

## Όραματα IV. FAMILIA Y REDES SOCIALES

COMITÉ ACADÉMICO NACIONAL

Mauricio Beuchot  
Universidad Nacional Autónoma de México

Stefano Santasilia  
Universidad Autónoma de San Luis Potosí

Cintia C. Robles Luján  
Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla

Eduardo González Di Pierro  
Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo

Jacob Buganza  
Universidad Veracruzana

Ángel Xolocotzi Yáñez  
Benemérita Universidad Autónoma de Puebla

COMITÉ ACADÉMICO INTERNACIONAL

Urbano Ferrer  
Universidad de Murcia, España

Walter Redmond  
Universidad de Austin, EE. UU.

Mariano Crespo  
Universidad de Navarra, España

Inés Riego de Moine  
Universidad Católica de Córdoba, Argentina

Juan Manuel Burgos  
Universidad Villanueva, España

José Lasaga  
Universidad Nacional de Educación a Distancia, España

# ‘Οράματα IV

## Familia y redes sociales

Cintia C. Robles Luján  
José Carlos Ortiz Muggenburg  
Luis Fernando Roldán  
(Eds.)



Primera edición 2023

Cintia C. Robles Luján, José Carlos Ortiz Muggenburg, Luis Fernando Roldán (Eds.)  
*‘Οπάματα IV. Familia y redes sociales*, México: LAMBDA, 2023.  
206 p. 23 x 16 cm – (Serie: Familia y sociedad)

ISBN: 978-607-59915-6-6 (Versión impresa)

ISBN: 978-607-59915-7-3 (Versión digital)

© LAMBDA Editorial

© Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla

© Cintia C. Robles, José Carlos Ortiz, Luis Fernando Roldán (Eds.)

LAMBDA Editorial  
Av. Pirineos 250, int. 102  
Santa Cruz Atoyac  
Alcaldía Benito Juárez  
03310 Ciudad de México  
Tel. 5636453422  
contacto@lambdaeditorial.com  
www.lambdaeditorial.com

Esta obra fue sometida a un riguroso proceso de dictaminación por pares académicos siguiendo el método de doble ciego. Queda estrictamente prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos de esta obra por cualquier medio o procedimiento, sin autorización escrita o expresa por la editorial.

Hecho e impreso en México – *Printed and made in Mexico*

## CONTENIDO

|               |   |
|---------------|---|
| PRÓLOGO ..... | 9 |
|---------------|---|

### I. ARTÍCULOS

|  |    |
|--|----|
| HUMANIZAR LAS REDES SOCIALES DESDE UNA LÓGICA DE LA ALTERIDAD .....  | 15 |
| <i>Roberto Casales García</i>  |    |
| EDADISMO Y REDES SOCIALES .....  | 37 |
| <i>José Martín Castro-Manzano</i>  |    |
| FAMILIA, EL SEXTO CONTINENTE Y EL VALOR DE LA ESPERA. REFLEXIONES SOBRE LA PRESENCIALIDAD-VIRTUALIDAD EN LAS RELACIONES PERSONALES ..... | 45 |
| <i>José Carlos Ortiz Muggenburg</i>  |    |
| LA FAMILIA Y LA EDUCACIÓN: DE LA PREHISTORIA A MESOPOTAMIA .....   | 55 |
| <i>David Sánchez Sánchez</i>   |    |

### II. DIÁLOGO

|   |    |
|---|----|
| ENTREVISTA A MARÍA JOSÉ OLESTI LUNA ..... | 67 |
| <i>Luis Fernando Roldán de la Tejera</i>  |    |
| <i>José Carlos Ortiz Muggenburg</i>       |    |
| <i>Cintia C. Robles Luján</i>             |    |

### III. CARTAS A LA FAMILIA

#### BACHILLERATO

|  |     |
|--|-----|
| EL AISLAMIENTO CON LAS REDES SOCIALES .....                                    | 77  |
| <i>Emilio Devadip Zavala Valdés</i>  |     |
| FOLLOWERS Y LIKES EN REDES SOCIALES: ¿FELICIDAD AUTÉNTICA O INAUTÉNTICA? ..... | 81  |
| <i>Ivana Emilia Pacheco Ramírez</i>  |     |
| REDES SOCIALES, ¿BUENAS O MALAS? .....   | 85  |
| <i>José Xavier Vázquez Tort</i>  |     |
| FOLLOWERS Y LIKES EN REDES SOCIALES: ¿FELICIDAD AUTÉNTICA O INAUTÉNTICA? ..... | 89  |
| <i>Joserhamon Silva López</i>  |     |
| LA FELICIDAD BASADA EN LO VIRTUAL .....  | 91  |
| <i>Margarita López Ponce y Loranca</i>   |     |
| LOS RIESGOS Y BENEFICIOS DE TENER UNA RED SOCIAL .....                         | 95  |
| <i>Renata Walker Portilla</i>  |     |
| MI FAMILIA EN TIEMPOS DE REDES SOCIALES: MÁS CERCA, MÁS LEJOS .....            | 99  |
| <i>Valentina Valverde Rendón</i>   |     |
| FOLLOWERS Y LIKES EN REDES SOCIALES: ¿FELICIDAD AUTÉNTICA O INAUTÉNTICA? ..... | 103 |
| <i>Aileen Arely Rojas Coria</i>  |     |
| EL PRÍNCIPE AZUL NO SALVA A LA DAMISELA .....                                  | 107 |
| <i>Diana Ramos Quio</i>  |     |
| EL AMOR Y EL INTERNET, UNA PERFECTA COMBINACIÓN O UNA GRAN DECEPCIÓN .....     | 111 |
| <i>Gabriel Neri García</i>   |     |
| FAKE NEWS - NOTICIAS FALSAS .....  | 115 |
| <i>Héctor Jaziel González Rangel</i>   |     |
| AMOR EN LAS REDES SOCIALES .....   | 119 |
| <i>José Huelitl Zapata</i>   |     |
| LAS DESVENTAJAS DE LAS REDES SOCIALES EN LOS ADOLESCENTES .....                | 123 |
| <i>Lilian Arcos López</i>  |     |

|   |     |
|---|-----|
| EL IMPACTO DE LAS TECNOLOGÍAS EN EL DESARROLLO DE UNA CULTURA DE CONECTIVIDAD EN ADOLESCENTES ..... | 127 |
| <i>Marcial Osorio Rojas</i>   |     |
| TRANSHUMANISMO: ¿UN FUTURO PROMETEDOR O UN CUENTO DE CIENCIA FICCIÓN? .....                         | 131 |
| <i>Maricruz Méndez Casco</i>  |     |
| LOS RIESGOS DEL INTERNET Y LAS REDES SOCIALES .....   | 135 |
| <i>Paola Merino Lezama</i>  |     |
| TÍTULO DE LA CARTA .....  | 139 |
| <i>Ana Guadalupe Sánchez Duque</i>  |     |
| ¿SER FELIZ EN REDES, ES REAL? .....   | 141 |
| <i>Ana Valentina Bernal Copca</i>   |     |
| EL PEQUEÑO CAOS ENTRE LA FAMILIA Y LAS REDES .....  | 145 |
| <i>Analucía Anzaldo Ortega</i>  |     |
| TÍTULO .....  | 147 |
| <i>Assdai Bermúdez Bringas</i>  |     |
| DE LA ADICCIÓN A LA ACCIÓN .....  | 151 |
| <i>Frida Guadalupe Pérez Sosa</i>   |     |
| TÍTULO .....  | 153 |
| <i>Guillermo Limón Vorrath</i>  |     |
| ¿TIEMPO O RECUERDOS? .....  | 155 |
| <i>MaryaJosé Romero García</i>  |     |
| REDES SOCIALES: ¿VÍNCULOS REALES O VIRTUALES? .....   | 157 |
| <i>Fabiana Gutierrez Bautz</i>  |     |
| REDES SOCIALES: ¿VÍNCULOS REALES O VIRTUALES? .....   | 161 |
| <i>Luis Manuel Veras de Moya</i>  |     |
| FOLLOWERS Y LIKES EN REDES SOCIALES: ¿FELICIDAD AUTÉNTICA O INAUTÉNTICA? .....                      | 163 |
| <i>Ana Paola Muñoz Fernández</i>  |     |
| EL AMOR EN REDES SOCIALES: SÓLO EL AMOR VERDADERO, PUEDE HACERNOS MÁS FUERTES .....                 | 167 |
| <i>Nadia Sherlyn Gutiérrez Martínez</i>   |     |
| AMOR EN LAS REDES SOCIALES .....  | 171 |
| <i>Alejandro Moyaho Romero</i>  |     |
| AMOR EN LAS REDES SOCIALES .....  | 173 |
| <i>Candy Montserrat Tapia Santacruz</i>   |     |

|   |     |
|---|-----|
| MI FAMILIA EN TIEMPOS DE REDES SOCIALES: MÁS CERCA, MÁS LEJOS ..... | 177 |
| <i>María José Palomino Rivera</i>                                   |     |
| MI FAMILIA EN TIEMPOS DE REDES SOCIALES: MÁS CERCA, MÁS LEJOS ..... | 179 |
| <i>Yaretzi Mahelet Aguilar González</i>                             |     |
| ¿SOY LOS <i>LIKES</i> Y SEGUIDORES QUE TENGO? .....                 | 183 |
| <i>Diana Mariel Avelino Reyes</i>                                   |     |
| ¿SER FELIZ O ENCAJAR EN LA SOCIEDAD? .....                          | 187 |
| <i>Mariana Vidal Catalán</i>  |     |

#### LICENCIATURA

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| LA ÚLTIMA CONEXIÓN .....              | 191 |
| <i>Fátima Baños Teruggi</i>           |     |
| EL AMOR EN LAS REDES SOCIALES .....   | 195 |
| <i>Gloria Berenice Piña Castañeda</i> |     |
| ¿VIRTUALMENTE CONECTANDO O NO? .....  | 199 |
| <i>Valeria Benicio Vázquez</i>        |     |

#### COLABORADORES

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| TÍTULO .....                          | 201 |
| <i>Miguel Ángel Cervantes Penagos</i> |     |

## PRÓLOGO

La familia es la primera comunidad en la que el ser humano desarrolla sus habilidades, potencializa sus capacidades, formas de convivencia y modos de ser para integrarse a la sociedad, para la vida en común: “En la familia se aprende lo que es el bien común, porque en familia se puede hacer experiencia de la bondad de vivir juntos”, desde ella se transmiten, se aprenden y se promueven valores. Hoy, la institución de la familia enfrenta importantes retos y desafíos en distintos niveles y dimensiones: familia y educación, familia y trabajo, familia y salud, familia y tecnología. Todo esto la lleva a reconfigurarse como agentes sociales y, por tanto, como agentes de cambio.

En este sentido, *Orámata IV: Familia y Redes Sociales*, parte del posicionamiento interdisciplinar de una realidad social sustantiva. ¿Cómo pensar a la familia en sus distintas dimensiones, conceptos, interrelaciones y modos de ser en la cultura actual? Una cultura, en este caso, mediada por la digitalización, el entretenimiento, las pantallas y las redes de comunicación donde encontramos un flujo constante de información e interacción cambiante como parte del proceso revolucionario cibernético. Así, como afirma Mario Vargas Llosa, “no sólo la información ha roto todas las barreras y se ha puesto al alcance de todo el mundo, prácticamente todos los dominios de la comunicación, del arte, de la política, del deporte, de la religión, etcétera, han experimentado los efectos reformadores de la pequeña pantalla”. Estamos asistiendo, por tanto, a una época donde la tecnología ha entrado a nuestras vidas, en nuestra privacidad y ha transformado las formas de comunicación y ha abierto posibilidades de vivir el mundo a través de su imperiosa capacidad de transmisión y constante transformación, pero, ¿qué efectos o implicaciones tiene este ecosistema digital en la sociedad, más aún en nuestra relación con el mundo, en cómo lo percibimos y cómo lo vivimos? Debido a las nuevas tecnologías podríamos destacar, entre otros aspectos, que se privilegia la inmediatez y se sacrifica la veracidad de la información. Es preciso, entonces, hablar de límites o de regular el uso y consumo responsable de la tecnología digital. De ser así, ¿en qué consiste esta

responsabilidad, es necesaria? En efecto, las redes sociales “han irrumpido en la vida de millones de personas sin importar su edad, sexo, condición social, religión o preferencia política [...] porque las redes sociales lo que están produciendo son historias de los diferentes modos de subjetivación del ser humano en nuestra cultura y esto no es cualquier cosa”; así el arribo de las redes sociales al mundo cultural que vivenciamos ha traído consigo el elemento funcional para la vida humana, nos parece que esto no está a discusión, pero sí en cuanto a inquietarnos frente a los nuevos sentidos de significación de conceptos que nos aseguraban un modo de estar en el mundo, “como las nociones de espacio y tiempo en cuanto que en las redes estamos ante la simultaneidad, entre lo nómada y lo sedentario, entre lo local y lo global, la cercanía y la lejanía, la ubicuidad y la inmediatez, el hoy y el ayer, el mañana y el nunca o el posiblemente, entre lo privado y lo público”. Es precisamente los límites entre lo privado y lo público lo que en ocasiones se disipa en el mundo de las redes sociales y esto puede conducir a riesgos de gran relieve de carácter individual y colectivo.

En una primera aproximación, podemos indicar que, al integrar la variable de las redes sociales virtuales (RSV), abrimos un mundo de posibilidades con numerosos y variados matices intermedios de interacción. Al respecto, afirmaba Bauman que dividimos nuestras vidas entre dos mundos diferentes: *online* y *offline*, conectando y desconectando, todo a un clic (o *touch*) de distancia. Pero, de fondo, la vida no es así; ninguna de las conexiones tecnológicas es lo suficientemente profunda como para romper nuestro estado solipsista. Tenemos que enfrentarnos a la necesidad de dialogar, de escucharnos, de mirarnos, de abrazarnos, de compartir y valorar en el fortalecimiento de nuestros vínculos con la otredad, más allá de la pantalla. Esta es una realidad inminente, las distintas plataformas tecnológicas han propiciado nuevas dinámicas en el entramado de las relaciones familiares, generando en ello tanto oportunidades como desafíos que merecen ser analizados a profundidad, desde una perspectiva que humanice los vínculos e interacciones sociales.

En su concepción más pura, la familia ha representado esa comunidad íntima donde la identidad de cada integrante se forma de manera personal, con la implicación directa de cada uno de sus miembros. Sin embargo, hoy estas interacciones suelen darse desde un clic, un *like* o una “historia compartida”. La controversia sobre el uso medido y desmedido de las RSV radica principalmente en la concepción personal que apunta a la tecnología como medio y nunca como fin. De acuerdo con los últimos estudios, cada persona pasa una media de 9.5 horas, no con otro ser humano, sino en compañía de una pantalla. La tecnología y las RSV deben tener límites por el bien de la Persona. Se

dice coloquialmente que las RSV nos han acercado a veces a quienes tenemos lejos, pero nos han alejado de quienes tenemos cerca.

Es cierto que la tecnología nos ha llevado a posibilidades que hace algunas décadas parecían una utopía y que ahora son el parteaguas a muchas otras nuevas fronteras. Conceptos como transhumanismo o posthumanismo abren un debate ante el principio de que no todo lo que es técnicamente posible es éticamente aceptable. Son muchas las aristas que se generan desde la dimensión tecnológica por lo que hoy, a través del cuarto volumen de *Orámata IV: Familia y Redes Sociales*, nos concentramos en pensar, reflexionar y dialogar acerca de un tema específico que tiene que ver precisamente con la interacción humana a través de las Redes Sociales, el impacto que esta conectividad tiene en nuestras relaciones familiares, cómo cambian las dinámicas de nuestra vida privada cuando comienzan a ser públicas e incluso cómo puede modificarse nuestra percepción, autoconcepto e identidad familiar en un mundo digital. En respuesta a ésta y otras realidades, el Centro de Estudios de Familia y Sociedad (CEFAS) de la UPAEP ha propuesto algunas líneas de estudio –como la sobremesa familiar, la escucha y la mirada cotidiana, la persona y la relación al centro de todo acto humano, la perspectiva de familia desde cada una de las facultades profesionales, etc.)–; es decir, caminos que animan una propuesta innovadora con un enfoque de integración, acogida y promoción de relaciones familiares sanas y humanizadoras. Hoy especialmente invitamos, a cada uno de nuestros lectores a pensar y vivir en clave de Encuentro, en sentido de Familiaridad. Estamos convencidos de que en toda experiencia personal puede aplicarse el criterio de valoración que Martin Buber estableció para la relación de encuentro: lo importante –venía a decir– no eres tanto tú, lo importante no soy tanto yo; lo decisivo es lo que acontece entre tú y yo.

Frente a este llamado, buscamos enriquecer el diálogo de cara a esta nueva realidad, que exige una continua transformación en un contexto tan cambiante, para que, partiendo de las experiencias personales y comunitarias, podamos aprovechar estas herramientas para un beneficio común, encontrando en la intersección entre familia y redes sociales, una oportunidad de crecimiento, fortalecimiento y conexión.

Luis Fernando Roldán de la Tejera  
 José Carlos Ortiz Muggenburg  
 Cintia C. Robles Luján  
 EDITORES



SECCIÓN I

ARTÍCULOS



# HUMANIZAR LAS REDES SOCIALES DESDE UNA LÓGICA DE LA ALTERIDAD

ROBERTO CASALES GARCÍA  
UPAEP, Universidad

## INTRODUCCIÓN

En un ensayo de 1971, intitulado *La incapacidad para el diálogo*, Hans-Georg Gadamer advierte que, a pesar de que la capacidad para el diálogo es un atributo natural del ser humano, la incapacidad para dialogar ha aumentado significativamente.<sup>1</sup> De acuerdo con Gadamer, esto se hace peculiarmente patente en las conversaciones telefónicas, donde se da un empobrecimiento comunicativo, no sólo “por su limitación a lo acústico”, sino también porque “la proximidad artificial creada por el hilo telefónico quiebra imperceptiblemente la esfera del tanteo y de la escucha que permite acercarse a las personas”.<sup>2</sup> Al limitar el diálogo a lo meramente acústico, en efecto, carecemos de medios para verificar si los interlocutores están o no genuinamente inmersos en la conversación. La incapacidad para dialogar que se hace patente en las conversaciones telefónicas; sin embargo, va más allá de esta mera limitación: el problema de fondo radica en la falta de disposición de los interlocutores, en su incapacidad para atender y escuchar al otro, como ocurre con aquel “cuyo oído está, por así decir, tan lleno del aliento que constantemente se infunde a sí mismo al seguir sus impulsos e intereses, que no es capaz de oír al otro”.<sup>3</sup>

De acuerdo con Gadamer, esta especie de ensimismamiento se parece en buena medida a lo que ocurre con el paciente en el diálogo terapéutico, en

---

1 Cf. Hans-Georg Gadamer, “La incapacidad para el diálogo”, en *Verdad y método II*, trad. M. Olasagasti (Salamanca: Sígueme, 2004), 203-10.

2 Gadamer, “La incapacidad para el diálogo”, 204.

3 Gadamer, “La incapacidad para el diálogo”, 209.

especial en la *práxis* psicoanalítica, donde “la incapacidad para el diálogo es justamente la situación inicial desde la cual la recuperación del diálogo se presenta como el proceso mismo de curación”.<sup>4</sup> El trastorno que conduce al paciente a la impotencia, según Gadamer, consiste en la interrupción de la comunicación con el entorno por ideas delirantes, de modo que el paciente, al encontrarse inmerso en estas ideas, no es capaz de “escuchar el lenguaje de los otros”.<sup>5</sup> En las conversaciones telefónicas, sin embargo, nos encontramos con una cierta incapacidad para dialogar que no se reconoce a sí misma y que sirve como diagnóstico de quien “no se presta al diálogo o no logra entrar en el diálogo con el otro”, de manera que “la incapacidad del otro es a la vez la incapacidad de uno mismo”.<sup>6</sup> En este contexto, a diferencia del diálogo terapéutico, se da un distanciamiento en el que no es posible generar un lenguaje común entre las personas. Se trata, pues, de un distanciamiento en el que el lenguaje, que consiste en “hablar-a-alguien y contestar-a-alguien”, se ve degradado por “circunstancias sociales objetivas” que atrofian el lenguaje, como ocurrirá, según Gadamer, si “nos habituamos a la situación monologal de la civilización científica de nuestros días y a la técnica informativa de tipo anónimo que ésta utiliza”.<sup>7</sup>

Por más que la falta de un lenguaje común puede dificultar la comprensión y, por tanto, el diálogo mismo, esto no implica que dos interlocutores que hablan un idioma distinto no puedan alcanzar ese mutuo entendimiento. Que dos o más interlocutores puedan genuinamente llegar a una comprensión e incluso llegar a establecer ciertos acuerdos, más allá de las dificultades que representa el no compartir el mismo idioma, puede ser, según Gadamer, “un símbolo de cómo, cuando parece faltar el lenguaje, puede haber entendimiento mediante la paciencia, el tacto, la simpatía y tolerancia y mediante la confianza incondicional en la razón que todos compartimos”.<sup>8</sup> De ahí que la “incapacidad para dialogar” sea más un reproche personal que “una carencia real del otro”,<sup>9</sup> algo que se confirma cada vez más con la aparición de los nuevos medios de comunicación, incluyendo la presencia de las redes sociales. Estas últimas, en particular, no sólo han mostrado un alto potencial adictivo entre sus usuarios,<sup>10</sup> sino que también han modificado significativamente la

4 Gadamer, “La incapacidad para el diálogo”, 208.

5 Gadamer, “La incapacidad para el diálogo”, 208.

6 Gadamer, “La incapacidad para el diálogo”, 209.

7 Gadamer, “La incapacidad para el diálogo”, 210.

8 Gadamer, “La incapacidad para el diálogo”, 210.

9 Gadamer, “La incapacidad para el diálogo”, 210.

10 A este respecto, véase: Beatriz Côte-Real et al., “Addictive Potential of Social Media: A Cross Sectional Study in Portugal”, *Acta Medica Portuguesa* 36, n.º 3 (1 de marzo de 2023): 162-66, <https://>

forma en la que nos relacionamos e interactuamos, las cuales se entienden ahora, al menos en este entorno, en términos de “likes” y “followers”. Las redes sociales, que inicialmente nos sumergen en el ámbito de lo *hiper* –la *hiper*-conectividad, la *hiper*-visibilidad, el *hiper*-consumo y el *hiper*-individualismo–, terminan por transformarse en un paradójico déficit que reclama para sí una urgente humanización de las redes sociales.

