

Adolescentes y adultos en los mismos espacios de internet.

Introducción

La adolescencia es una etapa del desarrollo humano cuyo significado ha sido construido socialmente y transformado a lo largo del tiempo. En la actualidad, esta etapa no solo implica un proceso de crecimiento individual, sino también la preparación para asumir los roles que la sociedad establece.

En este contexto, el avance de la globalización y el desarrollo tecnológico han modificado profundamente la manera en que las y los adolescentes viven esta etapa. El acceso masivo a Internet y a dispositivos digitales ha creado nuevos espacios de socialización, aprendizaje y entretenimiento, pero también ha expuesto a los jóvenes a riesgos antes inexistentes, como el ciberacoso, la sobreexposición a contenidos no adecuados para su edad y la interacción con personas desconocidas sin supervisión adulta.

Asimismo, la convivencia entre adolescentes y adultos dentro de entornos digitales ha generado nuevas dinámicas que pueden influir en su proceso de maduración, particularmente en aspectos como la sexualidad, la identidad y la salud mental. Diversos estudios evidencian que el uso de redes sociales puede tener efectos tanto positivos como negativos, dependiendo de factores individuales y contextuales, lo que hace necesario analizar estas experiencias desde una perspectiva integral.

Hipótesis

La convivencia de adolescentes y adultos en los mismos espacios de internet, sin la existencia de filtros o entornos seguros diferenciados, propicia que los adolescentes modifiquen su comportamiento con el fin de encajar, evitar la exposición negativa y adaptarse a las normas impuestas por otros usuarios. Esta dinámica, sumada a fenómenos como la cultura del “cringe”, la viralidad y la crítica masiva, puede generar una presión que inhibe la autenticidad, fomenta el rechazo a la identidad infantil o juvenil y acelera procesos de maduración de manera abrupta.

Por lo tanto, esta investigación tiene como objetivo analizar cómo la interacción de los adolescentes en entornos digitales influye en su desarrollo, especialmente en la construcción de su identidad, su salud mental y su proceso de transición hacia la adultez, considerando los riesgos y oportunidades que surgen en un mundo cada vez más conectado.

Adolescencia: ¿Que es y que la define?

La adolescencia es un concepto de construcción social, ya que su significado y reconocimiento han variado a lo largo del tiempo. En las sociedades preindustriales, no se concebía como una etapa diferenciada; los niños eran considerados adultos en el momento en que alcanzaban la madurez física o comenzaban el aprendizaje de un oficio. Fue hasta el siglo XX cuando la adolescencia empezó a definirse como una etapa específica del desarrollo humano, caracterizada por ser un periodo pre-productivo en el que los individuos se preparan para cumplir con los roles que la norma social establece (UNICEF, 2001).

En este sentido, es importante destacar que anteriormente no se entendía la adolescencia como una etapa de transición entre la infancia y la adultez. Como consecuencia, no existían distinciones claras entre estas fases de la vida ni se otorgaban consideraciones particulares a los jóvenes. Por ello, una

vez que eran considerados aptos, se les integraba de manera inmediata a las responsabilidades y labores propias del mundo adulto.

“la palabra adolescente, nos quiere decir eso, ... , que adolece de que está cambiando, está dejando de ser niño, pero la palabra lleva muchas más cosas, ¿no? Porque no es solamente el dejar de ser niños, sino es el poder entender y comprender ellos todos los cambios que están surgiendo, tanto emocionales, físicos, sociales, en todos los ámbitos, tanto en la escuela como en su familia.”
 Psicóloga Damary

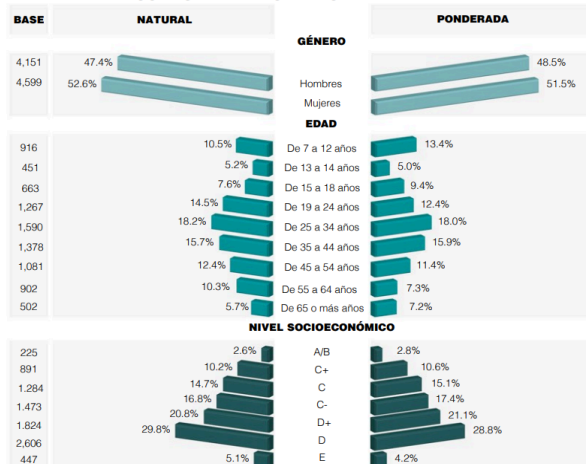
Internet; un nuevo espacio de entretenimiento y comunicación.

