

Trabajo final de grado

Ensayo académico

Construcción de la identidad adolescente en la era digital: el lugar que ocupan las redes sociales

Rosina Pioli Quintian
C.I 5.098.938-7

Tutora: Prof. Adj. Mag. María Julia Perea
Revisor: Prof. Agdo. Dr. Pablo López Gómez

Montevideo, Uruguay

Resumen

El presente ensayo pretende analizar la repercusión que tienen las redes sociales sobre la construcción de la identidad adolescente. En la actualidad, los medios digitales ocupan un lugar central que atraviesan las formas de interacción social, especialmente entre los jóvenes. A partir de esto es importante poder examinar cómo estas herramientas inciden en el proceso de la construcción identitaria, estando presentes en todas las áreas de la vida.

Las adolescencias actuales se ven atravesadas por profundos cambios físicos, emocionales y sociales, donde la búsqueda de pertenencia y validación desempeñan una función clave. El haber nacido en este mundo tecnológico permite tomar a la tecnología como centro de reflexión y análisis para hacer referencia a la identidad en la era contemporánea. Las redes sociales disponen de un nuevo espacio de socialización, ofreciendo posibilidades de expresión, y al mismo tiempo formas de control simbólico que afectan la percepción de uno mismo.

Se logra reflexionar sobre cómo la digitalización transforma los vínculos, el lenguaje, las diferentes elecciones al momento de mostrarse ante el otro y cómo esto afecta su percepción. Es importante abordar la idea de adolescencias diversas, entendidas como construcciones que se ven atravesadas de manera distinta, por factores contextuales, culturales, sociales e históricos.

Se plantea la necesidad de comprender detenidamente por parte de los adultos el manejo de estos medios, para tener herramientas al momento de acompañarlos en su desarrollo, generando espacios de reflexión, autonomía y bienestar en una era marcada por la hiperconexión y exposición constante.

Palabras clave: *Adolescencia; Identidad adolescente; Redes sociales.*

Introducción

El presente ensayo se enmarca en el Trabajo Final de Grado de la Licenciatura de Psicología de la Universidad de la República. Su objetivo es analizar de qué manera las redes sociales inciden en la construcción identitaria de los adolescentes.

Se aclara que el uso del masculino genérico obedece a un criterio de economía del lenguaje y busca facilitar una lectura más fluida. Esta elección no implica ninguna connotación discriminatoria ni exclusión de otras identidades de género.

El interés por la temática surge a partir del lugar que ocupa el adolescente contemporáneo sumergido en los medios digitales, tanto de manera social como individual. En el contexto actual, lo digital tiene un papel destacable en la cotidianidad, a raíz de establecerse como nuevo medio para forjar interacciones sociales. Desde este punto de vista, es crucial posicionarse desde un enfoque psicológico, donde se identifica la adolescencia como un período fundamental para la formación de la identidad, donde la necesidad de pertenencia, validación y la búsqueda de independencia se fortalecen y coexisten de forma conjunta (Aberastury & Knobel, 1971). En este contexto, se hace imposible no señalar a las redes sociales como uno de los protagonistas de este proceso, ya que se han convertido en espacios donde la socialización y construcción de la propia definición personal ocurren de manera activa. Es posible que estos medios digitales puedan actuar al mismo tiempo como lugares de expresión y exploración, pero también, como instrumentos de control simbólico que pueden influir en la imagen que se tiene de uno mismo. Se consideran como poderosos elementos de influencia con la capacidad de moldear los comportamientos, creencias y percepciones que tienen los jóvenes, sobre diversas temáticas vinculadas con su apariencia o formas de relacionarse (Espinell et al., 2021). Puede que el impacto de estos modelos representados de manera "idealizada", y la presión por la exposición continua a través de numerosas interacciones digitales, generen un panorama que llegue a afectar el bienestar emocional y la autoconfianza que tienen de ellos mismos (Han, 2013).

Dicha influencia puede llegar a ser ambivalente, por un lado, estos medios les brindan un espacio de libertad en donde pueden acceder a diversidad de información y conocimiento, pero por otro, llegan a promover estándares estéticos que la mayoría de las veces resultan inalcanzables, generando posibles complejos y disconformidades hacia el propio desarrollo corporal (Moreira de Freitas et al., 2021). Tener la capacidad de observar los

comportamientos y las dinámicas que se plantean en este escenario tecnológico, posibilita investigar de qué manera este último, afecta al desarrollo integral de los adolescentes. De igual forma, llegan a plantear ciertos patrones de conducta que, en la mayoría de los casos, resultan poco saludables o inapropiados para esta etapa evolutiva, provocando que se reproduzcan modelos ficticios sin tener la capacidad de cuestionarse en los posibles efectos negativos que esto pueda traerles (Moreira de Freitas et al., 2021).

El trabajo propone enfoques clásicos y actuales de lo que implica ser adolescente para comprender las complejidades del mundo actual. Mediante una perspectiva crítica, se pretende cuestionar la conexión entre la adolescencia, las redes sociales y la identidad, considerando la diversidad de vivencias que definen esta fase. Se parte de un enfoque en el que no se busca interpretar esta etapa como categoría uniforme, sino como una estructura situada, que se ve atravesada por elementos históricos, sociales y culturales. Se sostiene que las plataformas digitales establecen nuevos patrones de subjetividad que influyen de manera significativa en esta construcción identitaria (Moreira de Freitas et al., 2021). Entre otros autores, se expondrán referentes teóricos clásicos como Krauskopf (1999) y Aberastury y Knobel (1971), y en los enfoques actuales a Lardies y Potes (2022), Gamero (2022) y Vega (2023). A su vez, Espinel et al. (2021) brindarán conocimientos de los medios digitales como espacios que modifican los canales de comunicación, los vínculos sociales y la propia subjetividad, generando nuevos conflictos en este desarrollo identitario. Autores como Macias y Utreras (2024), plantean las diversas formas de comunicarse que tienen estos sujetos y su evolución. Se explicarán algunas características de la psicopolítica de Han (2017), observando cómo los individuos están constantemente expuestos a la mirada del otro. Aportes de Pascagaza y Carrascal (2022) para entender el surgimiento de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) y de qué forma su uso modificó la construcción identitaria. Además, se consideran contribuciones de Zygmunt Bauman (2000) y su teoría de la modernidad líquida, para entender la actualidad y el término sociedad “líquida”, así como planteos acerca de las transformaciones experimentadas por las relaciones personales en dicho período.

Adolescencias diversas, cambios y desarrollo

La adolescencia ha sido tradicionalmente concebida como una etapa universal del ciclo vital caracterizada por profundas transformaciones biológicas, cognitivas, psicológicas y emocionales (Güemes-Hidalgo et al., 2017). En la actualidad, resulta indispensable

reconocer la diversidad de trayectorias posibles, atravesadas por factores socioculturales, económicos y tecnológicos. En este devenir, la subjetividad adolescente se configura no sólo a partir de lo infantil histórico, sino que también mediante nuevas experiencias de encuentro, ya sean la amistad, grupo de pares, el enamoramiento y la iniciación sexual, que aportan significados renovados a su identidad (Vega, 2023). Comprender esta complejidad implica abrir el análisis hacia distintas formas de experimentar y habitar este momento vital (Güemes-Hidalgo et al., 2017).

Durante gran parte del siglo XX, los adolescentes fueron considerados simplemente como “niños grandes”, sin un reconocimiento específico de sus particularidades. Sin embargo, el progresivo reconocimiento de la adolescencia como una fase diferenciada del desarrollo permitió el diseño de políticas públicas orientadas a sus necesidades, consolidando su individualización como grupo etario (Pérez & Santiago, 2002). A pesar de haber sido considerada históricamente como un período tormentoso y de gran estrés, muchos autores la consideran como una etapa de gran potencialidad creativa. Se trata de un momento crucial en el que se sientan las bases para una buena salud integral, dado que el crecimiento físico acelerado se acompaña de un proceso de consolidación del yo. Considerar sus características propias implica tener en cuenta el lugar que ocupa ese adolescente en su familia, en la sociedad y los distintos modos de vinculación actuales (Vega, 2023).

Güemes-Hidalgo et al. (2017) sostienen que este ciclo vital no se presenta como un proceso uniforme, sino como un tránsito dinámico en el que el adolescente se enfrenta a figuras de autoridad en su búsqueda de autonomía racional y emocional. En la actualidad los sistemas tradicionales de constitución subjetiva, como la familia, el trabajo y la escuela, se han diversificado bajo el impacto de nuevos paradigmas culturales. En este contexto, la cultura del consumo ofrece otras formas de placer, transmisión de ideales y modelos identificatorios que dan lugar a configuraciones subjetivas y vinculares inéditas (Vega, 2023).

