

Las Redes y el Cambio Social

Ariel José García Aguilar¹

profearieljgarcia@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-8133-3215>

Universidad de Panamá

Amy Arosemena

amy.rosemena@up.ac.pa

<https://orcid.org/0000-0003-3251-376X>

Universidad de Panamá

RESUMEN

En este artículo presenta la relación de las redes sociales con el cambio social tomando como muestra a 148 estudiantes del Centro Regional Universitario de Coclé, en el primer semestre del año 2023 lo que nos permitió entender el comportamiento social de los jóvenes en las redes sociales; situación que ha sido disruptiva en las comunicaciones planetarias y ha cambiado la forma en que los grupos e individuos interactúan, esta investigación tiene un enfoque descriptivo – no experimental, que permite conocer la frecuencia de la percepción de los estudiantes sin intervenir directamente en ella, se aplicó una encuesta tipo cuestionario a través de la aplicación de Google Forma. De esta investigación se concluye que las redes sociales son un cambio significativo en la vida del ser humano trayendo consigo un impacto positivo, pero a la vez negativo por su influencia en la conducta y generación de diversos síntomas que lo llevan a un desgaste mental.

Palabras claves: *cambio social; redes sociales; estudiantes.*

¹ Autor principal.

Correspondencia: profearieljgarcia@gmail.com

Networks and Social Change

ABSTRACT

In this article, he presents the relationship of social networks with social change, taking as a sample 148 students from the Coclé Regional University Center, in the first semester of 2023, which allowed us to understand the social behavior of young people in social networks; situation that has been disruptive in planetary communications and has changed the way in which groups and individuals interact, this research has a descriptive - non-experimental approach, which allows knowing the frequency of student perception without directly intervening in it, it is applied a questionnaire-type survey through the Google Forma application. From this research it is concluded that social networks are a significant change in the life of the human being, bringing with them a positive impact, but at the same time a negative one due to its influence on behavior and the generation of various symptoms that lead to mental wear and tear.

Keywords: *social change; social networks; students.*

Artículo recibido 30 julio 2023

Aceptado para publicación: 30 agosto 2023

INTRODUCCIÓN

El cambio social² es un tema importante en las ciencias sociales, y se refiere a los procesos mediante los cuales las sociedades cambian a través del tiempo. Las *redes sociales* han generado un cambio disruptivo en las prácticas sociales de los individuos y las comunidades. Las redes sociales son plataformas en línea que permiten a los usuarios compartir información, interactuar con otros actores sociales³, crear y publicar contenido y establecer conexiones en línea. Algunas de las redes sociales más populares son Facebook, Instagram, Twitter, LinkedIn, Tik Tok y YouTube.

La nueva revolución tecnológica tal vez no será como la Revolución francesa; esta revolución es continua, profunda y constante a tal punto que muchos ciudadanos no perciben los cambios. Cambios que se han acelerado a partir de la segunda década del siglo XXI. Apresurados por el encierro debido a la Pandemia. Situación que está cambiando las relaciones sociales y las relaciones productivas.

“Por otro lado, las redes sociales también pueden tener efectos negativos, como aumentar la brecha entre las opiniones de las personas, fomentar el acoso y la intimidación en línea, y disminuir la calidad de las interacciones sociales en persona.” (Ask.ai, 2023)

Convirtiéndose en lo que Pierre Bourdieu llama *habitus* que “...busca dar cuenta de la relación entre los determinantes estructurales (la estructura de capitales) y la actividades y cuerpos de los actores que movilizan las disposiciones del *habitus* en la vida cotidiana.” (Ariztía, 2017)

El cambio social

“El cambio social y con ello la calidad de vida de nuestras sociedades parece estar decidido en la promesa que conllevan los adelantos de la ciencia, la tecnología e innovación en nuestras naciones. Es la creación, transferencia, circulación y manejo de los útiles del conocimiento científico (relación ciencia-sociedad) lo que

