sociales puede reducir el interés por tareas escolares que requieren esfuerzo sostenido.

De modo similar, Vizcarra y Ovalle (2011) señalan que la rearticulación del tiempo y el espacio en la cibercultura introduce dinámicas de aceleración y simultaneidad que contrastan con los ritmos lineales de la educación formal. En este contexto, el riesgo no radica únicamente en la distracción, sino en la incompatibilidad de lógicas temporales: mientras la escuela exige secuencias ordenadas y tiempos fijos, el ciberespacio ofrece experiencias fragmentadas, múltiples y personalizadas.

Otro de los antecedentes problemáticos se relaciona con las desigualdades en el acceso y en el aprovechamiento de la cibercultura. Como recuerda Rocío Rueda-Ortiz (2022), el acceso

técnico a dispositivos y conectividad no garantiza una participación plena en la cultura digital.

Persisten brechas vinculadas a factores socioeconómicos, geográficos y culturales que limitan la posibilidad de algunos estudiantes de beneficiarse de los recursos en línea.

Asimismo, se observa una brecha pedagógica: mientras algunos jóvenes desarrollan competencias críticas y creativas para navegar en la cibercultura, otros quedan relegados a un consumo pasivo, sin capacidad para discriminar información ni para producir contenidos significativos. Esta desigualdad repercute directamente en el rendimiento académico, pues no todos los estudiantes cuentan con las mismas condiciones para integrar sus experiencias digitales en el aprendizaje escolar.

Un elemento central en la problemática es el de la construcción de subjetividades juveniles en el ciberespacio. Según Rocío Rueda-Ortiz (2022), los jóvenes configuran su identidad a partir de interacciones en redes sociales, en las que el reconocimiento simbólico, likes, comentarios, seguidores, adquiere un valor fundamental. Esta dinámica puede influir de manera ambivalente en la motivación académica: por un lado, el deseo de reconocimiento puede impulsar la participación en entornos de aprendizaje colaborativo; por otro, puede generar dependencia de la validación externa y desviar el interés hacia prácticas que no necesariamente fortalecen el rendimiento escolar.

Haraway (1995) advierte, en este sentido, que las identidades digitales son híbridas y fragmentadas, lo que plantea el reto de comprender cómo los estudiantes negocian sus múltiples pertenencias en línea y cómo estas inciden en su desempeño académico. La escuela, al ignorar

estas configuraciones identitarias, corre el riesgo de perder relevancia frente a espacios digitales que los jóvenes consideran más significativos.

Otro antecedente problemático radica en la persistente separación entre lo real y lo virtual en el discurso educativo. Como afirman Vizcarra y Ovalle (2011), y retomando a Lévy (2007) lo virtual no debe concebirse como opuesto a lo real, sino como una dimensión distinta de la experiencia. Sin embargo, muchas políticas educativas y discursos docentes aún consideran las interacciones digitales como “irreales” o secundarias.

Este enfoque limita el reconocimiento de los aprendizajes que ocurren en las redes sociales y reproduce una visión jerárquica que privilegia lo presencial sobre lo digital. En consecuencia, se generan resistencias a integrar las redes sociales en la enseñanza formal, lo que priva a los estudiantes de un puente entre sus prácticas digitales y su formación académica.

4.1 Potencial transformador y resistencias institucionales

A pesar de estas problemáticas, múltiples autores coinciden en que la cibercultura posee un potencial transformador para la educación. Luz Marilyn Ortiz (2021), subraya que la pedagogía en entornos digitales puede fortalecer la educación socioafectiva, mientras que Vera (2014) destaca la capacidad del ciberespacio para expandir la inteligencia colectiva. No obstante, este potencial se enfrenta a resistencias institucionales: inercias burocráticas, modelos pedagógicos predigitales y políticas educativas que no logran adaptarse a los cambios culturales.

En este punto, Baudrillard (1988) ofrece una advertencia crítica: el riesgo de que la educación se limite a reproducir simulacros digitales sin transformar realmente sus estructuras.

Es decir, la mera incorporación de plataformas no garantiza un cambio significativo si no se replantean los principios pedagógicos y se reconocen las transformaciones culturales en curso.

4.2 Síntesis de las problemáticas

Los antecedentes revisados permiten identificar una serie de tensiones que enmarcan la problemática investigada:

1. Desajuste cultural entre la escuela y las prácticas ciberculturales juveniles.
2. Riesgos de hiperconectividad, fragmentación de la atención y superficialidad en el aprendizaje.
3. Persistencia de desigualdades educativas en el acceso y uso significativo de la cibercultura.
4. Subjetividades digitales basadas en el reconocimiento simbólico, con efectos ambivalentes sobre la motivación.
5. Separación artificial entre lo real y lo virtual, que limita la integración pedagógica de las redes sociales.
6. Resistencias institucionales frente al potencial transformador de la cibercultura.

Estas problemáticas permiten comprender que el impacto de las redes sociales en la motivación, en la creación de hábitos de estudio y en el rendimiento académico de los estudiantes no puede analizarse únicamente desde un enfoque psicológico o conductual. Es necesario situarlo en el marco de las transformaciones culturales que introduce la cibercultura, en

las que convergen oportunidades de aprendizaje colaborativo, tensiones identitarias, desigualdades estructurales y resistencias institucionales.

Diversas investigaciones recientes han analizado la relación entre los hábitos de estudio, la motivación académica y el desempeño estudiantil en contextos educativos mediados por la tecnología. Estas evidencias empíricas permiten comprender la importancia de fortalecer la autorregulación y la organización del aprendizaje en un entorno caracterizado por la sobreexposición digital.

En primer lugar, María Elena Guevara Llerena (2022), en su estudio *Hábitos y técnicas de estudio en la formación universitaria*, desarrollado en la Universidad Nacional de Educación del Ecuador, identificaron que la mayoría de los estudiantes universitarios presentan dificultades para establecer rutinas de estudio sostenidas, especialmente por la ausencia de planificación del tiempo y la falta de conocimiento sobre estrategias de lectura y repaso. Los autores concluyen que los hábitos de estudio constituyen la base de la autonomía académica y que su desarrollo debe abordarse desde los primeros años de formación a través de la enseñanza explícita de técnicas y métodos de estudio.

De manera similar, Díaz Gaspar, Carmona García y Reyes Félix (2024), en su investigación *Hábitos de estudio y motivación en estudiantes de licenciatura durante la pandemia*, demostraron que la interrupción de la presencialidad y la virtualización forzada del aprendizaje afectaron de forma directa la organización académica de los estudiantes. Los resultados indican que muchos jóvenes no lograron consolidar hábitos de estudio adecuados, debido a la distracción constante y a la falta de espacios propicios para la concentración. Sin

embargo, el estudio también evidenció que la motivación intrínseca y la planificación diaria son factores que amortiguan el impacto negativo del entorno digital, lo que sugiere la necesidad de incorporar estrategias de acompañamiento académico basadas en la autorregulación.

Por su parte, Solano Dávila, Cárdenas Lapa y Rodríguez Alarcón (2022), en su investigación *Relación entre hábitos de estudio y estrés académico en los estudiantes universitarios del área de Ciencias Básicas de Lima (Perú)*, encontraron una correlación negativa entre el estrés académico y los hábitos de estudio. Los estudiantes que reportaron rutinas de estudio planificadas y técnicas de repaso efectivas presentaron menores niveles de ansiedad, mientras que aquellos con hábitos inadecuados mostraron un rendimiento más bajo y mayor fatiga mental. Este hallazgo refuerza la idea de que el hábito de estudio no solo tiene implicaciones cognitivas, sino también emocionales y de bienestar psicológico.

En el contexto peruano, Inga (2025), en la tesis titulada *Relación entre uso de redes sociales y hábitos de estudio en estudiantes de Tecnología Médica de la Universidad Peruana Los Andes*, evidenció que el uso excesivo de redes sociales genera una disminución significativa en la capacidad de concentración, la organización del tiempo y la constancia en el aprendizaje. El estudio, basado en una muestra de 245 estudiantes, concluyó que la exposición prolongada a las redes digitales tiende a sustituir el tiempo destinado al estudio, afectando la planificación y el rendimiento académico. No obstante, el autor también señala que, bajo una adecuada orientación pedagógica, las plataformas digitales pueden convertirse en herramientas de apoyo para el desarrollo de hábitos de estudio más flexibles y colaborativos.

Asimismo, Olivares González, Dorantes Coronado y Mendoza Méndez (2024), en su capítulo *Impacto del uso de las redes sociales en los hábitos de los estudiantes universitarios*, incluido en *Investigaciones sobre educación, sociedad y tecnología*, señalan que la hiperconectividad de los jóvenes universitarios ha transformado las formas de atención, estudio y socialización. Los autores advierten que la dependencia tecnológica y la fragmentación de la información han generado hábitos de estudio menos disciplinados, caracterizados por la multitarea y la superficialidad cognitiva. Sin embargo, destacan que las redes sociales, cuando se utilizan con fines educativos, pueden estimular la motivación y la cooperación, generando nuevas dinámicas de aprendizaje.

Finalmente, Guevara Llerena (2022) enfatizan que la enseñanza de hábitos de estudio debe asumirse como un proceso pedagógico transversal que combine la formación cognitiva, la gestión del tiempo y el desarrollo emocional. En este sentido, los hábitos de estudio no se reducen a técnicas mecánicas, sino que constituyen una competencia fundamental para el aprendizaje autónomo, especialmente en entornos donde el uso de tecnologías digitales influye directamente en las dinámicas escolares.

En conjunto, estos estudios aportan evidencia empírica relevante para comprender que la calidad de los hábitos de estudio determina en gran medida la motivación académica y el rendimiento escolar. Además, revelan que la irrupción de las redes sociales en la vida cotidiana de los estudiantes plantea un reto pedagógico: transformar los espacios digitales de distracción en oportunidades de aprendizaje significativo y autorregulado.

En este contexto, la presente investigación se inserta como un esfuerzo por profundizar en el análisis del uso de redes sociales en un escenario específico: los estudiantes de secundaria de la Escuela Nacional de Comercio en Bogotá. A diferencia de estudios previos que han centrado su atención en poblaciones universitarias o en revisiones teóricas, este trabajo busca comprender las implicaciones concretas de estas plataformas en el compromiso académico y la creación de hábitos de estudio. De esta manera, se pretende aportar evidencia empírica contextualizada al caso colombiano, que contribuya al diseño de estrategias pedagógicas orientadas al uso consciente y equilibrado de las redes sociales en la educación secundaria.

5. Marco Teórico

Las categorías centrales de análisis corresponden al uso de redes sociales, la cibercultura y los hábitos de estudio. No obstante, la presente investigación incorpora la motivación y el rendimiento académico como categorías teóricas complementarias. Diversos estudios han demostrado que los hábitos de estudio se encuentran estrechamente vinculados con la motivación y el desempeño escolar.

En este sentido José Alberto Fraijo Figueroa (2023) sostiene que la motivación favorece el compromiso, la perseverancia y la autorregulación del aprendizaje, mientras que Tania Vives-Varela (2013) destaca la autorregulación como un predictor fundamental del desempeño académico. Asimismo, Carvajal (2020) y Doris Verónica Antamba-Valencia (2022) evidencian que la motivación y los hábitos de estudio constituyen factores determinantes del rendimiento académico.

Por esta razón, aunque estas variables no constituyen categorías principales de análisis empírico, su inclusión en el marco teórico permite comprender de manera integral las relaciones

existentes entre las prácticas ciberculturales, los hábitos de estudio y los procesos de aprendizaje de los estudiantes.

5.1 Motivación

¿Qué es la motivación? y por qué es importante en el actuar de las personas, se ha tratado de responder desde diferentes investigaciones, teorías y profesiones. La motivación en su definición más básica según la RAE, “es acción o efecto de motivar o un conjunto de factores internos y externos que determinan en parte las acciones de una persona” (RAE, 2025). El concepto ha evolucionado desde los antiguos griegos, en el que había una composición tripartita, entre los deseos del cuerpo, los sociales y los racionales.

Ha tomado diferentes significados y connotaciones teóricas, enmarcada dentro de las teorías o perspectivas humanistas entre ellas encontramos la teoría de la autorrealización de Maslow, donde el ser humano tiene 5 necesidades por satisfacer las cuales son Autorrealización, Reconocimiento, afiliación, Seguridad, fisiología, estas teorías estudian la motivación desde las cualidades de las personas para desarrollarse y la libertad que tienen para elegir (Estrada, 2018). Además, está la perspectiva cognitiva la cual se centra en el poder de los pensamientos, creencias y juicios como causas primordiales del comportamiento. (Reeve, 2010), y la conductista hace énfasis en los incentivos ambientales es decir responden a las recompensas o beneficios que están reciban.

La motivación es un factor psicológico muy importante en al actuar de las personas, influye en que sean proactivas, comprometidas o pasivas y reaccionarias. Es importante por las

consecuencias en el mundo real que produce, es decir impulsa a la gente a actuar. En el
enmarco de la teoría de la autodeterminación la motivación se divide en dos, la intrínseca y la
extrínseca.

La motivación intrínseca es la “tendencia inherente a buscar la novedad y el desafío, a
extender y ejercitar las propias capacidades, a explorar, y a aprender”, la Motivación extrínseca
“se refiere al desempeño de una actividad a fin de obtener algún resultado separable” (Deci,
2000). La motivación intrínseca se da como una satisfacción de necesidad psicológica basados
en tres necesidades, la Autonomía, la Competencia y la Afinidad. Estas necesidades enfocadas
en el ámbito educativo necesitan de estrategias de autorregulación del aprendizaje (Antonia
Ramírez García, 2025).

Las satisfacciones de las necesidades básicas a nivel psicológico, la autonomía,
competencia y vinculación. La autonomía involucra aspectos relacionados con la voluntad, la
capacidad de tomar decisiones y actuar de acuerdo con ellas, la organización del
comportamiento en actividades volviéndose una experiencia de integración y libertad (Stover,
Bruno, Uriel, & Fernández Liporace, 2017), la competencia se refiere a sentimientos de
efectividad que se generan cuando la persona asume desafíos óptimos, siendo hábil para generar
cierto impacto sobre el ambiente, La vinculación representa la experiencia de relaciones
sociales saludables. Los sujetos precisan experimentar que están involucrados en interacciones
con otros significativos, conectándose con ellos en vínculos de cuidado y de cariño mutuos”
(Stover, Bruno, Uriel, & Fernández Liporace, 2017)

Las redes sociales pueden influir en la motivación académica de diversas maneras. Por un lado, pueden proporcionar un sentido de comunidad y apoyo entre pares, lo que puede aumentar la motivación para participar en actividades académicas. Por otro lado, el uso excesivo puede llevar a la procrastinación y a una disminución de la motivación.

La motivación es uno de los factores más determinantes en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Fraijo (2023) sostiene que una alta motivación influye directamente en el compromiso del estudiante, su perseverancia ante los desafíos académicos y su autonomía para regular su aprendizaje. Esta motivación se configura desde diferentes dimensiones: el valor que el estudiante otorga a la tarea, las creencias sobre su control y eficacia, y las emociones asociadas al proceso (como la ansiedad ante los exámenes).