En esta línea, se cuestiona la concepción tradicional de la adolescencia como una etapa normativa y universal, dando paso a una mirada que reconoce la heterogeneidad de experiencias y trayectorias. Viñar (2013) plantea que la construcción de la misma dependerá de la época y el contexto en que se sitúe el sujeto, los cuales condicionan sus conductas y modos de vinculación. En este sentido, hablar de adolescencias diversas implica la capacidad de reconocer que cada sujeto transita este proceso de forma singular, según sus recursos, vínculos, género, etnia, clase social y acceso a la tecnología (Alpízar et al., 2003). De esta manera, se propone pluralizar el concepto y hablar de adolescencias, en tanto expresión de una multiplicidad de modos de ser y habitar el mundo contemporáneo (Vega, 2023).

Las redes sociales en la sociedad actual

El contexto contemporáneo se encuentra fuertemente marcado por el progreso tecnológico, lo que ha generado no sólo una transformación en la comunicación, sino en los modos de conexión, consumo, y producción cultural. En la actualidad, la ciencia y la tecnología han logrado posicionarse y vincularse en todos los escenarios sociales, determinando así la construcción de idearios y realidades que emergen a partir de las plataformas virtuales (Pascagaza & Carrascal 2022). Las tecnologías de la información y comunicación (TIC) han generado cambios en lo que respecta a la construcción social, permitiendo al sujeto poder afianzar su fortalecimiento en los procesos de participación ciudadana. Se consideran nuevas alternativas y paradigmas multimediales que favorecen a la intercomunicación entre los usuarios, los cuales se encuentran apoyados en los recursos y herramientas digitales según los contextos situacionales. A partir del reconocimiento de la influencia que tienen en los colectivos sociales y los individuos, las TIC, así como todo el sistema comunicativo digital, deben ser comprendidas como herramientas cuyo uso responsable resulta esencial para promover procesos comunicacionales, participativos, sociales y coherentes (Pascagaza & Carrascal 2022).

Previo a la época actual, la sociedad se encontraba bajo la lógica de la modernidad, donde la biopolítica funcionaba como forma de control social externo, realizado por terceros. Sin embargo, Han (2013) propone una nueva manera de comprender el presente, afirmando que se ha dejado atrás la era de la biopolítica para ingresar en la era de la psicopolítica digital. En este nuevo paradigma, el control ya no se ejerce de forma externa sobre los cuerpos, sino mediante la manipulación de los procesos psicológicos, incluso inconscientes. El propio individuo se convierte en agente de su autocontrol, impulsado por la exposición constante en los medios digitales. La tecnología logra penetrar en todos los aspectos de la vida, convirtiéndose en una herramienta clave para ejercer un control social más determinado, rápido y eficiente. El psicopoder se vuelve más eficaz que el biopoder, pues actúa desde el interior de los sujetos. Así, la sociedad adquiere una nueva dimensión a partir del mundo informático y digital, que permite la unión de los colectivos sociales y configura la llamada sociedad de la información (Pascagaza & Carrascal, 2022).

Han (2013) también señala que, en esta “sociedad de la transparencia”, lo no visible se vuelve sospechoso, y se impone una “tiranía de la exposición” en donde todo debe ser expuesto. La distancia, el silencio y el misterio logran perder valor frente a la inmediatez y la sobreinformación. La intimidad se convierte en espectáculo, y la vida personal pasa a

compartirse en función del reconocimiento ajeno. Esta dinámica genera tensión entre el deseo de ser visto y la pérdida de control sobre la privacidad. Siguiendo esta línea, aporta que la hiper comunicación digital logra destruir ese silencio que el alma necesita para poder reflexionar y ser ella misma; aquí solo se percibe ruido, sin ningún tipo de sentido ni coherencia. En el momento que el sujeto decide compartir su vida en las redes, significa asumir que esa exposición resigna el control de su privacidad (Han, 2013). Se considera que a partir de esta dinámica, las redes sociales funcionan como mecanismos de control simbólico. Con esto se refiere a que la constante exposición presentada al juicio social mediante me gusta, visualizaciones y comentarios, genera una lógica de aprobación externa que puede reforzar o debilitar el autoconcepto que se tiene de uno mismo (Moreira de Freitas et al., 2021). Por ejemplo, las personas, al salir de vacaciones u organizar ciertas actividades, sienten la necesidad de compartir de manera inmediata su ubicación y experiencias. La omisión de esto a veces puede generar cierta extrañeza o desaprobación social, donde es el propio sujeto quien termina decidiendo bajo la presión de otros su propia exposición.

En línea con estas transformaciones, Bauman (2000) introduce el concepto de modernidad líquida para describir una sociedad caracterizada por la fluidez, inestabilidad y fragilidad de los vínculos. Aquí la sociedad pasa de ser “sólida” a “líquida”, definiendo a lo “sólido” como las estructuras sociales más duraderas y estables, familia, trabajo o estado; en cambio lo “líquido” representa lo inestable, cambiante y flexible. En este modelo, las relaciones personales se vuelven superficiales, temporales y se encuentran moldeadas por la lógica del consumo. Las redes sociales refuerzan esta liquidez, ya que permiten conexiones amplias pero menos profundas, en donde las interacciones suelen basarse en la apariencia. Esto hace que los sujetos no tengan un modelo estable a seguir, sino que se encuentran en constante construcción y recibiendo estímulos permanentes. La precariedad existente en las relaciones laborales y las formas de vida son cada vez más inestables y temporales, en donde el individualismo se apodera y enfatiza la autonomía individual por sobre los valores colectivos. El consumo, como una cultura direccionada en la búsqueda de generar una satisfacción de forma inmediata, se vuelve un elemento central. Y por último la globalización, donde se considera que el mundo está cada vez más interconectado, lo cual genera nuevos desafíos y oportunidades (Benalcázar & Enriquez, 2024).

Por ende, estas realidades terminan siendo nuevas formas de comunicación líquida, porque abarcan todos los espacios, entornos y posiciones técnicas e ideológicas, donde muchas veces se deja de lado una realidad que busca alcanzar cierto equilibrio entre el mundo real y el

digital (Benalcázar & Enriquez, 2024). En este nuevo contexto de modernidad líquida, los medios digitales presentan tanto desafíos como oportunidades para las relaciones humanas. Se debe superar la superficialidad, y para eso se deben encontrar formas de conectar con un otro más allá de la inmediatez, lo que conlleva a discernir entre información veraz y falsa, en un entorno que se encuentra saturado de estímulos (Benalcázar & Enriquez, 2024). Esta nueva forma de convivir globalmente a la que han llamado aldea global, se caracteriza por un conocimiento en red que se encarga de redefinir los vínculos entre las personas, configurando una sociedad donde internet se convierte en un nuevo enfoque, dando lugar a una cibernsiedad (Pascagaza & Carrascal 2022).

Las redes sociales, surgidas con el auge de Internet, se consolidan como espacios de interacción donde la comunicación comúnmente conocida se traspasa a lo virtual. No solo haciendo posible la conexión inmediata y a largas distancias entre los usuarios, sino también brindando una plataforma para que las personas compartan o publiquen información y contenido personal (Castillo Hernandez, 2023). Aunque cada red tiene objetivos específicos, comparten características comunes, como el anonimato y la facilidad de conectividad frente a una pantalla. Entre ellas, destacan las redes de ocio, teniendo como función potenciar las relaciones sociales que se establecen entre los usuarios (Castillo Hernandez, 2023). Es relevante considerar al ocio como una necesidad humana fundamental (Neef, 1972) para la calidad de vida de las personas. En este tipo de redes, los sujetos dedican gran parte de su tiempo a consumir contenido e interactuar mediante acciones tales como reaccionar, comentar, compartir o guardar publicaciones que resulten de su interés (Castillo Hernandez, 2023). La interacción digital provee a los sujetos de la sensación de que nunca están solos, de que siempre estarán acompañados y pueden obtener lo que necesitan mediante un mensaje. En este escenario, los vínculos se construyen y median por una pantalla, donde los usuarios exponen sus configuraciones personales a partir del narcisismo exhibicionista de sus perfiles, como un objeto que se desea o busca ser deseado, creando imágenes de autovaloración y exponiendo su intimidad para poder de esta forma pertenecer al mundo virtual (Pascagaza & Carrascal, 2022). El reconocimiento de ese otro que se encuentra detrás de la pantalla es lo que mueve a la sociedad actual. Lo que se ha logrado modificar a lo largo de estos años es la forma en la que los sujetos miran, son mirados y se miran a sí mismos, utilizando las nuevas herramientas que proporciona la tecnología para mostrar una “realidad” elegida. De acuerdo a Espinel et al. (2021), se pueden comprender a estos medios como herramientas que superan las barreras de espacio y tiempo, promoviendo una comunicación dinámica, abierta y

participativa, brindando espacios donde se facilitan intercambios inmediatos y fluidos. A diferencia de medios tradicionales como la televisión, donde el receptor adoptaba cierto rol pasivo, las redes permiten a los usuarios involucrarse de manera activa en la producción y circulación de contenidos. La percepción que tienen de sí mismos se encuentra fuertemente influenciada por lo que los otros piensen de ellos, y así fue desde que los sujetos se consolidaron como seres sociales, porque se necesita de un otro para habitar; la personalidad se construye con ese otro.