Aquellas redes que pretendían ampliar nuestro mundo al ámbito de la hiperconectividad terminan generando entornos agresivos en los que no sólo se ve continuamente degradada la interacción entre los usuarios, sino que también se van reduciendo la posibilidad de generar un auténtico vínculo real. Los usuarios de redes que se encuentran totalmente conectados entre sí se encuentran al mismo tiempo aislados: en las redes sociales, según Han, no se entabla “ninguna *relación*, sólo una *conexión*”.<sup>11</sup> Como consecuencia de esto, tenemos una sociedad que habita las redes sociales, que pretende vincularse con los demás a través de estas redes, pero que encuentra dificultades para concebirse como miembros de una comunidad que se relaciona entre sí en aras de un bien común. Esto afecta de manera directa la forma en la que los individuos pretenden interactuar entre sí, tal y como se puede apreciar en las “discusiones” –si es que se les puede seguir llamando así– que se suscitan al interior de las redes sociales, “discusiones” donde ya no existe, como tal, un intercambio de razones. Sin este intercambio, no es posible buscar un mutuo entendimiento o comprensión, un lenguaje común, ni una relación real que los vincule entre sí: aquí los usuarios, al estar inmersos en sí, se vuelven incapaces de convertirse en auténticos interlocutores. De ahí que, si queremos humanizar las redes sociales, debemos apostar por una cultura del diálogo y del encuentro, donde los individuos estén dispuestos a escucharse mutuamente y a cooperar entre sí.

En el presente trabajo de investigación, así, pretendo analizar esta paradójica relación que se da al interior de las redes sociales, cara a proponer dos cosas: en primer lugar, que sólo podemos humanizar las redes sociales si promovemos una auténtica cultura del diálogo y del encuentro, donde los individuos sean auténticos interlocutores, dispuestos a cooperar y a dialogar; en segundo lugar, que tanto la apertura al diálogo como la cooperación sólo son posibles en la medida en que se encuadran bajo una cierta lógica de la alteridad, *i. e.*, una lógica en la que la alteridad sirve como condición *sine qua non* para que exista una auténtica cooperación y apertura al diálogo.

---

doi.org/10.20344/amp.18470.

11 Byung-Chul Han, *La expulsión de lo distinto. Percepción y comunicación en la sociedad actual*, trad. Alberto Ciria (Barcelona: Herder, 2018): 119.

## HIPERCONECTIVIDAD Y DESVINCULACIÓN EN LAS REDES

La aparición del Internet y, concretamente, de las redes sociales, ha reconfigurado en buena medida la forma en que nos relacionamos y, con ello, el tejido social en su totalidad. La presencia de las redes sociales en nuestras vidas ha acelerado una serie de procesos que se desencadenaron desde la aparición de las sociedades de consumo y que ahora se ven reflejados en el primado de la racionalidad instrumental como *modus operandi* (o, lo que es peor, *vivendi*) del sujeto contemporáneo. Se trata, pues, de todos aquellos procesos, dinámicas y mecanismos que subyacen a nuestras sociedades de consumo y que, por su propia naturaleza, terminan por favorecer la construcción de un sujeto narcisista que, privilegiando la flexibilidad sobre la rigidez, según Lipovetsky, rinde “culto a la espontaneidad” y a la “cultura *psi*”,<sup>12</sup> en aras de un cierto hedonismo permisivista, regido por una lógica de la seducción. Esta última, en particular, promueve no sólo una “vida sin imperativo categórico” o una vida “modulada en función de las motivaciones individuales”, sino también una vida en la que “el proceso de personalización reduce los marcos rígidos y coercitivos, funciona sibilinamente jugando la carta de la persona individual, de su bienestar, de su libertad, de su interés propio”.<sup>13</sup> De ahí que las redes sociales potencien los fenómenos que se dan al interior de nuestras sociedades de consumo, y terminen por desencadenar una serie de tensiones que problematizan nuestra forma de relacionarnos con los demás.

Toda tensión supone que existen dos fuerzas opuestas que simultáneamente operan en un mismo objeto, como cuando jalamos los extremos de una cuerda en direcciones contrarias: la cuerda se tensa en la medida en que la fuerza que se imprime en un extremo se encuentra en franca oposición con la que se ejerce en el otro. Al interior de las sociedades de consumo, sin embargo, nos encontramos con un tipo particular de tensión que se produce, no en función de dos fuerzas opuestas que operan simultáneamente sobre un mismo objeto, sino en relación con una misma fuerza que termina por conducir al objeto hacia la dirección contraria a la que originalmente apuntaba o pretendía dirigirse. Este es el tipo de tensión que se presenta, por mencionar un par de ejemplos, tanto en el hiperconsumo, como en el hiper-

---

12 Gilles Lipovetsky, *La era del vacío. Ensayos sobre el individualismo contemporáneo*, trad. Joan Vinoly y Michèle Pendax (Barcelona: Anagrama, 2017): 20-22. El narcisismo, concebido como un nuevo estadio del individualismo en el que, según Lipovetsky, se da una “hipertrofia del ego”, pasando de un individualismo “limitado” al individualismo “total” (cf. Lipovetsky, *La era del vacío. Ensayos sobre el individualismo contemporáneo*, 12-13).

13 Cf. Lipovetsky, *La era del vacío. Ensayos sobre el individualismo contemporáneo*, 19.

individualismo, donde el *ὑπερ* sirve como elemento compositivo que señala cierto ‘exceso’ o ‘estar-por-encima-de’ que, sin embargo, nos conduce a una paradoja. En el caso del hiperconsumo, en primer lugar, nos encontramos con una sociedad que, al mismo tiempo que “exalta los referentes del mayor bienestar, la armonía y el equilibrio”, conduce a “un sistema hipertrofiado e incontrolado, un orden bulímico que lleva al extremo y al caos y que ve que la opulencia convive con el aumento de las desigualdades y el subconsumo”.<sup>14</sup> Paradójicamente, aquel aumento del consumo que prometía bienestar detona la proliferación de anhelos consumistas y la sobreproducción de objetos de consumo, de modo que, según Lipovetsky:

Cuanto más se consume, más se quiere consumir: la época de la abundancia es inseparable de la hinchazón indefinida de la esfera de las satisfacciones anheladas y de la incapacidad para calmar el hambre de consumo, ya que a la satisfacción de una necesidad le siguen inmediatamente nuevas demandas.<sup>15</sup>

Algo semejante ocurre con el hiperindividualismo contemporáneo, el cual, según Charles Taylor, reduce el ideal moral de la autenticidad a una forma de narcisismo que, entre otras cosas, “implica centrarse en uno mismo y excluir, o incluso ignorar, las grandes cuestiones o preocupaciones que trascienden al yo”.<sup>16</sup> Sumidos en esta visión narcisista nos encontramos ante dos paradojas que están íntimamente relacionadas entre sí: en primer lugar, la que señala Taylor en relación a aquella tendencia a buscar “la autorrealización sin tener en cuenta las exigencias que surgen de nuestros vínculos con los demás”, razón por la cual termina por “destruir las condiciones para realizar la autenticidad misma”;<sup>17</sup> en segundo lugar, la paradoja que se da entre la autenticidad que buscamos en aras de distinguirnos de los demás, y la fuerte tendencia a la uniformidad a la que nos mueve todo aquello que, como la moda, promete generar esa diferenciación. Aquí la autenticidad es entendida, no ya como la

14 Gilles Lipovetsky, *La felicidad paradójica. Ensayo sobre la sociedad de hiperconsumo*, trad. Antonio-Prometeo Moya (Barcelona: Anagrama, 2017): 14-15.

15 Lipovetsky, *La felicidad paradójica. Ensayo sobre la sociedad de hiperconsumo*, 33. La cultura líquida que subyace a estas sociedades de consumo, según Bauman, hace que la economía se base “en el excedente y el rápido envejecimiento de sus ofertas, cuyos poderes de seducción se marchitan de forma prematura” (Zygmunt Bauman, *La cultura en el mundo de la modernidad líquida*, trad. Lilia Mosconi (México: Fondo de Cultura Económica, 2013): 20). De ahí que el hiperconsumo se encuentre íntimamente vinculado con la idea de que “el suministro perpetuo de ofertas siempre nuevas es imperativo para incrementar la renovación de mercancías” (*Ibid.*), convirtiendo el consumo en un círculo vicioso que en la actualidad se *viraliza* a través de las redes sociales. Esto se hace patente, por ejemplo, en el consumo de *Tweets*, *Likes*, *Stories*, *Shorts*, *Reels*, *TikToks*, etc.

16 Charles Taylor, *The Ethics of Authenticity* (Cambridge-Londres: Harvard University Press, 2003): 14.

17 Taylor, *The Ethics of Authenticity*, 35.

capacidad para hacerme cargo ejecutivamente de la propia existencia, sino como la capacidad para autoproducirse, donde “el yo como empresario de sí mismo *se produce, se representa y se ofrece* como mercancía”,<sup>18</sup> como si lo primero fuera totalmente equivalente a crear un perfil de Facebook. No es raro, en este sentido, que los individuos afectados por esta “tensión paradójica”, si se me permite usar esta expresión, terminen en un narcisismo profundamente orientado a producir la imagen con la que se venden a sí mismos.<sup>19</sup> Imagen que, a pesar de admitir la diversidad, termina por producir “una alteridad que en realidad no existe”.<sup>20</sup>

Vemos, así, que tanto en el hiperconsumo como en la hiperindividualización, se aprecia una forma de “tensión paradójica” en la que aquello que es conducido a su forma hiperbólica, coincide con un déficit, donde lo ὑπερ termina por remitirnos a una forma de lo ὑπο. En este caso, sin embargo, la relación entre lo que se encuentra *por-encima-de* –lo *hiper*– y lo que está *por-debajo-de* –lo *hipo*– no se dan entre dos cosas de la misma especie, como ocurre entre la hipertensión y la hipotensión, sino entre dos elementos que, por más que estén mutuamente implicados, no son del todo equivalentes. De ahí que ambos elementos, a pesar de encontrarse en extremos opuestos –el extremo de lo *hiper* y el de lo *hipo*–, no conlleven ningún tipo de contradicción, así como tampoco podamos decir que la presencia de uno conlleva necesariamente la presencia del otro, desde el mismo extremo. Hablar de la hiperconectividad, en este sentido, no implica necesariamente que los individuos hiperconectados mantengan una relación entre sí, tal y como se puede evidenciar en las redes sociales, donde nos encontramos con un déficit de relacionabilidad. Que toda relación suponga un tipo de conexión, sin embargo, no implica ni que ambos términos sean intercambiables, ni que toda conexión suponga una relación, máxime cuando se alude a un tipo de conexión que excede el mero enlace existente en esta última. No es raro, en este sentido, que autores como Zygmunt Bauman adviertan una diferencia sustancial entre la noción de “red” y la de “comunidad”.<sup>21</sup>

18 Han, *La expulsión de lo distinto. Percepción y comunicación en la sociedad actual*, 37-38.

19 Esto se hace patente de manera particular en el caso de los *influencers*, cuya imagen, según Byung-Chul Han, adquiere “una dimensión religiosa”, donde “los *influencers*, como inductores o motivadores, se muestran como salvadores. Los seguidores, como discípulos, participan de sus vidas al comprar los productos que los *influencers* dicen consumir... De ese modo, los seguidores participan en una *eucaristía digital*. Los medios de comunicación social son como una Iglesia: *el like es el amén. Compartir es la comunión. El consumo es la redención*” (Byung-Chul Han, *Infocracia. La digitalización y la crisis de la democracia*, trad. Joaquín Chamorro (México: Taurus, 2022): 19).

20 Han, *La expulsión de lo distinto. Percepción y comunicación en la sociedad actual*, 49.

21 Cf. Zygmunt Bauman y Carlo Bordoní, *Estado de crisis*, trad. Albino Santos Mosquera (Barcelona: Paidós, 2016): 184-185. De acuerdo con Bauman, el tipo de relación que se da en las redes es una

De acuerdo con Bauman, una de las diferencias sustanciales entre ambas formas de interacción consiste en lo siguiente: mientras que en las comunidades existe una cierta “mutualidad” que es de carácter irrenunciable, *i. e.*, una mutualidad en la que la mera coexistencia conlleva una limitación a la libertad individual, en las redes sus participantes tienen el derecho “a darse de baja “unilateralmente”, de modo que “la pervivencia de las redes depende únicamente de la volátil voluntad individual”.<sup>22</sup> Las redes sociales, en este sentido, suponen una mutualidad a “modo” que, sin embargo, se encuentra fuertemente influenciada, e incluso sometida, a lo que Han denomina como el “régimen de la información”. Se llama “régimen de la información”, en palabras de Han, “a la forma de dominio en la que la información y su procesamiento mediante algoritmos e inteligencia artificial determinan de modo decisivo los procesos sociales, económicos y políticos”, donde el acceso a la información “se utiliza para la vigilancia psicopolítica y el control y pronóstico del comportamiento”, de manera que las personas “no se sienten vigiladas, sino libres”.<sup>23</sup> Al estar sometidos a ese régimen de la información, así, corremos el peligro de ser fácilmente manipulados, sin que siquiera seamos del todo conscientes de la influencia que ejercen las redes en nuestras vidas:

En el mundo controlado por los algoritmos, el ser humano va perdiendo su capacidad de obrar por sí mismo, su autonomía. Se ve frente a un mundo que no es el suyo, que escapa a su comprensión. Se adapta a decisiones algorítmicas que no puede comprender. Los algoritmos son cajas negras. El mundo se pierde en las capas profundas de las redes neuronales, a las que el ser humano no tiene acceso.<sup>24</sup>

---

“relación pura” cuya ficción se muestra incapaz de “transferir la división sujeto/objeto intrínseca del patrón consumista al terreno de las relaciones interhumanas”, de modo que ésta se reduce a fundarse en la mera “gratificación del deseo” (Bauman y Bordoní, *Estado de crisis*, 184). Algo semejante advierte Byung-Chul Han con respecto al tipo de conexión que suponen las redes sociales, en las cuales lo que tenemos es un “enjambre digital” carente de toda masa: “El enjambre digital no es ninguna masa porque no es inherente a ninguna *alma*, a ningún *espíritu*. El alma es congregadora y unificante. El enjambre digital consta de individuos aislados. La masa está estructurada por completo de manera distinta. Muestra propiedades que no pueden deducirse a partir del individuo. En ellas los individuos particulares se funden en una nueva unidad, en la que ya no tienen ningún *perfil propio*. Una concentración casual de hombres no forma ninguna masa... Al enjambre digital le falta un alma o un espíritu de la masa. Los individuos que se unen en un enjambre digital no desarrollan ningún *nosotros*. Este no se distingue por ninguna concordancia que consolide la multitud en una masa que sea sujeto de acción... No se manifiesta en una *voz*” (Byung-Chul Han, *En el enjambre*, trad. Raúl Gabás (Barcelona: Herder, 2014): 16).

22 Bauman y Bordoní, *Estado de crisis*, 185.

23 Han, *Infocracia. La digitalización y la crisis de la democracia*, 9-13.

24 Byung-Chul Han, *No-cosas. Quiebras del mundo de hoy*, trad. Joaquín Chamorro (México: Taurus, 2022): 18.

Mientras que en la comunidad nos vemos en la necesidad de aprender a coexistir,<sup>25</sup> *i. e.*, nos vemos obligados a dialogar, a generar consensos, a establecer acuerdos e, incluso, a crear marcos jurídicos y organizaciones políticas que, como sostiene Vigo, posibiliten un “genuino despliegue efectivo de la libertad”,<sup>26</sup> en las redes sociales nos encontramos con sujetos hiperconectados cuya libertad aparente consiste, en buena medida, en creer que podemos prescindir casi por completo de este aprendizaje: la apariencia de la libertad que se hace presente en estas redes, comienza con la posibilidad de configurar a quién se le da acceso a nuestro perfil, la posibilidad de decidir quién si puede o no comentar tal o cual publicación, y a quien se le da *follow* o *unfollow*. Quienes habitan las redes sociales, así, terminan por someterse al control que ejercen plataformas como Facebook, Google, Instagram, Twitter o TikTok, las cuales explotan la información que los usuarios van produciendo.<sup>27</sup> Esto se va acrecentando en la medida en que, presos en la “*caverna digital*” de nuestros *smartphones* y “*atrapados en la información*”, donde “un fuerte ruido de información difumina los contornos del ser” y la “*luz de la verdad* se apaga por completo”,<sup>28</sup> vemos que nuestra forma de relacionarnos se va limitando al mero intercambio de información, un tipo de interacción que corre el peligro de ser del todo impersonal.

Por más que las redes sociales nos permiten alcanzar una conexión ilimitada, que es a lo que propiamente denominamos como “hiperconectividad”, nos percatamos de que ese nexo, que carece de toda “dimensión táctil y corpórea”, termina por alejarnos “cada vez más del otro”.<sup>29</sup> De ahí que la comunicación digital propicie, según Han, “una comunicación expansiva y despersonalizada que no precisa interlocutor personal, mirada ni voz”, como ocurre con los mensajes de Twitter, que “no van dirigidos a una persona concreta”.<sup>30</sup> Se trata, pues, de un tipo de interacción y comunicación que detona una tensión paradójica, en la medida en que termina por aislarnos del mundo y por acentuar la soledad.<sup>31</sup>

25 Esto se debe, según Wieland, a que, “bajo condiciones reales, el agente no puede partir jamás de cero, sino que se encuentra siempre ya en una situación que él mismo no ha creado y de la cual no es dueño, puesto que es determinada, en parte, por la naturaleza y, en parte, por los resultados del obrar de otros” (Wolfgang Wieland, *La razón y su praxis. Cuatro ensayos filosóficos*, trad. Alejandro G. Vigo (Buenos Aires: Biblos, 1996): 39-40).

26 Alejandro G. Vigo, “Kant: liberal y anti-relativista”, *Estudios Públicos*, n.º 93 (1 de enero de 2004), <https://www.estudiospublicos.cl/index.php/cep/article/view/700>, 42.

27 Cf. Han, *No-cosas. Quiebras del mundo de hoy*, 39-40.

28 Han, *Infocracia. La digitalización y la crisis de la democracia*, 91.

29 Cf. Han, *En el enjambre*, 28 y 31.

30 Han, *La expulsión de lo distinto. Percepción y comunicación en la sociedad actual*, 118.

31 Cf. Han, *No-cosas. Quiebras del mundo de hoy*, 98-99.

## ACELERACIÓN SIN-DISTANCIA Y PATOLOGIZACIÓN DEL DISCURSO

Pero, ¿qué es lo que explica esta paradoja entre la hiperconectividad y la precariedad de los vínculos que se generan en las redes sociales? ¿Por qué los individuos, a pesar de estar hiperconectados, encuentran serias dificultades para relacionarse y tener una mayor cercanía, máxime cuando la hiperconectividad presupone, al menos hasta cierto punto, la posibilidad de prescindir de toda distancia? Por más que estas cuestiones reclaman un análisis que sea capaz de dar cuenta de la complejidad misma del problema, me parece pertinente centrar nuestra atención en dos aspectos relacionados con el tipo de comunicación que se da al interior de estas redes y que, además de estar estrechamente relacionadas, dan cuenta, al menos parcialmente, de esa complejidad. Mientras que el primer aspecto se relaciona con lo que Xolocotzi, siguiendo la caracterización heideggeriana de la técnica, denomina como la “aceleración sin-distancia”,<sup>32</sup> un fenómeno vinculado a las sociedades de consumo y su peculiar culto a la inmediatez,<sup>33</sup> el segundo tiene que ver con la carga patológica o afectiva que se imprime al lenguaje que usamos en las redes sociales. Ambos aspectos, al estar mutuamente implicados, hacen que tanto el diálogo como el encuentro sean difíciles de alcanzar (aunque no por eso imposibles de realizar).

En relación con lo primero, Xolocotzi se percata de que la irrupción del tiempo “en la espacialidad de lo ente implica que el tiempo de la era técnica modifica por completo nuestras relaciones con el mundo”.<sup>34</sup> De modo que, como advierte Heidegger en el §23 de *Ser y tiempo*, “todos los modos de aceleración de la velocidad, en los que en mayor o menor grado estamos forzados hoy a participar, tienden a la superación de la lejanía”.<sup>35</sup> Un mundo profundamente marcado por el hiperconsumo, donde frecuentemente nos encontramos sometidos al flujo heraclíteo de la moda y a su ritmo vertiginoso, es un mundo en el que los individuos se ven orillados, cada vez más, a comprender su existencia desde la celeridad misma que impera en el mercado. Para que el mercado siga operante, en efecto, es necesario que los individuos

32 Cf. Ángel Xolocotzi, “Aceleración sin-distancia. Acotaciones heideggerianas sobre la era tecnológica”, *Theoría. Revista del Colegio de Filosofía*, n.º 43 (14 de diciembre de 2022): 115, <https://doi.org/10.22201/ffyl.29544270e.2022.43.1817>.

33 Para ahondar en la relación entre consumismo y el culto a la inmediatez, véase: Roberto Casales, “Vacío existencial y pérdida de referentes: la crisis antropológica contemporánea”, en *Problemas actuales de ética y antropología desde una perspectiva interdisciplinaria*, ed. Roberto Casales, Jorge Medina, y Rubén Sánchez (San Luis Potosí: UASLP, 2021): 181-187.

34 Xolocotzi, “Aceleración sin-distancia. Acotaciones heideggerianas sobre la era tecnológica”, 112.

35 Martin Heidegger, *Ser y tiempo*, trad. Jorge Eduardo Rivera (Madrid: Trotta, 2020), §23, 126.

estén sometidos a una dinámica en la que, según Bauman, “cada producto cultural está calculado para que alcance un máximo impacto” casi de forma instantánea, “y luego tenga una caída en desuso inmediata”, la cual termine por acortar “la distancia que hay entre la novedad y el cubo de la basura”.<sup>36</sup> Supone, pues, un culto a la inmediatez en la que todo está en constante cambio, algo que también se hace presente en las redes sociales, en la medida en que están diseñadas, según Txetxu Ausín, “para captar nuestra atención el mayor tiempo posible y con la mayor intensidad, a fin de mercantilizar y monetizar esta atención al máximo”.<sup>37</sup>

Las redes sociales, en este sentido, se caracterizan por promover la aceleración y el culto a la inmediatez, no sólo en nuestras dinámicas de consumo, sino también al interior de nuestras relaciones personales, como si éstas pudieran establecer mediante un simple *follow* o un burdo *like*. Xolocotzi, en este sentido, advierte que uno de “los peligros de la aceleración” radica en su tendencia “a la superación de la lejanía”, no como una forma de generar cercanía o intimidad, sino como un medio en el que se termina por privilegiar “la inmediatez del ente que se presenta” y, en consecuencia, “se anula toda lejanía y cercanía”.<sup>38</sup> Que las redes sociales permitan anular toda distancia entre los usuarios, así, no implica que entre ellos exista una cierta cercanía o intimidad, algo fundamental para establecer una relación de proximidad y, en consecuencia, una auténtica relación personal. De ahí que nuestra interacción con los demás usuarios, en consecuencia, corra el riesgo de limitarse a ser un mero contacto, parecido a lo que ocurría con el directorio telefónico, en el que se podía encontrar un sinfín de números telefónicos de gente con la que no necesariamente se compartía algún tipo de cercanía. Las redes sociales, en buena medida, suponen una interacción del todo acelerada, donde se espera que los demás usuarios sean igualmente fugaces. Bajo esa fugacidad se esconde la idea de que, cuanto más corto es el mensaje, más impacto o interacciones va a tener.