La teoría de la autodeterminación, desarrollada por Deci y Ryan (2000), ha sido uno de los modelos teóricos más influyentes para entender la motivación en contextos escolares. Esta teoría plantea que el comportamiento motivado surge de la satisfacción de tres necesidades psicológicas fundamentales: la autonomía, la competencia y la relación con los demás (Medellín, 2010). Cuando estas necesidades están satisfechas, los estudiantes desarrollan una motivación intrínseca que favorece el aprendizaje profundo y significativo.

Los hallazgos de Fraijo Figueroa (2023) indican que los estudiantes valoran más aquellas actividades que les permiten tomar decisiones, recibir retroalimentación positiva y establecer vínculos con sus pares. En este contexto, las redes sociales pueden cumplir un papel facilitador, al ofrecer espacios para la expresión individual y la colaboración. Sin embargo, el uso

indiscriminado o desvinculado de objetivos pedagógicos puede desviar la atención de las metas académicas.

Por otro lado, la autorregulación del aprendizaje ha sido identificada como un predictor clave de la motivación. Vives-Varela (2013) afirman que los estudiantes con mayor capacidad de autorregularse planifican mejor sus tareas, se fijan metas realistas y evalúan constantemente su desempeño. Esta habilidad no solo mejora la eficacia del estudio, sino que está directamente relacionada con una motivación sostenida en el tiempo.

La relación entre redes sociales y motivación académica también está mediada por factores emocionales. Medellín (2010) expone que el apoyo a la autonomía en el aula, cuando se integra con tecnologías como las redes sociales, favorece el desarrollo de la motivación intrínseca, reduce la desmotivación y mejora el sentido de pertenencia. Esta percepción es especialmente crítica en los primeros años de escolaridad secundaria, cuando el estudiante se encuentra formando su identidad académica.

5.2 El rendimiento académico

El rendimiento académico es un fenómeno multifactorial influenciado por variables cognitivas, emocionales, sociales y contextuales (Edel Navarro, 2003). En la era digital, el uso de redes sociales se ha convertido en un elemento omnipresente en la vida de los estudiantes, lo que plantea interrogantes sobre su impacto en la motivación académica y la percepción del rendimiento.

El rendimiento académico es la meta escolar que todo estudiante quiere y debe alcanzar, es la “evaluación del logro y resultados obtenidos por los estudiantes durante el proceso de

aprendizaje en relación con los objetivos de aprendizaje establecidos.” (Pérez1, 2024), aunque dependiendo de los autores las variables a tener en cuentas en las evaluaciones cambia, como lo manifiesta el autor Diego Rodríguez (2021): “Factores personales, familiares e institucionales que tienen mayor influencia sobre el rendimiento, a saber: el nivel educativo de los padres, el nivel de ingreso del hogar, el género, la naturaleza del colegio, las horas de dedicación al estudio”.

Entre las actividades para medirla son las calificaciones escolares, una medida cuantitativa en que las instituciones y docente se apoyan para determinar quiénes alcanzan los objetivos de aprendizaje propuestos, aunque en muchas ocasiones los profesores valoran más el esfuerzo que la nota cuantitativa obtenida.

Entre las investigaciones sobre el tema hay consensos con respecto a la agrupación de los factores o determinante que inciden en el proceso de enseñanza-aprendizaje y por lo tanto en el rendimiento escolar, y se catalogan en tres categorías: personales, sociales e institucionales que han buscado determinar los factores que inciden en el rendimiento de manera externa han tomado variables sociodemográficas, personales y rendimiento previo. Entre los factores personales se destacan el auto concepto académico, autoeficacia, la motivación hacia el aprendizaje y la utilidad percibida del estudiante.

Entre los factores Institucionales están la metodología de los docentes, su relación con los estudiantes, la experiencia y la motivación que tengan, y entre los sociales están el capital cultural, la necesidad de trabajar, el nivel de estudios de los padres, el entorno socioeconómico del barrio y de su entorno familiar (Carvajal, 2020).

Además, otros factores que también se han investigado, está el manejo del estrés, de la efectividad de la comunicación efectiva y las habilidades sociales. También algunas investigaciones plantean “que un estudiante con ambición de obtener un alto desempeño, que posea una alta evaluación de su propio rendimiento y otras actitudes positivas, muestran correlación directa con el resultado académico” (Carvajal, 2020)

La relación entre motivación y resultados académicos está altamente relacionada, ya que la se asocia a una alta participación y estrategias de aprendizaje profundo, cuando hay desmotivación, hay un alto índice de inasistencia a clase, poco trabajo y esfuerzo en clase llegando hasta el abandono de los estudios teniendo en cuenta que influyen en la motivación factores ambientales como percepciones personales internas como externas (Carvajal, 2020)

Dentro de las investigaciones empíricas más representativas están el de modelo de factores determinantes del rendimiento académico, un estudio en 1981 que abarco 26 investigaciones de países asiáticos, africanos, latinoamericanos identificando tres categorías: a) recursos y procesos de la escuela b) atributos del profesor y c) rasgos de los estudiantes. Donde el 73% de los estudios predecían significativamente el rendimiento académico, el 48 % con los recursos de las escuelas y el 36% por factores del profesor. (Karla Maria Díaz López, 2017).

La autopercepción del rendimiento escolar está profundamente ligada a factores emocionales y sociales. Según Vives-Varela (2013), los estudiantes que desarrollan habilidades de autorregulación tienen una percepción más positiva de su desempeño.

El rendimiento académico es un constructo complejo que abarca tanto la evaluación objetiva del desempeño (calificaciones) como la percepción subjetiva del mismo. Esta última

incluye factores como la autoestima académica, la satisfacción con el logro alcanzado y las expectativas de éxito futuro. En este sentido, la percepción del rendimiento no solo está determinada por los resultados, sino también por el contexto, las experiencias previas y el apoyo social. (Carvajal, 2020)

Según Edel Navarro (2003), los estudiantes tienden a adoptar diferentes estrategias para proteger su autoestima en situaciones de fracaso, como la procrastinación, la minimización del esfuerzo o la atribución externa de la culpa. Este tipo de conductas pueden distorsionar la percepción del rendimiento y generar un círculo vicioso de baja motivación y peores resultados.

Muñoz Pérez (2024) mostró que existe una relación positiva entre autoestima y rendimiento académico. Aquellos estudiantes con una autoestima elevada tienden a valorar mejor su desempeño y a enfrentar los retos escolares con mayor seguridad. No obstante, el uso excesivo de redes sociales puede actuar como un factor distractor, disminuyendo tanto la autoestima como la percepción de logro, especialmente cuando se genera dependencia o comparaciones constantes con otros.

Por otro lado, Herrera y Arancibia (2020) desarrollaron un modelo estructural que demuestra que la motivación y el auto concepto son predictores directos de la percepción del rendimiento académico. Este hallazgo refuerza la idea de que la intervención educativa no debe centrarse exclusivamente en mejorar calificaciones, sino también en fortalecer los aspectos subjetivos del aprendizaje, como la confianza en las propias capacidades

5.3 Redes Sociales

Las redes sociales han adquirido un rol central en la vida de los estudiantes adolescentes, funcionando como plataformas de comunicación, expresión e incluso construcción de identidad. Estas herramientas tecnológicas han traspasado los límites de lo social para convertirse también en espacios de aprendizaje informal. Dans Álvarez y Muñoz Carril (2016) señalan que los adolescentes no solo utilizan redes como Facebook, Instagram o TikTok para relacionarse, sino que también para informarse y compartir contenido académico, especialmente cuando los docentes incorporan estos medios en las metodologías pedagógicas.

Diversos estudios en el ámbito educativo han analizado la influencia de las redes sociales en variables como la motivación, el rendimiento académico y la autorregulación del aprendizaje. En la investigación de Colmenares y Castañeda (2018), realizada con estudiantes de grado séptimo en Guateque, Boyacá, se evidenció que el uso excesivo de redes sociales incide negativamente en el rendimiento escolar, debido a distracciones, baja concentración y pérdida de interés por las actividades académicas. Este estudio concluye que los estudiantes priorizan el uso recreativo de las redes frente a su potencial uso pedagógico, lo que afecta su compromiso con el aprendizaje.

Por otro lado, Dans y Muñoz (2016), en un estudio con más de mil estudiantes de secundaria en España, señalaron que los adolescentes perciben las redes sociales como un recurso potencialmente motivador para el aprendizaje, especialmente cuando se integran de forma pedagógica en las asignaturas. Sin embargo, el uso prolongado también puede afectar negativamente el rendimiento si no hay una mediación docente adecuada.

Desde una perspectiva psicoeducativa, Fraijo (2023) resalta que la motivación académica está profundamente relacionada con la autorregulación del aprendizaje, la cual se ve influida por el entorno digital en el que se desenvuelven los estudiantes. En este sentido, Vives-Varela (2013) argumentan que la autorregulación constituye una competencia transversal esencial para el aprendizaje autónomo y efectivo, que puede verse afectada por los hábitos de consumo digital, especialmente cuando hay una pobre gestión del tiempo y una débil conciencia del propio proceso de aprendizaje.

Asimismo, Camila Ortiz (2023), en un estudio comparativo entre estudiantes de secundaria y universitarios, encontraron que, aunque existen diferencias en el uso de redes sociales, ambos grupos comparten una autopercepción similar respecto al impacto de estas plataformas en su rendimiento académico. Este hallazgo sugiere que, independientemente del nivel educativo, los estudiantes desarrollan creencias y percepciones propias sobre cómo las redes afectan su desempeño escolar.

El tiempo que los estudiantes dedican a las redes sociales es una variable clave en la comprensión de su impacto en el rendimiento escolar. Estudios como el de Alcívar y Yáñez (2021) han evidenciado que los estudiantes dedican entre una y seis horas diarias a estas plataformas, siendo común su uso antes, durante y después de las actividades académicas. La literatura resalta que el uso excesivo y sin regulación de redes sociales puede interferir con actividades prioritarias como el estudio, el descanso y la socialización presencial (Colmenares & Castañeda, 2018).

El propósito con que los estudiantes utilizan las redes sociales varía. Alcívar y Yáñez (2021) encontraron que, si bien existe un uso recreativo predominante, también hay una parte

significativa de los estudiantes que emplean estas plataformas con fines académicos, la finalidad del uso puede determinar el impacto positivo o negativo en el aprendizaje.

Diversos estudios indican que la influencia de las redes sociales sobre el rendimiento depende en gran medida de su uso consciente y responsable. Investigaciones como las de Héctor Ballesteros (2018) muestran que el uso problemático tiene consecuencias en términos de distracción y menor dedicación a actividades académicas. En contraste, algunos autores sostienen que, bien utilizadas, las redes pueden fomentar la motivación y el rendimiento académico.

La relación entre redes sociales, motivación académica y rendimiento escolar es compleja y multifactorial. No se trata de demonizar estas plataformas, sino de comprender las condiciones bajo las cuales pueden ser herramientas útiles o elementos distractores. La clave está en la autorregulación del estudiante, el acompañamiento docente y familiar, y el diseño de estrategias pedagógicas que integren las redes de forma crítica y funcional.

La introducción de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) en el aula ha generado debates sobre su pertinencia e impacto en el rendimiento escolar. Si bien existe evidencia que relaciona el uso prolongado de redes sociales con distracciones y pérdida de tiempo (Pérez1, 2024), también se reconoce su potencial para dinamizar la participación, fomentar el aprendizaje colaborativo y despertar el interés por el conocimiento (Isabel Dans Álvarez de Sotomayor, 2016). De acuerdo con estudios recientes, el uso de redes en actividades educativas puede mejorar la relación entre estudiantes y docentes, facilitar la retroalimentación continua, y promover la construcción colectiva del conocimiento (OCDE, 2010). Sin embargo, la

clave está en el equilibrio: cuando las redes sociales se utilizan con objetivos pedagógicos claros y estrategias de control, su efecto en la motivación y el rendimiento puede ser positivo.

En la investigación realizada por Isabel Dans Álvarez (2016), se observó que los estudiantes encuestados (n=1144) consideraban que las redes sociales hacían las asignaturas "más atractivas", especialmente cuando estas se integraban en actividades que requerían creatividad y trabajo en equipo. No obstante, también se identificó que el uso sin regulación puede disminuir el tiempo dedicado al estudio individual y fomentar hábitos de procrastinación (Isabel Dans Álvarez de Sotomayor, 2016).

Estudios como los de Herrera y Arancibia (2020) también apuntan a que el uso de herramientas digitales, incluidas las redes sociales, influye en la percepción del rendimiento académico, ya que estos espacios median en la autoimagen del estudiante, generando entornos de comparación constante. Esto puede tener efectos tanto positivos (mayor esfuerzo por alcanzar logros) como negativos (desmotivación por no alcanzar estándares percibidos).

5.4 Hábitos de estudio

Los hábitos de estudio constituyen uno de los pilares fundamentales del aprendizaje autónomo y del rendimiento académico. Se entienden como el conjunto de conductas, rutinas, estrategias y disposiciones que el estudiante adopta de manera sistemática para organizar, asimilar y aplicar el conocimiento. Según Guevara Llerena, Reales Chacón, Molina Guevara y Peñafiel Luna (2022), los hábitos y técnicas de estudio representan “el primer paso para activar y desarrollar la capacidad de aprender”, ya que su consolidación garantiza la permanencia académica y reduce los índices de deserción. Los autores sostienen que un hábito de estudio

adecuado combina tanto condiciones físicas y ambientales (iluminación, silencio, orden) como estrategias cognitivas y metacognitivas (planeación, repaso, lectura comprensiva, resumen y autoevaluación).

De manera complementaria, Díaz Gaspar, Carmona García y Reyes Félix (2024) definen los hábitos de estudio como “acciones que se realizan de forma repetitiva con el fin de mejorar el aprendizaje y alcanzar metas académicas concretas”. Estos autores subrayan que los hábitos no surgen espontáneamente, sino que se forman a través de la práctica deliberada y la motivación sostenida, implicando la organización del tiempo, la atención focalizada y la planificación de las tareas. La ausencia de estas prácticas genera desorden, improvisación y bajo rendimiento escolar.

Por su parte, Solano Dávila, Cárdenas Lapa y Rodríguez Alarcón (2022) y María Elena Guevara (2022), describen los hábitos de estudio como el conjunto de estrategias que los estudiantes utilizan para procesar la información, ejecutar tareas académicas y enfrentar las demandas del aprendizaje formal. Dichos hábitos no solo tienen un componente cognitivo, sino también emocional y conductual, puesto que implican disciplina, autocontrol y manejo del estrés. Por tanto, el desarrollo de hábitos de estudio eficientes se vincula directamente con la autorregulación y con la construcción de autonomía intelectual.

Los hábitos de estudio no se limitan a una rutina mecánica, sino que comprenden una estructura compleja de factores internos y externos. Guevara Llerena (2022) proponen tres dimensiones principales:

1. **Condiciones físicas y ambientales**, que incluyen la adecuación del espacio, la iluminación, la ausencia de distractores y la disposición de materiales.