En la adolescencia, donde se logran configurar ciertas construcciones claves como la autonomía y la pertenencia a la sociedad, cada estímulo recibido a través de los medios, puede generar un impacto significativo, tanto en sentido positivo como negativo (Moreira de Freitas, et al., 2021). En este sentido, es importante que los adolescentes, al igual que los adultos, desarrollen la capacidad de adoptar un enfoque consciente y responsable, donde se aplique cierta selectividad al momento de consumir información nueva, siendo ésta de fuentes confiables y evitando la desinformación. Asimismo, para construir vínculos genuinos, es fundamental fomentar encuentros presenciales que permitan fortalecer las relaciones cara a cara (Benalcázar & Enriquez, 2024). En base a esto surge una interrogante; ¿Se puede alcanzar un equilibrio entre el desarrollo tecnológico y las dimensiones humanas y relacionales del sujeto?

Acompañamiento parental en la adolescencia

A partir de los aportes de los autores mencionados, se comprende que los medios digitales no solo funcionan como herramientas de entretenimiento o información, sino que logran constituirse como espacios de presencia constante para las adolescencias actuales. En este sentido, resulta pertinente poder indagar de qué forma y cómo perciben los adolescentes estos entornos y cuales son las implicancias de su inmersión digital.

La configuración cultural contemporánea evidencia una marcada diferencia entre las experiencias de las adolescencias actuales y las de sus figuras adultas de referencia, como padres, madres o adultos responsables. Si bien la brecha generacional no es un fenómeno nuevo, en la actualidad adquiere rasgos particulares, tanto en su forma como en las razones que la sostienen (Alpízar et al., 2003). Los contextos sociales de los adolescentes actuales difieren de los contextos adolescentes de otras generaciones. En una era donde la globalización y la sociedad líquida gobiernan, se desdibujan las diferencias y los límites y se

encuentra un debilitamiento en los vínculos (Lardies & Potes, 2022). Viñar (2013), percibe a estos adultos en repliegue frente a una adolescencia que es admirada, inhibiendo de este modo el gesto de autoridad necesario que deben emplear para la confrontación generacional, lo que habilita a continuar reflexionando y cuestionando las posibles repercusiones que implican las nuevas realidades vinculares y subjetivas que surgen en el desarrollo adolescente. Según Gamero (2022), aunque la tecnología se ha convertido en algo esencial para la vida cotidiana, también genera una dependencia que puede traer consigo ansiedades y aislamiento. Por ello, las figuras adultas deben procurar estrategias que regulen el consumo tecnológico, sin derivar en prácticas de control.

El surgimiento de una nueva forma de comunicarse basado en lo inmediato, lo visual y lo interactivo ha transformado los modos de vinculación, creando nuevos lenguajes, prácticas y códigos que muchas veces resultan ajenos o incomprensibles para el mundo adulto. Retomando a Bauman (2000), los vínculos en entornos digitales pueden considerarse “líquidos”, en referencia a su carácter efímero, cambiante y superficial, aunque significativos para quienes los experimentan. Uno de los focos de conflicto intergeneracional gira en torno al uso constante y excesivo de dispositivos tecnológicos, y al rol central que ocupan en la vida cotidiana. Las redes sociales, especialmente diseñadas para atraer a los jóvenes, adquieren gran relevancia como espacios de socialización y pertenencia (Gamero, 2022). Sin embargo, se presenta una paradoja: aunque los adolescentes ya nacen inmersos en el entorno digital, no son quienes lo diseñan, sino quienes lo consumen y lo habitan (Prensky, 2001). Esta realidad, complejiza aún más el vínculo intergeneracional, ya que los adultos muchas veces carecen de las herramientas necesarias para comprender los nuevos formatos de sociabilidad.

Estudios recientes demuestran que, de forma general, las familias no logran establecer un control parental en relación al uso de los medios digitales; incluso, en muchos casos, los conflictos se ven relacionados con ese tiempo excesivo en el que permanecen conectados, relacionando esto con la pérdida de tiempo y la consecuencia negativa que deriva a, por ejemplo, un mal rendimiento escolar (Cánovas Pelegrín et al., 2023). Por ello, es fundamental por parte de estos referentes tener la voluntad de auto educarse y aprender todo lo relativo a internet y redes sociales, para así ejercer un adecuado monitoreo, acompañamiento y supervisión (Arab & Díaz, 2015). Cuando las formas de control o supervisión no son adecuadas, en lugar de promover el diálogo, acentúan la desconexión y la incomunicación. Superar esta brecha generacional implica actualizar las formas de comunicación

intergeneracional y asumir una mirada situada sobre las contradicciones que impone la cultura digital (Alpízar & Bernal, 2003). Se requiere construir puentes de comprensión, y promoción de marcos educativos que integren la realidad digital en la que vivimos (Dussel & Quevedo, 2010).

El uso masivo de internet por parte de los jóvenes invita a reflexionar sobre la importancia de los vínculos y la necesidad de desarrollar un enfoque integrador, que contemple tanto los riesgos como las oportunidades que componen esta nueva forma de comunicarse en línea (Arab & Díaz, 2015). Es importante para el desarrollo integral de los adolescentes, tener la capacidad de comprender el lugar que ocupan los medios digitales en el mundo actual, y acompañarlos de manera respetuosa y reflexiva en dicho proceso.

Por otra parte, el papel de responsabilidad que se le concede a los adultos al momento de educar a los adolescentes frente al uso excesivo de internet, puede resultar un poco contradictorio. Esta población también emplea un mal uso de los medios. El fácil acceso a dispositivos electrónicos ha llevado a que cada vez más personas dediquen gran parte de su tiempo a la interacción en redes sociales, volviéndose un comportamiento problemático, cuando el uso altera la vida cotidiana (Parra et al., 2025). Llegan a tener un papel importante en la vida de estos adultos, actuando como espacios de interacción, autoexpresión, acceso y divulgación de información; les facilitan la comunicación y el mantenimiento de vínculos sociales (Parra et al., 2025). En la modernidad líquida descrita por Bauman (2000) o en la sociedad del rendimiento que plantea Han (2013), las figuras referentes ya no encarnan modelos estables, sino que se ven atravesadas por las máximas tensiones de sobreexposición y dependencia tecnológica de los jóvenes. En este contexto, el discurso que se da sobre la responsabilidad individual en relación al uso adecuado de internet pierde estabilidad, ya que ambos grupos se ven inmersos en esta problemática que incentiva la conexión permanente. Por ende, esto revela cierto debilitamiento en el rol del adulto como referente, en tanto su propia relación con las tecnologías se ve marcada por la lógica de la inmediatez que caracteriza al uso adolescente. Cabe entonces preguntarse cómo los adultos pueden ejercer un rol orientador y crítico frente al uso adolescente de las redes, cuando ellos mismos reproducen prácticas de conexión constante que reflejan dificultades similares.

La construcción de la identidad adolescente en tiempos digitales

Se debe tener en cuenta que toda la serie de cambios que se gestan en el adolescente y los factores de la hipermodernidad que lo atraviesan y moldean, generan inestabilidad en el sujeto, quien ve una transformación en lo que implica su rol en el núcleo familiar y en el entorno social en general. Este proceso va a demandar un extenso trabajo de asimilación y reestructuración de su personalidad en todo sentido.

Aberastury y Knobel (1971), plantean que los cambios característicos que se dan en el adolescente lo obligan a reestructurarse de forma permanente, esto implica modificaciones tanto a nivel interno como externo, promoviendo en el sujeto la tramitación de una nueva identidad, aferrándose a su pasado, mientras de forma simultánea se proyecta hacia el futuro. Para Erikson (1982), la identidad adolescente se desarrolla mediante la afirmación y el repudio selectivo de las identificaciones infantiles, y la manera en que el proceso social de la época logra identificarlos. Por lo tanto, para que el adolescente logre conformar su personalidad debe existir una fusión progresiva entre las auto imágenes vividas en la infancia, recapituladas en este período, y poder incorporar de manera paulatina varios elementos como los mandatos, las defensas efectivas, las necesidades libidinales particulares, entre otras, que surgen de la adaptación recíproca de los paradigmas políticos y religiosos. Siguiendo esta línea, Erikson (1982) señala que una de las tareas psicosociales centrales de esta etapa es la resolución del conflicto generado entre identidad y confusión de roles. El joven debe integrar las transformaciones biológicas, psicológicas y sociales para construir un sentido de sí mismo que unifique el pasado y sus expectativas del futuro. Cuando esta integración no se logra, pueden aparecer sentimientos de vacío o falta de dirección. Por ello, el desarrollo de una identidad integrada resulta crucial para el bienestar futuro, ya que permite el establecimiento de vínculos íntimos y relaciones sociales auténticas (Lardies & Potes 2022).