La relación de niñas, niños y adolescentes con los contenidos que consumen en Internet se modifica en cuestión de semanas, ya no se trata de una pantalla sino de múltiples monitores y pantallas donde pueden ver imágenes, no siempre adecuadas a su edad y desarrollo.

Además, la composición de las familias, la disponibilidad de tiempo libre y otros factores como la situación laboral adulta permiten que niñez y adolescencia consuman contenidos sin estar bajo la supervisión de una persona adulta.

Datos proporcionados por el Instituto Federal de Comunicaciones (IFT) en su [Encuesta Nacional de Consumo de Contenidos Audiovisuales 2016](#).

PERFIL DE PERSONAS ENTREVISTADAS



CONTENIDOS POR INTERNET

Consumo de contenidos por Internet
 Base: 8,750 entrevistas



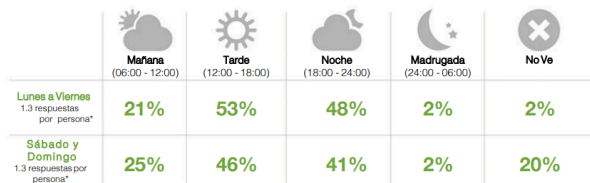
Lugares para ver contenidos por Internet

Base: 1,800 personas que ven contenidos por Internet (excepto niños)
 1.2 respuestas por persona*

CONTENIDOS POR INTERNET

Horario en el que acostumbra ver contenidos por Internet

Base: 2,123 personas que ven contenidos por Internet



¿Con quién ve programas en Internet?

Base: 2,123 personas que ven contenidos por Internet

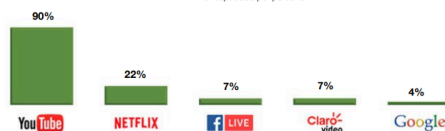


*La persona encuestada podía elegir más de una opción

CONTENIDOS POR INTERNET

Plataformas por las que accede a contenidos en Internet

Base: 2,123 personas que ven contenidos por Internet
 1.5 respuestas por persona*



Consumo simultáneo de contenidos por Internet con radio y/o televisión

Base: 746 personas que ven televisión y/o escuchan la radio y ven contenidos por Internet (excepto niños)



Dispositivos para ver contenidos por Internet

Base: 2,123 personas que ven contenidos por Internet
 1.5 respuestas por persona*



*La persona encuestada podía elegir más de una opción

Las y los adolescentes usan internet un promedio de 7 horas y 48 minutos al día, mientras que sólo ven diario un promedio de 1 hora y 48 minutos la televisión. Se invierte la relación. Poco tiempo con la familia alrededor de la pantalla de TV mientras que se incrementa con notoriedad el contacto digital con los iguales de edad, con “amigos” desconocidos o navegación irrestricta en solitario.

(Tomemos en cuenta que este estudio se realizó del 14 de octubre al 24 noviembre del 2016 por parte de la empresa Planning Quant en México.)

Por otro lado la Unicef declara lo siguiente: “En México, (...) en el caso de los adolescentes de 12 a 17 años, entre el 80 y 94% usan internet o una computadora.

Según las encuestas nacionales, 25% de las y los adolescentes de entre 12 y 17 años ha vivido alguna forma de ciberacoso en México. Además, las autoridades federales también han advertido de un incremento considerable de crímenes digitales, violencia en internet y tráfico de pornografía infantil durante los meses de confinamiento.”

Diferencia entre adultos y niños.