2. **Planificación y estructuración del tiempo**, referida a la organización de horarios, distribución de tareas y establecimiento de metas realistas.
3. **Conocimiento y aplicación de técnicas de estudio**, como la lectura analítica, la elaboración de resúmenes, la toma de apuntes, la autoevaluación y el repaso periódico.

Estas dimensiones se interrelacionan con los procesos cognitivos del aprendizaje, como la memoria, la atención y la comprensión lectora. De acuerdo con Díaz Gaspar (2024), un hábito de estudio sólido surge cuando el estudiante combina estrategias cognitivas (como la lectura activa o la síntesis) con estrategias metacognitivas (planificación, supervisión y evaluación del propio aprendizaje).

En este sentido, la formación de hábitos de estudio requiere constancia y autorregulación. Según los postulados de Zimmerman (2000), el aprendizaje autorregulado se caracteriza por la capacidad del estudiante de planificar sus metas, monitorear su progreso y ajustar sus estrategias según los resultados. Desde esta perspectiva, los hábitos de estudio son expresiones prácticas de la autorregulación académica, ya que permiten al estudiante controlar su comportamiento, sus emociones y su atención.

Diversas investigaciones coinciden en que los hábitos de estudio tienen un efecto directo en el rendimiento académico. En el estudio de Solano Dávila (2022) realizado con estudiantes universitarios peruanos, se determinó que los jóvenes con hábitos negativos de estudio presentan mayores niveles de estrés académico y menor desempeño en sus evaluaciones. Esto se debe a que los hábitos inadecuados generan desorganización, acumulación de tareas y dificultades para procesar información de manera profunda. En contraste, los estudiantes con hábitos positivos

muestran mayor capacidad de concentración, menor ansiedad y una relación más saludable con el aprendizaje.

De manera similar, Doris Verónica Antamba-Valencia (2022) concluyeron que los hábitos de estudio influyen significativamente en la motivación y el rendimiento, al promover la constancia, la disciplina y la satisfacción por el logro académico. Estos autores sostienen que el hábito de estudio se consolida cuando el estudiante logra establecer rutinas estables que integran el esfuerzo con la percepción de progreso personal.

En el contexto escolar colombiano, donde gran parte de los estudiantes enfrenta limitaciones socioeconómicas y acceso desigual a recursos tecnológicos, el desarrollo de hábitos de estudio cobra especial relevancia. Los hábitos actúan como una herramienta de compensación frente a las brechas educativas, pues permiten aprovechar de manera más eficiente los recursos disponibles, fortaleciendo la autonomía y el sentido de responsabilidad académica.

El desarrollo o deterioro de los hábitos de estudio depende de múltiples factores interrelacionados: personales, familiares, institucionales y tecnológicos.

- **Factores personales:** Incluyen la motivación, la autoconfianza, la gestión emocional y la capacidad de concentración. Díaz Gaspar (2024) enfatizan que la motivación intrínseca, el deseo de aprender por interés propio— es el principal motor para la consolidación de hábitos duraderos. La desmotivación, en cambio, conduce a la procrastinación y a la pérdida de compromiso con el aprendizaje.
- **Factores familiares y ambientales:** La presencia de un entorno que favorezca la lectura, la organización y el apoyo emocional contribuye a la formación de rutinas estables.

Guevara Llerena (2022) señala que la carencia de espacios adecuados o la sobrecarga de responsabilidades domésticas obstaculizan el establecimiento de hábitos constantes.

- **Factores institucionales:** El acompañamiento docente, la orientación académica y las metodologías pedagógicas influyen directamente en los hábitos de estudio. Leiva Inga (2025) resalta que las instituciones educativas deben diseñar estrategias que enseñen a los estudiantes a estudiar, integrando la planificación, el uso de tecnologías y el trabajo colaborativo como parte del currículo.
- **Factores tecnológicos:** En la actualidad, las redes sociales y las plataformas digitales ejercen una influencia determinante en los hábitos de estudio. Olivares González, Dorantes Coronado y Mendoza Méndez (2024) advierten que la exposición prolongada a contenidos recreativos o efímeros fragmenta la atención y reduce la capacidad de mantener rutinas de aprendizaje. Sin embargo, cuando se orientan pedagógicamente, las herramientas digitales pueden convertirse en aliadas para la organización del tiempo y la búsqueda de información.

La expansión del ciberespacio ha transformado las prácticas tradicionales de estudio. Los estudiantes actuales conviven con entornos digitales que ofrecen información inmediata y múltiples estímulos sensoriales. Este nuevo contexto ha generado tanto oportunidades como desafíos para el aprendizaje.

Según Leiva Inga (2025), el uso de redes sociales y plataformas digitales influye de forma directa en los hábitos de estudio, al modificar la manera en que los jóvenes acceden, seleccionan y procesan la información. Mientras algunos logran aprovechar los recursos

tecnológicos para investigar y organizar su trabajo académico, otros desarrollan una dependencia de la conexión permanente que fragmenta su tiempo y disminuye su productividad.

De acuerdo con Olivares González (2024), el fenómeno de la hiperconectividad ha generado un nuevo tipo de estudiante multitarea que, aunque accede a gran cantidad de información, enfrenta dificultades para profundizar y retener conceptos. Esta superficialidad cognitiva, alimentada por la lógica de inmediatez, afecta directamente los hábitos de estudio y la calidad del aprendizaje. Por tanto, la educación contemporánea debe promover una alfabetización digital crítica que enseñe a los estudiantes a gestionar su atención, priorizar la información y equilibrar el tiempo de conexión con la práctica reflexiva.

El fortalecimiento de los hábitos de estudio requiere el dominio de técnicas específicas que favorezcan el procesamiento de la información y la retención del conocimiento. Entre las más utilizadas se encuentran la lectura comprensiva, el subrayado, la elaboración de resúmenes, los mapas conceptuales, la autoevaluación y la planificación temporal (María Elena Guevara Llerena, 2022). Estas prácticas ayudan a estructurar el pensamiento, jerarquizar la información y consolidar la memoria a largo plazo.

Díaz Gaspar (2024) recomiendan acompañar las técnicas de estudio con estrategias de motivación y bienestar emocional, como el manejo del estrés, el descanso activo y la creación de rutinas saludables. De esta forma, se promueve una relación equilibrada entre el esfuerzo cognitivo y la salud mental.

El vínculo entre hábitos de estudio y bienestar emocional ha sido ampliamente documentado. Solano Dávila (2022) evidenciaron que los estudiantes con hábitos negativos de

estudio presentan mayores niveles de ansiedad, fatiga y estrés académico, mientras que quienes poseen rutinas organizadas muestran un equilibrio entre esfuerzo, descanso y satisfacción personal. Este hallazgo refuerza la idea de que estudiar no solo es una práctica intelectual, sino también un proceso emocional que requiere autoconocimiento y equilibrio.

El bienestar psicológico se potencia cuando los hábitos de estudio se desarrollan en ambientes de apoyo y reconocimiento. El rol del docente es crucial en este proceso: guiar, motivar y ofrecer herramientas que permitan al estudiante construir una relación positiva con el aprendizaje. En este sentido, la escuela se convierte en un espacio de acompañamiento integral donde se articulan la disciplina, la orientación y la autonomía.

Desde una visión pedagógica, los hábitos de estudio deben ser comprendidos como competencias transversales que atraviesan todas las áreas del currículo. Su desarrollo no se limita a las asignaturas teóricas, sino que implica una formación integral del estudiante como sujeto reflexivo y autónomo.

De acuerdo con Olivares González (2024), las políticas educativas deben orientarse hacia la creación de entornos que promuevan el aprendizaje activo, la responsabilidad y la organización personal. El desafío consiste en equilibrar la influencia del entorno digital con la disciplina intelectual necesaria para el aprendizaje profundo. Así, los hábitos de estudio dejan de ser simples rutinas mecánicas para convertirse en prácticas conscientes que integran el cuerpo, la mente y la emoción.

Los hábitos de estudio son un componente esencial en la formación académica y emocional del estudiante. Representan la base sobre la cual se construye la autonomía, el

rendimiento escolar y el bienestar psicológico. Sin embargo, la era digital exige replantear las estrategias para su fortalecimiento. Las instituciones deben enseñar a los jóvenes a planificar, reflexionar y autorregular su aprendizaje, utilizando las tecnologías como herramientas y no como distractores.

Promover hábitos de estudio sólidos implica no solo enseñar técnicas, sino también fomentar una actitud crítica, consciente y equilibrada ante el conocimiento.

5.5 Cibercultura

El desarrollo de las tecnologías digitales ha configurado un entramado cultural inédito que ha transformado las formas de comunicación, socialización y producción de conocimiento. A este fenómeno se lo ha denominado cibercultura, entendida como el conjunto de prácticas, valores, modos de pensamiento y relaciones sociales que emergen en el ciberespacio (Lévy, 2007). Su relevancia para la investigación educativa es evidente: no se trata únicamente de incorporar nuevas herramientas tecnológicas en el aula, sino de comprender cómo estas prácticas configuran subjetividades, motivaciones y formas de aprendizaje que afectan directamente al rendimiento académico de los estudiantes.

Ortiz, Ramírez y Arboleda (2021) plantean que la cibercultura reconfigura los escenarios de aprendizaje al demandar pedagogías orientadas a la dimensión socioafectiva. En su análisis, destacan la necesidad de currículos flexibles que integren competencias críticas y creativas, y que favorezcan la empatía y la cooperación en entornos digitales. De esta manera, las plataformas sociales no deben concebirse únicamente como canales de comunicación, sino como

espacios relacionales donde se construyen vínculos significativos que inciden en la motivación académica.

Desde esta perspectiva, la cibercultura posibilita que los estudiantes perciban el aprendizaje como un proceso conectado a sus experiencias cotidianas en línea. Ello implica superar enfoques que reducen la tecnología a lo instrumental y avanzar hacia propuestas pedagógicas que reconozcan la importancia de las emociones, las identidades digitales y las prácticas de socialización en red.

Sánchez Vera (2014) retoma la noción de inteligencia colectiva de Pierre Lévy para señalar que el conocimiento, en el marco de la cibercultura, se produce de manera distribuida y colaborativa. El ciberespacio ofrece horizontes inéditos para la educación al favorecer procesos de autogestión del saber y de construcción compartida de significados. En este contexto, los estudiantes dejan de ser receptores pasivos de contenidos y se convierten en productores de conocimiento mediante la participación en comunidades virtuales.

Las redes sociales, en particular, constituyen un escenario donde estas dinámicas se hacen visibles. Grupos de estudio en WhatsApp, tutoriales en YouTube o explicaciones compartidas en TikTok son ejemplos de cómo los jóvenes generan y circulan saberes. Este proceso, al implicar reconocimiento mutuo y sentido de pertenencia, refuerza la motivación intrínseca de los estudiantes y favorece la consolidación de competencias colaborativas que impactan en su rendimiento académico.

Rueda-Ortiz y Uribe-Zapata (2022) aportan una perspectiva situada al analizar la relación entre educación y cibercultura en Latinoamérica a partir de tres categorías: subjetividad,

formación y política. En primer lugar, la subjetividad se refiere a los procesos mediante los cuales los jóvenes construyen identidad y sentido de pertenencia en los entornos digitales. Dichas construcciones inciden en la manera en que los estudiantes se motivan y en cómo valoran sus propios logros académicos.

En segundo lugar, la formación hace referencia a la coexistencia de prácticas educativas institucionalizadas y no institucionalizadas. Estas últimas, que incluyen formas de aprendizaje autogestionado en redes sociales o comunidades virtuales, complementan y en ocasiones tensionan los modelos escolares tradicionales. Finalmente, la dimensión política alude al surgimiento de ciber ciudadanías, donde los jóvenes participan en debates y procesos de construcción social a través de plataformas digitales. Esta participación favorece competencias críticas y una visión ampliada del aprendizaje, que ya no se circunscribe exclusivamente al aula.

Los aportes de Vizcarra y Ovalle (2011), en la compilación *Ciberculturas*, enriquecen el marco teórico al señalar que las tecnologías digitales producen una rearticulación profunda de las categorías de tiempo y espacio. En el ciberespacio, la distancia se diluye y las interacciones se desarrollan en un tiempo flexible, lo que permite nuevas formas de socialización y aprendizaje. Estas transformaciones desafían las estructuras escolares rígidas, que suelen operar bajo parámetros espacio-temporales lineales.

Además, los autores plantean que la cibercultura genera una metamorfosis de los códigos identitarios. Las identidades juveniles se configuran de manera fragmentada, flexible y en constante negociación, lo cual incide directamente en la motivación académica. Los logros escolares no se interpretan únicamente en función de parámetros institucionales, sino también en

relación con el reconocimiento simbólico que los estudiantes obtienen en sus comunidades digitales.

La compilación *Magistrales: Ciberculturas* (Vizcarra & Ovalle, 2011) introduce un debate relevante sobre la relación entre realidad y virtualidad. Lejos de concebirse como opuestas, ambas dimensiones se entrelazan en la experiencia cotidiana de los jóvenes. Como señala Lévy (2007), lo virtual constituye una modalidad distinta de lo real, no su negación.

En este marco, el placer del lazo social aparece como un elemento central. Las redes sociales permiten a los jóvenes establecer relaciones afectivas, compartir intereses y obtener reconocimiento. Estos lazos, aunque mediatizados digitalmente, son significativos y auténticos, y tienen un impacto directo en la motivación escolar. De hecho, el sentido de pertenencia que generan puede convertirse en un recurso pedagógico si la escuela logra articularse con estas formas de socialización.

Otro eje fundamental es el del pensamiento complejo, señalado por Ortiz (2021) como necesario para comprender y educar en la cibercultura. En un entorno saturado de información, donde los estudiantes interactúan con múltiples fuentes simultáneamente, se requieren competencias de análisis crítico, síntesis y autorregulación. Dichas competencias son indispensables para transformar la abundancia de datos en aprendizajes significativos y sostenibles.

Desde la perspectiva de la creación de hábitos de estudio, el pensamiento complejo permite a los estudiantes tomar control de su proceso formativo, filtrar la información y

establecer conexiones entre saberes. A nivel de rendimiento, estas habilidades favorecen procesos de metacognición que inciden en la mejora de los resultados escolares.

La cibercultura, en suma, constituye un marco interpretativo imprescindible para comprender la relación entre redes sociales, motivación y creación de hábitos de estudio. Más que un fenómeno tecnológico, representa una transformación cultural que redefine los modos de aprender, de relacionarse y de construir identidad en las juventudes contemporáneas.

Los aportes revisados coinciden en señalar que las redes sociales son espacios donde confluyen procesos de socialización, aprendizaje y reconocimiento simbólico, todos ellos con incidencia directa en la motivación académica. Al mismo tiempo, la cibercultura revela tensiones entre prácticas institucionalizadas y no institucionalizadas de educación, planteando el desafío de integrar estas dinámicas en el quehacer pedagógico.