De acuerdo con el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2024), la adolescencia comprende aproximadamente las edades entre los 10 y 19 años, constituyendo una etapa crucial para el desarrollo de la salud física y mental. Durante el transcurso de este período, los individuos experimentan cambios físicos, fisiológicos y psicológicos, dividiéndose en adolescencia temprana (10-14 años), adolescencia media (15-17 años) y adolescencia tardía (16-18 años). Krauskopf (1999) ha profundizado en estos aspectos describiendo la fase temprana como el momento donde la principal preocupación se encuentra en lo físico y emocional, la fase media donde predomina la búsqueda de afirmación

personal y social, y por último la fase tardía caracterizada por una mayor reflexión y orientación hacia el futuro. Esta última resulta especialmente significativa, ya que es donde comienza a evolucionar de un proyecto de vida que es complementario al proyecto familiar, enfrentando procesos personales y sociales que ponen a prueba su independencia. Esta transformación se da en interacción constante con los pares, las figuras adultas y las representaciones sociales que circulan en su entorno. La etapa media, particularmente, se ve atravesada por los medios digitales, que amplían los espacios de socialización y pertenencia, aunque también pueden generar riesgos de desconexión o dependencia (Krauskopf 1999). Según Ives (2014), la etapa tardía de desarrollo adolescente implica una mayor estabilidad emocional y claridad frente a las propias experiencias, disminuyendo los conflictos familiares.

Aberastury y Knobel (1971), afirman que una parte fundamental de la adolescencia es la elaboración de tres duelos por los que el sujeto debe atravesar: el duelo por el cuerpo infantil; el duelo por la identidad y el rol infantil; y el duelo por los padres de la infancia. Éstos exigen al adolescente un importante esfuerzo psíquico, debido a que lo someten al proceso de construcción de su identidad. Pasar de la posición infantil de encontrarse "en" el mundo evoluciona a situarse en "perspectiva" frente a él, permitiendo cierto alejamiento para ver las cosas con más claridad. Esto significa que puede "re-flexionar", volver la mirada sobre su propia forma de pensar y ser, así como sobre la de los demás (Krauskopf, 1994).

En este recorrido, las figuras parentales también atraviesan un duelo simbólico, deben aceptar el desprendimiento de aquel hijo-niño para establecer un nuevo vínculo con el hijo adolescente (Vega, 2023). La crisis adolescente incluye tanto a los padres como al hijo al mismo tiempo, donde se exige atravesar por diversas elaboraciones psíquicas. Es posible que se trate de un doble duelo; el abandono, que genera la dependencia de los adolescentes y el duelo de los padres, al desprenderse del hijo-niño y poder lograr una relación diferente con el hijo/a adulto (Vega, 2023). Los referentes parentales tienen una tarea difícil, debido a que no sólo deben acompañar al adolescente a través de esta etapa, sino también reinventar su lugar, lo cual se vuelve necesario para la reorganización familiar.

La posibilidad de contar con espacios donde pueda tomar decisiones sin imposiciones adultas contribuye a la consolidación de una identidad coherente. Con el tiempo, a medida que se va consolidando y se reconoce a sí mismo y a los demás de su propio estilo, la intensidad y ambivalencia propias de esta etapa tienden a disminuir, dando lugar a una mayor integración personal (Vega, 2023). Las elaboraciones psíquicas que experimenta el sujeto producen un profundo trabajo de historización, de construcción y reconstrucción sobre lo vivido. El

período adolescente constituye así un proceso de reelaboración identificatoria entre lo heredado y lo nuevo, entre un tiempo anterior y un tiempo actual. Aquí el desarrollo de la autonomía es fundamental, ya que marca el tránsito del niño a un sujeto pensante y crítico, capaz de construir pensamientos y decisiones propias. En este proceso, suelen adoptar distintos modos de identificación, algunas con rasgos añejados y otras adultas. Se presentan emociones contradictorias y a veces paradójales, omnipotencia-impotencia, certeza-incertidumbre, fortaleza-debilidad, soberbia-inocencia, ternura-odio (Vega, 2023).

En la actualidad, dentro del ámbito de las redes sociales y las nuevas tecnologías en general, el concepto de identidad ha adquirido un nuevo desarrollo. Los individuos han encontrado en Internet diversas alternativas para presentarse frente a los demás, en parte por la invisibilidad y anonimato que estos medios permiten, lo cual puede generar efectos positivos o negativos según las circunstancias que se planteen (Padilla, 2023). Participan en la construcción de identidad en la medida en que ofrecen respuestas a tres preguntas esenciales para la vida de estos adolescentes: “quien soy”, “quien podría ser” y “quién quiero ser”. Es precisamente en el ámbito digital donde los jóvenes despliegan su visibilidad como actores sociales (Morduchowicz, 2018). A partir de ello surge el concepto de identidad digital, entendido como aquello que las personas muestran en redes sociales, y que no siempre coincide con su autopercepción real.

Diversos autores sostienen que los adolescentes constituyen un grupo particularmente vulnerable frente al uso de Internet y las redes, debido a los profundos procesos de transformación subjetiva que experimentan en esta etapa, donde la tarea central se encuentra ligada a la construcción personal y socialmente aceptada (Lardies & Potes, 2022). Esta construcción se configura a través de un interjuego entre factores personales y sociales, donde el modo en el que el sujeto se percibe, o cree que lo perciben los demás, genera representaciones de sí mismo que funcionan como fuentes para los modelos de identificación (Lardies & Potes, 2022). Aquí, el adolescente logra atravesar procesos complejos que implican diferenciación y redefinición del yo, fuertemente influenciados por las posibilidades y presiones que ofrecen los espacios digitales, donde se exponen, representan y comparan de manera constante. Estos espacios, si bien permiten explorar distintas facetas del yo, también introducen desafíos vinculados con la autenticidad y la aceptación (Espinel et al., 2021).

Según Erikson (1968), la configuración del yo constituye un proceso dinámico y relacional, mediante el cual el sujeto construye su sentido de identidad a partir de la interacción que surge con los otros y con el entorno sociocultural. La flexibilidad que ofrecen las redes puede

facilitar la experimentación y la autoexpresión, pero también implica riesgos, ya que la posibilidad de adoptar múltiples identidades puede disolver los límites entre lo real y lo representado. Las plataformas digitales funcionan así como escenarios donde se gestiona la imagen personal y se modelan aquellos aspectos de la personalidad que se buscan exhibir.

La noción de “performance identitaria” (Sevilla et al., 2017) resulta útil para comprender este fenómeno: el yo digital se convierte en una puesta en escena, orientada a obtener visibilidad y reconocimiento. Esta idea proviene de las artes plásticas y se enmarca en la modalidad de arte en acción, donde el artista pone en juego acciones en el espacio, combinando diferentes lenguajes y objetos, con el objetivo de provocar alguna reacción frente al espectador. Esta idea puede ser valiosa en la medida que implica una reflexión acerca de lo que se muestra de uno mismo en las redes sociales.

En los entornos virtuales, la identidad se representa, se edita y se gestiona, implicando la capacidad de controlar la visibilidad, la reputación y la privacidad (Lardies & Potes, 2022). En esta búsqueda, los adolescentes procuran responder a preguntas fundamentales sobre quiénes son, a qué grupo pertenecen y qué valores los definen. Las instituciones de socialización, primero la familia y luego la escuela, desempeñan un papel central en este proceso, ya que ofrecen marcos normativos que delimitan lo aceptable dentro de la comunidad (Alpízar & Bernal, 2003). Desde la teoría del desarrollo, Ives (2014) sostiene que esto no se construye de manera aislada, sino en interacción con el contexto social. La familia, la escuela, los medios y ahora las redes configuran el entramado simbólico donde se articulan valores, deseos e ideales del sujeto. Es por eso que no se presenta como una construcción finalizada, sino como un proceso continuo que se reconfigura constantemente, en especial cuando los entornos en los que se habita son tan cambiantes e interconectados como en la actualidad.

La validación que antes se daba solo de manera presencial, en el presente transcurre a través de una pantalla, ya que los perfiles que se van creando en estos medios ofrecen un lugar que permite su exploración y la exposición del yo (Lardies & Potes, 2022). Resulta pertinente considerar que esta capacidad de moldear la propia identidad en entornos digitales no solo refleja una búsqueda de aceptación, sino que también pone en evidencia la fragilidad que puede adquirir esa construcción cuando se encuentra mediada por la mirada del otro. En este sentido, la presencia pública a modelos idealizados y la posibilidad de encarnar múltiples versiones de sí mismo podrían dificultar el desarrollo de una estructura del sujeto coherente y

sostenida en el tiempo. El comportamiento que los adolescentes muestran en estos medios posiblemente sea un deseo de ser visto y aceptado, donde de manera paralela, se construyan a partir de la mirada de ese otro. Poder observar la interacción en redes, las características y la atracción particular que generan es relevante para poder evaluar la incidencia que tienen sobre sí mismos, y las diversas formas que utilizan para experimentar amistades (Lardies & Potes 2022). En este marco y según lo descrito, lo planteado por Martín-Cárdaba et al. (2024) describe que los jóvenes tienden a ser más influenciados por la visibilidad que existe en estas plataformas, ya que reciben indicaciones de cómo actuar, cómo deben verse físicamente y determinados factores que pueden llegar a moldearlos. Existe una presión a la que se encuentran sometidos, donde se presenta una incapacidad de poder frenar y detenerse para tomar conciencia y valorar la vida real. Horas navegando por internet provocan en ellos intercambios que no serían posibles de no existir la tecnología. En plataformas como Instagram o TikTok, seleccionan cuidadosamente qué aspectos mostrar de su vida, qué ocultar y cómo ser percibidos. Esto da lugar a una personalidad que puede ser ambigua o fragmentada, especialmente cuando la representación online no coincide con la experiencia subjetiva real. Es por esto que muestran cierta sensibilidad hacia las imágenes que circulan en estos medios de comunicación, actuando como espejos simbólicos (Espinel et al., 2021). Estas imágenes no solo ofrecen información, también funcionan como referencias al momento de dicha construcción. Es la representación de la personalidad pero en un espacio virtual, por lo tanto implica una capacidad de gestionar la visibilidad, reputación y privacidad que se tiene de sí mismo (Lardies & Potes, 2022).