Las interacciones fugaces, aceleradas y sin distancia, generan contactos, más no relaciones de proximidad entre los usuarios: nos conectan con la gente, sin generar ningún tipo de cercanía o intimidad. No es raro, por tanto, que los usuarios puedan seguir o dejar de seguir a alguien sin ningún tipo

---

36 Zygmunt Bauman, *Sobre la educación en un mundo líquido. Conversaciones con Ricardo Mazzeo*, trad. Dolores Payás (Barcelona: Paidós, 2013): 46.

37 Txetxu Ausín, “Saber Vivir “Despacito”: Elogio de La Lentitud Desde La Filosofía”, *The Conversation*, 28 de mayo de 2019, <http://theconversation.com/saber-vivir-despacito-elogio-de-la-lentitud-desde-la-filosofia-117434>.

38 Xolocotzi, “Aceleración sin-distancia. Acotaciones heideggerianas sobre la era tecnológica”, 115.

de remordimiento, algo que termina por volverse del todo innecesario en la medida en que el algoritmo toma esta decisión por nosotros, mostrándonos tan sólo aquellos perfiles con los que solemos interactuar. Uno mantiene la conexión, sin la necesidad de tener algo que ver con el otro (e incluso sin la necesidad de tener que interactuar entre sí, por más mínima que sean nuestras interacciones). Se anula la distancia y, con ello, se anula también toda posible relación de proximidad, en cuanto que éstas, como sostiene T. Ausín, “son complejas y precisan tiempo, trabajo, dedicación y cuidado”,<sup>39</sup> elementos que, por supuesto, no se encuentran presentes en la mera conectividad. Las consecuencias producidas por esta celeridad sin-distancia, en segundo término, se agravan cuando en las redes sociales se privilegia el uso de cierto tipo de discurso retórico que, en su afán de persuasión, asume una carga afectiva o patológica de mucha densidad.

De acuerdo con la *Retórica* de Aristóteles, la persuasión de un discurso se da a través de tres elementos, a saber: en primer lugar, el *ethos* o “carácter del que habla”; en segundo, el *pathos*, que “consiste en predisponer al oyente de alguna manera”; y, en tercero, el *logos*, *i. e.*, en relación con lo que “demuestra o parece demostrar”.<sup>40</sup> Se persuade por el carácter, por un lado, cuando “el discurso es dicho de tal forma que hace al orador digno de crédito. Porque a las personas honradas les creemos más y con mayor rapidez, en general, en todas las cosas”.<sup>41</sup> También nos persuaden aquellos discursos que, por otro lado, cuando el discurso dispone a los oyentes a través de una pasión, en cuanto que “las pasiones son, ciertamente, las causantes de que los hombres se hagan volubles y cambien en lo relativo a sus juicios, en cuanto que de ellas se siguen pesar y placer”.<sup>42</sup> De ahí que los discursos persuasivos deban, o bien disponer a los oyentes hacia una determinada pasión que favorezca su discurso, o bien hacer un uso retórico de las pasiones preexistentes, de modo que la audiencia termine por asociar ese sentir con una causa determinada. Finalmente, nos dice Aristóteles, nos persuaden los argumentos, “cuando les mostramos la verdad, o lo que parece serlo, a partir de lo que es convincente en cada caso”.<sup>43</sup> Un buen discurso retórico, en este sentido, es aquel que posee un sano equilibrio entre estos tres elementos y que, por tanto, procura que el discurso no sólo “sea demostrativo y digno de crédito”, sino que también considera “el modo como se presenta el orador”, su “actitud respecto de los

39 Ausín, “Saber Vivir “Despacito”.

40 Aristóteles, *Retórica*, trad. Quintín Racionero (Madrid: Gredos, 1999), I, 1356a 1-4.

41 Aristóteles, *Retórica*, I, 1356a 5-7.

42 Aristóteles, *Retórica*, II, 1378a 20-22.

43 Aristóteles, *Retórica*, I, 1356a 18-20.

oyentes, así como, en lo que se refiere a éstos, el que se logre que también ellos estén en una determinada actitud ante el orador”.<sup>44</sup>

Las redes sociales, sin embargo, tienden a privilegiar una forma de discurso en donde las palabras, sujetas a un proceso de aceleración sin-distancia, se centran casi por completo en el *pathos* y no en el *logos* –el cual queda excluido o relegado casi por completo–, y dan pie a construir o producir un falso *ethos* o *ethos virtual*, que es el que los usuarios exhiben en su perfil. En la comunicación digital se prescinde de cualquier forma de *logos*, la cual es juzgada como pedante, y se da prioridad a un lenguaje que termina por convertirse en un medio o “transporte inmediato del afecto”.<sup>45</sup> Al hacer esto, según Han, las redes sociales promueven un tipo de discurso en el que se ve constantemente amenazada toda forma de racionalidad discursiva, ya que no sólo “nos dejamos *afectar* demasiado por informaciones que se suceden rápidamente”, sino que, además, nos percatamos de que “los afectos son más rápidos que la racionalidad”, de modo que no es raro que en este tipo de discursos “no son los mejores argumentos los que prevalecen, sino la información con mayor potencial de excitación”.<sup>46</sup> Esto se hace patente, por ejemplo, en la creciente tendencia a privilegiar lo visual sobre lo textual, so pretexto de que las “imágenes son más rápidas que los textos” y que éstas “no argumentan ni justifican nada”.<sup>47</sup> Las imágenes, en efecto, también generan un tipo de discurso prioritariamente patológico, el cual, de igual forma, termina por amenazar la racionalidad discursiva y por acentuar la carencia misma de toda proximidad con los otros.

Tanto la aceleración sin-distancia, como la patologización del discurso, terminan por acrecentar la atomización y *narcisificación* del discurso, donde se promueve no sólo un “culto del yo” exacerbado, sino también una “*pérdida de empatía*” que produce tanto “la *desaparición del otro*”, como “la *incapacidad de escuchar*”.<sup>48</sup> No es raro, en este sentido, que la comunicación digital, que “propicia una comunicación expansiva y despersonalizada que no precisa interlocutor personal”, encuentre momentos donde esa carga afectiva o patológica terminen por desbordarse, como ocurre con lo que Han comprende como “*shitstorms*” o “linchamientos digitales”, donde se da “una avalancha descontrolada de pasiones que no configura ninguna esfera pública”.<sup>49</sup> Este

44 Aristóteles, *Retórica*, II, 1377b 22-29.

45 Han, *En el enjambre*, 9

46 Han, *Infocracia. La digitalización y la crisis de la democracia*, 35.

47 Han, *Infocracia. La digitalización y la crisis de la democracia*, 42.

48 Han, *Infocracia. La digitalización y la crisis de la democracia*, 49-50.

49 Han, *La expulsión de lo distinto. Percepción y comunicación en la sociedad actual*, 118-119.

desbordamiento patológico que se produce en las redes sociales, donde los individuos descargan intempestivamente su *pathos*, tiene como consecuencia tanto el reafirmar la presencia de un sujeto profundamente ensimismado –propio del hiperindividualismo–, como el generar una fuerte tendencia a la indiferencia, “donde la alteridad”, en palabras de Jorge Medina, “ya no es alterante” y “la subjetividad de los sujetos ya no es alterada”.<sup>50</sup> La comunicación digital, en efecto, puede hacernos creer que el otro se limita a ser un yo-desencarnado, un mero contacto o perfil al que sigo a través de mis redes sociales, y no un otro encarnado con el que coexisto y sin el cual no existe un auténtico despliegue de mi subjetividad.

De acuerdo con Martin Buber, sin embargo, el *Yo* nunca puede ser predicado de manera pura y aislada, como un ‘yo’ independiente, ya que “no hay *Yo* en sí, sino solamente el *Yo* de la palabra primordial *Yo-Tú* y el *Yo* de la palabra primordial *Yo-Ello*”.<sup>51</sup> Esto significa, como sostiene Medina, que *Yo* no precede a la relación, como si primero se diera su existencia y posteriormente se fueran “estrechando lazos con sus semejantes y fraguando, así, una historia”.<sup>52</sup> De ahí que el otro que se me presenta como un yo-desencarnado, cuya alteridad y existencia quedan incluso suspendidas en lo digital –pues nada impide que ese otro con el que interactúo sea un otro inauténtico, un mero *bot* que se limita a replicar información para generar tendencia, o un perfil falso por el que alguien más se hace pasar por alguien distinto de sí, sin importar la razón por la cual busca esa ficción–, se presenta como un otro que me interpela, incluso si esto último queda reducido a su mínima expresión. La vacuidad del *like* se presenta, así, como una forma de reclamo, como una demanda que, por más que corra el riesgo de ser simplificada a su dimensión cuantificable –donde lo único importante sea el número de *likes* que se obtiene–, no deja de expresar una alteridad que me aparece, que me confronta y que, por ende, reclama una cierta apertura al diálogo: eliminar toda distancia a través de la virtualidad no implica, por ende, ni que podamos prescindir de toda proximidad, ni que el otro que se me presenta, que me hace frente, me deje de interpelar.

50 Jorge Medina, “Indiferencia”, en *Problemas actuales de ética y antropología desde una perspectiva interdisciplinaria*, ed. Roberto Casales, Jorge Medina, y Rubén Sánchez (San Luis Potosí: UASLP, 2021), 237-57.

51 Martin Buber, *Yo y tú* (Buenos Aires: Nueva Visión, 1984): 8.

52 Jorge Medina, “Cultura del encuentro”, en *Pedagogía del bien común. Principios y pilares*, ed. Mariano Sánchez y Jorge Medina (Puebla: UPAEP-UIC, 2021): 90.

## LA CARIDAD COMO ELEMENTO *SINE QUA NON* DE LA COOPERACIÓN Y LA APERTURA

Por más reducido o limitado que sea nuestro modo de comunicarnos en el mundo digital, por más que ésta hiperconectividad conlleve un déficit relacional entre los usuarios, la existencia misma de estas redes es muestra suficiente de que todavía es posible trascender la mera conectividad, en aras a establecer un vínculo real con los otros y, por tanto, hacer comunidad. Si las redes sociales han tenido el impacto que tienen en nuestras vidas, es justo porque, al menos en su génesis, responden a un profundo anhelo por encontrarnos cara-a-cara con el otro, a un anhelo por estar conectados y establecer puentes que permitan encontrarnos, por más frágil, fugaz, e incluso superficial, que pueda ser esa conexión. Se trata de un anhelo profundamente humano que, si bien puede ser manipulado en favor de una lógica hiperindividualista de mercado, como parece que ocurre cuando dejamos que nuestras vidas estén por completo sometidas al control de los algoritmos, también permite mantener abierta la posibilidad de humanizar estos espacios, en aras de reconstruir el tejido social. Las redes sociales, por más que suponen una serie de limitaciones intrínsecas que pueden obstaculizar el desarrollo de auténticos vínculos, también son susceptibles de ser humanizadas y, por tanto, de servir como medios para coadyuvar al bien común.

Así como ser conscientes de las limitaciones y de los riesgos que conlleva el uso de las redes sociales nos permite romper con la ilusión de la hiperconectividad, comprender que en su misma génesis se encuentra un cierto anhelo o *nostalgia del otro* nos permite situarlas en su justo medio, cara a develar un modo de humanizarlas. Esto último sólo es posible si establecemos un puente entre esa *nostalgia* y nuestra peculiar *condición dialógica*, una tesis que se hace patente tanto en la lectura que hace Heidegger de Hölderlin, como en la caracterización platónica de la dialéctica. De acuerdo con la lectura heideggeriana de Hölderlin, en primer lugar, “somos un diálogo” en la medida en que “el ser del hombre se funda en el habla” y ésta, a su vez, “acontece primero en el diálogo”.<sup>53</sup> Este diálogo que se da en el habla, según Heidegger, “es el medio para llegar uno al otro”, donde “el habla y el oír son igualmente originarios”, en cuanto que “el poder oír no es una consecuencia del hablar mutuamente, sino antes al contrario el supuesto de ello”.<sup>54</sup> Al

53 Martin Heidegger, “Hölderlin y la esencia de la poesía”, en *Arte y poesía*, trad. Samuel Ramos (México: Fondo de Cultura Económica, 1992): 133-134.

54 Heidegger, “Hölderlin y la esencia de la poesía”, 134.

ser ambos igualmente originarios, Heidegger advierte que en el diálogo que somos y por el cual podemos oírnos mutuamente, se da un cierto tipo de unidad que es portadora de nuestra existencia, la cual no sólo se remite a la manifestación de lo uno y lo mismo, como sostiene Heidegger,<sup>55</sup> sino también, en alusión a esa *nostalgia del otro* que se hace en la partícula *Yo-Tú* a la que apuntábamos anteriormente a través de Buber. De ahí que sólo podamos ser el diálogo que somos, por usar esta fórmula de Hölderlin, en la medida en que nos disponemos a salir al encuentro del otro.

Nuestra *condición dialógica*, en segundo lugar, se encuentra en la naturaleza discursiva del pensamiento, en cuanto que nuestro razonamiento, según Platón, “consiste en un diálogo interior y silencioso del alma consigo misma”.<sup>56</sup> Dado que el pensamiento posee una naturaleza discursiva o dialógica que cobra vida a través del uso de las palabras, Platón afirma en el *Fedro* que “el poder de las palabras se encuentra en que son capaces de guiar las almas”<sup>57</sup> e, incluso, de escribir “con ciencia en el alma del que aprende”, advirtiendo que para saber dialogar no basta con ser “capaz de defenderse a sí mismo”, sino que también es necesario un tipo de prudencia discursiva que nos permite identificar “con quiénes hablar y ante quienes callarse”.<sup>58</sup> Esto último se debe a dos cosas: por un lado, a que no todo contexto es propicio para el diálogo o, lo que es lo mismo, que hay contextos donde incluso es preferible callarse; por otro lado, que no todo contexto dialógico o discursivo es igualmente propicio para la búsqueda sincera de la verdad, como ocurre con el diálogo erístico. Este tipo de diálogo, según Platón, se asemeja al arte del Pancracio –uno de los deportes de combate más violentos de la antigua Grecia–, en la medida en que los interlocutores se confrontan o luchan entre sí, adiestrándose con las palabras para poder “refutar cualquier cosa que se diga”, sin importar si es “falsa o verdadera”.<sup>59</sup>

El diálogo erístico, propio de la sofística, es un tipo de diálogo cuyo arte termina reducido a un mero juego, ya que, en palabras de Platón, “si aprendiese muchas sutilezas de esa índole, o tal vez todas, no por ello sabría más acerca de cómo son realmente las cosas, sino que sólo sería capaz de divertir-

55 Cf. Heidegger, “Hölderlin y la esencia de la poesía”, 134.

56 Platón, *Sofista*, ed. María Isabel Santa Cruz, Álvaro Vallejo Campos, y Néstor Luis Cordero (Madrid: Gredos, 2015), 263e. Esta misma tesis aparece también en el *Teeteto*, donde define el pensar como el “discurso que el alma tiene consigo misma sobre las cosas que somete a consideración”, a lo cual añade que “el alma, al pensar, no hace otra cosa que dialogar y plantearse ella misma preguntas y respuestas, afirmando unas veces y negando otras” (Platón, *Teeteto*, ed. María Isabel Santa Cruz, Álvaro Vallejo Campos, y Néstor Luis Cordero (Madrid: Gredos, 2015), 189e-190a).

57 Platón, *Fedro*, trad. Emilio Lledó Íñigo (Madrid: Gredos, 2015), 271c-d.

58 Platón, *Fedro*, 276a.

59 Platón, *Eutidemo*, trad. Francisco José Oliveri (Madrid: Gredos, 2015), 272a.

se con la gente a propósito de los diferentes significados de los nombres”.<sup>60</sup> De ahí que en el *Eutidemo* se lo contraste con una auténtica actitud filosófica, la cual, como resume Alejandro Vigo, “tiene por objetivo último no la victoria sobre el interlocutor y rival, sino el logro compartido con él de la aproximación a la verdad sobre el asunto tratado en cada caso”.<sup>61</sup> Para que exista un auténtico diálogo crítico, capaz de hacerle justicia a nuestra *condición dialógica*, así, no basta que exista un mero intercambio de palabras, sino que también es necesario que exista un genuino interés por cooperar: cuando el otro es considerado como un mero oponente o rival, no hay posibilidad de que exista una “comunidad de intereses dentro del espacio del diálogo mismo”.<sup>62</sup> Los *Diálogos* de Platón, en efecto, nos advierten que sólo es posible un auténtico diálogo cuando, además de establecerse ciertos acuerdos o consensos mínimos de tipo procedimental, se dan ciertas condiciones que posibilitan la cooperación de los interlocutores, como lo son, por ejemplo, “la veracidad como actitud inicial de decir sin tapujos lo que realmente se piensa” y la capacidad de “distanciarse de las propias convicciones, cuando éstas aparecen como insuficientemente fundadas e incapaces de resistir el examen crítico”, por contraposición a “la necesidad de persistir obstinadamente en las posiciones ya asumidas expresamente en la discusión”.<sup>63</sup>

Nuestra peculiar *condición dialógica*, comprendida desde la dialéctica platónica, reclama que nuestra opción por la veracidad, como actitud inicial para el diálogo, se corresponda tanto con esa capacidad de autodistanciamiento de nuestras propias convicciones, como con una orientación a la verdad, sin la cual el diálogo corre el riesgo de ser reducido a un mero intercambio de palabras. La orientación compartida hacia la verdad, de acuerdo con Vigo, nos abre la posibilidad “de un diálogo genuinamente cooperativo”, donde el intercambio de razones queda “enmarcado en un espacio más amplio de convergencia de intereses entre las partes involucradas en el diálogo”.<sup>64</sup> Es así como descubrimos que la esencia de nuestra *condición dialógica* sólo puede residir en esta convergencia de intereses, cuya expresión individual, como observa Gadamer, “se inserta, pues, siempre en un hecho comunicativo” que, por ende, “no debe entenderse como hecho individual”.<sup>65</sup> Para que

60 Platón, *Eutidemo*, 278b.

61 Alejandro G. Vigo, “Platón, En Torno a Las Condiciones Y La Función Del Diálogo Cooperativo”, *Tópicos*, n.º 9 (2001): 12-13.

62 Vigo, “Platón, En Torno a Las Condiciones Y La Función Del Diálogo Cooperativo”, 16.

63 Vigo, “Platón, En Torno a Las Condiciones Y La Función Del Diálogo Cooperativo”, 22.

64 Vigo, “Platón, En Torno a Las Condiciones Y La Función Del Diálogo Cooperativo”, 23.

65 Hans-Georg Gadamer, “Entre fenomenología y dialéctica. Intento de una autocrítica”, en *Verdad y método II*, trad. Manuel Olasagasti (Salamanca: Sígueme, 2004): 25.

exista un auténtico diálogo, capaz de suscitar un genuino encuentro con el otro, es necesario que ambos interlocutores estén dispuestos a cooperar entre sí, *i. e.*, que ambos interlocutores estén genuinamente dispuestos, como sostiene Gadamer, a “salir de sí mismo, pensar con el otro y volver sobre sí mismo como otro”.<sup>66</sup> Vivencia de la alteridad que se hace del todo patente cuando advertimos que la finalidad del diálogo no es otra que la comprensión (*Verstehen*), “en el sentido específico del *entendimiento entre* quienes dialogan (*Verständigung*) sobre aquello que provee el asunto o tema del diálogo”,<sup>67</sup> en palabras de Gadamer:

La conversación es un proceso por el que se busca llegar a un acuerdo. Forma parte de toda verdadera conversación el atender realmente al otro, dejar valer sus puntos de vista y ponerse en su lugar, no en el sentido de que se le quiera entender como la individualidad que es, pero sí en el de que se le intenta entender lo que dice. Lo que se trata de recoger es el derecho objetivo de su opinión a través del cual podremos ambos llegar a ponernos de acuerdo en la cosa. Por lo tanto no referimos su opinión a su persona sino al propio opinar y entender.<sup>68</sup>

Es a través de la comprensión donde nuestra *condición dialógica* se encuentra íntimamente vinculada con nuestro anhelo o *nostalgia del otro*, en cuanto que presupone una lógica de la alteridad, un salir-al-encuentro-del-otro por el que nos disponemos a ser alterados por su proximidad –*i. e.*, nos disponemos a no ser indiferentes, a dejarnos decir–. Todo diálogo, en este sentido, supone una cierta apertura a la trascendencia que está mediada por el fenómeno de la comprensión, en cuanto que, como sostiene Gadamer, para poder “experimentar al tú realmente como tú, esto es, no pasar por alto su pretensión y dejarse hablar por él... es necesario estar abierto”.<sup>69</sup> Se trata, así, de una apertura al otro por la que reconozco, según Gadamer, “que debo estar dispuesto a dejar valer en mí algo contra mí, aunque no haya ningún otro que lo vaya a hacer contra mí”.<sup>70</sup> Quien está abierto al otro, quien se dispone a dejarse decir por el otro, descubre que su *condición dialógica*, al presuponer el anhelo o *nostalgia del otro*, conlleva, como sostiene Medina, que “el ‘logos’

66 Hans-Georg Gadamer, “Destrucción y deconstrucción”, en *Verdad y método II*, trad. Manuel Olasagasti (Salamanca: Sígueme, 2004): 356.

67 Alejandro G. Vigo, “Comprensión como experiencia de sentido y acontecimiento”, *Tópicos, Revista de Filosofía*, 2006, 183, <https://doi.org/10.21555/top.v30i1.197>.