Comprender la cibercultura desde esta perspectiva permite trascender visiones reduccionistas que asocian las redes sociales únicamente con distracción o pérdida de tiempo. Por el contrario, se trata de reconocerlas como escenarios de producción de sentido, de construcción de subjetividades y de desarrollo de competencias colectivas, cuya integración en la educación formal puede enriquecer tanto la motivación como el rendimiento académico de los estudiantes.

6. Metodología

El estudio se desarrolló bajo un diseño mixto de investigación-acción, que combina el enfoque cualitativo interpretativo con técnicas de carácter cuantitativo descriptivo. La elección de este diseño responde a la necesidad de comprender la relación entre el uso de redes sociales y

la creación de hábitos de estudio en estudiantes de secundaria, integrando tanto la exploración de percepciones como la medición de patrones de comportamiento.

Desde la perspectiva cualitativa, la investigación-acción permitió situar el análisis en el contexto escolar específico, reconociendo las prácticas ciberculturales de los estudiantes y generando reflexiones pedagógicas orientadas a la transformación educativa. Este componente interpretativo se centró en comprender cómo los jóvenes significan su experiencia digital y cómo esta incide en su compromiso académico.

En el componente cuantitativo, se aplicó una encuesta estructurada con preguntas cerradas y escalas tipo Likert a una muestra de 85 estudiantes ($N=85$), de los grados 8° a 11°, de la Escuela Nacional de Comercio. El instrumento indagó sobre frecuencia y finalidad del uso de redes sociales, organización del tiempo, estrategias de aprendizaje y control de distracciones. Los resultados fueron procesados mediante análisis descriptivo, expresados en porcentajes (por ejemplo, 91,76%, 62,4%, 70%), lo que permitió identificar tendencias y patrones de uso digital vinculados con los hábitos de estudio.

La integración de ambos enfoques posibilitó una comprensión más amplia del fenómeno: mientras los datos cuantitativos ofrecieron una caracterización objetiva de las prácticas digitales y académicas, el análisis cualitativo permitió interpretar las tensiones entre la cultura escolar y la cibercultura juvenil. En consecuencia, el diseño mixto garantizó coherencia con los objetivos de la investigación y aportó insumos para la formulación de orientaciones pedagógicas contextualizadas.

6.1 Tipo de estudio

La presente investigación adopta el método de Investigación-Acción, dado que su propósito no se limita a comprender la relación entre redes sociales y hábitos de estudio, sino también a proponer y validar estrategias pedagógicas que transformen las prácticas educativas en la Escuela Nacional de Comercio.

El carácter interpretativo se fundamenta en el interés por reconstruir los sentidos que los estudiantes atribuyen a sus comportamientos digitales y académicos. La intención no es medir ni establecer relaciones estadísticas, sino comprender cómo los sujetos explican, negocian y resignifican su experiencia. En este sentido, la interpretación se convierte en herramienta fundamental para analizar discursos, prácticas y significados en torno a las tres categorías centrales del estudio.

La investigación se enmarca en un enfoque cualitativo, con carácter participativo y transformador, propio de la Investigación-Acción. Este diseño permite comprender el fenómeno y, simultáneamente, generar cambios pedagógicos que promuevan hábitos de estudio más sólidos y un uso consciente de las redes sociales. Este método se considera el más adecuado por las siguientes razones:

6.1.1. *Pertinencia frente al problema*

El fenómeno analizado, uso de redes sociales y hábitos de estudio, no solo requiere comprensión, sino también intervención pedagógica para mejorar la autorregulación y la motivación académica. La Investigación-Acción permite actuar sobre la realidad mientras se investiga, generando cambios concretos en la práctica educativa.

6.1.2. *Coherencia con los objetivos*

Uno de los objetivos específicos es diseñar orientaciones pedagógicas que integren las prácticas ciberculturales al proceso educativo. La Investigación-Acción facilita este propósito porque articula diagnóstico, acción y reflexión, involucrando a docentes y estudiantes en la construcción de soluciones.

6.1.3 Ventajas del método

- Transformación real: No se limita a describir el problema, sino que busca resolverlo mediante estrategias aplicadas en el contexto escolar.
- Participación: Involucra a los actores educativos (docentes y estudiantes) como protagonistas del cambio.
- Ciclo reflexivo: Permite evaluar continuamente las acciones implementadas y ajustarlas según los resultados.
- Pertinencia contextual: Las soluciones se diseñan y validan en el escenario real donde ocurre la problemática.

6.1.4 Fundamentación teórica

Sampiere (2014) define la Investigación-Acción como un proceso cíclico que integra planificación, acción, observación y reflexión, orientado a mejorar la práctica educativa. Este enfoque es especialmente útil en contextos donde se busca innovar metodologías y responder a desafíos culturales, como la integración de la cibercultura en la educación formal.

6.2 Categorías centrales de análisis

El estudio se organiza alrededor de tres categorías que orientan tanto la recolección como el análisis e interpretación de los datos:

6.2.1. Uso de redes sociales

Considera:

- Frecuencia, tipo de plataformas utilizadas y momentos de uso.
- Finalidad del consumo digital (ocio, comunicación, información o estudio).
- Tipos de contenido consultado.
- Percepción del impacto sobre la concentración, el tiempo y la organización escolar.
- Prácticas de multitarea y desplazamiento entre aplicaciones.

Esta categoría permite explorar el lugar que ocupan las redes en la rutina escolar y personal de los estudiantes.

6.2.2. Hábitos de estudio

Incluye:

- Métodos y estrategias de estudio.
- Organización del tiempo académico.
- Espacios y condiciones para estudiar.
- Manejo de distractores, especialmente digitales.
- Rutinas previas, durante y posteriores al estudio.
- Persistencia y autocontrol en actividades académicas.
- Esta categoría permite analizar cómo los estudiantes configuran sus prácticas de estudio y cómo estas se ven influenciadas por la vida digital.

6.2.3 Cibercultura

Se concibe como el entorno sociocultural digital donde se desarrollan las otras dos categorías.

Comprende:

- Normas de interacción digital.
- Modos emergentes de comunicación mediada por redes.
- Cultura de la inmediatez, temporalidad acelerada y consumo fragmentado.
- Aprendizajes mediados por algoritmos, tutoriales y micro contenidos.
- Identidades digitales y prácticas sociales compartidas.
- La cibercultura funciona como marco contextual que condiciona y resignifica tanto el uso de redes sociales como la manera en que los estudiantes construyen sus hábitos de estudio.

6.3 Contexto y Participantes

6.3.1 Contexto institucional

La investigación se desarrolla en la Escuela Nacional de Comercio, institución de educación media ubicada en Bogotá, donde los estudiantes utilizan intensivamente dispositivos móviles y redes sociales como parte de su vida cotidiana. En este contexto escolar se identifica un escenario propicio para examinar las tensiones y transformaciones que se generan entre la vida digital y las prácticas académicas.

6.3.2 Descripción general del instrumento

La encuesta está estructurada en cinco secciones principales que permiten abordar de manera integral las variables del estudio. En primer lugar, datos sociodemográficos recoge información básica de los participantes, incluyendo el grado, la edad, el sexo y el acceso a dispositivos tecnológicos. Esta sección permite caracterizar la población objeto de estudio y contextualizar los resultados en función de sus condiciones personales y tecnológicas.

En segundo lugar, Uso de redes sociales indaga sobre las prácticas digitales de los estudiantes, abarcando aspectos como el tiempo y la frecuencia de uso, las redes más utilizadas, el tipo de contenido consumido, los momentos del día en que se conectan y el nivel de distracción que experimentan durante las actividades académicas. Esta sección resulta fundamental para comprender la intensidad y las características del entorno digital en el que se desenvuelven los estudiantes.

En tercer lugar, Cibercultura explora la relación de los estudiantes con el entorno digital desde una perspectiva más amplia, incluyendo la percepción de pertenencia a comunidades digitales, las prácticas de aprendizaje mediadas por redes sociales, la influencia de tendencias y contenido viral, y el uso de micro contenidos como recurso para el aprendizaje.

Por su parte, Hábitos de estudio se enfoca en las prácticas académicas, incluyendo la organización del tiempo, las rutinas y estrategias de estudio, los ambientes en los que estudian, el manejo de distractores y la persistencia en las tareas. A través de estos elementos, se busca identificar el grado de consolidación de los hábitos de estudio y su relación con el uso de tecnologías.

Por último, preguntas abiertas sobre ventajas, opiniones y propuestas para mejorar el uso de las redes sociales en el colegio y en sus procesos de aprendizaje.

Cada una de estas secciones utiliza formatos de pregunta adaptados al tipo de variable que se desea medir. En este sentido, se emplean preguntas de opción múltiple, escalas tipo Likert, preguntas dicotómicas y preguntas breves de opinión, lo que permite obtener información tanto cuantitativa como cualitativa.

En cuanto a la operacionalización del instrumento y la escala de medición utilizada, las preguntas de percepción se estructuran a partir de una escala tipo Likert compuesta por cinco niveles: nunca, casi nunca, a veces, casi siempre y siempre. Esta escala facilita el análisis de tendencias, grados de acuerdo y frecuencia de comportamientos en los estudiantes.

Respecto a la validez del instrumento, se contempló un proceso de validación en dos fases. En primer lugar, se realizó una validación por juicio de expertos, en la cual los 2 docentes orientadores evaluaron la relevancia de los ítems, la claridad del lenguaje, la pertinencia de los indicadores, la coherencia con las categorías del estudio y la adecuación del instrumento para población adolescente. En segundo lugar, se llevó a cabo una prueba piloto con un grupo de entre cinco y ocho estudiantes, con el fin de identificar posibles ambigüedades, verificar los tiempos de respuesta, ajustar la redacción y la secuencia de los ítems, así como revisar la comprensión de las preguntas relacionadas con las estrategias de estudio.

En relación con la forma de aplicación, la encuesta se realizó de manera colectiva en el aula, previa explicación del propósito del estudio y del carácter confidencial de la información. Se brindaron instrucciones claras y ejemplos de respuesta para facilitar la comprensión, y la recolección de los instrumentos de forma inmediata, con el fin de evitar el intercambio de respuestas entre los estudiantes.

Finalmente, en cuanto a las consideraciones éticas, se garantiza que la participación en el estudio es completamente voluntaria, así como el anonimato y la confidencialidad de la información recolectada. No se incluyeron preguntas que implicaran datos sensibles y se solicitó el permiso previo a las directivas del colegio, asegurando el cumplimiento de los principios éticos en investigación educativa.

6.3.4 Encuesta sobre el Uso de Redes Sociales y su Influencia en los Hábitos de Estudio

Esta encuesta tiene como objetivo analizar la relación entre el uso de redes sociales, y los hábitos de estudio en estudiantes de educación secundaria. La información recopilada será tratada con estricta confidencialidad y se utilizará exclusivamente con fines académicos.

Datos Generales

- 1. Edad: _____ años
- 2. Género: ☐ Masculino ☐ Femenino
- 3. Curso: ☐ 8° ☐ 9° ☐ 10° ☐ 11°

Uso de Redes Sociales

- 4. ¿Cuántas horas al día utiliza redes sociales?
 - ☐ Menos de 1 hora
 - ☐ 1–3 horas
 - ☐ 3–5 horas
 - ☐ Más de 5 horas
- 5. ¿En qué momento utiliza más las redes sociales?

☐ Antes de estudiar

☐ Durante el estudio

☐ Después de estudiar

☐ Todo el tiempo

- 6. ¿Cuál es el principal uso que le da a las redes sociales?

☐ Entretenimiento

☐ Comunicación

☐ Estudio

☐ Información

- 7. ¿Qué redes sociales utiliza con mayor frecuencia?

☐ TikTok ☐ Instagram ☐ Facebook ☐ YouTube ☐ WhatsApp ☐ Otras:

- 8. Utilizo las redes sociales para actividades académicas:

☐ Nunca

☐ Pocas veces

☐ A veces

☐ Casi Siempre

☐ Siempre

Cibercultura y Prácticas Digitales

- 9. ¿Qué tipo de contenido consume con mayor frecuencia?

☐ Videos cortos

☐ Memes

☐ Tutoriales educativos

☐ Noticias

- 10. ¿Ha aprendido algo académico en redes sociales?

☐ Sí

☐ No

- 11. Si respondió “sí”, indique qué ha aprendido:

- 13. Las redes sociales me ayudan a aprender cosas nuevas:

☐ Totalmente en desacuerdo
 ☐ En desacuerdo
 ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
☒ De acuerdo
☐ Totalmente de acuerdo

- 14. Participo en grupos digitales para estudiar (WhatsApp, etc.):

☐ Sí

☐ No

- 15. ¿Qué tan importante es para usted recibir “likes”?

☐ Nada importante
☐ Poco importante
☐ Indiferente
☐ Importante
☐ Muy importante

- 16. Estudio porque me gusta aprender:

☐ Nunca
☐ Pocas veces
☐ A veces
☐ Casi Siempre
☐ Siempre

- 17. Estudio para obtener buenas calificaciones:

☐ Nunca ☐ Pocas veces ☐ A veces ☐ Casi Siempre ☐ Siempre

- 18. Las redes sociales me distraen cuando estudio:

☐ Nunca ☐ Pocas veces ☐ A veces ☐ Casi Siempre ☐ Siempre

- 19. Cuando uso redes sociales antes de estudiar, mi motivación:

- ☐ Aumenta
- ☐ Disminuye
- ☐ No cambia

Hábitos de Estudio

- 20. ¿Tiene un horario fijo de estudio?

- ☐ Sí
- ☐ No

- 21. Organizo mi tiempo antes de estudiar:

☐ Nunca ☐ Pocas veces ☐ A veces ☐ Casi siempre ☐ Siempre

- 22. ¿Qué hace mientras estudia?

- ☐ Solo estudio
- ☐ Uso el celular ocasionalmente
- ☐ Uso redes sociales constantemente

- 23. ¿Qué técnicas utiliza para estudiar?

☐ Resúmenes

☐ Mapas conceptuales

☐ Lectura

☐ Ninguna

- 24. Me distraigo con el celular mientras estudio:

☐ Nunca

☐ Pocas veces

☐ A veces

☐ Casi siempre

☐ Siempre

- 25. Considero que las redes sociales afectan mis hábitos de estudio:

☐ Sí, negativamente

☐ Sí, positivamente

☐ No afectan

Preguntas Abiertas

- 26. ¿Cómo influyen las redes sociales en su forma de estudiar?

- 27. ¿Qué ventajas considera que tienen las redes sociales para su aprendizaje?

- 28. ¿Qué dificultades le generan las redes sociales al momento de estudiar?

- 29. ¿Qué estrategias utiliza para evitar distracciones digitales durante el estudio?

- 30. ¿Cómo considera que el colegio podría utilizar las redes sociales para mejorar el aprendizaje?

7. Resultados

7.1 Análisis

El presente apartado tiene como propósito analizar los resultados obtenidos a partir de la aplicación del instrumento de encuesta dirigido a estudiantes de grado 8° a 11° de la IED Escuela Nacional de Comercio. Este análisis se desarrolla en coherencia con la pregunta de investigación: *¿de qué manera el uso frecuente de redes sociales incentiva o desincentiva la creación y consolidación de hábitos de estudio?*, así como con los objetivos planteados y el enfoque cualitativo–interpretativo que orienta el estudio.