² El cambio social es una alteración apreciable de las estructuras sociales, las consecuencias y manifestaciones de esas estructuras ligadas a las normas, valores y productos de las mismas. El estudio del cambio social comprende la determinación de las causas o factores que producen el cambio social. Es decir, el cambio social consiste en la evolución de las sociedades, desde cambios a gran escala hasta pequeñas alteraciones. (Casadesús, 2013)

³ “En el ámbito de la sociología, se habla de actores sociales para referirse a las personas o grupos de personas (como organizaciones o colectivos) que impulsan en la sociedad ciertas estrategias de cambio y transformación...” (Concepto, 2023)

constituye, según parece, uno de los círculos virtuosos del proceso de transformación social de nuestras sociedades.” (Adames Mayorga, 2010)

El cambio social también cambia las prácticas sociales. “Las prácticas pueden ser definidas como “nexos de formas de decir y hacer que tienen cierta dispersión espacial y temporal” (Schatzki 1996:89), que están constituidas por diversos componentes, competencias prácticas, formas de sentido y recursos materiales.”(Ariztía, 2017).

Las habilidades computacionales

Las habilidades computacionales se han vuelto cada vez más importantes en la educación y el mercado laboral moderno. Existen estudios que se han enfocado en evaluar las habilidades computacionales de los estudiantes en diferentes partes del mundo, incluyendo América Latina, con el fin de determinar el nivel en el que se encuentran. Estas habilidades son necesarias, dado a que constantemente el medio tecnológico se actualiza, lo que genera competitividad entre las personas y sobresalen quienes manejen correctamente esta área.

Impacto psicológico de las redes sociales

Las redes sociales llegaron para cambiar la vida de millones de personas, aunque representa una ventaja significativa para el desarrollo social y tecnológico, tiene un impacto a nivel psicológico de las personas, mas bien genera adicciones, cambios de personalidad, trastornos neurológicos e incluso en la motricidad y desarrollo del infante (lingüístico, cognitivo y social). Esto lo afirma el autor Hervás (2021) dado a que indica que “ciertas investigaciones ponen el énfasis en algunos aspectos negativos que van desde la depresión, la falta de privacidad, el acoso online o el *cyber-bullying* pasando por el estrés, la fatiga o ansiedad” (p. 1), esto se debe a que las redes sociales son de cierto punto adictivas si la persona no controla el tiempo de uso.

Como se dice, el ser humano es un ser social por naturaleza y con las redes sociales esto se fortifica, ya que se está en constante comunicaciones e incluso con personas en otros países o continentes, además de que permiten saber qué hace cada persona, a dónde va, qué come, e incluso si estudia, si lee un libro, las redes son una ventana para conocer la vida de otra persona sin estar presente, es por ello que surge el miedo a perderse de algo o alguna situación y de allí surge un síndrome denominado FoMO, que significa “Miedo a perderse algo (por sus siglas en inglés “Fear

of Missing Out”), es un concepto relativamente nuevo debido a que nació en el 2013 como resultado de la proliferación de las redes sociales” (Baz, 2022), es reconocido en el área psicológica cómo un trastorno que genera alteraciones emocionales y mentales.

En cierto momento, todos pasamos o sufrimos de este trastorno, ya que se vuelve una adicción y causa ansiedad cuando no se navega por las redes sociales, con ello empiezan a exponer sus vidas sin importar las consecuencias que esto genera, se vuelve una necesidad, según Torres (2017) “la preocupación a que los otros puedan estar disfrutando y pasándose bien sin ellos puede generar sentimientos de inferioridad y depresión” (p. 1), e incluso lleva a la persona aislarse.