68 Hans-Georg Gadamer, *Verdad y método*, trad. Ana Agud Aparicio y Rafael de Agapito (Salamanca: Sígueme, 2007): 463.

69 Gadamer, *Verdad y método*, 438.

70 Gadamer, *Verdad y método*, 438.

está llamado a crecer, enriquecerse y habitar en un permanente ‘dia-logos’<sup>71</sup> Para que esta relación dialógica sea plena, sin embargo, es necesario que esta apertura al otro nos remita a lo que Gabriel Marcel considera que es “la característica esencial de la persona, a saber, la disponibilidad”<sup>72</sup>

De acuerdo con Marcel, la disponibilidad es “una aptitud para darse a lo que se presenta y vincularse mediante este don; o incluso para transformar las circunstancias en ocasiones, digamos que hasta en favores: a colaborar así con su propio destino confiriéndole su impronta propia”.<sup>73</sup> Para Marcel, en efecto, por más que no podamos concebir a la persona como algo ajeno al “yo”, “la persona no puede tampoco ser contemplada como un elemento o como un atributo del yo”, ya que “yo me afirmo como persona en la media en que asumo la responsabilidad de lo que hago y de lo que digo”.<sup>74</sup> Estar disponible, en este sentido, significa ser capaz de salir al encuentro del otro, *i. e.*, estar “tendido hacia fuera de sí, dispuesto a consagrarse a una causa que lo sobrepasa, pero que al mismo tiempo hace suya”.<sup>75</sup> Se trata de una apertura o disponibilidad al otro que implica, según Urabayen, “la capacidad de abrirse a los otros seres personales y encontrarse con ellos como seres espirituales, como otro tú con el que se dialoga y se entra en comunión”.<sup>76</sup> Es así como nuestra *condición dialógica* sólo pueda hacer justicia a esa *nostalgia del otro*, cuando la interacción entre el *Yo* y el *Tú* trasciende la mera interconectividad, para insertarse en una lógica de la alteridad que reclama nuestra capacidad para responder al llamado del otro. Apertura que, siguiendo la lectura que hace Medina de Marcel, “se vuelve disponibilidad, y disponibilidad que se consume en (el) amor”.<sup>77</sup>

Esto nos permite decir que sólo se le puede hacer justicia a nuestra *condición dialógica* y a nuestra peculiar *nostalgia del otro*, cuando el diálogo supone una apertura al otro, un dejarse decir, marcado por el amor, el cual, según Medina, “es lo que hace *alcanzar* el ser del otro sin menguar su alteridad ni perder la propia identidad”.<sup>78</sup> De ahí que, en conclusión, si queremos

71 Medina, “Cultura del encuentro”, 91.

72 Gabriel Marcel, *Homo viator. Prolegómenos a una metafísica de la esperanza*, trad. María José de Torres (Salamanca: Sígueme, 2005): 35

73 Marcel, *Homo viator. Prolegómenos a una metafísica de la esperanza*, 35.

74 Marcel, *Homo viator. Prolegómenos a una metafísica de la esperanza*, 33.

75 Marcel, *Homo viator. Prolegómenos a una metafísica de la esperanza*, 36.

76 Julia Urabayen, “El humanismo trágico de Gabriel Marcel: el ser humano en un mundo roto”, *Estudios de Filosofía*, n.º 41 (2010): 45.

77 Jorge Medina, “Entre el diálogo y el amor: deudas y distancias de Levinas a Buber y a Marcel”, *Metafísica y Persona*, n.º 29 (31 de enero de 2023): 108, <https://doi.org/10.24310/Metyper.2023.vi29.16152>.

78 Medina, “Entre el diálogo y el amor”, 109.

humanizar las redes sociales, debemos promover una cultura del diálogo profundamente enmarcada en una lógica de la alteridad, *i. e.*, instalada en el amor. Desde esta lógica de la alteridad, el otro no puede ser reducido a un mero contacto, a un mero *follower* con el que sólo establezco una conexión.<sup>79</sup>

## REFERENCIAS

- Aristóteles. *Retórica*. Traducido por Quintín Racionero. Madrid: Gredos, 1999.
- Ausín, Txetxu. “Saber Vivir ‘Despacito’: Elogio de La Lentitud Desde La Filosofía”. *The Conversation*, 28 de mayo de 2019. <http://theconversation.com/saber-vivir-despacito-elogio-de-la-lentitud-desde-la-filosofia-117434>.
- Bauman, Zygmunt. *La cultura en el mundo de la modernidad líquida*. Traducido por Lilia Mosconi. México: Fondo de Cultura Económica, 2013.
- . *Sobre la educación en un mundo líquido. Conversaciones con Ricardo Mazzeo*. Traducido por Dolores Payás. Barcelona: Paidós, 2013.
- Bauman, Zygmunt, y Carlo Bordoni. *Estado de crisis*. Traducido por Albino Santos Mosquera. Barcelona: Paidós, 2016.
- Buber, Martin. *Yo y tú*. Buenos Aires: Nueva Visión, 1984.
- Casales, Roberto. “Vacío existencial y pérdida de referentes: la crisis antropológica contemporánea”. En *Problemas actuales de ética y antropología desde una perspectiva interdisciplinaria*, editado por Roberto Casales, Jorge Medina, y Rubén Sánchez. San Luis Potosí: UASLP, 2021.
- Côrte-Real, Beatriz, Catarina Cordeiro, Pedro Câmara Pestana, Inês Duarte E Silva, y Filipa Novais. “Addictive Potential of Social Media: A Cross Sectional Study in Portugal”. *Acta Médica Portuguesa*, 24 de octubre de 2022. <https://doi.org/10.20344/amp.18470>.
- Gadamer, Hans-Georg. “Destrucción y deconstrucción”. En *Verdad y método II*, traducido por Manuel Olasagasti, 349-59. Salamanca: Sígueme, 2004.
- . “Entre fenomenología y dialéctica. Intento de una autocrítica”. En *Verdad y método II*, traducido por Manuel Olasagasti, 11-29. Salamanca: Sígueme, 2004.
- . “La incapacidad para el diálogo”. En *Verdad y método II*, traducido por Manuel Olasagasti, 203-10. Salamanca: Sígueme, 2004.

79 Hay que considerar, sin embargo, que al promover esta lógica de la alteridad como condición *sine qua non* para el diálogo y el encuentro con el otro, no se logra ni superar del todo las limitaciones de las redes sociales, ni se vuelve factible hacer que en éstas todo contexto sea igualmente dialógico.

- *Verdad y método*. Traducido por Ana Agud Aparicio y Rafael de Agapito. Salamanca: Sígueme, 2007.
- Han, Byung-Chul. *En el enjambre*. Traducido por Raúl Gabás. Barcelona: Herder, 2014.
- *Infocracia. La digitalización y la crisis de la democracia*. Traducido por Joaquín Chamorro. México: Taurus, 2022.
- *La expulsión de lo distinto. Percepción y comunicación en la sociedad actual*. Traducido por Alberto Ciria. Barcelona: Herder, 2018.
- *No-cosas. Quiebras del mundo de hoy*. Traducido por Joaquín Chamorro. México: Taurus, 2022.
- Heidegger, Martin. “Hölderlin y la esencia de la poesía”. En *Arte y poesía*, traducido por Samuel Ramos, 125-48. México: Fondo de Cultura Económica, 1992.
- *Ser y tiempo*. Traducido por Jorge Eduardo Rivera. Madrid: Trotta, 2020.
- Lipovetsky, Gilles. *La era del vacío. Ensayos sobre el individualismo contemporáneo*. Traducido por Joan Vinyoli y Michèle Pendax. Barcelona: Anagrama, 2017.
- *La felicidad paradójica. Ensayo sobre la sociedad de hiperconsumo*. Traducido por Antonio-Prometeo Moya. Barcelona: Anagrama, 2017.
- Marcel, Gabriel. *Homo viator. Prolegómenos a una metafísica de la esperanza*. Traducido por María José de Torres. Salamanca: Sígueme, 2005.
- Medina, Jorge. “Cultura del encuentro”. En *Pedagogía del bien común. Principios y pilares*, editado por Mariano Sánchez y Jorge Medina, 90-102. Puebla: UPAEP-UIC, 2021.
- “Entre el diálogo y el amor: deudas y distancias de Levinas a Buber y a Marcel”. *Metafísica y Persona*, n.º 29 (31 de enero de 2023): 101-13. <https://doi.org/10.24310/Metyper.2023.vi29.16152>.
- “Indiferencia”. En *Problemas actuales de ética y antropología desde una perspectiva interdisciplinaria*, editado por Roberto Casales, Jorge Medina, y Rubén Sánchez, 237-57. San Luis Potosí: UASLP, 2021.
- Platón. *Eutidemo*. Traducido por Francisco José Oliveri. Madrid: Gredos, 2015.
- *Fedro*. Traducido por Emilio Lledó Íñigo. Madrid: Gredos, 2015.
- *Sofista*. Editado por María Isabel Santa Cruz, Álvaro Vallejo Campos, y Néstor Luis Cordero. Madrid: Gredos, 2015.
- *Teeteto*. Editado por María Isabel Santa Cruz, Álvaro Vallejo Campos, y Néstor Luis Cordero. Madrid: Gredos, 2015.
- Taylor, Charles. *The Ethics of Authenticity*. Cambridge-Londres: Harvard University Press, 2003.

- Urabayen, Julia. “El humanismo trágico de Gabriel Marcel: el ser humano en un mundo roto”. *Estudios de Filosofía*, n.º 41 (2010): 35-59.
- Vigo, Alejandro G. “Comprensión como experiencia de sentido y acontecimiento”. *Tópicos, Revista de Filosofía*, octubre de 2006, 145-95. <https://doi.org/10.21555/top.v30i1.197>.
- “Kant: liberal y anti-relativista”. *Estudios Públicos*, n.º 93 (1 de enero de 2004). <https://www.estudiospublicos.cl/index.php/cep/article/view/700>.
- “Platón, En Torno a Las Condiciones Y La Función Del Diálogo Cooperativo”. *Tópicos*, n.º 9 (2001): 5-41.
- Wieland, Wolfgang. *La razón y su praxis. Cuatro ensayos filosóficos*. Traducido por Alejandro G. Vigo. Buenos Aires: Biblos, 1996.
- Xolocotzi, Ángel. “Aceleración sin-distancia. Acotaciones heideggerianas sobre la era tecnológica”. *Theoría. Revista del Colegio de Filosofía*, n.º 43 (14 de diciembre de 2022): 100-120. <https://doi.org/10.22201/ffyl.29544270e.2022.43.1817>.



# EDADISMO Y REDES SOCIALES

J. MARTÍN CASTRO-MANZANO  
UPAEP, Universidad

## INTRODUCCIÓN

La expresión *redes sociales* es polisémica. En cierto sentido, como quizá diría Aristóteles,<sup>1</sup> la humanidad siempre ha vivido en redes sociales. Las familias, las instituciones, los estados, y otras estructuras semejantes, son redes sociales; sin embargo, en otro sentido –que es el que asumiremos aquí– usamos *redes sociales* para hablar de ciertas tecnologías de la web 2.0 que han surgido en la primera década del siglo XXI. Facebook, Twitter, YouTube, WhatsApp, Instagram, TikTok, y otras tecnologías similares, son redes sociales.

Desde siempre, este tipo de redes han generado discusiones filosóficas,<sup>2</sup> incluso antes de su inserción en la vida cotidiana,<sup>3</sup> pues su uso y su presencia tienen vínculos causales con lo que pensamos, sentimos y hacemos.<sup>4</sup> De la privacidad<sup>5</sup> a la (de)construcción de la democracia,<sup>6</sup> los problemas filosóficos asociados a las redes sociales no son pocos ni menores.

Dado este contexto, en este trabajo pretendemos hacer visible una discusión filosófica que merece igual o más atención que otras: la discusión del

---

1 Aristóteles, *Política*, trad. Manuela García (Madrid: Gredos, 1988), I, 1252b.

2 Hubert Dreyfus, *On the Internet* (Nueva York: Routledge, 2001).

3 Albert Borgmann, *Technology and the Character of Contemporary Life* (Chicago: University of Chicago Press, 1984).

4 Cfr. Nicole B. Ellison, Charles Steinfield, y Cliff Lampe, “The Benefits of Facebook ‘Friends’: Social Capital and College Students’ Use of Online Social Network Sites”, *Journal of Computer-Mediated Communication* 12, n.º 4 (julio de 2007): 1143-68, <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00367.x>; y Mizuko Ito, *Hanging Out, Messing Around, Geeking Out: Living and Learning with New Media* (Cambridge: MIT Press, 2009).

5 Richard A. Spinello, “Privacy and Social Networking Technology”, *The International Review of Information Ethics* 16 (1 de diciembre de 2011): 41-60, <https://doi.org/10.29173/iriet2011>.

6 S. Vaidhyanathan, *Antisocial Media: How Facebook Disconnects Us and Undermines Democracy* (Nueva York: Oxford University Press, 2018).

edadismo en las redes sociales. El edadismo –o discriminación negativa por edad– es un fenómeno social multifacético que la Organización Mundial de la Salud<sup>7</sup> ha definido como el conjunto de estereotipos (*i. e.* lo que pensamos), prejuicios (*i. e.* lo que sentimos) y acciones (*i. e.* lo que hacemos) dirigidos hacia las personas en función de su edad.

Pues bien, en lo que sigue exploramos cómo las redes sociales pueden reproducir sesgos edadistas con énfasis en las personas adultas mayores. Para alcanzar este objetivo hemos dividido este trabajo en dos partes. Primero exponemos un marco teórico general sobre el concepto *edadismo* y posteriormente mostramos cómo las redes sociales pueden ser parte de su causa, aunque también de su solución.

## QUÉ ES EL EDADISMO

En enero de 1969 la agencia de vivienda pública del Distrito de Columbia celebró audiencias sobre su propuesta de compra de un edificio de departamentos para albergar personas ancianas en estado de pobreza. La ciudadanía blanca de clase media y mediana edad compareció en las audiencias y protestó, por diversos motivos, contra la propuesta.

Entre las protestas estaban, además de las preocupaciones económicas, las siguientes: “Le abrirías la puerta a gente que no sabe cómo vivir”, “[La vivienda pública] tiene que llegar en algún momento, pero no en este momento ni en este lugar”, o el típico “No estoy en contra de los viejos, créanme”, pero “¿Quién quiere a todos esos viejos alrededor?”

La anécdota descrita previamente le permitió a Robert N. Butler exponer un problema que, desde aquel entonces, necesitaba más atención. Así, en 1969 salió a la luz su *Age-ism: Another form of bigotry* en *The Gerontologist*. Allí, Butler ofreció una definición del edadismo –como el prejuicio de un grupo de edad contra otro grupo de edad– y un argumento básico que podemos reformular, como hemos hecho en otro lugar,<sup>8</sup> de la siguiente manera:<sup>9</sup>

1. El racismo, el sexismo y el clasismo no tienen justificación moral suficiente.

7 World Health Organization, *Global Report on Ageism* (UN, 2021).

8 José Martín Castro, “Edadismo e inteligencia artificial”, *Research in Computing Science* 6, n.º 151 (2022): 201-10.

9 Robert N. Butler, “Age-ism: Another Form of Bigotry”, *The Gerontologist* 9, n.º 4\_Part\_1 (1 de diciembre de 1969): 243-46, [https://doi.org/10.1093/geront/9.4\\_Part\\_1.243](https://doi.org/10.1093/geront/9.4_Part_1.243).

2. El edadismo es relevantemente similar al racismo, al sexismo y al clasismo.
3. Luego, el edadismo no tiene justificación moral suficiente.

La verdad de la primera premisa ya era fácil de justificar en aquel entonces y es más fácil de verificar ahora. El racismo, el sexismo y el clasismo no tienen justificación moral suficiente porque son formas de discriminación ilegítima, esto es, son maneras de particionar la estructura de las relaciones sociales con base en jerarquías accesorias o accidentales que, por tanto, no tienen un vínculo relevante con la justicia. La verdad de la segunda premisa, sin embargo, requiere más explicación. Lo que propuso Butler en aquel trabajo es que el edadismo, *mutatis mutandis*, también particiona la estructura de las relaciones sociales de manera ilegítima. Para ofrecer evidencia de este último punto, por lo menos en amplitud, consideremos algunos modelos que explican las causas y efectos del edadismo.

Según Ayalón y Tesch-Römer, las teorías para explicar las causas y efectos del edadismo se pueden dividir en tres: teorías micronivel, mesonivel y macronivel.<sup>10</sup> Las primeras enfatizan las causas del edadismo en las personas; las segundas, en las relaciones personales; y las terceras, en las instituciones y la cultura. Entre las teorías micronivel podemos encontrar la teoría de la gestión del terror,<sup>11</sup> la teoría de la identidad social<sup>12</sup> y la teoría del contenido estereotípico.<sup>13</sup> De acuerdo con estas teorías, las causas del edadismo son individuales y no siempre tienen modos de expresión consciente; sin embargo, el edadismo no siempre comienza en este nivel, pues algunas de sus causas y efectos se pueden rastrear en las relaciones interpersonales. En este grupo de teorías mesonivel encontramos, por ejemplo, a la teoría evolutiva,<sup>14</sup> la teoría

10 Liat Ayalon y Clemens Tesch-Römer, «Introduction to the Section: Ageism-Concept and Origins», en *Contemporary Perspectives on Ageism*, ed. Liat Ayalon y Clemens Tesch-Römer, vol. 19, *International Perspectives on Aging* (Cham: Springer International Publishing, 2018), 1-10, [https://doi.org/10.1007/978-3-319-73820-8\\_1](https://doi.org/10.1007/978-3-319-73820-8_1).

11 Jeff Greenberg, Tom Pyszczynski, y Sheldon Solomon, «The Causes and Consequences of a Need for Self-Esteem: A Terror Management Theory», en *Public Self and Private Self*, ed. Roy F. Baumeister (New York, NY: Springer New York, 1986), 189-212, [https://doi.org/10.1007/978-1-4613-9564-5\\_10](https://doi.org/10.1007/978-1-4613-9564-5_10).

12 Henry Tajfel y John Turner, «An integrative theory of intergroup conflict», en *Intergroup relations: Essential readings*, Key readings in social psychology (Nueva York: Psychology Press, 2001), 94-109.

13 Christin-Melanie Vaclair et al., «Doddering but Dear ... Even in the Eyes of Young Children? Age Stereotyping and Prejudice in Childhood and Adolescence», *International Journal of Psychology* 53, n.º S1 (2018): 63-70, <https://doi.org/10.1002/ijop.12430>.

14 Eugene Burnstein, Christian Crandall, y Shinobu Kitayama, «Some Neo-Darwinian Decision Rules for Altruism: Weighing Cues for Inclusive Fitness as a Function of the Biological Importance of the Decision», *Journal of Personality and Social Psychology* 67, n.º 5 (noviembre de 1994): 773-89, <https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.5.773>.

de la segregación<sup>15</sup> y la teoría de la amenaza intergrupala.<sup>16</sup> Por último, tenemos teorías macronivel según las cuales los valores culturales son la causa del desprecio a las personas adultas mayores. De acuerdo con esta teoría macronivel, las causas del edadismo son más bien institucionales y axiológicas.<sup>17</sup>

En suma, el edadismo se puede definir como la discriminación negativa en función de la edad. Por su forma, este tipo de discriminación tiene, como diría la OMS, tres aspectos (pensamientos, sentimientos y comportamientos); por sus causas, tres manifestaciones (personal, interpersonal e institucional); y por sus efectos, dos modos de expresión (consciente e inconsciente).

## EDADISMO EN LAS REDES SOCIALES

Con este breve marco conceptual de fondo, a continuación, usaremos el modelo de ciclos de injusticia<sup>18</sup> para explorar cómo las redes sociales pueden reproducir sesgos edadistas con especial énfasis en las personas adultas mayores (Figura 1).

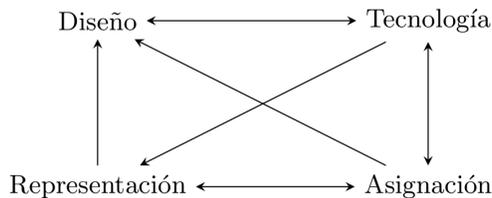


Figura 1. Modelo de ciclos de injusticia

Pues bien, los estereotipos existentes sobre las personas adultas mayores afectan los prejuicios que compartimos y perpetuamos cuando reproducimos discursos edadistas (Representación), lo que puede conducir a la exclu-

15 Gunhild O. Hagestad y Peter Uhlenberg, “The Social Separation of Old and Young: A Root of Ageism”, *Journal of Social Issues* 61, n.º 2 (junio de 2005): 343-60, <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2005.00409.x>.

16 Walter G. Stephan, Oscar Ybarra, y Kimberly Rios Morrison, “Intergroup threat theory”, en *Handbook of prejudice, stereotyping, and discrimination* (Nueva York: Psychology Press, 2009), 43-59, <https://doi.org/10.4324/9781841697772>.

17 Marilyn Johnson et al., *Aging and modernization* (Nueva York: Appleton-Century-Crofts, 1972).

18 Charlene H. Chu et al., “Digital Ageism: Challenges and Opportunities in Artificial Intelligence for Older Adults”, *The Gerontologist* 62, n.º 7 (1 de septiembre de 2022): 947-55, <https://doi.org/10.1093/geront/gnab167>.

sión de estas personas de los procesos de creación y mantenimiento de las redes sociales y sus algoritmos (Diseño). Por ejemplo, los estereotipos sobre las personas adultas mayores como ajenas a intereses diversos se ven reforzados por el hecho de que los algoritmos de las redes sociales favorecen mecanismos de apreciación de cosmovisiones de juventud, lo cual promueve que las redes sociales, sus algoritmos y sus contenidos sean creados y mantenidos con respecto a ciertas cohortes generacionales (Tecnología).

Así, se produce una brecha digital que se reafirma toda vez que las mismas personas de edad avanzada se asumen en dicha posición y el resto de la población se las asigna (Asignación), creando el fenómeno de profecía autocumplida; y así, junto con los patrones sociales en tendencia de las redes sociales existentes, se obtiene como resultado un conjunto de datos que representa de manera imprecisa a las personas de edad avanzada y que se usa para justificar los algoritmos de las redes mismas (Tecnología).

Estos conjuntos de datos y algoritmos sesgados incentivan, entonces, un mayor desarrollo de redes sociales y contenidos que se centran principalmente en las necesidades de las poblaciones que no son adultas mayores (Diseño), lo cual reduce, de nuevo, la disponibilidad de tecnologías digitales que atiendan otras necesidades, intereses y aspiraciones que podrían ocupar las personas de edad avanzada, lo cual termina aumentando aún más la brecha digital (Asignación). En consecuencia, las redes sociales refuerzan la desigualdad y magnifican la exclusión social de subsectores de la población que se consideran como una “clase inferior digital” compuesta, entre otros grupos, por personas adultas mayores.

Con todo, esta descripción de la situación podría parecer un poco abstracta, así que consideremos un ejemplo sencillo pero más o menos representativo. Consideremos, entonces, uno de los prejuicios más difundidos sobre las personas adultas mayores, a saber, que “ya vivieron”.

Como pasa con la mayoría de los prejuicios, el anterior tiene algo de verdad, pero sólo a medias. De las únicas personas que podemos decir, enteramente, que “ya vivieron,” son las que ya no están vivas. Por tanto, representar a las personas adultas mayores como personas que “ya vivieron” es homologarlas con personas que han muerto. Y como de las personas que han muerto podemos decir que ya están definidas, que no tienen intereses ni futuro, parecería que las personas adultas mayores y sus intereses no tienen lugar en los procesos de creación y mantenimiento de las redes sociales, sus contenidos y sus algoritmos.