Aunque la encuesta incorpora elementos cuantificables, su tratamiento en este trabajo no se limita a una descripción estadística, sino que busca interpretar las respuestas en relación con las categorías analíticas definidas en el marco teórico: uso de redes sociales, hábitos de estudio, y cibercultura. De esta manera, el análisis permite comprender no solo qué hacen los estudiantes, sino cómo y por qué dichas prácticas inciden en su experiencia académica.

7.2 Caracterización del uso de redes sociales

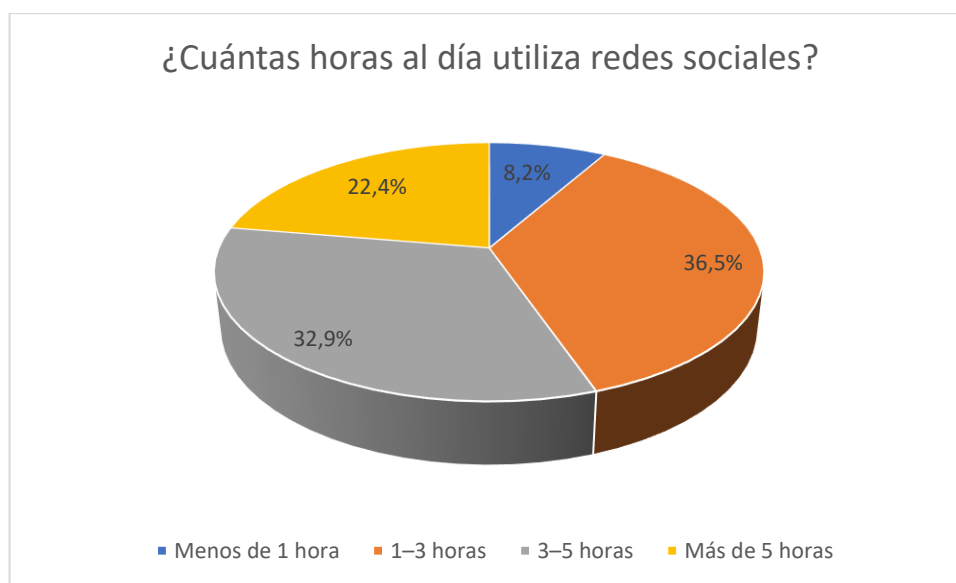
En relación con la caracterización de la población objeto de estudio, los resultados de la encuesta aplicada a 85 estudiantes pertenecientes a los grados octavo, noveno, décimo y undécimo de la Escuela Nacional de Comercio evidencian que el 91,76 % de los encuestados se encuentra en un rango de edad entre los 13 y 17 años, mientras que el 8,24 % corresponde al

rango de 18 a 19 años. En cuanto a la variable de género, el 54,1 % de los participantes se identifica como femenino y el 45,9 % como masculino. Estos datos permiten situar el análisis en un grupo predominantemente adolescente, inmerso en dinámicas propias de la cultura digital contemporánea.

En lo que respecta al uso de redes sociales, se evidencia una alta frecuencia de exposición diaria, dado que el 32,9 % de los estudiantes reporta utilizarlas más de tres horas al día y un 22 % más de cinco horas. Este uso intensivo se ve reforzado por el hecho de que el 49,41 % de los encuestados reconoce sacrificar horas de sueño por permanecer conectado, lo que sugiere una incidencia directa de las prácticas digitales en la organización del tiempo y en los hábitos cotidianos.

Figura 2

Número de horas diarias dedicadas al uso de redes sociales.



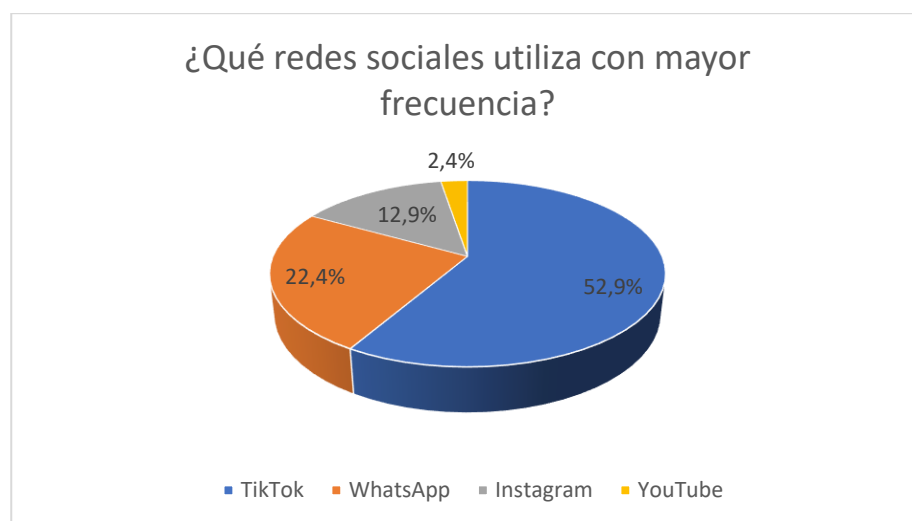
Nota. Figura de fuente propia

Desde una perspectiva interpretativa, estos resultados permiten afirmar que las redes sociales no solo ocupan un lugar central en la vida de los estudiantes, sino que configuran parte de sus rutinas diarias, incluso en detrimento de necesidades básicas como el descanso. En este sentido, se evidencia una forma de interacción con el entorno digital que trasciende el uso ocasional y se inscribe en lógicas de hiperconectividad, propias de la cibercultura.

Asimismo, en cuanto a las plataformas más utilizadas, se identifica que TikTok e Instagram concentran cerca del 70 % de preferencia entre los estudiantes. Esta predominancia se articula con el tipo de contenido consumido, ya que más del 90 % manifiesta preferencia por formatos breves como videos cortos y memes, lo cual evidencia una tendencia hacia el consumo de información inmediata, fragmentada y altamente visual.

Figura 3

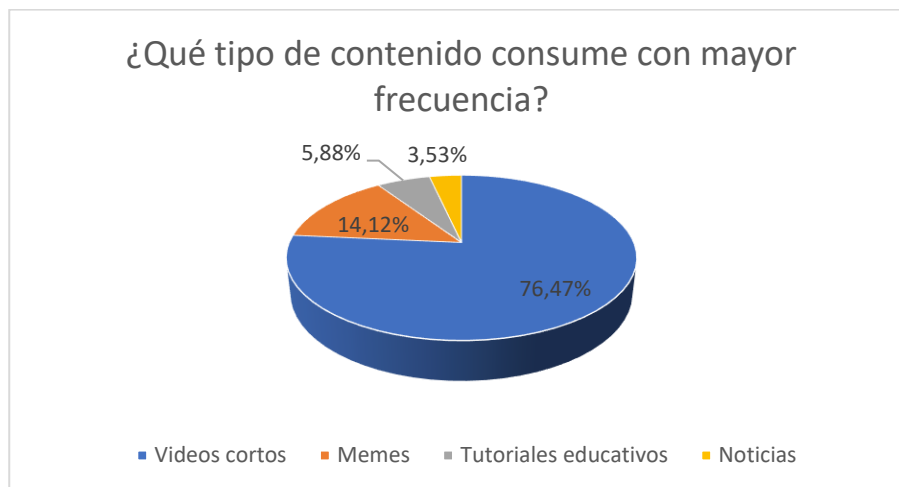
Redes sociales preferidas por los estudiantes.



Nota. Figura de fuente propia

Figura 4

Tipo de contenido más consumido.



Nota. Figura de fuente propia

Este hallazgo es consistente con los planteamientos teóricos sobre la cibercultura, en los cuales se señala que las nuevas generaciones desarrollan formas de atención y consumo mediadas por la inmediatez, lo que puede incidir en sus procesos cognitivos y en su relación con el conocimiento.

7.3 Uso recreativo vs. Uso académico de las redes

Uno de los aspectos más relevantes del análisis es la diferenciación entre el uso recreativo y el uso académico de las redes sociales. Los resultados indican que el entretenimiento constituye la principal finalidad de uso, con un 62,4 %, seguido de la comunicación con un 20 %, la búsqueda de información con un 10,6 % y, finalmente, el uso con fines académicos con un 7,1%. Estos datos evidencian un claro predominio de prácticas asociadas al ocio y la interacción social por encima de aquellas orientadas al aprendizaje.

Figura 5

Principal uso de las redes sociales.

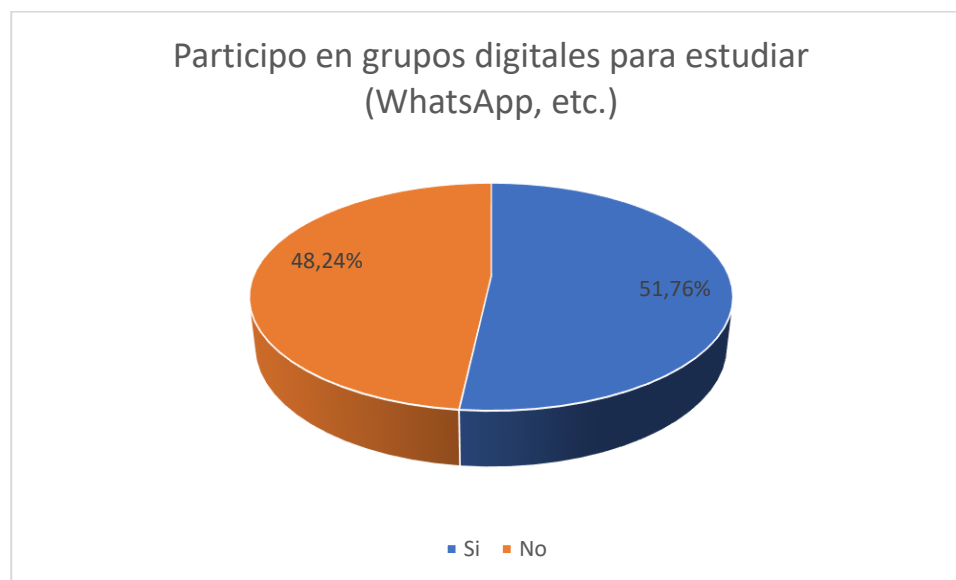


Nota. Figura de fuente propia

No obstante, resulta significativo que el 51,76 % de los estudiantes manifieste pertenecer a algún grupo digital de estudio, lo que sugiere que, aunque el uso académico no es predominante, sí existe una incorporación parcial de las redes sociales en dinámicas educativas.

Figura 6

Porcentaje de grupos digitales con fines de estudio.



Nota. Figura de fuente propia

En esta misma línea, aunque el consumo de contenidos educativos es bajo, representado en apenas un 5,88 % correspondiente a tutoriales, el 64,71 % de los estudiantes reconoce haber aprendido algún contenido a través de estas plataformas. Dichos aprendizajes abarcan desde conocimientos cotidianos hasta contenidos académicos más estructurados, como matemáticas, física o historia.

Figura 7

Porcentaje de aprendizaje de temas académicos en las redes sociales.



Nota. Figura de fuente propia

Este resultado permite evidenciar el carácter ambivalente de las redes sociales: por un lado, funcionan como espacios de entretenimiento que pueden generar distracción; por otro, se constituyen en escenarios de aprendizaje informal que amplían las posibilidades de acceso al conocimiento.

Desde una perspectiva pedagógica, esto sugiere que el problema no radica en el uso de las redes sociales en sí mismo, sino en la orientación y el tipo de prácticas que se desarrollan en estos entornos. La baja proporción de uso académico frente al alto consumo recreativo indica la necesidad de una mediación pedagógica que permita resignificar estas herramientas dentro del proceso educativo.

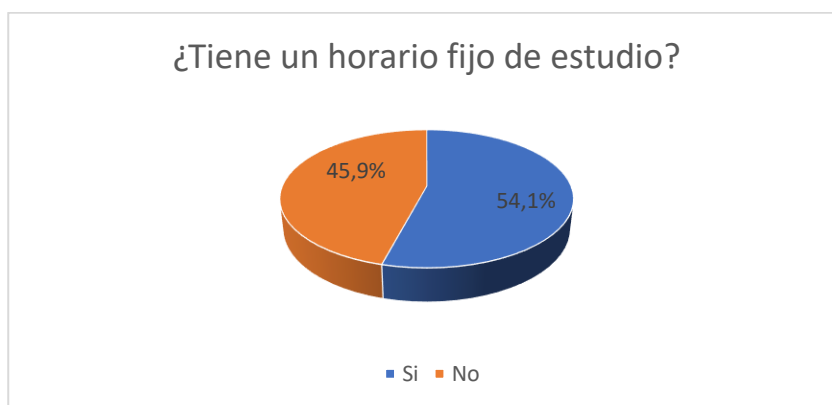
7.4 Influencia en los hábitos de estudio

Los resultados permiten establecer una relación entre el uso de redes sociales, la autorregulación, la motivación académica y la configuración de los hábitos de estudio. En conjunto, estos elementos evidencian tensiones entre las dinámicas digitales y las prácticas académicas, especialmente en aspectos como la organización del tiempo, la concentración y la gestión del aprendizaje en contextos de alta estimulación digital.

En cuanto a la organización del tiempo, el 54,1 % de los estudiantes afirma contar con un horario fijo de estudio, mientras que el 45,9 % no lo tiene. Sin embargo, esta aparente estructuración se relativiza al observar que solo el 17,65 % planifica siempre o casi siempre su tiempo antes de estudiar, frente a un 45,88 % que lo hace de manera ocasional y un 18,24 % que rara vez o nunca lo realiza. Esto evidencia que la planificación no constituye una práctica sistemática, sino intermitente, lo que dificulta la consolidación de hábitos de estudio estables.

Figura 8

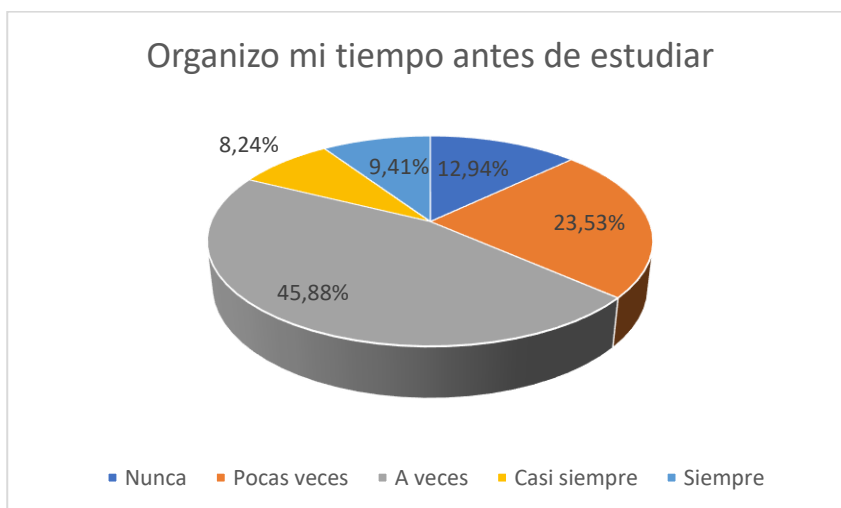
Estudiantes que tienen horario de estudio.