“la persona adulta tiene que bajarse a la edad del niño, o el niño quiere crecer a una edad de adulto porque lo está adelantando a situaciones, a vivencias, a conversaciones, a cosas que él no tendría por qué vivir; y a la inversa, el adulto, al querer bajarse como a una edad que ya vivió, que ya pasó, pues es un retroceso psicológicamente “

Psicóloga Damary

La adolescencia ha dejado de ser un fenómeno exclusivo de las sociedades occidentales. Los procesos de globalización y modernización han impulsado transformaciones sociales a nivel mundial, entre las que destacan el crecimiento urbano, el aumento en la esperanza de vida y la mejora en la salud. Asimismo, se ha vuelto más frecuente que la pubertad ocurra a edades más tempranas, mientras que el matrimonio en adultos tiende a posponerse. Cada vez más mujeres participan en el trabajo fuera del hogar, y hay una menor incorporación de niños al ámbito laboral. Además, la rápida expansión de tecnologías avanzadas ha hecho que el conocimiento adquiera un valor central, lo que exige que los jóvenes cuenten con mayor educación y habilidades para integrarse al mercado laboral. En conjunto, estos cambios han extendido la duración de la transición entre la infancia y la adultez.

¿En qué momento una persona puede considerarse adulta? En la sociedad estadounidense actual existen diversos criterios para definirlo. Por un lado, la madurez sexual se alcanza durante la adolescencia, mientras que la madurez cognitiva puede desarrollarse más lentamente. Desde el ámbito legal, la adultez se establece a partir de ciertas edades: por ejemplo, a los 18 años se adquiere el derecho al voto y, dependiendo del estado, entre los 18 y 21 años se permite firmar contratos. Desde una perspectiva sociológica, se considera adulta a una persona cuando logra independencia económica, elige una profesión, establece una relación de pareja significativa o forma una familia.

Por otro lado, la madurez psicológica se relaciona con aspectos como la construcción de la identidad, la autonomía respecto a los padres, la consolidación de valores y la capacidad de establecer vínculos. Algunos especialistas plantean que la adultez no debe definirse únicamente por factores externos, sino por elementos internos como la autonomía, el autocontrol y la responsabilidad personal. En este sentido, la adultez no sería un momento específico, sino una condición mental, por lo que incluso hay personas que, sin importar su edad, no alcanzan plenamente este estado.

Efectos de convivencia de adultos y adolescentes en un mismo entorno (internet)

El crecimiento acelerado de la tecnología digital y la expansión del acceso a Internet han modificado profundamente la vida de los jóvenes a nivel global. Incluso en comunidades previamente marginadas o de difícil acceso, los niños ahora pueden disponer de enormes cantidades de información al alcance de un clic.

Una pregunta crucial en donde entrevistamos previamente a una Psicóloga, sobre la maduración forzada por el consumo de contenido adulto y la convivencia con estos, lo siguiente fue lo que comento: “maduran en algunos aspectos, no en todo necesariamente, porque al final pues siguen siendo adolescentes, pero sí los llevan a madurar, sobre todo y desafortunadamente nos encontramos en el aspecto sexual”

El uso de redes sociales y la Web brinda a los jóvenes amplias oportunidades en ámbitos como la educación, el entretenimiento, el emprendimiento y la innovación, abriendo un abanico de posibilidades prácticamente ilimitado. Asimismo, desarrollarse en entornos digitales permite comprender mejor las opiniones y perspectivas juveniles, así como los desafíos que enfrentan al transitar hacia la adultez en un mundo cada vez más conectado.

Sin embargo, conforme el acceso a Internet se vuelve más generalizado, también emergen nuevas formas de violencia contra la infancia, cuyas consecuencias pueden ser graves y tener un impacto duradero en sus vidas.

A lo largo del siglo XX, en Estados Unidos y otras naciones industrializadas se produjo una transformación significativa en las actitudes y comportamientos sexuales, lo que favoreció una mayor aceptación de prácticas como las relaciones prematrimoniales, la homosexualidad y otras conductas que anteriormente eran censuradas. En la actualidad, el acceso generalizado a internet ha propiciado que el sexo casual con personas conocidas en línea sea más frecuente, especialmente a través de chats o plataformas de citas.