Así, al excluir a estas personas de los procesos de diseño y creación de tecnologías, las redes sociales favorecen cosmovisiones en las que juven-

tud es la norma. Esto produce una brecha digital que se reafirma cuando las personas mayores de edad no sólo no se pueden adaptar a los cambios tecnológicos, sino también cuando no se ven representadas en las redes de manera justa *vis-à-vis* otras particiones (*e. g.*, etnia, género, clase social, etc.), lo cual favorece que las personas se autoexcluyan de las mismas redes y justifiquen su propia exclusión en virtud de que “ya vivieron”. Y, en consecuencia, por esta misma brecha, se justifica la brecha y el ciclo de injusticia reinicia.

## COMENTARIOS FINALES

Después de exponer un marco teórico general sobre el concepto *edadismo*, hemos ilustrado cómo las redes sociales pueden ser parte de su causa; sin embargo, vale la pena comentar que las redes sociales también podrían ser parte de su reducción, pues dichas redes ofrecen una plataforma para intervenir el ciclo de injusticia y ofrecer discursos contra-edadistas. Las redes sociales son, pues, espacio y ocasión para vincular la consistencia interna y la justicia social: si en redes sociales ya denunciarnos el racismo, el clasismo y el sexismo como formas de discriminación ilegítima, y el edadismo es relevantemente similar a dichas formas de discriminación, no denunciarlo por razones semejantes sería inconsistente.

Comenten, suscríbanse, denle *like*, *follow* y *retweet* a estas consideraciones.

## REFERENCIAS

- Aristóteles. *Política*. Traducido por Manuela García. Madrid: Gredos, 1988.
- Ayalon, Liat, y Clemens Tesch-Römer. “Introduction to the Section: Ageism-Concept and Origins”. En *Contemporary Perspectives on Ageism*, editado por Liat Ayalon y Clemens Tesch-Römer, 19:1-10. International Perspectives on Aging. Cham: Springer International Publishing, 2018. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-73820-8\\_1](https://doi.org/10.1007/978-3-319-73820-8_1).
- Borgmann, Albert. *Technology and the Character of Contemporary Life*. Chicago: University of Chicago Press, 1984.
- Burnstein, Eugene, Christian Crandall, y Shinobu Kitayama. “Some Neo-Darwinian Decision Rules for Altruism: Weighing Cues for Inclusive Fitness as a Function of the Biological Importance of the Decision”. *Journal of Personality and Social Psychology* 67, n.º 5 (noviembre de 1994): 773-89. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.5.773>.

- Butler, Robert N. "Age-Isms: Another Form of Bigotry". *The Gerontologist* 9, n.º 4 Part 1 (1 de diciembre de 1969): 243-46. [https://doi.org/10.1093/geront/9.4\\_Part\\_1.243](https://doi.org/10.1093/geront/9.4_Part_1.243).
- Castro, José Martín. "Edadismo e inteligencia artificial". *Research in Computing Science* 6, n.º 151 (2022): 201-10.
- Chu, Charlene H, Rune Nystrup, Kathleen Leslie, Jiamin Shi, Andria Bianchi, Alexandra Lyn, Molly McNicholl, Shehroz Khan, Samira Rahimi, y Amanda Grenier. "Digital Ageism: Challenges and Opportunities in Artificial Intelligence for Older Adults". Editado por Suzanne Meeks. *The Gerontologist* 62, n.º 7 (12 de agosto de 2022): 947-55. <https://doi.org/10.1093/geront/gnab167>.
- Dreyfus, Hubert. *On the Internet*. Nueva York: Routledge, 2001.
- Ellison, Nicole B., Charles Steinfield y Cliff Lampe. "The Benefits of Facebook "Friends": Social Capital and College Students' Use of Online Social Network Sites". *Journal of Computer-Mediated Communication* 12, n.º 4 (julio de 2007): 1143-68. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00367.x>.
- Greenberg, Jeff, Tom Pyszczynski y Sheldon Solomon. "The Causes and Consequences of a Need for Self-Esteem: A Terror Management Theory". En *Public Self and Private Self*, editado por Roy F. Baumeister, 189-212. New York, NY: Springer New York, 1986. [https://doi.org/10.1007/978-1-4613-9564-5\\_10](https://doi.org/10.1007/978-1-4613-9564-5_10).
- Hagestad, Gunhild O., y Peter Uhlenberg. "The Social Separation of Old and Young: A Root of Ageism". *Journal of Social Issues* 61, n.º 2 (junio de 2005): 343-60. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2005.00409.x>.
- Hogg, Michael A., y Dominic Abrams, eds. *Intergroup relations: essential readings*. Key readings in social psychology. Philadelphia, Pa: Psychology Press, 2001.
- Ito, Mizuko. *Hanging Out, Messing Around, Geeking Out: Living and Learning with New Media*. Cambridge: MIT Press, 2009.
- Johnson, Marilyn, Joseph Curran, Donald O. Cowgill, y Lowell D. Holmes. *Aging and modernization*. Nueva York: Appleton-Century-Crofts, 1972.
- Spinello, Richard A. "Privacy and Social Networking Technology". *The International Review of Information Ethics* 16 (1 de diciembre de 2011): 41-60. <https://doi.org/10.29173/irie2011>.
- Stephan, Walter G., Oscar Ybarra, y Kimberly Rios Morrison. "Intergroup threat theory". En *Handbook of prejudice, stereotyping, and discrimination*, 43-59. Nueva York: Psychology Press, 2009. <https://doi.org/10.4324/9781841697772>.

- Tajfel, Henry, y John Turner. “An integrative theory of intergroup conflict”. En *Intergroup relations: Essential readings*, 94-109. Key readings in social psychology. Nueva York: Psychology Press, 2001.
- Vaidhyanathan, Siva. *Antisocial Media: How Facebook Disconnects Us and Undermines Democracy*. Nueva York: Oxford University Press, 2018.
- Vauclair, Christin-Melanie, Ricardo Borges Rodrigues, Sibila Marques, Carla Sofia Esteves, Filipa Cunha, y Filomena Gerardo. “Doddering but Dear ... Even in the Eyes of Young Children? Age Stereotyping and Prejudice in Childhood and Adolescence”. *International Journal of Psychology* 53, n.º S1 (octubre de 2018): 63-70. <https://doi.org/10.1002/ijop.12430>.
- World Health Organization. *Global Report on Ageism*. UN, 2021.

# FAMILIA, EL SEXTO CONTINENTE Y EL VALOR DE LA ESPERA. REFLEXIONES SOBRE LA PRESENCIALIDAD-VIRTUALIDAD EN LAS RELACIONES PERSONALES

JOSÉ CARLOS ORTIZ MUGGENBURG  
UPAEP, Universidad

*A cada persona con la que, “desempantallados”, nos hemos “desvirtualizado” en un alegre encuentro personal.*

Las denominadas “redes sociales virtuales” (RSV) en ocasiones nos acercan y en otras nos alejan de la otra persona. Es un hecho que existen y que permean la cotidianidad de nuestras vidas. Sin embargo, es preciso cuestionar y valorar el fondo de nuestras acciones, discernir los medios de los fines. “Examinadlo todo; quedaos con lo bueno”,<sup>1</sup> nos invitan las *Sagradas Escrituras*.

En este afán quiero destacar, por medio de este escrito, tres valoraciones de las RSV respecto al encuentro interpersonal. El criterio general será el siguiente: Las RSV ayudan a nuestra vida cotidiana en tanto en cuanto animan el encuentro con la otra persona. Y viceversa, limitan nuestra acción cuando impiden o desvirtúan el encuentro personal. Los matices intermedios son variados y dependerá mucho de identificar muy bien el objeto, fin y circunstancias en relación.

Los alcances que se narran en las páginas siguientes comprenderán entonces las siguientes tres denominaciones, en el siguiente orden de aparición: (a) el *Valor de la Espera*, (b) el *Sexto Continente* y, finalmente, (c) la *Familia*. Se trata de algunas analogías con la intención de animar a nuevas comprensiones y reflexiones sobre el fenómeno de la “*presencialidad-virtualidad*”.

---

1 *Biblia Latinoamericana. Texto íntegro traducido del hebreo y del griego* (Madrid: Editorial Verbo Divino, 2005), 1 Ts. 5, 21.

Una última precisión antes de comenzar. Si bien las reflexiones se abordan desde un muy particular punto de vista, la intención es compartir algunos pensamientos para que cada lector, también desde su muy particular y personal criterio, pueda identificar otras nuevas reflexiones según su propia experiencia personal.

Los avances tecnológicos nos han permitido crecer en muchos sentidos como humanidad y, al mismo tiempo, en un ritmo tan acelerado de crecimiento y cambio, han contribuido, en ocasiones, a que algunas realidades concomitantes (especialmente a la virtualidad) se nos escapen o difuminen. La invitación, por tanto, es a *discernir*, formar nuestra conciencia y enriquecer la experiencia de lo *presencial-virtual* bajo un sentido comunitario.<sup>2</sup> Pues, es un hecho que la persona es un ser de encuentro a quien su corazón le anima constantemente para caminar junto con otros.<sup>3</sup>

## EL VALOR DE LA ESPERA

El *Valor de la Espera*<sup>4</sup>, así se titula una de las obras del reconocido autor Jokin De Irala<sup>5</sup> que hace referencia (entre más) a la educación de la afectividad y la sexualidad humana en los actos de amor hacia la otra persona. Si bien la obra del profesor De Irala es una propuesta muy bien lograda que nos ayuda a vivir profundamente nuestra vocación para el amor<sup>6</sup>, ¿qué podemos encontrar de relación entre dicho “valor de la espera” y la virtualidad?

Hoy en día vivimos una cultura de innovación tecnológica muy arraigada. Las posibilidades crecientes de la inteligencia artificial (IA), por ejemplo –entre otras innovaciones tecnológicas– no dejan de sorprendernos sobre su

2 Sínodo de los Obispos, “Documento final”, en *Los jóvenes, la fe y el discernimiento vocacional* (XV Asamblea General Ordinaria, Ciudad del Vaticano, 2018), IV, [https://www.vatican.va/roman\\_curia/synod/documents/rc\\_synod\\_doc\\_20181027\\_doc-final-instrumentum-xvassemblea-giovani\\_sp.html#](https://www.vatican.va/roman_curia/synod/documents/rc_synod_doc_20181027_doc-final-instrumentum-xvassemblea-giovani_sp.html#).

3 Varios estudios se han desarrollado en relación, tal es el caso del *estudio sobre la felicidad en Harvard* (véase aquí: “What makes a good life? Lessons from the longest study on happiness”, *TED Talk*, noviembre de 2015, [https://www.ted.com/talks/robert\\_waldinger\\_what\\_makes\\_a\\_good\\_life\\_lessons\\_from\\_the\\_longest\\_study\\_on\\_happiness](https://www.ted.com/talks/robert_waldinger_what_makes_a_good_life_lessons_from_the_longest_study_on_happiness)) o el representado en el documental sobre la *Teoría Sueca del Amor* (*La teoría sueca del amor*, 2016, <https://www.filmin.es/pelicula/la-teoria-sueca-del-amor>), entre varios otros.

4 Véase J. De Irala, *El valor de la espera* (Madrid: Palabra, 2014).

5 Médico y profesor investigador de Medicina Preventiva y Salud Pública de la Universidad de Navarra. Véase Universidad de Navarra, “Jokin de Irala Estévez”, Our researchers, accedido 16 de octubre de 2023, <https://www.unav.edu/en/web/investigacion/nuestros-investigadores/detalle-investigadores-cv?investigadorId=19817&investigador=De%20Irala%20Est%20C3%A9vez,%20Jokin>.

6 De Irala, *El valor de la espera*, 7.

gran potencial. Estos avances, sin embargo, nos han adentrado en una vorágine cultural de lo rápido, lo inmediato y también –en muchas ocasiones– hacia lo impersonal. Esta realidad nos ha embelesado con la posibilidad de acelerar nuestra vida en todos los sentidos y tener las soluciones a nuestro alcance más próximo. De esta manera, por ejemplo, con el boom de las “aplicaciones móviles” (*apps*) empezamos a saborear los placeres de tenerlo todo (prácticamente “todo”) a “un *touch* de distancia” (comida, música, transporte, dinero, idiomas, conversaciones, “amigos”, “encuentros familiares”, con un largo y creciente etcétera). Es entonces cuando, desde esta perspectiva, propuestas como “El Valor de la Espera” quedarían etiquetadas como anticuadas y retrógradas, cuando no lo son.

Y es aquí donde podemos detenernos y cuestionar. Porque si bien los avances tecnológicos nos han ayudado a crecer en muchos sentidos, nos han dejado cojos y rotos en muchos otros; especialmente en lo que tiene que ver con el encuentro de una persona con otra. Nos damos cuenta de que lo que tiene que ver con los seres vivos (ya no solo hablando del ser humano, como también podríamos decir de las plantas y animales) no es así de rápido e inmediato; al contrario, lleva su tiempo de crecimiento vital, conlleva sus propias etapas y momentos.

Con esto anterior, viene ahora a mi mente un experimento que hacíamos en los primeros años escolares (los estudios primarios, decimos aquí en México). Una experiencia que recuerdo nos llenaba, a mí y a mis compañeros, de gran ilusión. Se trataba de germinar una semilla de frijol (me imagino que en otros países seguramente varía la semilla) en algodón para así dar cuenta sobre el ciclo vital de la planta y observar el proceso mediante el cual una semilla se convierte en planta. A grandes rasgos lo que hacíamos era poner el algodón y el frijol dentro de un frasco de vidrio, lo humedecemos y lo colocamos junto al sol para *esperar* que, en alrededor de cinco días (una eternidad emocionante para un niño), lográramos visualizar algunos avances significativos (como la semilla se rompe, le salen raíces, tallos y hojas, si lo cuidamos bien). El “*Valor de la Espera*” adquiere todo el sentido cuando apreciamos que no todo en la vida se da de forma rápida e inmediata. Que, especialmente, lo que tiene que ver con la “*ecología humana*”<sup>7</sup>, por más que

7 El término “*Ecología Humana*” lo acuña Juan Pablo II en su encíclica *Centesimus Annus*. Ahí menciona, entre más, que: “la primera estructura fundamental a favor de la Ecología Humana es la Familia” (n. 39). Véase completo en: Juan Pablo II, “*Centesimus Annus*”, 1 de mayo de 1991, [https://www.vatican.va/content/john-paul-ii/es/encyclicals/documents/hf\\_jp-ii\\_enc\\_01051991\\_centesimus-annus.html](https://www.vatican.va/content/john-paul-ii/es/encyclicals/documents/hf_jp-ii_enc_01051991_centesimus-annus.html).

queramos acelerarlo (y en ocasiones lo logremos), lleva su propias etapas, tiempos y momentos en el ciclo de vida y madurez de cada persona.

Para seguir aterrizando, me gustaría proponerte otros dos ejemplos relacionados, pero ahora más enfocados al tema que principalmente hoy nos atañe: el binomio *presencialidad-virtualidad*. El primero tiene que ver con una reciente, quizá no la más nueva, innovación de una mundialmente reconocida plataforma para la mensajería instantánea. Se trata de la función para la aceleración de las notas de voz. Esto, a simple vista, nos permite ahorrar tiempo para escuchar y contestar mensajes. Sin embargo, si, como venimos proponiendo, nos detenemos y lo pensamos con mayor hondura, lo que estamos realmente impulsando, inconscientemente o conscientemente, es decirle al otro: “no tengo tiempo para ti” o “habla más rápido que me aburres”. Sin duda, no será la intención de fondo de muchos de nosotros, pero, sin duda, es una tentadora tendencia a normalizarse.

Así como éste podemos poner muchos ejemplos más, me permito apuntar otro que tiene que ver con el tiempo que pasamos con pantallas en contraste al tiempo que pasamos con las personas. Es una realidad que, muchas veces la pantalla nos acerca más a quienes tenemos lejos y que, si lo descuidamos, nos puede alejar de quienes tenemos cerca. Este hecho, a mi parecer, fue genialmente plasmado por el fotógrafo americano Eric Pickersgill en su proyecto *Removed*.<sup>8</sup> Pickersgill se dedicó a borrar los dispositivos móviles y tabletas de sus retratos de la vida diaria intentando mostrar al mundo nuestra adicción a la tecnología y a la hiperconectividad. Es así como podemos ver, entre sus obras, la foto de un matrimonio en la cama, una niña en el desayuno con su papá, unos amigos en el bar o una reunión familiar; todo esto con el particular detalle de que los dispositivos móviles han sido borrados y con ello percatarnos que la escena real se reduce a una falta de convivencia e interacción, una ausencia de miradas, desencuentro con quienes tenemos realmente a nuestro lado y con quienes compartimos, entre más, un mismo espacio físico-temporal (en ocasiones un espacio tan íntimo, como en el caso del matrimonio en su cama). Pickersgill plasma en este ejercicio creativo el “borrado del encuentro”, como si el otro no existiese o solo existiese desde la mirada fija hacia una pantalla.

---

8 Véase en E. Pickersgill, “Removed”, Eric Pickersgill Studio, 19 de noviembre de 2014, <https://www.ericpickersgill.com/removed>.

## EL SEXTO CONTINENTE

El *Valor de la Espera* nos abre a otra reflexión en relación. Con el desarrollo tecnológico somos capaces de realizar una gran cantidad de tareas en un menor tiempo. Tareas que antes solo eran concebidas como posibles mediante la acción humana y que hoy en día confiamos en gran cantidad de dispositivos y maquinarias.

Hoy más que nunca se demuestra el gran potencial que conlleva la innovación tecnológica en la virtualidad (por ejemplo, desde las *Inteligencias Artificiales*). A tal grado que el Papa Benedicto XVI, en su mensaje para la Jornada Mundial de las Comunicaciones Sociales desde 2009, denominaba como “continente digital”<sup>9</sup> al particular mundo de Internet. Este “*sexto continente*” de nuevas tecnologías, nos descubre nuevas oportunidades y anima a nuevas relaciones que contribuyan “para favorecer la comprensión y la solidaridad humana”.<sup>10</sup> Al respecto, el Papa Francisco nos ha invitado a salir y encontrarnos también desde las “*calles digitales*”<sup>11</sup>, y no solo pasar por ellas conectando y desconectando. Refuerza Su Santidad que “es necesario que la conexión vaya acompañada de un verdadero encuentro”.<sup>12</sup> El mundo de hoy se mueve también por estas calles –y grandes ciudades– digitales. Sin embargo, el *sexto continente*, no debe ser ajeno al Amor.

Han sido también varios los sociólogos y filósofos que aportan valiosas reflexiones respecto a la importancia del encuentro en relación con este llamado continente digital. Destaco una pincelada desde el pensamiento de Zygmunt Bauman. En su obra sobre el “*Amor Líquido*”, el autor polaco sugiere una reflexión sobre la “inmediatez de la presencia” y la “inmediatez de la acción”<sup>13</sup>. Antes era común que *presencia-acción* confluyeran en un mismo espacio y tiempo, pero con la paulatina aparición de nuevas tecnologías esto no necesariamente sucedería así. Bauman nos pone el ejemplo de la televisión. Dice: “ahora tenemos tele-*visión*, pero pocos de nosotros tenemos acceso a los medios de la tele-*acción*”<sup>14</sup>. Y esto, enfatiza el sociólogo polaco, aleja,

9 Benedicto XVI, “Nuevas tecnologías, nuevas relaciones. Promover una cultura de respeto, de diálogo, de amistad”, 2009, [https://www.vatican.va/content/benedict-xvi/es/messages/communications/documents/hf\\_ben-xvi\\_mes\\_20090124\\_43rd-world-communications-day.html](https://www.vatican.va/content/benedict-xvi/es/messages/communications/documents/hf_ben-xvi_mes_20090124_43rd-world-communications-day.html).

10 *Ibid.*

11 Francisco, “Comunicación al servicio de una auténtica cultura del encuentro”, 2014, [https://www.vatican.va/content/francesco/es/messages/communications/documents/papa-francesco\\_20140124\\_messaggio-comunicazioni-sociali.html](https://www.vatican.va/content/francesco/es/messages/communications/documents/papa-francesco_20140124_messaggio-comunicazioni-sociali.html).

12 *Ibid.*

13 Z. Bauman, *Amor líquido: acerca de la fragilidad de los vínculos humanos*, trad. M. Rosenberg (Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica, 2005): 128.

14 *Ibid.*, 128.

muchas veces, nuestros atributos éticos de la operación y nos pone en manifiesto la impotencia de nuestra acción “física-presencial” ante, por ejemplo, el sufrimiento humano que miramos en un televisor (guerras, pobreza, miseria, desigualdad, etc.). Por otro lado, la revolución tecnológica de nuestro tiempo permite que, aunque no nos encontremos físicamente ante X acontecimiento, sí que podemos actuar en respuesta inmediata a lo que sucede. Tal pudiera ser el caso de enviar ayuda a damnificados de un terremoto (incendios forestales, inundaciones, etc.) desde el extremo de un continente a otro –todo ello gracias al medio de este “sexto continente”–. Sin duda son muchos los retos al respecto, nos ayudará no perder de vista que estas herramientas tecnológicas son precisamente eso (herramientas): medio para el encuentro y nunca fines en sí mismas.

## LA FAMILIA

En la Familia encontramos la esperanza y respuesta a muchos de los desafíos que se nos presentan en la historia de la humanidad. Es en y desde la Familia que podemos educar también para los retos que conlleva esta cuarta revolución tecnológica (especialmente en cuanto a las *redes sociales virtuales*) y las consecuentes.

Las posibilidades de encuentro se multiplican cuando integramos una auténtica *perspectiva de familia*. No como un agregado más o como “un plus”, sino todo lo contrario, una realidad que emerge desde lo más profundo de nuestro ser personal. Todos somos hijos, todos venimos de un padre y una madre, la realidad familiar se encuentra enraizada en lo más entrañable de nuestra persona humana. Apuntaré, por tanto y finalmente, a tres breves reflexiones sobre esta *presencialidad-virtualidad* desde el encuentro esencial con la vida Familiar:

1. El encuentro matrimonial y familiar permea con un profundo sentido comunitario de auténtica, creativa y alegre puesta en común de lo íntimo. Un sentido de comunidad, de cierta manera, es dar luz a lo que el Santo Padre propone, en su carta encíclica *Hermanos Todos*, para una vida con sabor a Evangelio. Nos dice el Papa:

Se necesita una comunidad que nos sostenga, que nos ayude y en la que nos ayudemos unos a otros a mirar hacia delante. ¡Qué importante es soñar juntos!