Nota. Figura de fuente propia

Figura 9

Planificación del tiempo para de estudiar.



Nota. Figura de fuente propia

En relación con la concentración, el 43,5 % de los estudiantes afirma dedicarse exclusivamente al estudio; no obstante, el 52,9 % reconoce distraerse ocasionalmente con el celular y un 3,5 % lo utiliza de manera constante durante el estudio.

Figura 10

Actividades de los estudiantes en el transcurso del tiempo de estudio.



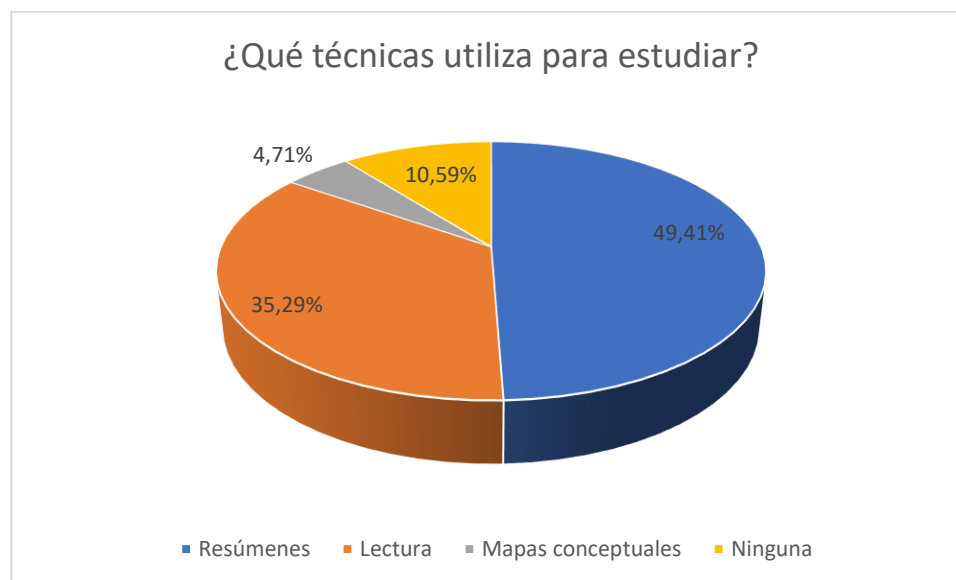
Nota. Figura de fuente propia

De forma más específica, el 56,5 % experimenta distracciones asociadas a redes sociales o dispositivos electrónicos al menos algunas veces, lo que confirma una limitada capacidad de control atencional. Este panorama sugiere que la mayoría de los estudiantes desarrolla sus actividades académicas en condiciones de atención fragmentada, lo que afecta la continuidad y profundidad del aprendizaje.

En cuanto a las estrategias de estudio, el 49,41 % de los estudiantes reporta utilizar resúmenes, mientras que un 35,29 % se limita a la lectura y un 10,59 % no emplea ninguna estrategia. La baja presencia de herramientas como los mapas conceptuales (4,71 %) evidencia una limitada apropiación de habilidades metacognitivas, fundamentales para planificar, monitorear y evaluar el propio aprendizaje.

Figura 11

Técnicas de estudio.



Nota. Figura de fuente propia

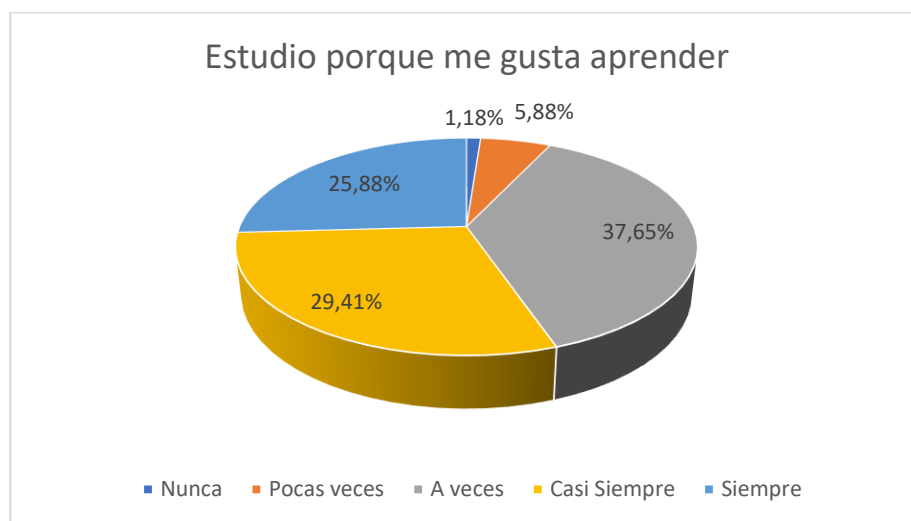
Estos resultados permiten afirmar que los hábitos de estudio se encuentran en un proceso de construcción, caracterizado por prácticas parcialmente estructuradas, pero no consolidadas. En este escenario, la autorregulación emerge como un factor determinante. Aunque existen intentos de organización, los estudiantes presentan dificultades para controlar distractores, mantener la concentración y sostener rutinas académicas. Esto configura un entorno de autorregulación frágil, donde las intenciones de estudio coexisten con dinámicas digitales que interrumpen constantemente el proceso de aprendizaje.

En estrecha relación con lo anterior, la motivación académica se presenta como un elemento ambivalente. Por un lado, el 37,65 % de los estudiantes afirma que estudia siempre por gusto de aprender y el 29,4 % casi siempre, lo que evidencia la presencia de motivación

intrínseca. Sin embargo, el 41,2 % señala que estudia siempre por obtener buenas calificaciones y el 23,5 % casi siempre, lo que indica un predominio de la motivación extrínseca. Esta coexistencia refleja que los estudiantes combinan intereses personales con exigencias externas, lo que puede derivar en un compromiso académico más superficial.

Figura 12

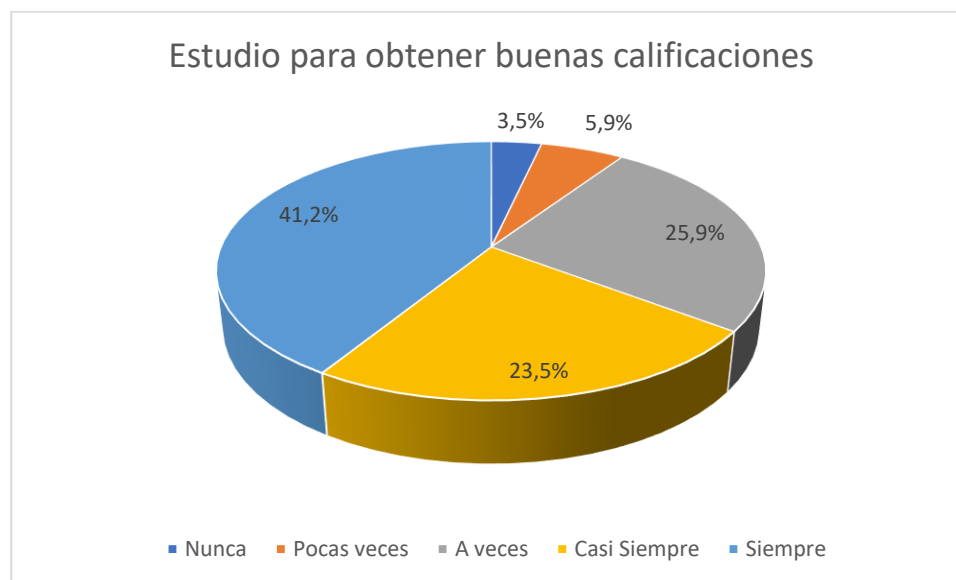
Porcentaje de la finalidad de estudiar por aprender.



Nota. Figura de fuente propia

Figura 13

Porcentaje de la finalidad de estudiar por obtener buenas calificaciones.



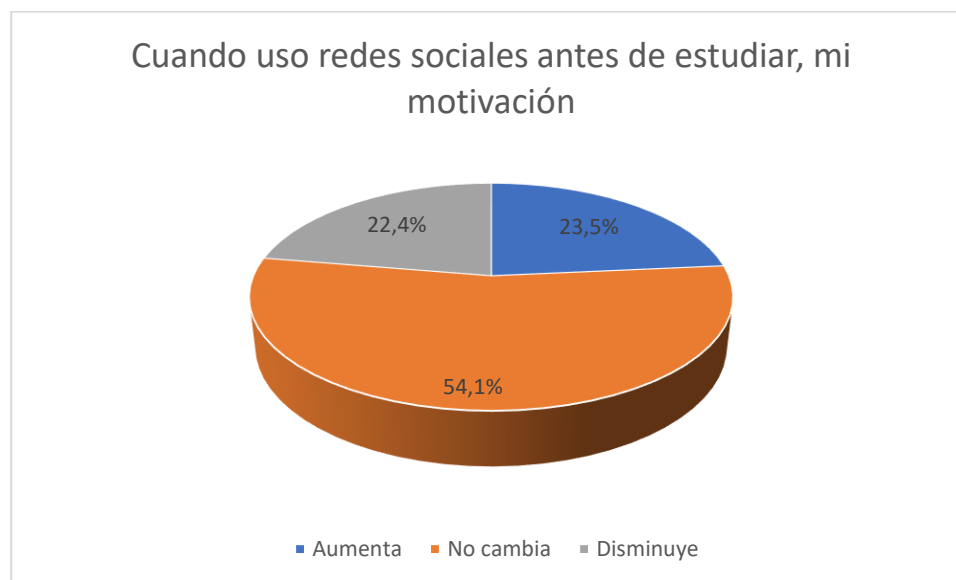
Nota. Figura de fuente propia

El entorno digital refuerza esta dinámica, ya que las redes sociales operan bajo lógicas de gratificación inmediata, como likes, visualizaciones e interacción constante, que compiten con actividades académicas que requieren mayor esfuerzo cognitivo. De acuerdo con la Teoría de la Autodeterminación (Deci, 2000), este tipo de contextos puede debilitar la motivación intrínseca, especialmente cuando no se satisfacen necesidades como la autonomía, la competencia y la relación.

Esto se refleja en la percepción de los estudiantes sobre su motivación: el 54,1 % considera que no cambia, mientras que un 22,4 % afirma que disminuye y un 23,5 % que aumenta.

Figura 14

Motivación al estudiar después de usar las redes sociales.



Nota. Figura de fuente propia

Estos datos evidencian que el impacto de las redes sociales no es homogéneo, sino que depende del tipo de uso y de las competencias individuales para gestionar el aprendizaje.

Desde una perspectiva interpretativa, las redes sociales no determinan de manera directa los hábitos de estudio, pero sí configuran un entorno que puede favorecer o dificultar tanto la autorregulación como la motivación. Cuando su uso se orienta al entretenimiento pasivo, tienden a afectar negativamente la concentración y el interés académico; en cambio, cuando se utilizan con fines educativos, pueden fortalecer el aprendizaje y el compromiso.

Los resultados permiten concluir que los hábitos de estudio, la autorregulación y la motivación se encuentran en un estado intermedio o en proceso de consolidación. Aunque los

estudiantes presentan ciertas estructuras básicas, estas se ven constantemente tensionadas por dinámicas digitales que favorecen la atención dispersa y la gratificación inmediata. En consecuencia, el desafío pedagógico no radica en restringir el uso de redes sociales, sino en fortalecer competencias como la autorregulación, la motivación intrínseca y el uso crítico de las tecnologías, con el fin de promover prácticas de estudio más autónomas y efectivas en contextos de hiperconectividad.

7.5 Discusión de resultados

Los resultados evidencian que el uso intensivo de redes sociales constituye una característica estructural en la vida cotidiana de los estudiantes, lo cual coincide con los planteamientos sobre la cibercultura como un entorno que redefine las formas de interacción, comunicación y acceso al conocimiento.

La alta frecuencia de uso, el predominio de contenidos audiovisuales y la preferencia por formatos breves confirman que los estudiantes se desenvuelven en un ecosistema digital que privilegia la inmediatez y la fragmentación de la información. Este patrón, ampliamente documentado en la literatura, se asocia con dificultades para sostener la atención en tareas académicas prolongadas, lo cual se ve reflejado en los resultados del estudio, donde la concentración y la continuidad del aprendizaje se ven afectadas por la exposición constante a estímulos digitales.

En relación con los hábitos de estudio, los hallazgos coinciden con investigaciones que destacan la importancia de la planificación, la organización del tiempo y el uso de estrategias de aprendizaje. Sin embargo, los datos evidencian que estas prácticas no están plenamente

consolidadas, lo que revela una brecha entre las exigencias del aprendizaje formal y las prácticas reales de los estudiantes. Esta situación se ve reforzada por debilidades en la autorregulación, entendida como una competencia clave para el aprendizaje autónomo, la cual se ve afectada en contextos de alta estimulación digital donde los distractores son constantes.

Por otra parte, la motivación académica se configura como un elemento ambivalente. Los resultados dialogan con la Teoría de la Autodeterminación de Deci y Ryan (Deci, 2000), al evidenciar la coexistencia de motivación intrínseca y extrínseca, aunque con predominio de esta última. Esta tendencia hacia una motivación orientada a resultados, como las calificaciones, puede limitar la profundidad del aprendizaje y reducir la autonomía del estudiante, especialmente en un entorno digital que favorece la gratificación inmediata.

No obstante, un aspecto clave de la discusión es el carácter ambivalente de las redes sociales. Si bien diversos estudios resaltan sus efectos negativos sobre la atención y el rendimiento académico, los resultados de esta investigación muestran que también poseen un potencial educativo significativo. Una proporción considerable de estudiantes reconoce haber aprendido contenidos a través de estas plataformas, lo que permite cuestionar enfoques que las conciben únicamente como distractores.

En este sentido, los hallazgos se alinean con perspectivas contemporáneas que proponen integrar las tecnologías digitales en el proceso educativo, reconociendo su capacidad para diversificar el aprendizaje y facilitar el acceso al conocimiento. Sin embargo, esta integración requiere una mediación pedagógica intencionada, ya que el uso espontáneo de las redes tiende a orientarse principalmente hacia el entretenimiento.

A partir de este análisis, es posible construir una comprensión integral del fenómeno, en el que las redes sociales ocupan un lugar central en la vida de los estudiantes, influyendo en la organización del tiempo, la atención y la relación con el conocimiento. El predominio del uso recreativo sobre el académico evidencia una tensión entre las lógicas de inmediatez del entorno digital y las exigencias del aprendizaje, lo que se traduce en dificultades para consolidar hábitos de estudio estables.

En este contexto, la autorregulación emerge como un factor determinante, mientras que la motivación se mantiene en un estado intermedio, caracterizado por la coexistencia de intereses intrínsecos y extrínsecos. A su vez, el entorno digital puede potenciar o debilitar estos procesos, dependiendo del uso que se haga de las plataformas y de las competencias del estudiante.