Patrones de conducta la realidad vs el mundo virtual

En la etapa de la adolescencia se genera un sin número de cambios tanto a nivel físico como psicológicos y es allí en donde se amoldan a la realidad que se vive hoy en día en donde las personas viven a través de las redes sociales y muchas veces muestran lo que no es, es decir crean situaciones con altos estándares en donde se idealiza patrones de comportamientos que luego vienen a ser imitado por otros jóvenes y los que no, tienden a sufrir, para comprender este punto se muestran dos estudios que se realizaron en el 2019 el primero fue en Estados Unidos este contó con la participación de Martínez, et, al., (2023) “6500 niños de entre 12 y 15 años y determinó que aquellos que pasaban más de tres horas por día en las redes sociales podrían estar en mayor riesgo de tener problemas de salud mental” (p. 3). Este mismo autor expone el otro estudio realizado el mismo año en 2019 con más de “12 000 jóvenes de entre 13 y 16 años concluyó que usar redes sociales más de tres veces por día predecía una mala salud mental y un bienestar deficiente en los adolescentes” (p. 3). Ambos estudios muestran que las redes sociales generan deficiencias psicológicas en el adolescente.

Otro tipo de comportamiento que genera es la suplantación de identidad, esto por que no se sienten bien consigo mismo y prefieren llevar la vida de otras personas, Cuervo explica que “la razón puntual es porque confunden una idea de estándar de cómo se debe ser feliz basados en lo que se muestra en las apps” (p. 1). La aceptación, obtener likes, comentarios, mensajes e incluso dinero o regalos, es lo que lleva a personas a suplantar identidades. Para ampliar estos datos se cita al autor Cuervo (2023) quien explica que “a cualquier persona sana mentalmente le agrada que su

contenido produzca interacciones, eso genera una respuesta neurológica y hormonal de placer” (p. 1). Se vive en un mundo en donde lo ficticio genera mayor interés que el contacto físico con otras personas.

Ansiedad, estrés y depresión efecto de las redes sociales

La adicción a las redes sociales lleva a que la personas se sienta ansiosa cuando no puede ver lo que sucede, no obtiene likes o más seguidores, ocasionando que esta exponga su vida personal de una manera inapropiada con el fin de llamar la atención sin mediar que se vive en una sociedad despectiva, que infringe odio sin conocer más allá de la situación que se expuso en redes sociales, de allí surge el estrés y posteriormente la depresión, que muchos no la superan y terminan suicidándose.

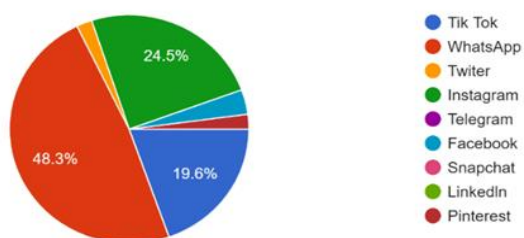
Hoy en día cualquiera opina de la vida del otro sin mediar sus palabras, lastimosamente al exponer sus vidas abre la posibilidad de que te ataquen, de que te persigan, insulten y amenacen, es decir convierten a las personas más vulnerables.

RESULTADOS

En el caso de Panamá, por ejemplo, una encuesta realizada por la Autoridad Nacional para la Innovación Gubernamental (AIG) en 2019 reveló que el 61% de los estudiantes de educación primaria y el 57% de los estudiantes de educación secundaria tienen acceso a una computadora en sus hogares. Sin embargo, la encuesta también señaló que muchos estudiantes tienen un nivel bajo de habilidades en el uso de herramientas y aplicaciones informáticas. (Autoridad Nacional para la Innovación Gubernamental, 2022)

Figura 1

¿Cuál es la red que más utiliza?
143 respuestas



Fuente: encuesta realizada por el autor en el primer semestre 2023.

Los estudiantes encuestados de la asignatura utilizaban, las redes sociales de: WhatsApp (48.3%), Instagram (24.5%) y Tik Tok (19.6%), Facebook (3.5%), Pinterest (2.1%) y Twitter (2.1%).

Los medios tradicionales pueden ser costosos debido a los altos costos de producción y distribución, mientras las redes son menos costosas y se actualizan instantáneamente.