[...] Solos se corre el riesgo de tener espejismos, en los que ves lo que no hay; los sueños se construyen juntos.<sup>15</sup>

Resuenan en relación las palabras de *San Juan de la Cruz*: “El alma sola, sin maestro, que tiene virtud es como el carbón encendido que está solo: antes se irá enfriando que encendiendo”<sup>16</sup>. Y este carbón (el que se mantiene encendido con otros), recobra un fuego especial en la realidad concreta de la comunidad matrimonial y familiar. Una sociedad no impregnada por la Familia resulta dura para el ser humano: somos seres de encuentro, somos hijos, somos Familia: Numerosos estudios así lo han demostrado y ponen en evidencia las graves consecuencias de vivir aislados.<sup>17</sup>

Fraguar una cultura de auténtica comunidad es misión y camino para todo nuestro actuar cotidiano, especialmente en la vida conyugal y familiar. Y para ello es necesario crecer, día con día, en la *escucha, la mirada y el diálogo*<sup>18</sup> que animan una verdadera comunidad de vida y amor. Un buen discernimiento al respecto puede ser el camino que responda a muchos de los desafíos que se nos presentan hoy. Muy particularmente en relación con las redes sociales virtuales, el uso de las tecnologías y la interacción con las inteligencias artificiales. Con la base de un profundo discernimiento integral surge la posibilidad de encaminar más sensatamente la decisión, personal y común, para un proyecto de vida matrimonial (y familiar).

2. Segundo, quiero apuntar sobre una *Educación Basada en el Amor*.<sup>19</sup> Así como existen los enfoques para un aprendizaje basado en *proyectos, problemas, competencias, retos, procesos*, y un largo y creciente etcétera; creo que es importante nunca perder de vista el objetivo primero, la esencia de la Educación. Escuchaba recientemente a un colega argentino que hablaba sobre los modelos educativos de las universidades; *Él dice, que si tomáramos hoy una fotografía a estos modelos actuales nos dirían, en su gran mayoría: “formamos hormiguitas para trabajar”*. ¡Y No! Es la Educación para el Amor la que debe

15 Francisco, “Fratelli Tutti”, 3 de octubre de 2020, [https://www.vatican.va/content/francesco/es/encyclicals/documents/papa-francesco\\_20201003\\_enciclica-fratelli-tutti.html](https://www.vatican.va/content/francesco/es/encyclicals/documents/papa-francesco_20201003_enciclica-fratelli-tutti.html), n. 8.

16 Juan De la Cruz, “Dichos de luz y de amor”, en *Obras completas*, 11.ª ed. (Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos, 1982): 43.

17 Arriba se menciona un par de estos estudios (sobre la felicidad en Harvard, p. e.).

18 Apunto una reflexión más profunda al respecto en los artículos: José Carlos Ortiz Muggenburg, “Del acto rutinario de oír al acto cotidiano de escuchar”, en *Fraternidad y esperanza*, ed. Roberto Casales y Rubén Sánchez (Bogotá: Editorial Aula de Humanidades, 2021); y “Del acto rutinario de ver al acto cotidiano de Mirar”, en *Cátedra familia amoris laetitia*, ed. José Carlos Ortiz Muggenburg y Cintia C. Robles (Bogotá: Editorial Aula de Humanidades, 2022).

19 Ésta idea la desarrollé previamente en la Revista Digital Soy + Familia de la Universidad Técnica Particular de Loja (UTPL), véase el artículo completo aquí: <https://soymasfamilia.utpl.edu.ec/el-amor-la-clave-para-el-matrimonio/>

primar. Pues, al final de cuentas, es lo que más impacto tiene en nuestras vidas (en lo profesional, familiar, etc.). Diría mi colega (Prof. Cristian Conen de la *Universidad de la Sabana*): nuestra identidad más profunda es que *somos Amadores*, hechos para amar y ser amados. Al respecto de esta reflexión, el documento de los *Itinerarios Catecumenales para la Vida Matrimonial*, nos transmite la base de dos verdades fundamentales:

la primera es que el hombre está llamado a vivir en la verdad y en el amor; la segunda es que cada hombre se realiza mediante la entrega sincera de sí mismo [32] en una vocación. Iluminar a los jóvenes sobre la relación que tiene el amor con la verdad les ayudará a no temer de forma fatalista los sentimientos cambiantes y la prueba del tiempo. [33].<sup>20</sup>

Me refiero a que hay que empezar la casa por los cimientos. Es decir, primero enamórate. Y no se trata de un *amor romántico* (o cursi) de ese que excede en la mayoría de las series y películas actuales. Me refiero al *Amor con forma de Cruz*: un amor logrado, maduro, fuerte, profundo, infinito, duradero (ese que no se acaba; no porque “aguanta todo”, sino porque desborda una alegre plenitud cotidiana). Cierro ésta muy inicial reflexión sobre la clave para una *Educación basada en el Amor* con un par de desafíos relacionados y muy bien expresados desde el documento orientador del *Dicasterio* cuando se plantea que:

Los jóvenes están expuestos a dos peligros: por un lado, la difusión de una mentalidad hedonista y consumista que les priva de toda capacidad de comprender el bello y profundo significado de la sexualidad humana. Por otro, la separación entre la sexualidad y el “para siempre” del matrimonio. Los procesos de educación de la afectividad y de la sexualidad –en el horizonte de “una educación sexual positiva y prudente”– que se proponen a los niños “a medida que crecen”, [30] no deben limitarse al horizonte del amor “a secas”, ya que éste, en la interpretación cultural dominante se entiende principalmente como amor romántico, por el contrario, deben insertarse en una clara visión conyugal del amor, entendido como una entrega recíproca de los cónyuges, como un saber amar y un saber dejarse amar, como un intercambio mutuo de afecto y aceptación incondicional, como un saber alegrarse y saber sufrir por el otro [31].<sup>21</sup>

3. Finalmente, todas estas reflexiones que apuntamos sobre *El Valor de la Espera* y el *Sexto Continente* bien las podemos aterrizar en cuestiones con-

---

20 Sala Stampa de la Santa Sede, “Itinerari Catecumenali per la vita matrimoniale a cura del Dicastero per i Laici, la Famiglia e la Vita”, 15 de junio de 2022, <https://press.vatican.va/content/salastampa/it/bollettino/pubblico/2022/06/15/0459/00940.html>, n. 31.

21 *Ibid.*, n. 30.

cretas sobre nuestra vida matrimonial y familiar. Muchos casos demuestran que no estamos acostumbrados a convivir con otras personas, y especialmente apunto a nuestro matrimonio y familia. Los efectos de una intensa convivencia y puesta en común de lo íntimo dan lugar a un crecimiento en la integración de la vida familiar, pero también, naturalmente, a un aumento de fricciones y desgaste de nuestras relaciones familiares, especialmente entre los cónyuges que lideran, muchas veces, ante tantas incertidumbres propias de la vida social. Vale la pena detenerse, hacer un alto y repensar. ¿De qué manera las pantallas están influyendo (positiva o negativamente) en la relación con mi cónyuge? ¿Qué tanto la pantalla nos acerca o nos aleja en nuestras relaciones familiares (conyugal, paterno o maternofilial, fraternal)? ¿Qué tanto me permite disfrutar un encuentro alegre y armónico de nuestro Matrimonio?

Hoy se habla mucho de las tecnologías de la información y muy poco de las tecnologías de la formación. Los padres seguirán siendo los primeros educadores en la era digital. La Familia, y cada Persona, es capaz de “despantallar” y “desvirtualizar” un alegre, auténtico y entusiasta encuentro comunitario. Caminemos Familias, sigamos caminando.<sup>22</sup>

## REFERENCIAS

- Bauman, Zygmunt. *Amor líquido: acerca de la fragilidad de los vínculos humanos*. Traducido por Mirta Rosenberg. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica, 2005.
- Benedicto XVI. “Nuevas tecnologías, nuevas relaciones. Promover una cultura de respeto, de diálogo, de amistad”, 2009. [https://www.vatican.va/content/benedict-xvi/es/messages/communications/documents/hf\\_ben-xvi\\_mes\\_20090124\\_43rd-world-communications-day.html](https://www.vatican.va/content/benedict-xvi/es/messages/communications/documents/hf_ben-xvi_mes_20090124_43rd-world-communications-day.html).
- Biblia Latinoamericana. Texto íntegro traducido del hebreo y del griego*. Madrid: Editorial Verbo Divino, 2005.
- De Irala, Jokin. *El valor de la espera*. Madrid: Palabra, 2014.
- De la Cruz, Juan. “Dichos de luz y de amor”. En *Obras completas*, 11.<sup>a</sup> ed. Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos, 1982.
- Francisco. *Amoris Laetitia (La Alegría del Amor): sobre el amor en la familia*. México: Buena Prensa, 2016.

22 Francisco (2016). Amoris Laetitia. N. 325. Véase completo en: [https://www.vatican.va/content/francesco/es/apost\\_exhortations/documents/papa-francesco\\_esortazione-ap\\_20160319\\_amoris-laetitia.html](https://www.vatican.va/content/francesco/es/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20160319_amoris-laetitia.html)

- \_\_\_\_ “Comunicación al servicio de una auténtica cultura del encuentro”, 2014. [https://www.vatican.va/content/francesco/es/messages/communications/documents/papa-francesco\\_20140124\\_messaggio-comunicazioni-sociali.html](https://www.vatican.va/content/francesco/es/messages/communications/documents/papa-francesco_20140124_messaggio-comunicazioni-sociali.html).
- \_\_\_\_ “Fratelli Tutti”, 3 de octubre de 2020. [https://www.vatican.va/content/francesco/es/encyclicals/documents/papa-francesco\\_20201003\\_enciclica-fratelli-tutti.html](https://www.vatican.va/content/francesco/es/encyclicals/documents/papa-francesco_20201003_enciclica-fratelli-tutti.html).
- La teoría sueca del amor*, 2016. <https://www.filmin.es/pelicula/la-teoria-sueca-del-amor>.
- Ortiz Muggenburg, José Carlos. “Del acto rutinario de oír al acto cotidiano de escuchar”. En *Fraternidad y esperanza*, editado por Roberto Casales y Rubén Sánchez. Bogotá: Editorial Aula de Humanidades, 2021.
- \_\_\_\_ “Del acto rutinario de ver al acto cotidiano de Mirar”. En *Cátedra familia amoris laetitiae*, editado por José Carlos Ortiz Muggenburg y Cintia C. Robles. Bogotá: Editorial Aula de Humanidades, 2022.
- Ortiz, J. (2023). El amor, la clave para el matrimonio. Soy + Familia (ISSN 2960-8066), Edu. E. Recuperado de <https://soymasfamilia.utpl.edu.ec/el-amor-la-clave-para-el-matrimonio/>
- Pablo. “Gaudium et Spes: Sobre la Iglesia en el mundo actual”, 7 de diciembre de 1965. [https://www.vatican.va/content/francesco/es/encyclicals/documents/papa-francesco\\_20201003\\_enciclica-fratelli-tutti.html](https://www.vatican.va/content/francesco/es/encyclicals/documents/papa-francesco_20201003_enciclica-fratelli-tutti.html).
- Pickersgill, Eric. “Removed”. Eric Pickersgill Studio, 19 de noviembre de 2014. <https://www.ericpickersgill.com/removed>.
- Sala Stampa de la Santa Sede. “Itinerari Catecumenali per la vita matrimoniale a cura del Dicastero per i Laici, la Famiglia e la Vita”, 15 de junio de 2022. <https://press.vatican.va/content/salastampa/it/bollettino/pubblico/2022/06/15/0459/00940.html>.
- Sínodo de los Obispos. “Documento final”. En *Los jóvenes, la fe y el discernimiento vocacional*. Ciudad del Vaticano, 2018. [https://www.vatican.va/roman\\_curia/synod/documents/rc\\_synod\\_doc\\_20181027\\_doc-final-instrumentum-xvassemblea-giovani\\_sp.html#](https://www.vatican.va/roman_curia/synod/documents/rc_synod_doc_20181027_doc-final-instrumentum-xvassemblea-giovani_sp.html#).
- Universidad de Navarra. “Jokin de Irala Estévez”. Our researchers. Accedido 16 de octubre de 2023. <https://www.unav.edu/en/web/investigacion/nuestros-investigadores/detalle-investigadores-cv?investigadorId=19817&investigador=De%20Irala%20Est%C3%A9vez,%20Jokin>.
- “What makes a good life? Lessons from the longest study on happiness”. *TED Talk*, noviembre de 2015. [https://www.ted.com/talks/robert\\_waldinger\\_what\\_makes\\_a\\_good\\_life\\_lessons\\_from\\_the\\_longest\\_study\\_on\\_happiness](https://www.ted.com/talks/robert_waldinger_what_makes_a_good_life_lessons_from_the_longest_study_on_happiness).

# LA FAMILIA Y LA EDUCACIÓN: DE LA PREHISTORIA A MESOPOTAMIA

DAVID SÁNCHEZ SÁNCHEZ  
UPAEP, Universidad

## HISTORIA Y EDUCACIÓN

La primera manifestación humana es la familia, en ella nace la propia educación que sumará con el paso de los siglos una educación reglada que completamente la inicial. Educación, del latín *educere* que significa guiar/conducir, se relaciona a su vez con *exducere* que significa sacar o tirar hacia fuera. Forman juntas ambas palabras una unidad etimológica cuyo significado es conducir hacia fuera. La familia es el guía primigenio, el inicial, que saca del propio ser la relación de acompañamiento y tutoría del conocimiento. La familia nunca ha tenido respuestas a la totalidad de las preguntas, pero sin ella no se habrían dado respuestas a gran parte de ellas y en otros muchos casos a los caminos para descubrirlas. La Historia por su parte, del griego ιστορειν (*historein*) preguntar; es preguntarnos desde el presente por el pasado, ya que dicho pasado sigue siendo importante para nuestro presente. ¿Acaso no es altamente significativo el unir educación, familia e historia? ¿No es significativo el preguntarnos desde nuestro presente por ese pasado, guiados y conducidos desde la propia familia y los sistemas de educación para llegar al conocimiento de la verdad? Atendiendo a la Historia de la Educación debemos reivindicar el carácter multidisciplinar de su análisis con fuerte acento en el propio conocimiento histórico, ya que “la Historia de la Educación y la Pedagogía no es sólo un producto del pensamiento y la acción de los pedagogos y hombres de escuela, sino que está integrada por multitud de factores

históricos (culturales y sociales)”<sup>1</sup>. Dicho análisis es esencial para comprender nuestro propio presente:

El estudio de la historia de la educación y de la pedagogía es imprescindible para el conocimiento de la educación actual, ya que ésta es un producto histórico y no una invención exclusiva de nuestro tiempo. La educación presente es, en efecto, una etapa del pasado a la vez que una preparación para el porvenir. La educación actual es como un corte transversal que se hiciera en el desarrollo histórico infinito del suceder educativo. La Historia de la Educación, por tanto, no estudia el pasado como mero pasado, como cosa muerta, por pura erudición, sino como explicación de la situación actual.<sup>2</sup>

Es por ello por lo que en el presente texto analizamos tres claves relacionadas entre sí para entender a la propia humanidad: la Familia, la Educación y la Historia.

## FAMILIA Y EDUCACIÓN: EL PALEOLÍTICO

La mayor parte de los estudios sobre la Historia de la Educación comienzan en periodos y cronologías asociadas a Grecia y Roma. Debemos preguntarnos: ¿acaso no habría educación en periodos anteriores de la humanidad? Las definiciones de educación ponen el acento en ser esta:

1. El proceso multidireccional mediante el cual se transmiten los conocimientos, valores, costumbres y formas de actuar a las personas. 2. El proceso de vinculación y concienciación cultural, moral y conductual, a través del cual, las nuevas generaciones asimilan y aprenden los conocimientos, normas de conducta, modos de ser y formas de ver el mundo, además de crear nuevos conocimientos. 3. Proceso de socialización formal de los individuos de una sociedad.<sup>3</sup>

Atendiendo a estos factores la respuesta sobre la existencia de una educación desde la Prehistoria es un sí rotundo. No debemos dejarnos atrapar por la búsqueda de elementos como escuelas, sistemas educativos, mapas curriculares o rúbricas en cronologías tan remotas para certificar la existencia de una educación. La propia familia ejerció durante cientos de miles de años, sino más, el papel principal en dicha transmisión de conocimientos, de en-

---

1 Lorenzo Luzuriaga, *Historia de la Educación y de la Pedagogía* (Buenos Aires: Editorial Losada, 1971): 13.

2 Luzuriaga, *Historia de la Educación y de la Pedagogía*, 18.

3 Ana Belén Ruiz Rodríguez, “Evolución de la educación”, *Pedagogía Magna*, n.º 5 (2010): 36-49.

señanza de valores, de generación de tradiciones orales, de afianzamiento de costumbres, de concienciación moral... La familia formó y conforma la propia sociedad.

Siendo sociedades ágrafas durante el Paleolítico debemos rastrear en otros elementos dichos indicadores de una educación donde la familia era el núcleo. La educación surgió con el propio despertar de la conciencia hace unos ocho millones de años en el continente africano. En el primer tercio del s. XXI podemos establecer al menos cuatro grupos en el proceso de hominización: *Ardipithecus* (6 a 3 millones de años); *Australopitecos* (5 a 1 millón de años); *Paranthropus* (3 a 1 millón de años) y *Homo* (3 millones de años al presente). Los mecanismos biológicos de la evolución humana nos han llevado en la actualidad a formar parte de una sola especie, el *homo sapiens*. El resto de especies tendrían sus propios procesos de educación familiar, con especial simbolismo en la especie neandertal y por supuesto en nuestra propia especie:

Las sociedades primitivas carecen de escuelas en el sentido que nosotros damos a esta palabra. Pero, sin embargo, en ellas niños y jóvenes se ven igualmente sometidos a un largo periodo de aprendizaje en compañía del padre, la madre u otros adultos calificados para ello. Pasado ese periodo, y a través de una serie de pruebas que debe superar (como los exámenes de nuestras escuelas) y de una solemne ceremonia de iniciación, el joven es admitido entre los adultos y los responsables de la vida común. La educación es, pues, un fenómeno que puede asumir las formas y las modalidades más diversas, según sean los diversos grupos humanos y su correspondiente grado de desarrollo; pero en esencia es siempre la misma cosa, esto es, la trasmisión de la cultura del grupo de una generación a la otra.<sup>4</sup>

La Historia de la Educación es la Historia de la Cultura, “una Cultura sin educación sería una cultura muerta. Y ésta es también una de las funciones esenciales de la educación: hacer que la cultura siga viviendo a través de los siglos”.<sup>5</sup> A ello podríamos añadir que la Historia de la Cultura es la Historia de la Familia, de todas y cada una de las familias que han conformado la humanidad desde el origen del propio homínido y que han llegado hasta nuestros días de forma viva y con toda la potencia generadora de belleza, verdad y bien. Somos herederos de las tradiciones culturales, de los modos de vida y de

4 Nicola Abbagnano y Aldo Visalberghi, *Historia de la pedagogía* (México: Fondo de Cultura Económica, 1992): 5.

5 Luzuriaga, *Historia de la Educación y de la Pedagogía*, 12.

los conocimientos que han conformado ingentes estirpes de personas desde la propia familia en todo el mundo.

¿Y cómo podemos tener evidencias de dicha acción de una educación paleolítica?

En las sociedades primitivas, no sólo las técnicas de comportamiento [...], son protegidas mediante las [...] penas, sino que también lo son, con frecuencia, las técnicas de uso y de producción de los objetos, ya sea porque éstas son igualmente indispensables para la vida del grupo o porque, en ausencia de la escritura, su transmisión es más difícil y corre el peligro de perderse, de tal modo que se experimenta la necesidad de estabilizarlas mediante sanciones oportunas. Los ritos y las ceremonias que acompañan o puntúan ciertas actividades del grupo (por ejemplo, el principio de la caza o de la cosecha de un producto cualquiera) sirven precisamente para hacer que esas actividades se desenvuelvan de acuerdo con las técnicas tradicionales, de tal modo que éstas no se pierdan ni modifiquen. De aquí que mientras más difícil le resulte a un grupo humano conservar y transmitir su patrimonio cultural, tanto más tenderá a reconocer el carácter sacro de cada parte o elemento de dicho patrimonio.<sup>6</sup>

La talla de los útiles<sup>7</sup>, los yacimientos de despique, las estaciones de habitación, los hogares, las estrategias de subsistencia<sup>8</sup>, el uso de la luz<sup>9</sup>, los rodetes o traumatropos, el desarrollo del hueso hioides<sup>10</sup> y el aparato fonador, el origen del lenguaje simbólico, las primeras representaciones de arte rupestre... son fuertes indicadores de educación paleolítica orquestada por la familia. Desde hace unos 350,000 años a. C. el homo sapiens era el agente con mayor capacidad de desarrollo en dichos procesos evolutivos. El propio arte nacerá uniendo los conceptos de poder, trascendencia y educación.<sup>11</sup> Hoy miramos con asombro al, hasta el momento, primer dibujo del homo sapiens datado

6 Abbagnano y Visalberghi, *Historia de la pedagogía*, 7.

7 Almudena Salvador Rodríguez, “Tecnología lítica experimental: Introducción a la talla de utilaje prehistórico”, ed. Javier Baena Preysler, *Boletín de Arqueología Experimental*, n.º 3 (1999), <https://revistas.uam.es/arqexp/article/view/5797>.

8 David Álvarez-Alonso et al., “Subsistencia, movilidad y adaptación al medio de los cazadores-recolectores gravetienses en el sector occidental de la región cantábrica: la cueva de Coímbre (Asturias)”, *Trabajos de Prehistoria* 74, n.º 1 (30 de junio de 2017): 47-67, <https://doi.org/10.3989/tp.2017.12183>.

9 María Ángeles Medina Alcaide et al., “Otro punto de luz. Iluminación estática en los ‘santuarios’ paleolíticos. El ejemplo de la Cueva de Nerja (Málaga, España)”, *Préhistoire, art et sociétés: bulletin de la Société Préhistorique de l’Ariège*, n.º 65-66 (2010): 40-41.

10 La fabricación de útiles y el lenguaje evolucionaron a la par ante la necesidad de un pensamiento complejo y de la abstracción.

11 “La Historia del Arte no es sólo una historia del progreso de perfeccionamientos técnicos, sino también una historia del cambio de ideas y exigencias. Por eso hay muchas formas de mirarla...”, en Yayo Aznar Almazán y Jesús López Díaz, *Introducción a la Historia del Arte* (España: Editorial Universitaria Ramón Areces, 2014): 10.

hace 73,000 años a. C. en la cueva de Blombos (Suráfrica).<sup>12</sup> El propio arte prehistórico estuvo íntimamente ligado a la educación al entrar en diálogo con los mitogramas de sociedades y grupos que, distando en generaciones durante milenios, seguían transmitiendo información de sus culturas.<sup>13</sup> Las representaciones de figuras animales, de figuras antropomorfas y los símbolos nos han dejado testimonio de una educación artística, filosófica, científica y espiritual. Incluso representaciones como la Venus de Brassempouy (hacia 22,000 a. C.), nos muestran a una diosa madre primigenia, de fertilidad y vida, que como en otras representaciones femeninas desde el paleolítico son evocación del intento de explicación de la propia existencia y de la trascendencia.