Si bien es importante destacar que esta construcción identitaria digital puede potenciar la creatividad, la expresión personal y la conexión con otros, también se encuentra mediada por algoritmos, tendencias y discursos normativos que operan como formas sutiles de control (Han, 2013). Se encuentra atravesada por tensiones propias que presenta una sociedad, las cuales promueven una exposición constante y de rendimiento emocional. Tener la capacidad de comprender estas dinámicas resulta primordial al momento de pensar nuevas formas de acompañamiento y educación para estos individuos en desarrollo, y que permitan recuperar esos espacios de reflexión y autonomía. Las redes sociales ofrecen a los jóvenes nuevos contextos en los que además de explorar aspectos de su personalidad, pueden crear distintas identidades.

Repensar el concepto de nativos digitales

En el presente, existe una tendencia a considerar digitalizadas a las personas nacidas a partir de la década de los años ochenta del siglo XX, a las que se les aplica el apelativo de nativos digitales (Haz-Gómez et al., 2024). Sin embargo, el simple hecho de ser contemporáneo a los procesos de digitalización no garantiza un conocimiento o acceso a las TIC.

Autores como Prensky (2001) hacen referencia a los nativos digitales como sujetos que nacieron en la era digital y son usuarios permanentes de las tecnologías. Se describen como individuos que sienten atracción por todo lo que se vea relacionado con los nuevos conocimientos en este ámbito, ya que satisfacen sus necesidades de entretenimiento, información, comunicación, diversión y también su formación como sujetos. No conocen otro método de buscar la información que no sea de forma inmediata, donde de manera simultánea son capaces de buscar en distintas fuentes; tienen poca tolerancia a la frustración y un gran nivel de ansiedad a la hora de encontrar lo que necesitan. En su niñez, han logrado construir conceptos de espacio, tiempo, número y mente a partir, específicamente, de los objetos digitales que los rodean, pertenecientes a un entorno que se encuentra altamente tecnificado. Los nativos digitales se sienten cómodos a la hora de realizar distintas actividades de manera paralela, ya que no se permiten el tiempo de espera. Se encuentran inmersos en una cotidianidad del anonimato, la ausencia de la comunicación no verbal, el tiempo y el distanciamiento físico. El no poder ser identificado, les brinda una posibilidad de ocultar su verdadera imagen personal y social, y mostrarse con lo que uno verdaderamente quiere construir, un posible personaje irreal. Esto les da la posibilidad de interactuar ocultando su verdadero nombre o utilizando un apodo (Prensky, 2001).

Se debe diferenciar entre nativos digitales competentes, siendo estos proactivos, con dominio y conocimiento, y, por otro lado, los falsos nativos digitales, a quienes se definen como un grupo que no fue educado en el pensamiento crítico y manejo racional de lo que conlleva el uso de las TIC (Haz-Gómez et al., 2024). Busquet y Uribe (2012), (como se cita en Haz-Gómez et al., 2024) introduce un matiz importante, ya que afirma que sería un error pensar en que solo por el simple hecho de nacer en la era de la digitalización se dispone de capacidades y conocimientos expertos de manera natural. Este autor señala que los conocimientos en los individuos suelen ser limitados y generales, a pesar de que admite que los nativos digitales tal vez tengan habilidades en el manejo de dispositivos táctiles, aunque

con carencias en la racionalización de procesos y contenidos.

Si bien es importante considerar el concepto de “nativos digitales” como ampliamente difundido para referirse a estas generaciones que crecieron en estas sociedades, resulta importante señalar que esta categoría puede resultar un tanto reduccionista y poco precisa al momento de posicionarse y analizar de manera profunda las experiencias y vivencias reales de los adolescentes. Autores como Morduchowicz (2018) problematizan si verdaderamente todos los jóvenes son “nativos digitales” y cuestionan el alcance homogeneizador y su tendencia a idealizar a los jóvenes como expertos digitales. Cuestiona que se pone énfasis en la edad pero no se dice nada sobre las competencias y las capacidades, que en realidad son las que definen cuando un chico es un nativo digital. Si un adolescente no sabe diferenciar entre fuentes confiables y las que no, o si “copia y pega” información sin tener la capacidad de analizarla, no puede recibir el nombre de “nativo digital”, a pesar de haber nacido en el 2000 (Morduchowicz, 2018). Solo puede ser definido como tal, cuando es capaz de utilizar todo el potencial de Internet de manera reflexiva y creativa.

Esta idea de que los jóvenes de la actualidad tienen un dominio “innato” sobre las nuevas tecnologías, ignora ciertas desigualdades que existen de acceso a estos medios, también las diferencias de los usos y significados que se construyen alrededor de lo digital. Por ende, estos falsos nativos digitales, en muchos casos, pueden llegar a sufrir procesos de exclusión digital, derivando a una exclusión social. Diversos estudios han comprobado que los grupos de adolescentes y jóvenes no siempre disponen y usan los dispositivos para conectarse a internet, siendo estas acciones aplicadas a los denominados nativos digitales (Haz-Gómez et al., 2024). Es fundamental considerar dimensiones sociales, educativas y subjetivas que existen entre las adolescencias y la tecnología, ya que no todos obtienen la misma posibilidad de adquirirla.

Es importante tener la capacidad de generar espacios donde la reflexión juegue un papel central, donde estos jóvenes tengan la libertad de poder cuestionar de forma crítica las imágenes, discursos y modelos que consumen y reproducen día tras día. Acompañarlos en este proceso no implica posicionarse desde una postura de controlar sus prácticas digitales, sino brindar herramientas para que puedan generar una construcción genuina, con cierta autonomía y un bienestar emocional positivo.

Lenguajes digitales y nuevas formas de vinculación en la adolescencia

A lo largo de la vida, es difícil escapar del fenómeno natural y propiamente dicho que representa la neología (Giraldo Ortiz, 2016). Esencial para la vida de una lengua, la neología logra hacer realidad al objeto a lo largo de la existencia. El niño, neologizara para expresar sus deseos y el léxico que le falta. Los adolescentes, siempre en busca de un estilo personal e identidad, también tienden a un fuerte deseo de neologizar, a construir y delimitar de manera verbal su universo mediante la transgresión de la lengua ya normalizada de los adultos, siendo oral o escrita (Giraldo Ortiz, 2016). Sin saberlo, se entrenan en la manipulación de la lengua para poder dominarla mejor, mediante procesos tales como la abreviación.

En suma, la neologización logra integrarse en un conjunto de reacciones naturales en función de la edad, la experiencia personal y la comunidad en la que se expresan, también en función al dinamismo que presentan los diferentes períodos de la historia (Giraldo Ortiz, 2016). Justamente de esto se trata el estilo juvenil, que las expresiones utilizadas logren distinguirlos como grupo etario y a sus pares, de otros hablantes que tengan diferentes edades (Cantamutto, 2023).

Es por esto que al hablar sobre identidad adolescente, es relevante poder mencionar el uso del lenguaje y los códigos comunicativos que estos sujetos emplean, ya que es una parte fundamental de la formación y conexión de cualquier generación (Macias & Utreras 2024). Como se mencionó anteriormente, la sociedad actual, según expone Bauman (2000) se caracteriza por encontrarse en la era de la modernidad líquida, es por eso que se considera a las redes sociales como un poderoso actor que transforma la interacción entre las personas (Benalcázar & Enriquez, 2024). Esto ha traído consigo un intercambio mucho más fluido al momento de transmitir ideas, con comunicados breves y mensajes cortos, fotos o emojis, limitando la expresión de emociones complejas y la construcción de entendimientos profundos. En este escenario, la virtualidad ha llegado a potenciarse a un ritmo al que quizá la sociedad y los individuos no estaban preparados, lo que trae como resultado aceleración en las transformaciones de los vínculos humanos (Quintero, 2021). La innovación juvenil de las estrategias digitales se puede vincular con la constante actualización de las aplicaciones que se adaptan a las necesidades comunicativas presentes en los usuarios. De este modo, la virtualidad llegó a acelerar las transformaciones que ya se venían gestando en la composición de los vínculos sociales. Esta generación posiblemente sea conocida por la capacidad que tienen de crear y adoptar nuevos términos y expresiones lingüísticas. Logran cambiar palabras, inventarlas, modificar el significado de términos ya existentes o adoptar un lenguaje

específico de subculturas (Macias & Utreras, 2024). Las herramientas de retroalimentación automática que ofrecen estos medios, y los recursos disponibles, ya sean emojis, stickers, entre otros, se logran combinar con elementos verbales en la definición de los estilos digitales (Cantamutto, 2023).