Además, el uso de teléfonos móviles, correo electrónico y la mensajería instantánea permite a los adolescentes organizar encuentros con personas desconocidas, muchas veces sin la supervisión de adultos. Estos cambios han incrementado la preocupación por los riesgos sexuales que enfrentan los jóvenes.

En este contexto de creciente digitalización, también se han transformado las actitudes y prácticas sexuales de los jóvenes. Desde el siglo XX, especialmente en países industrializados, se ha observado una mayor apertura hacia conductas que antes eran socialmente rechazadas, como las relaciones prematrimoniales y la diversidad sexual. Actualmente, el acceso extendido a Internet ha facilitado que las interacciones en línea deriven en encuentros casuales, muchas veces con personas conocidas a través de chats o plataformas digitales.

Asimismo, el uso de dispositivos móviles y herramientas de comunicación como el correo electrónico y la mensajería instantánea permite a los adolescentes establecer contacto y coordinar citas con desconocidos, en ocasiones sin la supervisión de adultos. En conjunto, estas dinámicas, propias de un entorno digital cada vez más accesible, han intensificado la preocupación por los riesgos sexuales a los que se enfrentan los jóvenes en su proceso de desarrollo.

“hay gente mayor que de mi edad que pues me pueden ver como si fuera otra cosa y no como una niña.”

Adolescente

Según datos de la Alianza por la Seguridad en Internet, el 36.7% de los jóvenes afirma conocer a alguien que ha enviado o compartido, a través de internet o del teléfono móvil, imágenes propias en las que aparece desnudo o semidesnudo, ya sea con personas conocidas o desconocidas. Asimismo, más de dos tercios de las adolescentes (67%) señalan estar muy preocupadas ante la posibilidad de recibir comentarios o propuestas de carácter sexual en línea, mientras que esta inquietud es menor entre los varones, con un 47%.

Esta diferencia se acentúa en el caso de jóvenes de 18 años en países de Europa Central, donde el 78% de las mujeres manifiesta preocupación ante este tipo de situaciones, en contraste con solo el 33% de los hombres.

Psicología en adolescentes: Bullying, acoso, cringe, viralidad y cringe.

De acuerdo con una encuesta realizada por el Pew Research Center en 2024, se consultó a quienes expresaron preocupación por la salud mental juvenil sobre los factores que consideran más perjudiciales.

Aunque ambos grupos coincidieron en varios aspectos, se observaron diferencias en sus percepciones: los padres tienden a señalar principalmente a las redes sociales como el factor más negativo, mientras que los adolescentes identifican una gama más amplia de causas, entre las que incluyen el uso de redes sociales, el acoso escolar y diversas presiones sociales.

Conclusión

En conclusión, la interacción de los adolescentes en entornos digitales desempeñan un papel determinante en su desarrollo integral, particularmente en la construcción de su identidad, su salud mental y su transición hacia la adultez. A partir del análisis realizado, se observa que el entorno digital no es únicamente un espacio de entretenimiento, sino un ámbito de socialización que influye activamente en la forma en que los jóvenes se perciben a sí mismos, se relacionan con otros y comprenden el mundo que los rodea.

Si bien las tecnologías digitales y las redes sociales ofrecen oportunidades significativas para el aprendizaje, la expresión personal y la conexión social, también implican riesgos importantes, como la exposición a contenidos inapropiados, el ciberacoso y la presión social, los cuales pueden afectar el bienestar emocional de los adolescentes. Además, la convivencia con adultos y el acceso a dinámicas propias de etapas posteriores puede generar procesos de maduración anticipada en ciertos aspectos, especialmente en el ámbito social y sexual.