En consecuencia, la relación entre redes sociales y hábitos de estudio no es lineal ni determinista, sino compleja y contextual. Su impacto depende de factores como la autorregulación, la motivación y la mediación pedagógica. Por ello, el problema no radica en la tecnología en sí misma, sino en la forma en que se integra en los procesos educativos.

En conclusión, los resultados no solo confirman tendencias identificadas en estudios previos, sino que aportan una comprensión situada del fenómeno en el contexto analizado. Esto plantea la necesidad de resignificar los hábitos de estudio en escenarios de hiperconectividad, fortaleciendo competencias como la autorregulación, la motivación intrínseca y el pensamiento crítico. De este modo, el análisis no solo responde a la pregunta de investigación, sino que abre una reflexión sobre el papel de la educación en la era digital y sienta las bases para la

formulación de conclusiones y recomendaciones orientadas a mejorar los procesos de aprendizaje en entornos mediados por tecnologías.

7.6 Potencial Pedagógico de las Redes Sociales

A pesar de las dificultades señaladas, el análisis también evidencia que las redes sociales poseen un potencial pedagógico significativo. Algunos estudiantes reportan utilizar estas plataformas para:

- Acceder a explicaciones alternativas
- Reforzar contenidos académicos
- Comunicarse con compañeros
- Resolver dudas

Este hallazgo permite afirmar que las redes sociales no deben ser entendidas únicamente como un problema, sino como una oportunidad educativa. Su impacto depende en gran medida del uso que se les dé y de la orientación pedagógica que reciban.

7.7 Propuesta Pedagógica

Dentro de la metodología de investigación-acción se plantea un proyecto educomunicativo orientado al fortalecimiento de habilidades argumentativas, la lectura crítica y la formación cultural de los estudiantes. En la Escuela Nacional de Comercio se ha venido implementando esta iniciativa, que en las primeras fases abordó temáticas vinculadas con la educación sexual y problemáticas juveniles, como el desamor o el consumo de sustancias

psicoactivas, y que posteriormente se ha ampliado hacia nuevos enfoques, incluyendo el debate político, social y económico.

El proyecto se desarrolla mediante diversos formatos comunicativos, tales como noticieros escolares, infografías y entrevistas, que buscan promover en los estudiantes procesos de investigación, redacción de guiones y cuestionamiento de la realidad inmediata. Asimismo, se enfatiza la formación crítica en torno a la seguridad digital y al manejo responsable de la información compartida en línea, reconociendo la importancia de la alfabetización mediática en la era digital.

Este proceso se vincula directamente con la formación académica de los estudiantes, ya que favorece una mayor apropiación de los contenidos trabajados, incrementa el reconocimiento dentro de la comunidad educativa y potencia la motivación y dedicación al estudio. En consecuencia, el proyecto no solo contribuye al desarrollo de competencias comunicativas y críticas, sino que también fortalece la construcción de hábitos de estudio y el compromiso con la vida escolar.

8. Conclusiones

El presente estudio permitió evidenciar que el uso frecuente de redes sociales constituye un factor ambivalente en la formación de hábitos de estudio de los estudiantes de la Escuela Nacional de Comercio. Por un lado, estas plataformas digitales generan riesgos asociados a la dispersión de la atención, la procrastinación y la dependencia de la gratificación inmediata, lo cual repercute negativamente en la planificación y la concentración académica (Luis Ángel Olivares González, 2024). Por otro, cuando son integradas pedagógicamente, las redes sociales

pueden convertirse en espacios de aprendizaje colaborativo y en herramientas que fortalecen la autorregulación y la motivación académica (Inga, 2025).

Los hallazgos confirman que los hábitos de estudio no dependen únicamente de la voluntad individual, sino que requieren del acompañamiento institucional y docente para consolidarse. La ausencia de rutinas claras y sostenidas se traduce en bajos niveles de rendimiento y en dificultades para mantener la disciplina académica (María Elena Guevara Llerena, 2022). En este sentido, la escuela debe asumir un papel activo en la enseñanza de técnicas de estudio y en la alfabetización digital crítica, articulando las prácticas ciberculturales con las exigencias del currículo formal.

Asimismo, la investigación mostró que la motivación académica se encuentra en tensión entre la lógica de la inmediatez propia de las redes sociales y la necesidad de perseverancia que exige el aprendizaje escolar. La teoría de la autodeterminación de Ryan & Deci (2000) resulta pertinente para comprender esta dinámica, pues la motivación intrínseca se ve debilitada cuando los estudiantes priorizan el reconocimiento externo en entornos digitales. Sin embargo, también se constató que las redes sociales pueden favorecer la autonomía y la competencia cuando se utilizan con fines educativos, potenciando la construcción de aprendizajes significativos (José Alberto Fraijo Figueroa, 2023).

En conclusión, el uso de redes sociales no debe ser concebido únicamente como un distractor, sino como un fenómeno cultural que exige nuevas mediaciones pedagógicas. La clave radica en promover un uso consciente y formativo de estas plataformas, de modo que los estudiantes desarrollen hábitos de estudio sólidos, capacidad de autorregulación y motivación intrínseca. Este trabajo aporta a la reflexión sobre cómo integrar la cibercultura en la educación

formal, proponiendo que la escuela se configure como un espacio capaz de transformar las prácticas digitales en oportunidades para el aprendizaje autónomo, crítico y responsable.

9. Referencias

- Alcaldía de la Candelaria. (2020). *Diagnostico de la Localidad de la Candelaria*. Obtenido de Alcaldía de la Candelaria: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfindmkaj/https://www.sdp.gov.co/sites/default/files/17._la_candelaria_diagnostico_final_pdl.pdf
- Ana Julissa Cañaveral Mosquera, M. Y. (2023). Incidencia de las redes sociales en el rendimiento académico de los jóvenes de educación media de la institución educativa santa elena del distrito de Buenaventura. *Universidad del Valle sede Pacifico*, 1-75.
- Ángela Victoria Alcívar-Moreira, M. A.-R. (2021). Las redes sociales y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes. *Polo del Conocimiento*, 40-53.
- Antonia Ramírez García, M. G.-A.-C. (2025). Redes sociales: influencia en el aprendizaje profundo de estudiantes de Educación Secundaria. *Digital Education Review*.
- Banco Santander. (10 de Mayo de 2023). ¿Qué tipos de redes sociales existen? *¿Qué tipos de redes sociales existen?*, pág. 1. Obtenido de <https://www.santanderopenacademy.com/es/blog/tipos-de-redes-sociales.html>
- Baudrillard, J. (1988). *Simulacros y simulación*. España: Catedra.

- Camila Alejandra Ortiz Ospina, D. A. (2023). *Diferencias en el uso de las redes sociales y la autopercepción del rendimiento académico entre estudiantes de secundaria y estudiantes universitarios*. Medellín: Tecnológico de Antioquia, Institución universitaria.
- Carvajal, P. H. (2020). Modelo exploratorio de factores que inciden en el rendimiento académico percibido. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 333-351.
- Deci, R. M. (2000). La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social, y el Bienestar. *the American Psychological Association*, 68-78.
- Diego Danilo Rodríguez Rosero, R. E. (2021). Determinantes del rendimiento académico de la educación media en el Departamento de Nariño, Colombia. *Lecturas de Economía* 94, 87-126.
- Doris Verónica Antamba-Valencia, C. A.-U.-Q. (2022). Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de educación general básica en Ecuador. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 388-399.
- Edel Navarro, R. C. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. *REICE. Revista Iberoamericana sobre*.
- El tiempo. (8 de Mayo de 2024). Se prohíbe el uso de celulares en estos 27 colegios privados de Bogotá: ¿en qué consiste la medida? *El Tiempo*, pág. 1. Obtenido de <https://www.eltiempo.com/vida/educacion/se-prohibe-el-uso-del-celular-en-27-colegios-privados-de-bogota-en-que-consiste-la-medida-3341291>

- Espinoza Guamán, E. E., Cruz Yaguachi, L. N., & Espinoza Freire, E. (2018). Las redes sociales y el rendimiento academico. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 38-44.
- Estrada, L. (2018). *Motivacion y Emocion* . Bogota : Fundación Universitaria del Área Andina.
- Haraway, D. J. (1995). *Ciencia, cyborgs y mujeres: la reinvención de la naturaleza*. ESpaña: Catedra.
- Héctor Miguel Colmenares Ballesteros, O. A. (2018). *Análisis del consumo digital y su influencia en el rendimiento escolar de los estudiantes del grado séptimo de la Institución Educativa Enrique Olaya Herrera de Guateque*. Universidad Nacional Abierta y a Distancia.
- Heidi Angélica Salinas Padilla, J. J. (2022). Habitos de estudio, motivacion y estres estudiantil en ambientes virtuales de aprendizaje. *Revista Boletin Redipe*, 392-409.
- Inga, J. L. (2025). *Relación entre uso de redes sociales y hábitos de estudio en estudiantes de Tecnología Médica de la Universidad Peruana Los Andes Huancayo-2024*. Huancayo-Peru: Universidad Peruana los Andes.
- Isabel Dans Álvarez de Sotomayor, P. C. (2016). Las redes sociales como motivación para el aprendizaje: opinión de los adolescentes. *Innoeduca, International Journal of Technology and Educational Innovation*, 20-28.
- Jessenia Herminia Moran-Chilán, M. S.-P.-R. (2019). Redes sociales como estrategia educativa de lectura crítica. *Revista Científica Dominio de la Ciencias*, 238-252.



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

José Alberto Fraijo Figueroa, C. C. (2023). Motivacion Academica y el trabajo en Aula. *Biolex Universidad de Sonora*, volumen 15.

Karla Maria Díaz López, J. C. (Enero de 2017). *Modelos explicativos del rendimiento académico*. Obtenido de ResearchGate:
https://www.researchgate.net/publication/325346720_Modelos_explicativos_del_rendimiento_academico.

Lévy, P. (2007). *Cibercultura*. Anthropos.

Luis Ángel Olivares González, E. J. (2024). Exploración del impacto del uso de las redes sociales en los hábitos de estudiantes del Centro Universitario UAEM Temascaltepec. *Revista Espacios Públicos*, 147-173. Obtenido de
<https://espaciospublicos.uaemex.mx/issue/view/1137/Espacios%20P%C3%ABlicos%20Nueva%20%2C%89poca%2C%20a%C3%B1o%2025%2C%20n%C3%BAmero%2062>

Luis Ángel Olivares-González, E. J.-C.-M. (2024). Exploración del impacto del uso de redes sociales en los hábitos de estudiantes del Centro Universitario UAEM Temascaltepec: Resultados de una encuesta aplicada en septiembre de 2023. *Revista Espacios Publicos*, 148-173.

Luz Marilyn Ortiz, A. R. (2021). El mundo de la cibercultura y la pedagogía en la educación socioafectiva. *Revista Boletín Red IPE*, 99-109.

María Elena Guevara Llerena, L. J. (2022). En primer lugar, Guevara Llerena, Reales Chacón, Molina Guevara y Peñafiel Luna (2022), en su estudio Hábitos y técnicas de estudio en la



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

- formación universitaria, desarrollado en la Universidad Nacional de Educación del Ecuador. *Enfermería Investiga, Investigación, Vinculación, Docencia y Gestión*, 29-37.
- Medellín, L. E. (2010). Contratación de dos modelos motivacionales de autodeterminación para predecir la deserción en universitarios. *Acta Colombiana de Psicología*, 57-68.
- Olga Lidia Solano Dávila, B. J. (2022). Relación entre hábitos de estudio y estrés académico en los estudiantes universitarios del área de Ciencias Básicas de Lima (Perú). *Revista Ciencias de la Salud*, 20, 1-15.
doi:<https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.10716>
- Ovalle, F. V. (2011). Ciberculturas: el estado actual de la investigación y el análisis. *Cuadernos de Información*, 33-44. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/<https://www.redalyc.org/pdf/971/97118906004.pdf>
- Patricia Díaz Gaspar, M. C. (2024). Hábitos de estudio y Motivación en Estudiantes de Licenciatura en una Universidad Pública. *Ciencia Latina revista Científica Multidisciplinar*, 8(3), 532-552. doi:https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i3.11756
- Pérez1, C. M. (2024). Autoestima y rendimiento académico en estudiantes de Secundaria. *Revista de Educación, Innovación y Formación IES Miguel Espinosa*, 30-49.
- RAE. (04 de 2025). *Real Academia Española*. Obtenido de <https://dle.rae.es/motivaci%C3%B3n>
- Reeve, J. (2010). *Motivación y Emoción*. Mexico D.F: Mc Graw Hill.



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Roberto Sampiere, C. F. (2014). *Metodología de la Investigación* (6 ed.). Mexico D.F: Mc Graw Hill.

Rocío Rueda-Ortiz, A. U.-Z. (2022). Cibercultura y educación en Latinoamérica. *Folios*, 2(56), 205-218.

Rosa María Muñoz Franco, A. D. (Febrero de 2023). Impacto de las redes sociales en el rendimiento académico de los adolescentes: estudio de Instagram y TikTok. *Ciencia y Educacion*, 12-23.

Salter, A. (25 de Abril de 2018). “La adicción a las pantallas avanza silenciosa”. *El Pais-Tecnologia*. (S. Pozzi, Entrevistador) Obtenido de https://elpais.com/tecnologia/2018/04/24/actualidad/1524577831_486816.html

Sandra Gabriela Terry Advíncula, S. D. (2021). Hábitos de estudio y aprendizaje autorregulado en estudiantes universitarios. *Revista Educaumch*, 159-176.

Stover, J. B., Bruno, F. E., Uriel, F. E., & Fernández Liporace, M. (2017). Teoría de la Autodeterminación: una revisión teórica. *Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 105-115.

Susana Florentina Sánchez Bernal, M. G. (2023). Valoración del uso de redes sociales y otros factores asociados al rendimiento académico de estudiantes del nivel medio de una institución educativa. *Pediatría, Revista Oficial de la Sociedad Paraguaya de Pediatría*, 102-111.

Tania Vives-Varela, C. D.-C.-R. (2013). La autorregulación en el aprendizaje, la luz de un faro en el mar. *Investigacion en educacion medica*, 34-39.

Vera, F. S. (2014). Educación, cibercultura e inteligencia colectiva. *Gazeta de Antropologia*, 30-43. Obtenido de <http://hdl.handle.net/10481/30313>

Yehya, N. (2017). *Nuevos entornos, nueva carne: reconfiguración y personalización tecnológica de la cultura*. Guadalajara: Catedra Eusebio Francisco Kino Sj.

Yinmar Paul Guevara Rosales, K. V. (2023). *Uso de redes sociales y rendimiento académico en estudiantes del 4º año de secundaria en la institución educativa 051 “Virgen de Fátima”*,. (C. -C. Desarrollo, Ed.) Tumbes, Mexico: Ciencia Latina.