Lo urbano y lo rural

“En cuanto a la zona geográfica (Selva, 2015; Domínguez, 2018; Brossard Leiva, 2016), se visualizan diferencias en los niveles de cobertura entre lo urbano y lo rural. Selva, citando a Pérez y Hilbet (2009), señala que existe dos tipos de brechas digitales: una externa o internacional que implica diferencias tecnológicas entre países, y otra brecha interna o doméstica que hace referencia a las desigualdades tecnológicas existentes a lo interno de un país. Esta última obedece a un problema estructural de nuevas desigualdades en la sociedad de la información cuyas manifestaciones van más allá de la simple expansión de infraestructuras o disponibilidad de acceso o conexiones.” (Córdoba Mendoza, et al. 2022)

“Una característica más dentro de las desigualdades económicas y sociales de nuestro globalizado tiempo (Tinajero, 2006, pág. 92)” (en: Córdoba Mendoza, et al. 2022)

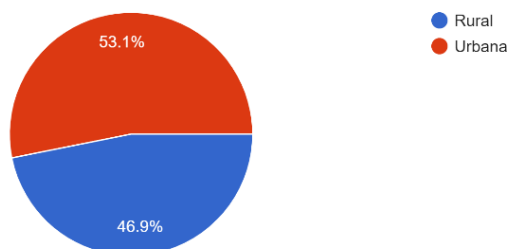
La ruralidad entendida con los constructos⁴ del siglo pasado no explica los procesos de cambios que la revolución tecno-informacional está generando en el seno de sociedades globalizadas.

“En efecto, se trata de un mundo rural sometido y expuesto, de manera creciente, a influencias de un mundo globalizado, tal y como lo señala Matijasevic y Ruiz-Silva (2013) argumentando una evidente “fusión urbano-rural”. (Martínez Godoy, 2020)

⁴ Construcción teórica para comprender un problema determinado. (RAE, 2021)

Figura 2

¿Área dónde reside?
143 respuestas

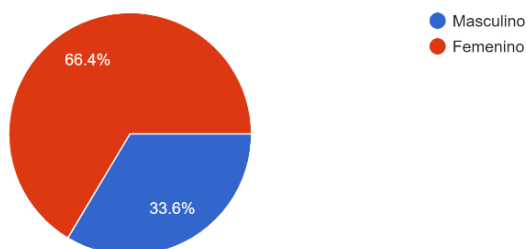


Fuente: encuesta realizada por el autor en el primer semestre 2023.

De los 143 estudiantes encuestados el 53.1% viven en las áreas urbanas y un 46.9% en las áreas rurales.

Figura 3

Sexo:
143 respuestas



Fuente: encuesta realizada por el autor en el primer semestre 2023.

De los 143 estudiantes encuestados el 66.4% son del sexo femenino y un 33.6% del sexo masculino.

Equipos tecnológicos

“El Centro Internacional de Estudios Políticos y Sociales (CIEPS, 2020) identificó, mediante datos secundarios que, en el país, del total de personas que usan celular, el 16,6% son de contrato y que el 11% de la población cuenta con suscripciones de banda ancha, dejando entrever la existencia de asimetrías en el acceso a la tecnología.” (Córdoba Mendoza, et al. 2022)

“El concepto de “nativa digital” surge a partir de un ecléctico artículo de Marc Prensky (2001), conferenciante norteamericano, publicado en la revista “On the Horizon”, en contraposición al concepto de “inmigrante digital”. El impacto de la digitalización conllevaba una significativa ruptura generacional entre aquellas personas nacidas desde mediados de la década de los ochenta (nativas digitales), inmersas en la era digital desde su nacimiento y que no han tenido que desarrollar ningún proceso de adaptación a la misma; y las generaciones precedentes (inmigrantes digitales), nacidas en la era analógica y que recibían la

“Los resultados indican que los estudiantes procedentes de familias con un nivel formativo bajo tienen menos oportunidades de uso de tecnologías digitales.” (Pérez-López, et al. 2021)

Socialización y tecnología

“Las generaciones nativas digitales se manejan con absoluta naturalidad antes los continuos avatares tecnológico-digitales, procesándolos con inmediatez y respondiendo con los conocimientos y habilidades exigidos para su máximo aprovechamiento.” (Granado Palma, 2019)