## FAMILIA Y EDUCACIÓN: EL NEOLÍTICO

Si atendemos al neolítico tomando por marco cronológico general el 10,000 a. C., ya que las diferentes Revoluciones Neolíticas acontecieron en Oriente Medio (11,000 a. C.), China (9,000 a. C.) y Mesoamérica/África (5,000 a. C.), aún tenemos mucho por analizar para descubrir la educación del periodo atendiendo a aspectos como su estructura social, la vida económica o control del territorio. Una vez más el estudio de la cultura puede sacarnos de las sombras: “Con la expresión cultura, en general, se indica todo aquello con lo que el hombre afina y desarrolla sus innumerables cualidades espirituales y corporales; procura someter al mismo orbe terrestre con su conocimiento y trabajo; hace más humana la vida social”.<sup>14</sup>

Las fuentes arqueológicas siguen siendo las principales para el estudio de la familia y la educación en el neolítico. Los primeros ganaderos y agricultores, junto a un proceso paulatino de sedentarización, debieron atender desde la familia y la educación a nuevas condiciones de excedente, comercio, guerra, aumento demográfico, surgimiento de las ciudades, la cerámica y la metalurgia. El propio término agricultura, *ager colere* (la cultura del campo), mantiene toda su fuerza civilizatoria junto a la familia. El mundo entero

12 Christopher S. Henshilwood et al., “An Abstract Drawing from the 73,000-Year-Old Levels at Blombos Cave, South Africa”, *Nature* 562, n.º 7725 (octubre de 2018): 115-18, <https://doi.org/10.1038/s41586-018-0514-3>.

13 André Leroi-Gourhan, *Símbolos, artes y creencias de la prehistoria* (Madrid: Istmo, 1984).

14 Pablo, “Gaudium et Spes: Sobre la Iglesia en el mundo actual”, 7 de diciembre de 1965, [https://www.vatican.va/content/francesco/es/encyclicals/documents/papa-francesco\\_20201003\\_enciclica-fratelli-tutti.html](https://www.vatican.va/content/francesco/es/encyclicals/documents/papa-francesco_20201003_enciclica-fratelli-tutti.html).

cambió con la revolución neolítica y, por tanto, la familia tuvo que atender a dichos cambios en sus procesos de educación:

Adaptarse a un modo de vida distinto necesita una forma de educación que potencie valores y actitudes distintas. De esta manera, la capacidad de previsión tiene que ver con el pensamiento del tiempo futuro y su relación con el clima, con el cuidado de la tierra, de los vegetales y de los animales en un mismo espacio. Esto cambia totalmente la percepción social del entorno y sobre la comunidad humana.<sup>15</sup>

Adaptarse necesitó que la familia reforzara la estructura social de manera jerárquica y sedentaria a la par que atendiera a la capacidad de almacenar un excedente de alimento que diera apertura a potenciar nuevas áreas de conocimiento y el comercio. Autores como E. Carbonell hablan de este periodo como un periodo de resiliencia y resistencia donde la educación fortalecía la familia y preservaba la jerarquía, “se necesita llevar a la práctica una educación que insista en el aprendizaje del funcionamiento del sistema y prepare a los individuos para soportar esta serie de contratiempos”.<sup>16</sup>

La educación y la familia debieron atender en el neolítico, sino antes, a la

capacidad de previsión tiene que ver con el pensamiento del tiempo futuro y su relación con el clima, con el cuidado de la tierra, de los vegetales y de los animales en un mismo espacio... (a lo) relacionado con los ciclos vitales (estables o inestables), con el futuro y con la complejidad emergente... (y a la) capacidad para adaptarse a una nueva forma de economía, que aunque también es omnívora, depende de la planificación espacial y temporal y, no sólo de la capacidad de mapear los entornos de forma continuada y sistemática”.<sup>17</sup>

El primer arte urbano en Asia y Europa oriental, el megalitismo de Europa y el esquematismo rupestre nos dan muestras de dichos avances cuando aún la escritura, que surgirá en el 3,500 a. C., no pudo dejarnos testimonio de ello. ¿Cómo hubiéramos podido fundar sin familia ni educación el primer templo del mundo Göbekli Tepe (9,000 a. C., Turquía), Jericó o Tell es-Sultan (9,000 a. C., Valle del Jordán, Palestina), Lepenski Vir (7,000 a. C., Serbia), Jarmo (7,000 a. C., Irak), Catal Hüyük (6,000 a. C., Turquía), Uruk (5,000 a. C., Irak) o Eridu (4,900 a. C., Irak)? La construcción de un templo nos aporta evidencias de conocimientos de arquitectura, la orientación a ciertas latitudes de

15 Eudald Carbonell, “Evolución y educación (II)”, *El Mundo*, 18 de octubre de 2013, <https://www.elmundo.es/blogs/elmundo/sapiens/2013/10/18/evolucion-y-educacion-ii.html>.

16 *Ibid.*

17 *Ibid.*

conocimientos astronómicos, la creación de tótems de fertilidad y parto con vínculos familiares o el culto a las divinidades en relación con la espiritualidad; todo ello conformó en el neolítico sociedades jerárquicas con un núcleo familiar sólido en el cual se transmitía la educación.

## FAMILIA Y EDUCACIÓN: MESOPOTAMIA

Una gran transformación hizo cambiar a la humanidad y a la educación entre el 3,500 y el 3,100 a. C., la escritura. Entre el Tigris y el Éufrates (zonas actuales de Irak e Irán) la familia formó parte esencial de la “multitud de factores humanos, geográficos, económicos, climáticos, (que) se concitaron para que, en el Oriente Próximo, particularmente en la Mesopotamia, término que significa en griego ‘entre ríos’ del Tigris y el Éufrates, se desarrollaran las primeras sociedades urbanas”.<sup>18</sup> La civilización mesopotámica tuvo por eje la escuela de escribas y su escritura cuneiforme. Los sacerdotes<sup>19</sup> enseñaban a la clase alta, a los comerciantes y a los guerreros. La edad adulta estaba en los diez años, hasta entonces, las madres eran las garantes de la educación familiar. Desde dicha edad las mujeres podían tener una educación religiosa vinculada a su devoción o una educación para el matrimonio. Por su parte los varones, si eran miembros de la élite gobernante, podían optar por una educación vinculada a labores administrativas, religiosas, militares o de oficios. La escuela mesopotámica más antigua a la fecha estuvo en la ciudad de Mari (2,000 a. C.). Las denominadas casas de tablillas (*edubba*) eran los centros de enseñanza para la élite de la sociedad en lo que consideraríamos como una educación superior vinculada a los ciclos agrícolas y ganaderos, el comercio y los templos. Dichas casas de tablillas darán origen a recintos donde se custodiarán documentos escritos. Los maestros (*ummiá* o *adda edubba*) eran los expertos, la autoridad, de una actividad práctica que creaba relaciones extrafamiliares pero sin perder dicho vínculo familiar, pues era la propia familia la que impulsaba y financiaba dicha educación. La familia y la religión<sup>20</sup> eran

18 Juan Antonio Ramírez, *Historia del Arte. El mundo Antiguo* (Madrid: Alianza, 1996): 181.

19 “La influencia de los sacerdotes babilonios era extraordinaria [...] los templos eran también centros de cultura y los sacerdotes babilonios fomentaban los estudios no solo teológicos, sino también matemáticos, jurídicos y filológicos”, en Johannes Hunger y Hans Lamer, *La civilización del Oriente antiguo* (Barcelona: Gustavo Gil, 1924).

20 “La religión y el papel asignado a los dioses fueron un eficaz medio de cohesión social, de uniformización y coordinación de los impulsos colectivos. Los soberanos adquirían un férreo poder, que se ejercía en nombre de la divinidad, o se subrayaba por la identificación con la divinidad misma” en Ramírez, *Historia del Arte. El mundo Antiguo*, 181.

dos esferas principales en la sociedad de Mesopotamia que debían atender al progreso de la educación.

## CONCLUSIÓN

El desarrollo de la familia y de la educación desde el origen del proceso de hominización a Mesopotamia tuvo importantes raíces que atendieron a dicha relación indisociable para la conformación de las primeras civilizaciones. Dichas evidencias deben ser rastreadas mediante la arqueología y el arte hasta el surgimiento de la escritura. Toda la potencia de dicha relación fue la base del progreso de la sociedad.

Finalizamos este análisis, este viaje en el tiempo junto a la familia y a la educación con estos fragmentos de un texto que dejó escrito uno de aquellos maestros mesopotámicos del 2,300 a. C. que, hablando de familia y educación, aún no ha perdido toda su fuerza y proyección en nuestro presente:

¿Dónde has ido desde tu más tierna infancia?  
He ido a la escuela.  
¿Qué has hecho en la escuela?  
He recitado mi tablilla, he desayunado...  
Al terminar mi clase he ido a mi casa,  
he entrado en ella y me he encontrado a mi padre  
que estaba sentado. He hablado a mi padre  
de mi ejercicio de escritura, después le he recitado  
mi tablilla y mi padre ha quedado muy contento...  
... mi madre me ha dado dos panecillos y yo me he ido a la escuela...  
Muchacho: Puesto que no has desdeñado mi palabra,  
ni la has echado en olvido, te deseo que puedas alcanzar  
el pináculo del arte de escribes y que puedas  
alcanzarlo plenamente...  
Que puedas ser el guía de tus hermanos  
y el jefe de tus amigos; que puedas conseguir  
el más alto rango entre los escolares...  
Has cumplido bien con tus tareas escolares,  
y he te aquí que te has transformado en un hombre de saber.<sup>21</sup>

21 Samuel Noah Kramer, *La Historia empieza en Sumer*, trad. Jaime Elias (Barcelona: Ediciones Orbis, 1985): 26.

## REFERENCIAS

- Abbagnano, Nicola, y Aldo Visalberghi. *Historia de la pedagogía*. México: Fondo de Cultura Económica, 1992.
- Álvarez-Alonso, David, José Yravedra, Esteban Álvarez-Fernández, Aitor Calvo, Pilar Carral, María José Iriarte Chiapusso, Jesús F. Jordá Pardo, Carmen Sesé, Paloma Uzquiano, y Álvaro Arrizabalaga. “Subsistencia, movilidad y adaptación al medio de los cazadores-recolectores gravetienses en el sector occidental de la región cantábrica: la cueva de Coímbre (Asturias)”. *Trabajos de Prehistoria* 74, n.º 1 (21 de julio de 2017): 47. <https://doi.org/10.3989/tp.2017.12183>.
- Aznar Almazán, Yayo, y Jesús López Díaz. *Introducción a la Historia del Arte*. España: Editorial Universitaria Ramón Areces, 2014.
- Carbonell, Eudald. “Evolución y educación (II)”. *El Mundo*, 18 de octubre de 2013. <https://www.elmundo.es/blogs/elmundo/sapiens/2013/10/18/evolucion-y-educacion-ii.html>.
- Henshilwood, Christopher S., Francesco d’Errico, Karen L. Van Niekerk, Laure Dayet, Alain Queffelec, y Luca Pollarolo. “An Abstract Drawing from the 73,000-Year-Old Levels at Blombos Cave, South Africa”. *Nature* 562, n.º 7725 (octubre de 2018): 115-18. <https://doi.org/10.1038/s41586-018-0514-3>.
- Hunger, Johannes, y Hans Lamer. *La civilización del Oriente antiguo*. Barcelona: Gustavo Gil, 1924.
- Kramer, Samuel Noah. *La Historia empieza en Sumer*. Traducido por Jaime Elias. Barcelona: Ediciones Orbis, 1985.
- Leroi-Gourhan, André. *Símbolos, artes y creencias de la prehistoria*. Madrid: Istmo, 1984.
- Luzuriaga, Lorenzo. *Historia de la Educación y de la Pedagogía*. Buenos Aires: Editorial Losada, 1971.
- Medina Alcaide, María Ángeles, Araceli Cristo Roper, Antonio Jesús Romero Alonso, y José Luis Sanchidrián Torti. “Otro punto de luz. Iluminación estática en los ‘santuarios’ paleolíticos. El ejemplo de la Cueva de Nerja (Málaga, España)”. *Préhistoire, art et sociétés: bulletin de la Société Préhistorique de l’Ariège*, n.º 65-66 (2010): 40-41.
- Pablo. “Gaudium et Spes: Sobre la Iglesia en el mundo actual”, 7 de diciembre de 1965. [https://www.vatican.va/content/francesco/es/encyclicals/documents/papa-francesco\\_20201003\\_enciclica-fratelli-tutti.html](https://www.vatican.va/content/francesco/es/encyclicals/documents/papa-francesco_20201003_enciclica-fratelli-tutti.html).
- Ramírez, Juan Antonio. *Historia del Arte. El mundo Antiguo*. Madrid: Alianza, 1996.

Ruiz Rodríguez, Ana Belén. “Evolución de la educación”. *Pedagogía Magna*, n.º 5 (2010): 36-49.

Salvador Rodríguez, Almudena. “Tecnología lítica experimental: Introducción a la talla de utillaje prehistórico”. Editado por Javier Baena Preysler. *Boletín de Arqueología Experimental*, n.º 3 (1999). <https://revistas.uam.es/arqexp/article/view/5797>.

SECCIÓN II

DIÁLOGO



## ENTREVISTA A MARÍA JOSÉ OLESTI LUNA Directora General Fundación “The Family Watch”

LUIS FERNANDO ROLDÁN DE LA TEJERA  
JOSÉ CARLOS ORTIZ MUGGENBURG  
CINTIA C. ROBLES LUJÁN

María José Olesti Luna, primera de cuatro hermanos, nacida en Cali (Colombia) de padre español, reside en Madrid (España). Madre de cinco hijos. Abogada; ha impartido clases en la Universidad CEU San Pablo y en el Centro de Estudios Superiores Institución Empresarial, ambos en Madrid. Ha versado diversas conferencias a nivel internacional y tiene presencia en organismos internacionales, como la ONU. Directora de la Fundación The Family Watch, Instituto Internacional de Estudios sobre la Familia, es un observatorio, un “think tank”, que a partir del análisis de la realidad social de la familia, y desde una perspectiva interdisciplinar, alejada de cualquier cuestión ideológica o política, se dedica, desde 2008, a la elaboración de informes, estudios, propuestas y a la organización de jornadas, investigaciones académicas y cualquier otra clase de iniciativas que contribuyan a divulgar y apoyar el papel fundamental que desempeña la familia en la sociedad y a mejorar la calidad de la vida familiar.

1.- *¿Qué relación encuentras entre Familia y Redes Sociales? ¿Qué impacto consideras que tienen o, pudieran tener, las Redes Sociales en la Familia?*

Sin duda, el mundo de las pantallas –en general– y, dentro de ellas, el de las Redes Sociales, e Internet –en particular– han entrado de lleno en las vidas de las personas y, por consiguiente, en la vida de las familias. Durante los últimos años, y de manera especial tras el confinamiento a consecuencia de la pandemia por la COVID-19, ha crecido de manera exponencial su consumo por parte de nuestros jóvenes y adolescentes. A pesar de que, sin duda, internet y las redes sociales ayudan a comunicarnos con quienes tene-

mos más lejos, también es cierto que el exceso de uso o un uso indebido está distanciando la comunicación entre quienes tenemos más cerca. El 28% de las familias tiene claro que las pantallas son de algún modo las “culpables” de que la comunicación en casa haya empeorado y, junto a este dato, únicamente el 12% de los progenitores se siente preparado para afrontar la educación digital de sus hijos, por lo que considera que necesita apoyo porque se siente desorientado.

El hecho de que el consumo de Redes Sociales e Internet sea principalmente entre nuestros adolescentes y los más jóvenes tiene un impacto importante, ya que son los más vulnerables, especialmente en estos momentos en que están en proceso de madurez, y de cambios físicos y emocionales. Uno de cada tres adolescentes confiesa que pasan más de 6 horas diarias frente a una pantalla. Por ello ese uso excesivo ha llevado a una pérdida de control y dependencia, derivando en las llamadas adicciones digitales. El próximo año, 2024, se celebrará el 30º aniversario del Año Internacional de las Familias decretado por las Naciones Unidas, que ha incluido el estudio del impacto de la tecnología en las Familias y cómo afecta especialmente en las relaciones entre todos sus miembros; considerándolo uno de los grandes temas para tratar en esta celebración por la importancia que tiene hoy en día.

*2.- Las redes sociales y, especialmente la función de los filtros, contienen una estrecha relación con la autoestima de nuestros adolescentes. ¿Cómo puede la Familia afrontar la situación y promover un desarrollo creativo para un entorno sano y humanizador, especialmente, en esta etapa de vida?*

En relación con el tema de los “filtros”, diría que podemos analizarlos desde dos perspectivas. Por un lado, en relación con el concepto de autoestima de nuestros adolescentes y jóvenes. Es decir, en lo que afecta al descubrimiento y aceptación de ellos mismos. Son muchos los adolescentes que presentan una preocupación obsesiva por su aspecto físico y comiencen a verse imperfecciones con las que se obsesionen y quieran día tras día tratar de corregir, olvidando por su propia etapa de inmadurez que todavía están en un periodo de desarrollo físico. Y esto afecta especialmente a las menores y jóvenes que en edades entre 10 y 17 años se sienten decepcionadas por no tener en la vida real el aspecto que tienen en sus fotos cuando utilizan los filtros en Instagram. De hecho, en varias encuestas, el 69% de las niñas aseguraban que intentan de algún modo, ocultar o al menos cambiar una parte de su cuerpo cuando se van a hacer una foto que luego cuelgan en sus redes sociales.

Y, por otro lado, [podemos analizar los filtros] como una herramienta que ayude a las madres y los padres a prevenir el acceso en internet de contenidos

inadecuados. En los últimos años, el Barómetro de la familia, ha puesto de manifiesto, precisamente, la preocupación que tienen las familias españolas en relación con la gestión que hacen sus hijos de las redes sociales, el acceso a Internet –especialmente a contenidos violentos, sin ningún tipo de control o de filtro–, el modo en que se sexualiza la imagen de los menores en Internet –especialmente la imagen de las niñas y jóvenes–. Las madres y los padres alertan de una tendencia creciente de hipersexualización de los menores especialmente las niñas, entendiéndolo por esta “exaltación de la sexualidad como medio de obtención de un mayor valor social” y que conlleva una preocupación constante y casi obsesiva por la imagen corporal.

Los datos aportados por dicho Barómetro han sido un referente para introducir una enmienda en el Congreso de los Diputados de España, en la nueva ley de infancia y adolescencia, solicitando la posibilidad de unos “filtros parentales” con un objetivo educativo, que vengan por defecto al contratar una línea de internet utilizando protocolos de verificación de edad, lo que supondrá una ayuda importante en la protección de los menores; consiguiendo que puedan crecer en entornos digitales seguros garantizando la protección de los jóvenes y la prevención de consecuencias negativas en su desarrollo. Siguiendo, así, el camino que ya han iniciado otros países como Reino Unido, Italia, Francia o Australia.

*3.- Recientemente la Fundación The Family Watch, en colaboración con otras instituciones, ha publicado su informe sobre “La Familia en el cine y las series de TV” donde identifica, entre más, algunos perfiles familiares que se promueven desde las principales plataformas de streaming. ¿Qué aprendizajes nos podrías compartir sobre este informe? ¿Qué ha cambiado en estos últimos años?*

En estos dos Informes sobre “La Familia en el Cine y las Series de TV” que hemos llevado a cabo en el año 2021 y en este 2022, podemos extraer distintas conclusiones. En el primer informe, y dada la situación especial por la que habíamos atravesado a consecuencia de la pandemia y la incidencia que esta había tenido, pudimos observar un aumento considerable en el consumo de películas y de series; también que se ha multiplicado el consumo de las diferentes plataformas de *streaming*, habiéndose extendido a nuevos usuarios; y, al no poder ir presencialmente a las salas de cine, muchos cinéfilos se han refugiado en estas plataformas y han descubierto otras formas de ver películas.

Este fuerte impacto en los hábitos audiovisuales ha provocado también algunos cambios. Por un lado, esta gran avalancha de contenidos multimedia tiene la característica de que se consumen a la carta, *on demand* y, desde

luego, a otro ritmo. El usuario no necesita esperar a que un canal emita una película concreta o que cada semana se estrene un capítulo nuevo de su serie favorita. Debido a esto, muchas personas, especialmente los más jóvenes, han dejado de consumir series y películas en televisión convencional. Y, por otro, el hecho de que el usuario es ahora dueño de lo que ve, ya que elige lo que quiere visualizar y cómo desea hacerlo, pudiendo describir y definir sus preferencias a través de la información que facilita a las plataformas de pago, y así le ofrecen aquellos productos y servicios en *streaming* que mejor satisfagan sus gustos. Junto a esto ha aumentado notablemente la aparición de formatos más breves, como películas más cortas e incluso series de menos capítulos o de capítulos más cortos y, por tanto, más fáciles de visualizar. En cuanto a la calificación que se hace en España por grupos de edad de las películas y las series, los expertos y las asociaciones de usuarios, junto con asociaciones de padres y docentes, consideran que no se hacen de manera adecuada y piden que se regule este tema pensando en la protección y el buen desarrollo de los menores y los jóvenes.

Otra conclusión que se extrae de este informe, tras el análisis y el visionado de las series y películas durante este año 2020, es que el criterio que más han seguido las personas y las familias a la hora de elegir los contenidos ha sido el entretenimiento y la evasión, por las características especiales y la difícil situación que se estaba viviendo en esos momentos.

El segundo informe tenía por objetivo identificar los perfiles familiares que se promueven desde los rankings de las series de televisión y plataformas digitales en nuestro país. Para ello se han analizado más de 526 personajes que aparecen en aquellas películas y series que consiguieron mayor audiencia durante el pasado 2021, llegando a diferentes conclusiones y también estableciendo cuáles son los patrones de conducta más replicados. Pese a que se evidencian cambios en los roles familiares, especialmente en una menor interdependencia económica, entre hombre-mujer, sin embargo, en la crianza de los hijos y las tareas del hogar, aunque se ve un mayor apoyo de ayudas externas, las mujeres siguen mayoritariamente ocupándose de las tareas del hogar y del cuidado de los hijos. Hemos pretendido con este estudio que quede patente la necesidad de continuar haciendo pedagogía de la familia y de la educación, aprovechando las oportunidades que se ofrecen desde la cultura audiovisual y utilizándola como una herramienta en la educación y la formación de nuestras hijas e hijos, desde que son pequeños.