La utilización de símbolos y memes les permite poder comunicarse entre ellos y generar confianza entre el grupo de pares, creando una cultura en línea que los hace distinguirse de las generaciones anteriores. Así, estas habilidades funcionan como herramientas que pueden adaptarse y combinarse de manera creativa para poder expresar sus ideas y emociones (Macias & Utreras, 2024). En este caso, los memes son utilizados como una nueva forma de comunicación simbólica; se emplean para expresar emociones y opiniones de manera rápida y efectiva, aprovechando la naturaleza visual y atractiva que contienen. Por otro lado, los emojis logran transmitir matices emocionales en sus mensajes, complementando el texto y ayudando a crear una conexión más profunda y significativa entre los interlocutores (Macias & Utreras, 2024).

La expansión de los teclados y las pantallas produjo la aparición de nuevos rasgos en el estilo digital. El uso de un lenguaje multimodal en redes les permite enriquecer los mensajes con los elementos mencionados anteriormente. Sin embargo, esa dependencia que generan con componentes visuales, puede llegar a limitar la capacidad de expresar ideas de forma precisa en contextos más formales, en donde es esperable un mensaje escrito claro y completo sin un apoyo visual. En el ámbito educativo, los docentes manifiestan que los adolescentes trasladan ese lenguaje digital al aula, lo cual perjudica la escritura, como omisión de tildes, uso incorrecto de signos de puntuación y una mejor precisión en el vocabulario (Ferrández & Belda, 2025).

Uno de los aspectos más destacados de esta generación es la forma en la que se comunican por Instagram, utilizando abreviaturas para suplantar las palabras, como una forma simbólica de expresar sus ideas de manera rápida y sencilla. El lenguaje que utilizan en esta red se encuentra en constante evolución, ya que están siempre creando y adaptando nuevas formas de expresarse, lo que puede reflejar la capacidad que tienen de innovar y adaptarse al entorno digital (Macias & Utreras, 2024). El empleo de la lengua por parte de los adolescentes considera el uso de recursos que logren fortalecer la identidad de quienes intervienen en la comunicación, como del grupo social en el que se inscriben, usando marcas que favorecen la solidaridad intragrupal (Cantamutto, 2023). La formulación de las abreviaciones se ha ido transformando, paulatinamente, en recursos expresivos que resultan mucho más difíciles de identificar. Este mecanismo funciona como una herramienta más para

la composición de la identificación, como actores principales al momento de diferenciarse de los adultos y el sentirse parte de algo, refleja una capacidad para crear símbolos que representan sus experiencias y los valores que los caracterizan.

Riesgos y potencialidades en los medios digitales

En la búsqueda de respuestas a sus necesidades, los adolescentes podrían establecer una relación estrecha, casi dependiente, a herramientas como las redes sociales, quizá tratando de encontrar un espacio que les facilite el proceso de integración, conexión y pertenencia con otros (Acevedo, 2024). Lo que resulta realmente complejo es de qué forma respetar la delgada línea que existe entre usarlas para favorecer una interacción y entretenimiento sanos, o utilizarlas para venderle al mundo una imagen de sí mismo que puede estar muy alejada de lo que la persona realmente es y su esencia en el mundo, fuera de las pantallas. Esta situación lleva a plantear desafíos en términos de salud mental para estos jóvenes, quienes se enfrentan a un entorno digital que cada vez es más complejo y demandante (Aucapiña & Campodónico, 2024).

Es interesante poder adentrarse en lo que para estos jóvenes conlleva la exposición en redes y el impacto que tienen sobre su propia autoestima. Poder analizar cómo los contenidos allí expuestos influyen en su bienestar emocional y la percepción que tienen de ellos mismos, resulta fundamental para poder comprender otro de los tantos desafíos que se presentan en la actualidad. La autoestima constituye un factor relevante y valorativo en el ser humano, que se va forjando poco a poco, pasando por instancias de cambio y aprendizaje. Son aquellos sentimientos, pensamientos y experiencias que sobre uno mismo se han ido recogiendo o interiorizando a lo largo de la vida (Silva-Escorcía & Mejía-Pérez, 2015). Dependiendo de cómo se reciban y procesen estas percepciones, puede ser un factor protector o todo lo contrario, en la medida que podrían haber alteraciones en el desarrollo de los jóvenes, a partir de las comparaciones de sí mismo con su entorno (Casanova-Garrigós et al., 2025).

Como se fue exponiendo a lo largo del ensayo, el adolescente se encuentra en una etapa en la que busca aceptación, y un factor de gran importancia es el cuerpo y la imagen que se tiene del mismo. Esta imagen resulta fundamental para alcanzar cierta popularidad en las redes sociales. Se entiende el concepto de imagen corporal como una actitud dirigida hacia el tamaño, forma y apariencia del propio cuerpo, que incide de manera notable en cómo se ven, interpretan y valoran a sí mismos como personas. Así, la percepción de la imagen

corporal se encuentra relacionada con ciertos mensajes contextuales recibidos de la familia y amigos, teniendo dos componentes importantes, uno físico y otro psicosocial (Casanova-Garrigós et al., 2025). Como afirman Silva y Mejía (2015), cuando los adolescentes perciben una discrepancia entre su autoimagen y la imagen idealizada que predomina en el entorno digital, pueden experimentar sentimientos de frustración, exclusión o insuficiencia. Esta comparación social descendente puede derivar en inseguridad, ansiedad o incluso cuadros depresivos, especialmente cuando el proceso de autoconstrucción aún no se encuentra consolidado. Al hablar sobre esta comparación resulta pertinente poder indagar lo narrado hasta ahora con el fenómeno de los “influencers”, siendo figuras que encarnan modelos de admiración dentro de los medios digitales. Martín-Cárdaba et al. (2024) señalan que los influencers pueden convertirse en referentes significativos para los jóvenes, moldeando sus aspiraciones, gustos y comportamientos. Esta identificación, cuando no va acompañada de una mirada crítica, puede limitar la construcción de la autenticidad. Estos usuarios son considerados figuras públicas, es decir que su vida y acciones están expuestas ante el ojo público; por medio del contenido creado y difundido estos buscan influir sobre los consumidores (Castillo Hernandez, 2023). El hecho de que muchos de ellos sean también jóvenes, facilita el desarrollo de admiración y que sus seguidores logren sentirse de cierta forma identificados, de modo que se convierten en modelos a seguir.

Este fenómeno puede derivar en otra problemática que presentan los medios digitales, y son los trastornos de conducta alimentaria (TCA). El “influencer” muchas veces comparte un estilo de vida que promueve ciertas conductas obsesivas e irreales, haciendo que el adolescente en pleno crecimiento absorba esa información como correcta. De hecho, en 2020 la OMS publicaba en relación con los TCA, que regularmente se inician durante la adolescencia, con una incidencia mayor en mujeres que en hombres (Villar del Saz Bedmar & Baile Ayensa, 2023). La difusión de estereotipos corporales y patrones estéticos que llevan a promover la delgadez como lo perfecto, logran una internalización de información que socialmente es admitida como uno de los grandes ejes sobre los que se construye la insatisfacción corporal en la adolescencia (Villar del Saz Bedmar & Baile Ayensa, 2023). Esta insatisfacción corporal es una de las variables más estudiadas y relacionadas con el TCA. De Vries et al. (2016) estudiaron la relación existente entre el uso que se le da a las redes sociales y la insatisfacción en la imagen corporal que esto genera en adolescentes. Consideraron que una de las variables que debían tenerse en cuenta era la recepción de comentarios que estuvieran relacionados con la apariencia por parte de los pares y el valor que estos le daban (Villar del Saz Bedmar & Baile Ayensa, 2023). Dichos autores consideran

que el contacto con los otros, la sobreexposición de la imagen a comentarios y recepción de mensajes sesgados que perpetúan los estereotipos de belleza ya establecidos sobre la delgadez, parecen relacionarse con la construcción de la imagen corporal negativa y un mayor deseo a bajar de peso.

Se podría definir a los dispositivos y plataformas como potenciadores de la primacía de la imagen sobre la palabra. De cierta forma, el adolescente se “narra” a través de estas imágenes. Entre otras, la selfie pretende la perfección, siendo reproductora de cánones de belleza y de espacios de inclusión en donde la figura corporal ocupa un lugar central (Vega, 2023). Es probable que el uso de este tipo de fotografías, de filtros o la edición de las mismas, formen parte de rituales simbólicos, buscando generar pertenencia y aceptación en su entorno (Espinell et al., 2021).