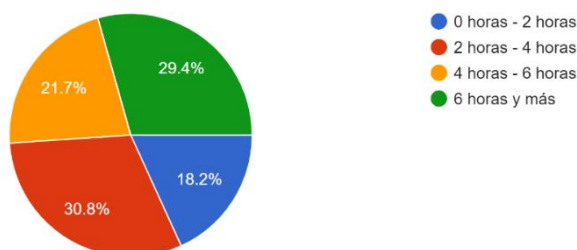
“Aunque la computadora, como toda máquina, es un instrumento de sustitución del trabajo vivo por instrumentos inanimados, su especificidad radica en que sustituye funciones cerebrales básicas, como el procesamiento de información para producir conocimiento, almacenamiento de los mismos, la revolución de la comunicación social (Dabat, 2006) y el impulso más gradual de la automatización de la producción e informatización de la mayor parte de la economía y la vida social. Por esa razón, el uso generalizado de la computadora personal (PE) y la "producción flexible" (Harvey, 1998) en ella basada y sus demás consecuencias, transformará a la mayor parte de los sectores económicos, la organización de trabajo y los aspectos fundamentales de la propia vida social y cultural.” (Dabat, et al, 2015).

“Para evitar la desigualdad digital, no solo es importante disponer de equipamiento tecnológico y conectividad sino el tipo de ordenadores que poseen los estudiantes –uso propio o compartido con otros familiares o con otros estudiantes– y el tipo de conectividad –fibra óptica, ADSL, etc. – (Fernández Enguita, 2016).” (en Pérez-López et al., 2021)

Tiempo de conexión

Figura 4

¿Cuánto tiempo pasa conectado a la internet?
143 respuestas



Fuente: encuesta realizada por el autor en el primer semestre 2023.

El 52.5% de los estudiantes pasan más de cuatro (4) horas conectadas a la internet, lo cual tiende a aumentar en virtud de las búsquedas y las clases semipresenciales. Las cuales, consideramos, serán la tendencia en un futuro.

“Según señala Digital Life (2006) en el mundo los menores de 18 años les dedican a los medios digitales una media de 14 horas semanales, a la televisión 12, a la radio 6 y a los periódicos, revistas y cine, 2 horas a la semana. Por primera vez los medios digitales superaron a la televisión.” (Rey, 2007)

La diferenciación social⁵ no solo está en el poseer dinero, es el poder crear contenidos y capacidad de visibilizarlos a través de los medios tradicionales y las redes sociales.

Redes y educación

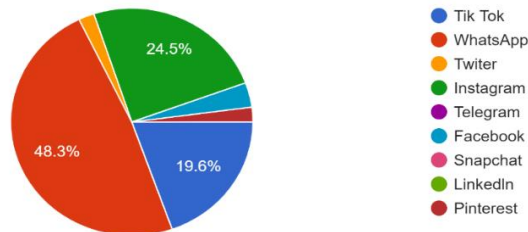
“Este nuevo mundo toca las puertas de las instituciones universitarias y sin pretender profesar fe ciega en las virtudes de la llamada sociedad del conocimiento (Bustamante, 2000), es evidente que la virtualización será uno de los retos que tendrán que asumir estas instituciones a fin de integrar las ventajas elocuentes que

⁵ La diferenciación social es el proceso por el cual se conforma la estructura de la sociedad en diferentes elementos y componentes más o menos independientes y autónomos, y además diferentes entre ellos tanto por el estatus como por el rol que desempeñan. Las formas de diferenciación social son variadas, pero podemos distinguir entre ellas la estratificación social, que establece una jerarquía u orden entre esos elementos, en base al criterio de estatus social, y la diferenciación funcional, que asigna diferentes funciones sociales a esos elementos, en base al criterio de rol asignado. (Sarasola, 2022)

tienen estos dispositivos tecnológicos para el desarrollo de su misión y fines tanto educativos como sociales.” (Olivar y Daza, 2007)

Figura 5

¿Cuál es la red que más utiliza?
143 respuestas



Fuente: encuesta realizada por el autor en el primer semestre 2023.