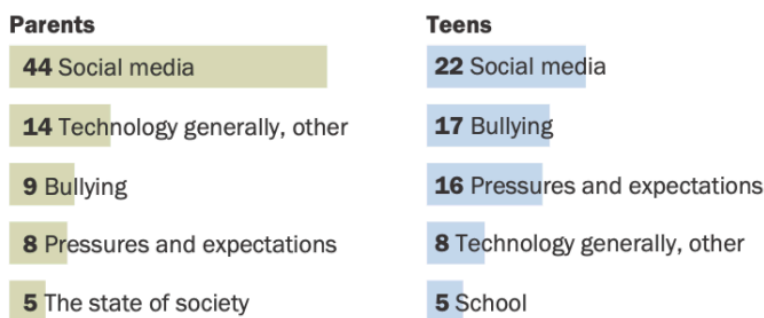
No obstante, estos efectos no se presentan de manera uniforme, ya que dependen de factores individuales, familiares y contextuales, como el nivel de supervisión, el tipo de contenido consumido

y las condiciones sociales en las que se desarrolla cada adolescente. Por ello, resulta fundamental comprender el entorno digital desde una perspectiva crítica e integral, que permita no solo identificar sus riesgos, sino también potenciar sus beneficios.

En este sentido, se concluye que el impacto de los entornos digitales en la adolescencia es complejo y multidimensional, por lo que requiere la participación activa de familias, instituciones educativas y la sociedad en general, con el fin de acompañar a los jóvenes en un uso responsable, seguro y consciente de las tecnologías, favoreciendo así un desarrollo saludable en esta etapa clave de la vida.

Parents are more likely than teens to cite social media as a threat to teen mental health

Among the 89% of U.S. parents and 77% of teens who say they are at least somewhat concerned about teen mental health these days, % who say ___ is the one thing they think most negatively impacts teen mental health



Note: Teens refers to those ages 13 to 17. Parents refers to those with a child ages 13 to 17. Verbatim responses have been coded into categories. Only responses that were given by at least 5% of respondents are shown. Refer to the Topline for the full list of categories. Source: Survey conducted Sept. 18-Oct. 10, 2024. "Teens, Social Media and Mental Health"

PEW RESEARCH CENTER

En un estudio realizado por la Royal Society of Public Health en Gran Bretaña, en el que participaron personas de entre 14 y 24 años, se analizó el impacto de las redes sociales en su salud y bienestar.

Los resultados indicaron que plataformas como Snapchat, Facebook, Twitter e Instagram pueden intensificar emociones negativas como la depresión, la ansiedad, la insatisfacción con la imagen corporal y la sensación de soledad, lo que refuerza la preocupación sobre su impacto en la salud mental juvenil.

El impacto de las redes sociales en los adolescentes no es uniforme, ya que puede generar tanto efectos positivos como negativos en su salud mental. Estas consecuencias varían según cada individuo y dependen de diversos factores.

Entre ellos se encuentran el tipo de contenido que consumen y las actividades que realizan en línea, el tiempo que pasan conectados, así como aspectos psicológicos como su nivel de madurez o la presencia de trastornos previos. Además, influyen las condiciones personales de cada adolescente, incluyendo su contexto cultural, social y económico.

Referencias

- González-Garza, C., Rojas-Martínez, R., Hernández-Serrato, M. I., & Olaiz-Fernández, G. (2005). Perfil del comportamiento sexual en adolescentes mexicanos de 12 a 19 años de edad: Resultados de la ENSA 2000. *Salud Pública de México*, 47(Supl. 1), S209–S218.
<https://saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/6611/8175>
- Instituto Nacional de Transparencia, Acceso a la Información y Protección de Datos Personales. (2016, 29 de mayo). *El sexting, riesgo para la intimidad de las personas*.
<https://inicio.inai.org.mx/Comunicados/Comunicado%20INAI-146-16.pdf>
- UNICEF. (2016). *Perils and possibilities: Growing up online*.
https://www.unicef.org/sites/default/files/press-releases/glo-media-UNICEF_Growing-up-online.pdf
- Pew Research Center. (2025, 22 de abril). *Teens, social media and mental health*.
<https://www.pewresearch.org/internet/2025/04/22/teens-social-media-and-mental-health/>
- Pew Research Center. (2025, abril 22). *Topline questionnaire: Parents survey (Teens, social media and mental health)*.
https://www.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/20/2025/04/PI_2025.04.22_Teens-Social-Media-Mental-Health_TOPLINE.pdf
- Royal Society for Public Health. (2017). *Status of mind: Social media and young people's mental health*. <https://www.rsph.org.uk/our-work/publications/statusofmind/>