Siguiendo con los riesgos que conlleva el consumo excesivo, el uso problemático de internet se define como un patrón comportamental que incluye la necesidad urgente de poder conectarse y de hacerlo en reiteradas ocasiones. De su utilización, deriva el uso de internet como mecanismo de evasión y el reemplazo de relaciones sociales por estar conectado (Fernandez et al., 2024).

Dada la condición de activos digitales y la forma de crianza que tuvieron en relación a entornos tecnológicos, los adolescentes se convierten en sujetos especialmente susceptibles a este uso problemático. Su constante empleo, junto con la irresponsabilidad y utilización desmesurada, podría generar una adicción. Este uso excesivo podría traer consigo aislamiento, desinterés por otros aspectos, trastornos de conducta, inestabilidad económica, sedentarismo y también obesidad (Gamero, 2022). Es decir, cuando una persona es adicta no logra encontrar disconformidad frente a la actividad que provoca su adicción, por el contrario, considera todos los aspectos provechosos en el acto y esto potencia el aislamiento, incluyendo otros factores que lo afectan socialmente. Autores afirman que estos medios pueden convertir al individuo en sujetos asociales, en la medida que eluden un diálogo cara a cara manteniendo la distancia con un otro (Gamero, 2022).

En esta misma línea, Moreira de Freitas et al. (2021) advierten que el uso continuo e intensivo de las redes sociales puede llegar a provocar cierta dependencia tecnológica en estos sujetos, ya que los jóvenes afirman que las utilizan en cualquier espacio a toda hora. Plantean que además de exponer a estos sujetos a riesgos como el cyberbullying, depresión, cambios de humor y comportamiento, favorecen la posible aparición de otros problemas de salud, como el pánico, fobia social y aislamiento.

Por otro lado, desde una postura positiva, los entornos digitales pueden ofrecer espacios de exploración, auto expresión y pertenencia. Tal como señala Scolari (2018), aquí se presentan distintas formas de representarse y conectar con otros, lo cual puede favorecer el reconocimiento propio y el desarrollo de un yo más plural y reflexivo. Asimismo, estos medios no solo brindan conocimiento, sino que también son productores de ese conocimiento. Siguiendo con Scolari (2018), esta lógica comunicativa horizontal transforma a estos jóvenes en actores activos de sus procesos culturales y tecnológicos, lo que les permite un gran fortalecimiento en su autonomía y creatividad. Moreira de Freitas et al. (2021) plantean que estos medios permiten el surgimiento de nuevas amistades, ofreciendo espacios para conocer gente y estar conectados con varias personas al mismo tiempo. Pueden funcionar como fuentes de información, noticias, investigación, teniendo también la posibilidad de producirla, compartiendo experiencias y percepciones de forma fácil y rápida. Dentro de lo positivo han facilitado el mantenimiento y la conexión de relaciones a distancia, donde muchos sujetos pueden encontrar apoyo emocional, afectivo para combatir sus problemas, exteriorizando sus emociones y sus vivencias (Benalcázar & Enriquez, 2024). De igual forma, estas plataformas ofrecen oportunidades para la creatividad, el activismo y la construcción de comunidades virtuales en torno a los intereses compartidos. Se ha comprobado que los jóvenes pueden utilizar estos medios para impulsar cambios sociales, promover la conciencia de asuntos importantes y problemáticas comunitarias, y la participación en debates sociales (Macias & Utreras, 2024).

Desde un posicionamiento crítico, si bien resulta necesario tener la capacidad de reconocer la potencia que generan las redes, también es importante advertir que su forma algorítmica de consumo ininterrumpido, tienen como objetivo maximizar la atención y el tiempo de conexión, generando más dependencia en estos sujetos sin contemplar los efectos subjetivos que genera. Desde esta perspectiva y en diálogo con los autores anteriormente citados, la hiperconectividad, si no es utilizada de manera correcta y sana, puede potenciar formas de soledad e inseguridad emocional, transformando la experiencia relacional en una dinámica de exposición continua y evaluación permanente por un otro.

En este marco, el rol de las familias, docentes y profesionales de la salud mental resulta clave. Poder brindar herramientas para interpretar críticamente los mensajes que circulan en redes, fomentar el desarrollo de una autoestima sólida y generar espacios de contención afectiva, son estrategias fundamentales para acompañar a los jóvenes en este proceso. El objetivo no es evitar su uso, sino ayudar a construir una relación saludable con ellas, donde la

configuración del yo y la autoestima puedan desarrollarse de manera libre, plural y respetuosa. Por lo tanto, es necesario comprender que los medios digitales no son en sí mismos ni positivos ni negativos, sino que su impacto dependerá del modo en que son utilizados. Habrá que considerar también la situación particular que esté viviendo el adolescente involucrado, su experiencia personal y la manera en que sus necesidades están siendo resueltas en su entorno inmediato (Acevedo, 2014).

Reflexiones finales

El recorrido realizado por el presente ensayo, permitió profundizar sobre cómo los medios digitales intervienen en la construcción identitaria de los adolescentes, abriendo un camino de interrogantes y reflexiones que pretenden invitar a continuar ampliando en la temática. Es importante preguntarse ¿De qué manera se sienten estos jóvenes al ser expuestos constantemente? ¿Se cuestionan el peligro que conlleva tanta exposición en las redes? ¿De qué forma la opinión de los demás afecta la construcción de su identidad?

El análisis de los aportes teóricos y empíricos logran demostrar que estos espacios digitales sin duda presentan escenarios privilegiados de socialización, validación y exploración de sí mismos. Aquí se pueden ver entrelazados infinidad de factores, como la pertenencia, el reconocimiento y la diferenciación que, según autores como Bauman (2000) y Han (2013), reflejan una subjetividad que está marcada por la tensión entre la búsqueda autenticidad y exposición, entre pertenencia y dependencia de la mirada del otro. Las redes funcionan así como espejos múltiples donde el yo se proyecta, se edita y se redefine a partir de la retroalimentación social.

Es importante entender que a pesar de haber nacido en la era digital, (los adolescentes) se encuentran en una compleja dualidad, donde son guiados y escuchados por adultos que no tienen las mismas herramientas que ellos, que pertenecen a otra lógica comunicacional y emocional, teniendo concepciones diversas con respecto a la exposición en las redes sociales y a las nuevas formas que tienen de vincularse. Esta brecha generacional no debe abordarse desde el control, sino desde el diálogo. Es por esto que la escucha activa por parte de las generaciones anteriores, sería de gran ayuda, en donde el adolescente se sienta con la libertad de expresar lo que siente y saber que será escuchado con empatía y respeto; donde exista la supervisión de alguien que guíe, eduque o module el acceso a todas las herramientas tecnológicas a las que estos jóvenes se pliegan gran parte del tiempo. El adulto debe encontrar la manera de acompañar sin invadir, y solo así se podrá construir un puente

intergeneracional que habilite esa reflexión conjunta sobre los modos de habitar lo digital.

Las redes sociales han logrado emerger como un componente vital en la vida de estos jóvenes. La interacción que se genera en estos espacios no solo proporciona sentimiento de pertenencia y conexión, sino que también ofrece oportunidades de crecimiento personal. Estos medios ofrecen grandes oportunidades para la expresión y el vínculo, pero también instauran nuevas formas de control y autoexigencia. Las herramientas tecnológicas tienen cierto efecto transformador, actuando y modificando directamente la personalidad en estos sujetos que se encuentran en pleno crecimiento.

De igual forma, el análisis permitió evidenciar la ambigüedad inherente de los medios digitales. Si bien promueven la conexión, creatividad y expresión, también potencian la ansiedad la comparación constante y la dependencia de la aprobación externa, posiblemente generando patologías como ansiedad, depresión, trastornos de conducta alimentaria, aislamiento, exclusión, entre otras. Los modelos idealizados que circulan en estas plataformas en cierta medida perjudican la percepción y el bienestar emocional de los individuos, generando complejos e inseguridades, contribuyendo a la creación de identidades que se ven atravesadas por la mirada del otro, y por las lógicas del reconocimiento dado virtualmente. Esto lleva a pensar que la construcción del sí mismo se vuelve un proceso que se encuentra mediado por la exposición y la retroalimentación digital, donde esta identidad se redefine constantemente. Con esto resulta importante destacar la diferencia de impacto de estos medios según el género, donde se evidencia que los medios digitales reproducen y refuerzan ciertos estereotipos y mandatos sociales que afectan de manera diferenciada a varones y mujeres. Las mujeres presentan más disconformidades con su imagen corporal que los varones, mayormente consumiendo imágenes que no son reales o que buscan la perfección. Los ideales de belleza y éxito que circulan en estas plataformas refuerzan mandatos y estereotipos, las representaciones del cuerpo y la belleza continúan ejerciendo una influencia significativa en lo que respecta a la imagen corporal, y en la forma en la que estas adolescentes se perciben y buscan ser percibidas, lo que permite plantear la necesidad de seguir problematizando la relación entre género, imagen y subjetividad en la era digital.