La globalización y las redes sociales

La internet y las redes sociales han acelerado la integración espacial en la mayoría de la geografía mundial, actualmente, es más importante estar conectado a la Web⁶. La Web no es lo mismo que el Internet: la Web es una de las muchas aplicaciones construidas sobre Internet que tener autovías

“La globalización no es un fenómeno reciente. Algunos analistas sostienen que la economía mundial estaba tan globalizada hace 100 años como hoy. Sin embargo, nunca antes el comercio y los servicios financieros han estado tan desarrollados e integrados. El aspecto más sorprendente de este proceso es la integración de los mercados financieros, que ha sido posible gracias a las comunicaciones electrónicas modernas.” (FMI, 2000)

CONCLUSIONES

Tal vez las nuevas generaciones están aprendiendo en forma diferente a las generaciones anteriores, donde las relaciones con los amigos y las búsquedas en internet son definidas por el interés y no por motivos formales.

⁶ La World Wide Web —comúnmente conocida como WWW o la Web— es un sistema interconectado de páginas web públicas accesibles a través de Internet.

Las redes sociales tienen impactos significativos en la sociedad, tanto positivos como negativos. Es importante que los usuarios de las redes sociales sean conscientes de estos efectos y usen de manera responsable y consciente.

Este estudio es descriptivo, de corte transversal, no probabilístico, etnográfico cuyo objetivo es describir redes sociales que utilizan los estudiantes matriculados en el CRU de Coclé con una muestra de 143 estudiantes matriculados en el primer semestre del año 2023.

“El término posverdad define, en buena medida y de forma muy preocupante, la sociedad en la que vivimos: un contexto social en el que la mentira se disfraza de verosimilitud y acaba convertida en realidad mientras que la verdad de los hechos reales se desvanece en medio del ruido y la desorientación ante la vertiginosidad de los cambios.” (TELOS 122, 2023).

En cuanto al aspecto psicológico analizó el comportamiento que forja el uso constante de las redes sociales y se concluye que influyen de manera negativa, dado a que genera una serie de alteraciones que llevan a la persona a sufrir de ansiedad, estrés, aislamiento, ciberbullying, e incluso al suicidio. Uno de los trastornos que se menciona es el FOMO, quien es la adicción por perderse algo, que provoca adicciones y la necesidad constante de atención, por lo tanto las redes sociales son de gran beneficio para la comunicación nacional e internacional, la educación e información, pero a nivel psicológico y mental si no se regula su uso causa daños irreversibles.

BIBLIOGRAFÍA

Adames Mayorga, Enoch (2010). Apropiación Social de la Ciencia y la Tecnología. Una aproximación sobre su viabilidad política e Institucional. Procesos Sociales Revista de Ciencias Sociales No.1, Programa FLACSO, Panamá.

Ariztía, Tomás. (2017). La teoría de las prácticas sociales: particularidades, posibilidades y límites. *Cinta de moebio*, (59), 221-234. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-554X2017000200221>

Autoridad Nacional para la Innovación Gubernamental (2022). *Panamá se posiciona en participación y desarrollo de gobierno electrónico*, Gobierno Nacional,

<https://aig.gob.pa/panama-se-posiciona-en-participacion-y-desarrollo-de-gobierno-electronico/>

Baz, R. (08 de septiembre de 2022). El miedo a ser excluido. Obtenido de Midium:

<https://medium.com/hablemos-de-psicolog%C3%ADa/el-miedo-a-ser-excluido-84a7800f3551>

Casadesús, Ricard (2013). La estratificación social como la fuerza principal del cambio social, Revista Ars Brevis, <https://raco.cat/index.php/ArsBrevis/article/view/278111/365957>

Concepto (2023). Actores sociales, <https://concepto.de/actores-sociales/#ixzz88ilteQEi>