Yisell Aguilar Pino, S. Á. (2020). Redes sociales y rendimiento académico. Una revisión teórica sobre el tema. *Memoria Electrónica del Congreso Nacional de Investigación Educativa (COMIE)*. Obtenido de <https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v17/doc/0390.pdf>

10. Anexos

10.1 Autorización y consentimiento Informado Para Uso de Datos en investigación pedagógica

Quien suscribe el presente documento, obrando como representante del menor de edad _____, identificado(a) con documento de identidad número _____, de conformidad con lo dispuesto en las normas vigentes sobre protección de datos personales, en especial las Leyes 1581 de 2012, 1712 de 2014 y los Decretos 1074 de 2015 y 1081 de 2015, autorizo libre, expresa e inequívocamente a la Escuela Nacional de Comercio y al docente Diego Cuenca Identificado con C.C 1115062501, del proyecto de investigación titulado 'Relación del uso de redes sociales en la creación de hábitos de estudio en estudiantes de la Escuela Nacional de Comercio, en Bogotá', para proceder al tratamiento de los datos personales recolectados mediante encuestas aplicadas a estudiantes de secundaria de la Institución.

La presente autorización comprende la recolección, almacenamiento, análisis y tratamiento de los datos personales obtenidos a través de dichas encuestas, los cuales serán utilizados exclusivamente con fines académicos y de investigación pedagógica, en el marco del trabajo de grado de maestría en educación de la Universidad Santo Tomás.

Los datos recolectados serán utilizados para analizar la relación entre el uso de redes sociales y la creación de hábitos de estudio en estudiantes de educación media, con el objetivo de generar orientaciones pedagógicas que promuevan el aprendizaje autónomo, y el uso crítico de la tecnología en contextos escolares.

Como titular de la información y/o representante legal del titular, declaro haber sido informado(a) sobre los derechos que me asisten, especialmente el derecho a conocer, actualizar, rectificar y suprimir los datos personales, así como a revocar esta autorización en cualquier momento. Reconozco que la entrega de los datos es voluntaria y que no existe expectativa sobre beneficios económicos derivados de su uso.

Los datos recolectados serán tratados con estricta confidencialidad y utilizados únicamente para los fines establecidos en el presente documento. Los resultados de la investigación podrán ser publicados en medios académicos, garantizando siempre el anonimato y la privacidad de los participantes.

La vigencia de esta autorización se extiende por el tiempo necesario para cumplir con los fines de la investigación, conforme a lo establecido en las Leyes 1581 de 2012, 1712 de 2014 y los Decretos 1074 de 2015 y 1081 de 2015.

Manifiesto que la presente autorización me fue solicitada y puesta de presente antes de entregar los datos personales del menor, y que la suscribo de forma libre, voluntaria y con pleno conocimiento de sus implicaciones legales.

Atentamente,

Nombre del Representante: _____

Firma: _____

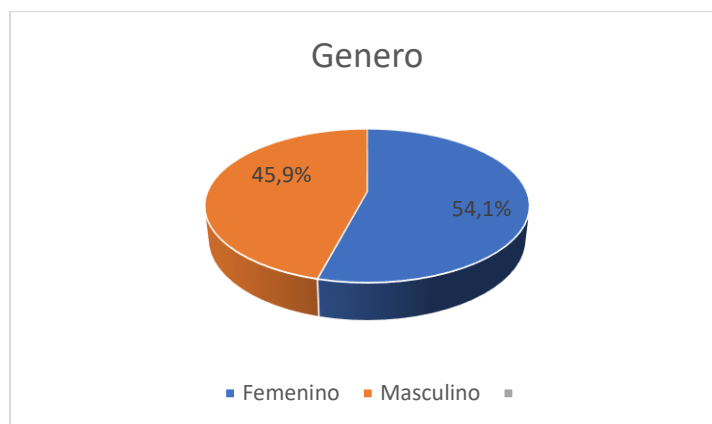
Cédula de Ciudadanía: _____

Fecha: ____ / ____ / 2026

10.2 Graficas de resultados

Figura 15

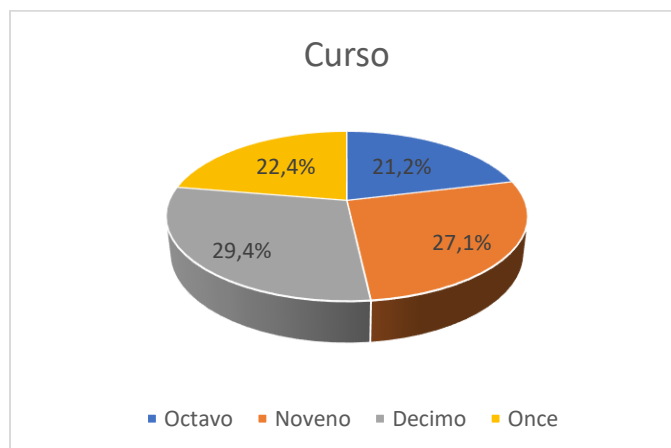
Genero de los estudiantes.



Nota. Figura de fuente propia

Figura 16

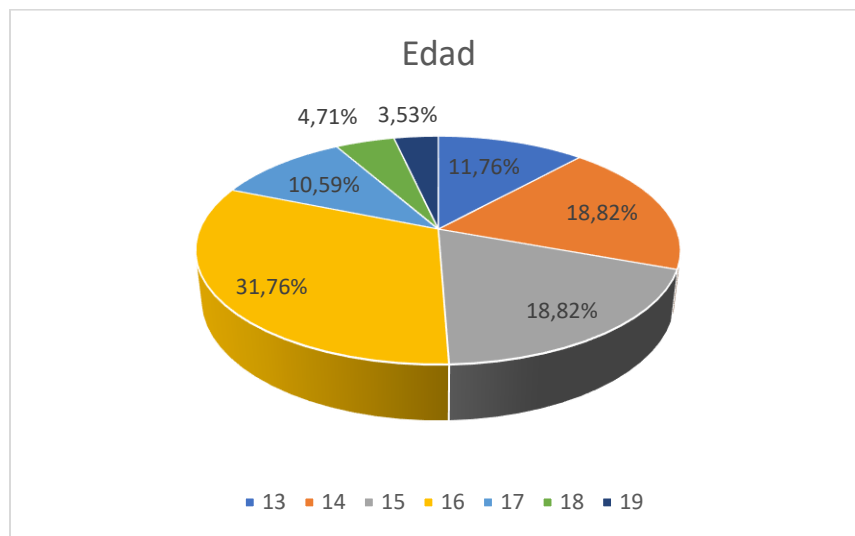
Porcentaje de estudiantes por curso.



Nota. Figura de fuente propia

Figura 17

Porcentajes de los estudiantes por edad.



Nota. Figura de fuente propia.

Figura 18

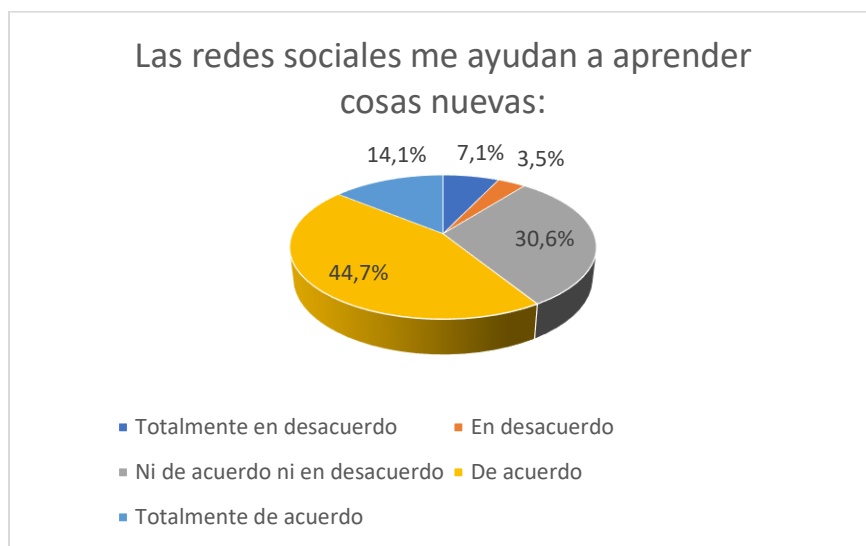
Porcentaje de estudiantes que consultan las redes sociales en clase.



Nota. Figura de fuente propia

Figura 19

Las redes sociales como medio de aprendizaje.



Nota. Figura de fuente propia

Figura 20

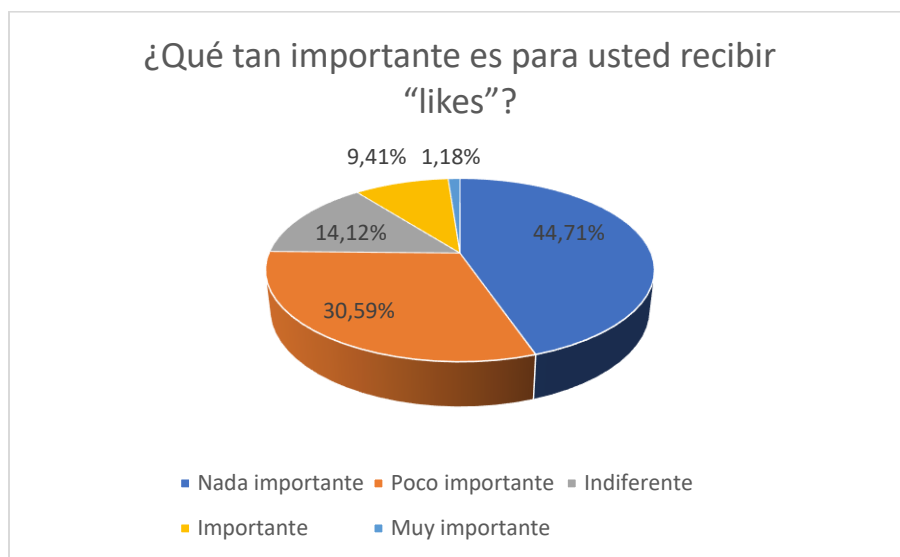
Porcentaje de uso de las redes sociales con fines académicos.



Nota. Figura de fuente propia

Figura 21

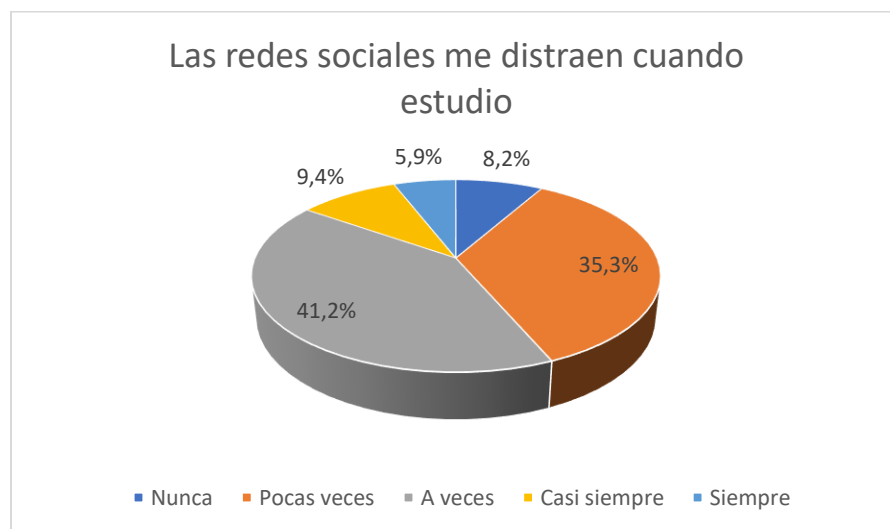
Importancia de los likes en los estudiantes.



Nota. Figura de fuente propia

Figura 22

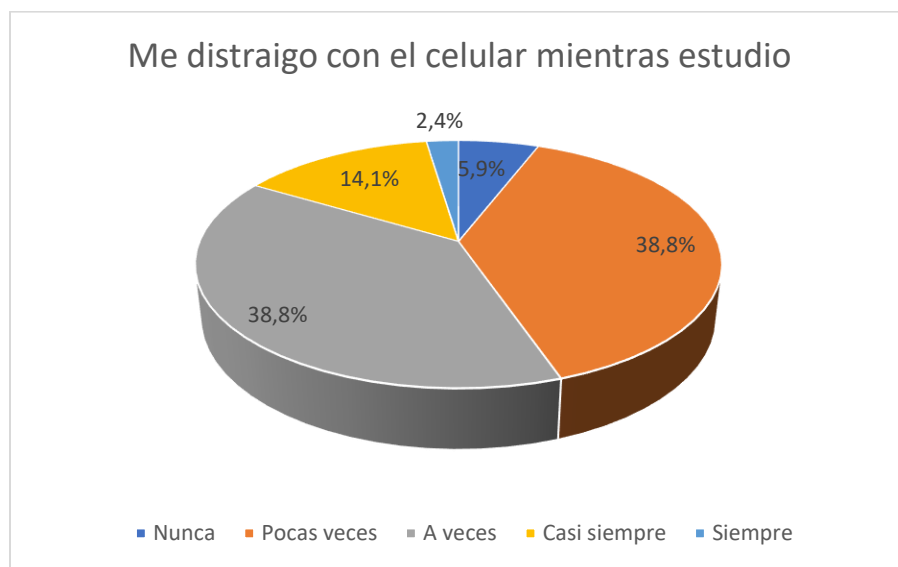
Distracción de las redes sociales al estudiar.



Nota. Figura de fuente propia

Figura 23

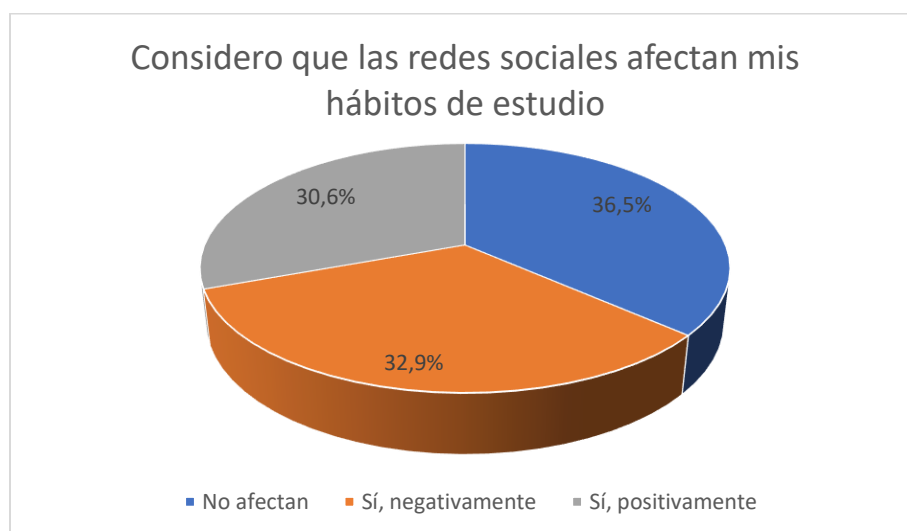
Porcentaje de estudiantes que se distraen con el celular mientras estudian.



Nota. Figura de fuente propia

Figura 24

Percepción de los estudiantes sobre el uso de las redes sociales en sus hábitos de estudio.



Nota. Figura de fuente propia

Figura 25

Afectación de las horas del sueño por el uso de las redes sociales.



Nota. Figura de fuente propia