Comprender el modo en el que estos adolescentes construyen su identidad en el espacio digital implica también interrogar qué lugar ocupan los adultos en esta nueva cultura de la visibilidad. Tal vez el verdadero desafío radica en aprender a establecer un vínculo más humano en medio de una hiperconectividad que, paradójicamente, tiende al aislamiento. A

futuro, se vuelve imprescindible promover una educación digital crítica que no solo se enfoque en enseñar el uso técnico de las plataformas, sino que se genere un espacio donde se pueda reflexionar sobre los efectos emocionales, relacionales y sociales. Aquí las instituciones educativas y los espacios familiares deben integrar la alfabetización digital como herramienta para el desarrollo de una ciudadanía consciente, que se tenga la capacidad de reconocer los mecanismos de influencia y control que operan en el entorno visual.

El reto contemporáneo consiste en aprender a habitar lo digital sin perder la humanidad, construyendo espacios donde la tecnología sea una herramienta de expresión y encuentro, y no un espejo que distorsiona la propia imagen, el reflejo de uno.

Referencias

- Aberastury, A. y Knobel, M. (1971). La adolescencia normal. Un enfoque psicoanalítico. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Acevedo Niño , D. A. (2024). Adolescencia y Redes Sociales: Entre Riesgos y Oportunidades. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 6241-6257. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.1104.
- Alpízar, Lydia, & Bernal, Marina. (2003). La Construcción Social de las Juventudes. Última década, 11(19), 105-123. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-22362003000200008>
- Arab, L. E., & Díaz, G. A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Condes*, 7–13.
- Aucapiña, E., & Campodónico, N. M. (2024). Revisión sistemática sobre la influencia de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes. *Revista de Psicología UNEMI*, 73-87.
- Bauman, Z. (2000). Modernidad líquida. Fondo de cultura económica.
- Benalcázar Caizapanta, A. B., & Enriquez Fierro, C. S. (2024). El impacto de las redes sociales en las relaciones humanas en la modernidad líquida. *Religación: Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 9(41).
- Cánovas Pelegrín, R., Ballesta Pagán, F. J., & Ibañez López, F. J. (2023). Percepción de los adolescentes sobre el consumo de redes sociales.
- Cantamutto, L. M. (2023). Estilo digital, lenguaje juvenil y gestión de vínculos: Del lenguaje SMS al modo sticker.
- Casanova-Garrigós, G., Torrubia-Pérez, E., Cañellas Reverté, N., Capera Fernández, J., Mora-López, G., & Albacar-Riobóo, N. (2025). Influencia de las redes sociales en la imagen corporal de adolescentes: una revisión integrativa. *Enfermería Global*, 24(75).
- Castillo Hernández, S. E. (2023). El lenguaje en uso de la red social TikTok y su significación en los adolescentes de la Primera Iglesia Bautista Filial de la ciudad de Baños de Agua Santa.
- Dussel, I., & Quevedo, L. (2010). Educación y tecnologías en tiempos de pandemia: una cartografía crítica. *Revista Iberoamericana de Educación*, 62(1), 1–18.
- Erikson, E. H. (1985). El ciclo vital completado. In *El ciclo vital completado* (pp. 141-141).

- Espinel, G, Hernández, C y Prada, R. (2021). Usos y gratificaciones de las redes sociales en adolescentes de educación secundaria y media: de lo entretenido a lo educativo. *Encuentros*.
- Fernández-García, E., Cava, M. J., Buelga, S., & Carrascosa, L. (2024). Emociones, uso problemático de internet y exposición de la intimidad en redes sociales en jóvenes. *Anuario de psicología*, 54(2).
- Ferrández-Candelao, T., & Belda-Torrijos, M. (2025). La Influencia del Lenguaje Virtual en la Ortografía y la Redacción de Textos en Adolescentes. *Revista Tecnológica-Educativa Docentes 2.0*, 18(1), 73-81.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2024). Adolescencia: ¿Qué es y a qué edad empieza? <https://www.unicef.es/blog/infancia/adolescencia-que-es-y-que-edad-empieza#:~:text=SegC3%BA%20la%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de,los%2019%20a%C3%B1os%20de%20edad>.
- Gamero, A. M. (2022). *Las redes sociales en la salud mental de los adolescentes: ¿un problema existente?* (Doctoral dissertation, Universidad Tecnológica del Perú).
- Giraldo Ortiz, JJ, (2016). La neología: indicador de la vitalidad de una lengua y su cultura. *Revista Interamericana de Bibliotecología* , 39 (1), 39-46.
- Güemes-Hidalgo, M., González-Fierro, M. e Hidalgo, M. (2017). Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral*, 1 (4), 233-244. <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2017-06/desarrollo-durante-la-adolescencia-aspectos-fisicos-psicologicos-y-sociales/>.
- Haz-Gómez, F. E., López Martínez, G., & Manzanera-Román, S. (2024). La exclusión digital como una forma de exclusión social: una revisión crítica del concepto de brecha digital.
- Ives, E. (2014). La identidad del Adolescente. Cómo se construye. *Revista de formación continuada de la sociedad española de medicina de la adolescencia*, 2(2), 14-18.
- Krauskopf, D. (1999). El desarrollo psicológico en la adolescencia: Las transformaciones en una época de cambios. *Adolescencia y Salud*, 1(2), 23–31.
- Lardies, F., & Potes, M. V. (2022). Redes sociales e identidad: ¿desafío adolescente?. *Avances en Psicología*, 30(1), e2528-e2528.
- Macias, J. I. Z., & Utreras, D. G. T. (2024). Lenguaje de la Generación Z en contenidos de la red social Instagram. *Revista ComHumanitas*, 15(2), 1-34.

- Martín-Cárdaba, M. A.; Lafuente-Pérez, P.; Durán-Vilches, M. y Solano-Altaba, M. (2024). Estereotipos de género y redes sociales: consumo de contenido generado por influencers entre los preadolescentes y adolescentes. *Doxa Comunicación*, 38, pp. 81-97.
- Max-Neef, M. (1992). Desarrollo a escala humana: una opción para el futuro. *Oikos*, (07), 53-66.
- Morduchowicz, R. (2018). Ruidos en la web. Cómo se informan los adolescentes en la era digital. Buenos Aires, Argentina: Ediciones B.
- Moreira de Freitas, R. J., et al. (2021). Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental. *Enfermería Global*, 20(64), 324–364. <https://doi.org/10.6018/eglobal.462631>
- Padilla, X. A. (2023). El código emoji: de la interfaz frecuencia-función a la identidad discursiva digital.
- Pascagaza, E. F., & Carrascal, H. S. S. (2022). Redes sociales y construcción de la ciudadanía digital. *Revista Boletín Redipe*, 11(9), 163-177.
- Parra O., Sofía B.; Saltos T., Ángel D. (2025) El rol de las redes sociales en la identidad de los adultos. (Tesis de Grado) Universidad Nacional de Chimborazo. Riobamba, Ecuador.
- Pérez, S. P., & Santiago, M. A. (2002). El concepto de adolescencia. *Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud en la adolescencia*, 2(3), 15-23.
- Prensky, M. (2001). Nativos e inmigrantes digitales. Distribuidora SEK, S.A.
- Quintero Velasquez, J. C. (2021). ¿ Hay construcción de vínculos en entornos virtuales?. *Trabajo social*, 23(1), 17-26.
- Scolari, C. A. (2018). *Las culturas digitales adolescentes: Prácticas, representaciones, dispositivos*. Editorial Gedisa.
- Sevilla, H., Tarasow, F., & Luna, M. (2017). Educar en la era digital. *Educar en la era digital*.
- Silva-Escorcía, I., & Mejía-Pérez, O. (2015). Autoestima, adolescencia y pedagogía. *Revista electrónica educare*, 19(1), 241-256.
- Vásquez Rocca A. (2017). Byung-Chul Han: la sociedad de la transparencia, autoexplotación neoliberal y psicopolítica. De lo viral-inmunológico a lo neuronal-estresante. *Nómadas. Critical Journal of Social and Juridical Sciences*, 52(4), 325-349. <https://doi.org/10.5209/NOMA.56074>
- Vega, E. (2023). Adolescencias Actuales: Nowadays adolescences. *Revista del Hospital de Niños de Buenos Aires*, 65(290), 176-179.

Villar del Saz Bedmar, M. y Baile Ayensa, J. I. (2023). La influencia de las redes sociales como factor de riesgo en el desarrollo de la anorexia y la bulimia nerviosas durante la adolescencia. *Tecnología, Ciencia y Educación*, 24, 141-168.
<https://doi.org/10.51302/tce.2023.743>

Viñar, M. (2013). *Mundos adolescentes y vértigo civilizatorio*. Trilce.