Cuervo, S. (25 de marzo de 2023). Por qué las redes sociales afectan la salud mental de los jóvenes. Info Bae: <https://www.infobae.com/tecno/2023/03/25/por-que-las-redes-sociales-afectan-la-salud-mental-de-los-jovenes/>

Ask.ai (2023). Conversación con Ask ai

Córdoba Mendoza, P. A., et al. (2022). LA COVID-19 EN LA UNIVERSIDAD DE PANAMÁ: DESIGUALDADES DE GÉNERO Y TERRITORIO ENTRE ESTUDIANTES. Cátedra, (19), 40–53. Recuperado a partir de <https://revistas.up.ac.pa/index.php/catedra/article/view/2967>

Dabat, Alejandro, Hernández Cervantes, Jorge Fabián, & Vega Contreras, Canek. (2015). Capitalismo actual, crisis y cambio geopolítico global. *Economía UNAM*, 12(36), 62-89. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-952X2015000300062&lng=es&tlng=es

Fondo Monetario Internacional, FMI (2000). *La globalización: ¿Amenaza u oportunidad?* Preparado por el personal del FMI, <https://www.imf.org/external/np/exr/ib/2000/esl/041200s.htm#:~:text=Se%20refiere%20a%20la%20creciente,trav%C3%A9s%20de%20las%20fronteras%20internacionales>

Hervás, A. (27 de septiembre de 2021). *Impacto psicológico de las redes sociales: ¿Cómo te afectan?* Obtenido de Psicólogos Anima: <https://psicologosanimae.com/impacto-efecto-psicologico-redes-sociales/>

- Martínez, K., Agramontes, M., Mejía, A., y Hernández, J. (2023). *Influencia de las redes sociales en la juventud*. Obtenido de Universidad del Caribe República Dominicana: <https://www.studocu.com/latam/document/universidad-del-caribe-republica-dominicana/metodologia-de-la-investigacion/trabajo-final-metodologia-de-la-investigacion/52301405>
- Martínez, G. (2020). ¿La desterritorialización, una noción para explicar el mundo rural contemporáneo? Una lectura desde los Andes Ecuatorianos, *Economía, sociedad y territorio*, <https://www.redalyc.org/journal/111/11162788008/html/>
- Naciones Unidas (2019). Informe de los Objetivos de Desarrollo Sostenible 2019, https://unstats.un.org/sdgs/report/2019/The-Sustainable-Development-Goals-Report-2019_Spanish.pdf
- Olivar, Anderson y Daza Alfredo (2007). Las tecnologías de la información y comunicación (TIC) y su impacto en la educación del siglo XXI, *Revista NEGOTIUM/ Ciencias Gerenciales*, <file:///C:/Users/ariel/Downloads/Dialnet-LasTecnologiasDeLaInformacionYComunicacionTicYSuIm-2573525.pdf>
- Pérez-López, E., Vázquez Atochero, A., y Cambero Rivero, S. (2021). Educación a distancia en tiempos de COVID-19: Análisis desde la perspectiva de los estudiantes universitarios. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 24(1), pp. 331-350. doi: <http://dx.doi.org/10.5944/ried.24.1.27855>
- RAE (2022). Real Academia Española <https://dle.rae.es/posverdad>
- Rey, Germán (2007). Para leer un país, *Periódico Altablero*, Ministerio de Educación, República de Colombia, <https://www.mineducacion.gov.co/1621/article-122248.html>
- Ramírez I, Jaliri, (2020). Percepciones universitarias sobre la educación virtual, *Red de docentes IB*, 3(1), 1-6. <https://www.aacademica.org/eduardo.restrepo/3.pdf>
- Sarasola, Josemari (2022). "Diferenciación social"; en Gizapedia, 29 marzo, 2022, </diferenciacion-social/>.
- TELOS 122 (2023). Tiempos de la posverdad, *Revista Telos 122*, <https://telos.fundaciontelefonica.com/>

Torres, L. (07 de marzo de 2017). *El miedo a perderse algo: el síndrome FOMO*. Obtenido de Actualidad en Psicología: <https://www.actualidadenpsicologia.com/sindrome-fomo/>