4.- *El autor y filósofo español Juan Manuel Burgos sostiene la experiencia integral como un método para el personalismo. Esta propuesta sostiene que el origen de todo conocimiento tiene sus raíces en la experiencia. Es decir que la experiencia es una acción fundamental de la persona. La experiencia en cuanto hecho vivencial da paso a la comprensión que consiste en la formulación u objetivación cognitiva de las vivencias a través de un proceso de consolidación de la propia experiencia. En este sentido queremos preguntarte, ¿qué nos puedes compartir de tu experiencia personal y familiar en relación con las Redes Sociales?*

Mi experiencia como madre (y en este tema, como en todo lo relacionado con la educación de nuestros hijos, vamos en la misma dirección mi marido y yo), es que no podemos olvidar que desde nuestra autoridad debemos de mantener un rol educador enseñando y formando a nuestros hijos.

Mantener una comunicación fluida para poder fomentarles el uso correcto de su libertad y de la responsabilidad que será gradual en función de su madurez para que puedan ser capaces de tomar sus propias decisiones y asumir las consecuencias que se derivan de ellas. Enseñarles también a que aprendan de sus errores.

Nuestros hijos han de saber que nosotros confiamos plenamente en ellos; la confianza y libertad tienen que ser compatibles con la responsabilidad. Así les enseñaremos a que aprendan a moverse con prudencia en el entorno digital igual que lo hacen en el mundo real. Me encanta aprovechar todo lo que rodea a este mundo digital para que sea una oportunidad más a la hora de educar en familia. Y, así como en cualquier otro ámbito de la vida, establecemos unos límites de uso de las pantallas (de tiempo y de lugar) unas normas y un horario, para que todo lo relacionado con lo virtual, que es la manera fundamental en la que ellos se relacionan, no interfiera en sus obligaciones académicas ni tampoco en las familiares. Y, para todo ello, es fundamental el ejemplo (y diría que también la firmeza) que damos los padres en nuestro hogar, que es siempre el camino más breve y eficaz.

5.- *Desde la perspectiva de los “nativos o migrantes digitales” podrían existir distintas concepciones sobre las redes sociales. ¿Cuáles tendrían que ser los desafíos para vivir desde la familia para afrontar el reto de vivir un encuentro intergeneracional que ayude a formar comunidad?*

El primer gran desafío al que nos enfrentamos los padres es el de superar ese “gap digital”, esa “brecha digital” que se abre entre nuestros hijos, los nativos digitales y los migrantes, que somos nosotros los padres. Para ello es importante formarnos y aprender de todo este mundo digital que nos rodea,

para reducir esa distancia y poder tener una comunicación fluida con nuestros hijos que les pueda ayudar a moverse en un entorno en el que son especialmente vulnerables. Les podremos transmitir esos valores que también son aplicables en el mundo virtual, enseñándoles a detectar los posibles peligros, o cómo debo cuidar mi intimidad, que la privacidad es fundamental, y para ello no debo compartir datos personales, ni subir fotos comprometedoras.

Acompañándolos a construir una actitud crítica ante los distintos contenidos que consumen y que puedan ser capaces de ver que pretenden transmitirles con ellos. Es decir, de algún modo tratar de ayudarles a diferenciar entre la “vida real” y la publicidad que se nos da a través de las redes sociales. Me parece importante que como padres seamos capaces de ser unos buenos modelos de referencia para nuestros hijos, de convertirnos en sus verdaderos *influencers*. Para ello, como decía antes, necesitamos aprender y actualizar-nos, conocer cuáles son sus intereses, aprender incluso el lenguaje que usan, la música que escuchan, cómo funciona una determinada aplicación que está de moda o, por qué no, el videojuego al que juegan todos, sentarnos juntos a ver una de sus series favoritas, etc. Y, desde luego, necesitamos dedicarles tiempo a nuestros hijos, y no solo de calidad sino, también, un mínimo de cantidad, para poderlos acompañar en este camino de lo virtual.

*6.- Desde las redes sociales, se vive una cultura del like en donde cada vez más, desde una temprana edad, los niños crecen en un contexto virtual que corre el riesgo de volverse tóxico: “eres parte o estás excluido”, dando especial relevancia a la apariencia física, a lo útil, lo inmediato y la aprobación de los demás. ¿Cuál tendría que ser el criterio para formar para que la interacción en redes sociales esté acompañada de valor y sentido?*

Esta cultura del *like* que está muy bien asentada en el entorno digital y que, sin duda, impacta de lleno en nuestros hijos, nos exige conocerlos bien. Conocer la forma en que ellos se aceptan y se sienten aceptados, si se sienten comprendidos o no, si se sienten queridos y valorados, tanto por su grupo de procedencia (su familia) como por su grupo de dependencia (sus amigos). En estas edades pertenecer a un grupo es importante en la vida de nuestros hijos, les refuerza su seguridad y afirma su personalidad frente a lo que dicen los adultos.

Me parecen interesantes los datos aportados en el informe de The Family Watch sobre “Jóvenes y Vulnerabilidad en entornos digitales” publicado el pasado junio, nos dejan ver que los jóvenes son más vulnerables en aquellas actividades en las que pasan más horas conectados y, por tanto, están más expuestos. De ellos, las mujeres son emocionalmente más vulnerables que

los hombres y están más preocupadas por la imagen personal que se puede proyectar de sí mismas en el entorno online. Son ellas también y los más jóvenes (18-21 años) los más vulnerables ante la imagen idealizada y falseada que otras personas proyectan y comparten en Redes Sociales (sobre todo los *influencers* a los que siguen). E incluso conscientes de que consumir esas vidas artificiales les puede llegar a afectar psicológicamente de forma negativa. Y entre aquellos de 18 a 21 años, se sienten mal consigo mismos y vacíos al comparar su “vida real” con la “vida idealizada y perfecta” de los demás.

Como padres y principales educadores de nuestros hijos, debemos estar ahí para recordarles que no siempre los contenidos son fiables, que incluso algunos pueden ser ilegales, pueden quitar tiempo para hacer otras actividades y por supuesto ese mundo digital, mal gestionado, provoca dependencia y engancha: reduciendo el número de horas de sueño, alterando las relaciones intrafamiliares y aislándote socialmente. Hoy más que nunca, es importante que los padres no olvidemos que nuestros jóvenes y adolescentes agradecen mucho cuando en familia en un ambiente de serenidad y optimismo, se les da una exigencia motivadora. Tenemos que ayudarles a reforzar su autoestima y que aprendan a gestionar sus emociones, y para ello, como comenté antes, es importante dar ejemplo porque lo que sí les condiciona de una manera muy directa es el ambiente familiar. Cuando un adolescente o joven convive en una familia en la que se hace un uso responsable de las pantallas, se reduce en casi un 70% la probabilidad de desarrollar una conducta adictiva, y es que el ejemplo de los padres sin duda tiene un valor pedagógico insustituible.



## SECCIÓN III

### CARTAS A LA FAMILIA



## COMPENDIO BACHILLERATO

### EL AISLAMIENTO CON LAS REDES SOCIALES

EMILIO DEVADIP ZAVALA VALDÉS  
Bachillerato UPAEP, plantel Angelópolis

Las redes sociales han sido un método de comunicación y conexión con otras personas, mucho más ahora en tiempos de no poder salir demasiado a ver a nuestros conocidos y amistades. Pero las redes sociales también han tenido un fuerte impacto dentro de casa, pues éstas pueden hacer que nos distancie-mos de nuestros seres queridos.

Comunicarse con otras personas es una necesidad elemental para los se-res vivos. No hay nada más triste que una persona que no tenga a nadie a quien recurrir para intercambiar unas palabras y manifestar sus afectos. La interacción social tiene una funcionalidad biológica. A partir de una visión evolutiva, el contacto con los otros nos ha facilitado la recolección de comida y la defensa ante los depredadores. Por cierto, los vínculos sociales influyen en la alegría de vivir y hasta en la resistencia a las patologías crónicas.

El mayor problema en la actualidad es la adicción a las redes sociales. En nuestro entorno, las relaciones personales se deterioran constantemente, principalmente en la familia, ya que cada vez tendemos más a comunicarnos a través de computadoras y teléfonos celulares en lugar de medios personales. Las consecuencias de la falta de comunicación verbal entre los miembros de la familia son daños irreparables, y el contacto visual con la persona conversa-da, independientemente del tipo o tema que se desarrolle, ha quedado solo en la memoria.

El aislamiento social se refiere a una situación en la que una persona carece de conexiones sociales para obtener el apoyo necesario; lo que ocurre cuando una persona, en este caso un adolescente, se aleja por completo de su entorno. Esta persona a menudo tiene problemas de aprendizaje, atención y toma de decisiones. Esto se debe a que el cerebro no está debidamente estimulado para funcionar correctamente sin una relación con el medio ambiente. Los seres humanos son una especie social y los grupos sociales sirven para muchos propósitos, que incluyen proteger, identificar, ayudar, cuidar y cooperar para proporcionar vivienda y alimentos. El individuo debe desempeñar un papel que satisfaga algunas de las necesidades del grupo sin interferir con el funcionamiento del mismo.

Hay varias teorías sobre cómo el mayor uso de las redes sociales contribuye al aislamiento social. Por ejemplo, el consumo de redes sociales desplaza una experiencia social más auténtica, porque cuanto más tiempo pasa una persona en línea, menos tiempo tiene para las interacciones del mundo real. Ciertas características de las redes sociales contribuyen a los sentimientos de exclusión, como ver fotos de amigos divirtiéndose en eventos a los que no fuimos invitados. Además, ver representaciones muy idealizadas de la vida de los compañeros en las redes sociales puede generar sentimientos de celos y creencias distorsionadas de que los demás llevan vidas más felices y exitosas. Según los expertos, el uso inapropiado de los teléfonos móviles se ha convertido en una conducta adictiva, que genera problemas como la desintegración familiar, la salud y los accidentes de tránsito, principalmente entre los jóvenes. Advierten que esto se ha acelerado, con aumentos preocupantes en los últimos años.

Las redes sociales facilitan la comunicación, pero también la modifican, ya que las relaciones basadas únicamente en ellas pueden generar déficits sociales y emocionales. Por otro lado, los usuarios con un trastorno de obsesión compulsiva por las redes sociales tienden a tener miedo de estar “desconectados”, por lo que se sienten apegados. Cuanto más tiempo usan los jóvenes las redes sociales, más probable es que se sientan socialmente aislados, según un análisis nacional dirigido por científicos de la Facultad de Medicina de la Universidad de Pittsburgh. Además del tiempo que pasan conectados digitalmente, los científicos también encontraron que la frecuencia de uso se asoció con un mayor aislamiento social.

La tecnología en sí no es buena ni mala, sino que es dependiente del uso que se realice de ella. Las redes sociales, bien usadas, conforman un instrumento formidable de comunicación constante que nos acerca a quienes poseemos lejos y que no nos aleja de quienes se hallan cerca. Las redes sociales

conforman una herramienta que, usada correctamente, puede promover la socialización y ayudar a estrechar los lazos de pertenencia a un conjunto. No obstante, conectarse no es, en modo alguno, equivalente a comunicarse.

Las redes sociales nos proporcionan la independencia de estar comunicados con nuestros propios seres queridos cada vez que y donde queramos. Si bien la comunicación digital puede remover las distancias geográficas entre los individuos, puede transformarse en un impedimento para la convivencia cada vez que su uso suple la plática cara a cara, la expresión sincera de sentimientos y, más que nada, de emociones. Las redes sociales poseen su sitio, sin embargo, no tienen la posibilidad de suplir el contacto personal.

Los miembros de nuestras propias familias, ya a partir de edades bastante tempranas, que entran al teléfono o la tableta producen sutiles interrupciones o cortes de charla emocional real, mermando la era de calidad familiar. El teléfono, las redes sociales y la proporción de información que procesamos diariamente no son el problema. El problema es claramente que los miembros del núcleo familiar no entendemos qué hacer con la información y cómo mantener el control de la utilización de las redes sociales.

Por tal fundamento, se propone implantar un horario de uso de redes sociales en la medida en que los miembros permanezcan dentro del hogar, para gozar de la comunicación verbal y no verbal en tiempo real, para propiciar interrelaciones familiares fuertes, maduras, estables y afectivas, donde cada miembro tenga la independencia de manifestar con sinceridad sus ideas, pensamientos y emociones, haciendo más fácil, de esta forma, la identidad personal y la destreza para resolver inconvenientes.

## REFERENCIAS

- Echeburúa, E. “Comunicación en las redes sociales: tan cerca y tan lejos”. *El País*, 22 de marzo de 2018, sec. Tecnología. [https://elpais.com/tecnologia/2018/03/19/actualidad/1521469603\\_477136.html](https://elpais.com/tecnologia/2018/03/19/actualidad/1521469603_477136.html).
- Europa Press. “Redes sociales, ¿aumentan el sentimiento de aislamiento?”. Europa Press, 13 de marzo de 2017. <https://www.infosalus.com/salud-investigacion/noticia-redes-sociales-aumentan-sentimiento-aislamiento-20170313081236.html>.
- Medina Rosales, K. D. “Redes sociales y su impacto en la familia”. *Diario La Tribuna*, 6 de abril de 2017. <https://archivos.latribuna.hn/2017/04/06/redes-sociales-impacto-la-familia/>



## FOLLOWERS Y LIKES EN REDES SOCIALES: ¿FELICIDAD AUTÉNTICA O INAUTÉNTICA?

IVANA EMILIA PACHECO RAMÍREZ  
Bachillerato UPAEP, plantel Angelópolis

¿Qué es lo que el adolescente promedio hace en redes sociales? ¿Y por qué es tan importante para los jóvenes pasar tiempo en ellas? Estas son preguntas que se hace la mayoría de los adultos padres de familia cuando ven a sus hijos en el celular; lo puedo comprobar como la adolescente que soy. Cuando se entra a cualquier red social se encuentra todo tipo de fotos de adolescentes, adultos, memes, *reels*, etc., a los que normalmente, si parecen chistosos o agradables a la vista, se les da *like* y luego *follow* a los usuarios que parezcan adecuados. Para los adolescentes activos en estas plataformas es muy importante cuántos *likes* les dio la gente en sus fotos o cuántos *followers* o seguidores, tienen, pero... ¿Por qué? Y, lo más importante, ¿qué es lo que hay detrás de esas fotos y perfiles de usuarios que usan las redes sociales como escudo y como forma de expresión?

De acuerdo con el sitio web “La Neurona”, el psicólogo y filósofo Burrhus Frederic Skinner dice que “la conducta está conformada por sus propias consecuencias, es decir, hacemos lo que nos rinde o retribuye, y nos abstenemos de hacer aquello que no nos da ninguna recompensa”,<sup>1</sup> es decir, que, por ejemplo, si en Instagram nos encontramos alguna foto y le damos *like* sin saber ni siquiera de quién se trata, ese mismo desconocido dará *like* a nuestras fotos y eso nos obligará a repetir la acción de dar *like* a desconocidos, creando una cadena de adicción. Esto es así ya que, de acuerdo con la UNICEF Paraguay, a los adolescentes les gusta tener la aprobación de los demás y no sólo de sus padres; les gusta estar enterados y conectados con los demás,

---

1 I. Moreno, “Redes sociales y adolescentes: lo que tenés que saber”, UNICEF Uruguay, 28 de julio de 2015, <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/redes-sociales-y-adolescentes-lo-que-tenes-que-saber>.

por eso temen desconocer algún detalle de cualquier tema rondando por las plataformas.

Quieren sentir, y en eso me incluyo también, que tienen el control sobre su privacidad, que son libres de subir cualquier cosa que se les ocurra o que deseen. Experimentar es la mejor forma de tener experiencia y es un proceso que ningún padre debería perderse para orientar al adolescente, incluso si ya está muy informado en lo que implica tener redes sociales, sin llegar a ser obsesivos o preocuparse de más. Con eso se creará una relación padre-hijo en la que predomine la confianza: si el adolescente llega a tener un problema en línea, acudirá a su familia.<sup>2</sup>

Como adolescente puedo afirmar lo anterior. Yo no tengo mucha actividad en redes sociales, ya que mis padres no me lo permiten. Estoy por cumplir dieciocho años y ya tengo ese deseo de poder controlar la mayoría de mis decisiones y asumir riesgos de los que mis padres quisieran protegerme. Esto es totalmente comprensible dado el hecho de que soy su hija y temen que en serio me llegue a ocurrir algún evento desafortunado. Sin embargo, me siento “obsoleta” cuando observo a las demás personas de mi generación tener más libertad de la que yo puedo tener.

También están las fotos, aquello que más se comparte en Instagram: comidas, eventos o simplemente un cuerpo con ropa atractiva y una cara bonita con una gran sonrisa de oreja a oreja. Desde mi experiencia, puedo decir que en conversaciones vía WhatsApp o Instagram a veces tiendo a exagerar algunas reacciones a mensajes o imágenes que se suponen deberían darme gracia; el típico ejemplo de la cara de aburrimiento tras un “jajajajaja”. Lo mismo con algunas fotos, sólo quiero verme bien para la cámara y me ha tocado ver cómo parejas amorosas de adolescentes pueden parecer cansadas, pero cuando uno de ellos sugiere tomar una fotografía, ambos sonríen forzosamente frente a la cámara y luego proceden a subirla a sus redes sociales o fotos de perfil. Adolescentes como estos, pienso yo, son aquellos que fingen felicidad o emoción, muestran a los demás a una pareja linda, una niña feliz o un muchacho seguro, cuando probablemente no lo sean y requieran ayuda.

Pero también están aquellos que son auténticos en sus redes sociales y esconden lo que realmente sienten de la gente real: sus familias, maestros, compañeros de clase, etc. Tengo un grupo de amigos que se enfrenta a la falta de aceptación en sus hogares, a crisis de identidad, a dudas respecto a su sexualidad y a problemas sociales. En sus redes sociales pueden hablar libremente

---

2 “Los ‘Likes’ de tus redes sociales, auténticos generadores de placer”, *La Neurona*, accedido 16 de octubre de 2023, <https://laneurona.com/texto/los-likes-de-tus-redes-sociales-autenticos-generadores-de-placer/>.

sobre lo que piensan, pueden ser ellos mismos, sentirse bien con sus cuerpos, sacar sus frustraciones y enojos... Es terapéutico. Esto ayuda, ya que incluso pueden llegar a encontrar más personas con los mismos conflictos y ayudarse entre ellos. Se forma una bonita relación llena de confianza y abierta a cualquier ideal, un espacio seguro donde los *likes* y *followers* dejan de importar.

Padres de familia, que sus hijos estén en redes sociales no es malo. Apoyarlos en su proceso de crecer y experimentar el mundo de las redes sociales podría ser beneficioso para evitar que sus hijos confíen en un grupo de extraños en Internet antes que en ustedes y para poder entender mucho mejor las conductas de sus hijos, incluso para detectar si es que éstas están impactando negativamente en su hijo. Aunque sus hijos les reprochen que “se entrometen en sus vidas”, no los dejen solos, a veces gritamos por ayuda, aunque parezca que estamos bien.

Adolescentes, intenten, equivoquense y experimenten con precaución. Un *like* no define quién eres o lo bien que te ves, el mejor *like* que puedes recibir es el de ti mismo y en el mundo real. Sé auténtico, en línea y con las personas reales, busca ayuda si es que la necesitas, siempre habrá alguien –en redes sociales y amigos en el mundo físico– que te ayude. Como la adolescente que soy, puedo confirmarlo.

## REFERENCIAS

- La Neurona*. “Los ‘Likes’ de tus redes sociales, auténticos generadores de placer”. Accedido 16 de octubre de 2023. <https://laneurona.com/texto/los-likes-de-tus-redes-sociales-autenticos-generadores-de-placer/>.
- Moreno, I. “Redes sociales y adolescentes: lo que tenés que saber”. UNICEF Uruguay, 28 de julio de 2015. <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/redes-sociales-y-adolescentes-lo-que-tenes-que-saber>.



## REDES SOCIALES, ¿BUENAS O MALAS?

JOSÉ XAVIER VÁZQUEZ TORT  
Bachillerato UPAEP, plantel Angelópolis

En opiniones públicas, para muchas personas ser partícipe de una red social es un completo dilema, ya que éstas generan una gran discusión cuando se habla sobre sus riesgos y beneficios. No está de más decir que las redes sociales han sido una excelente herramienta para la comunicación instantánea a nivel mundial, para socializar o incluso para hacer publicidad. Sin embargo, cuando creamos un perfil en una red social nos estamos exponiendo a una serie de consecuencias que incluso podrían amenazar contra nuestra integridad física y emocional, por eso la importancia de hablar sobre este tema.

Tener un perfil en una red social no solo implica hacer publicaciones o charlar con otros usuarios, también implica ser responsable con las acciones que tomamos dentro de éstas. La importancia de darle un uso adecuado a las redes sociales radica en que la mayoría de personas comparten diariamente una gran cantidad de datos personales a través de estos medios de comunicación, los cuales pueden ser utilizados para fines malignos. Hay que ser precavidos cuando naveguemos en estas redes sociales y estar al tanto de con quién o quiénes estamos interactuando día a día, con esto no digo que las redes sociales sean malas, pero debemos crear conciencia, ya que actualmente al menos 4,950 millones de personas utilizan las redes sociales y todas ellas podrían estar expuestas a los mismos riesgos. Sin embargo, el beneficio de esto es que gracias a la conexión por estos medios de comunicación tenemos un vínculo con las personas que estimamos y queremos tener cerca sin necesidad de verlos presencialmente. De esta manera, podemos mantener ciertos vínculos que sin las redes sociales serían difíciles de mantener.

Nuestra seguridad dentro del Internet depende de nosotros mismos. Debemos tener cuidado con las redes sociales que utilizamos y saber cuáles son sus términos y condiciones, ya que nuestros datos personales podrían estar

en potencial riesgo si la red social no es segura o invade nuestra privacidad. Algunas redes sociales venden nuestra información, lo cual nos pone en peligro. De igual manera, debemos tener contraseñas seguras y que solamente los usuarios sepan, o los padres o tutores, si es el caso de que el usuario sea menor de edad. Además, debemos tener la autenticación en dos factores, la cual mantiene nuestras cuentas seguras y libres de algún tipo de robo de datos para que nadie pueda hacerse pasar por nosotros robando nuestra identidad.

Si utilizamos una red social para emprender algún tipo de negocio, tenemos la ventaja de que el servicio o producto que queramos vender puede llegar a ojos de muchas personas y nuestro negocio empezará a dar sus frutos. Esto sucede mayormente en la red social de Instagram, donde pagar por publicidad para un negocio es una muy buena opción para poder crecer como comerciante o empresa, ya que la publicidad en esta red social es la principal fuente de ingresos de Instagram. La desventaja de esto es que en algunas redes sociales como lo es Facebook suelen hacer estafas en su *marketplace* y esto es un riesgo que como compradores podemos correr. Todo esto sin agregar que estas ventas no están controladas por algún organismo de consumidor ajeno a la aplicación, por lo cual las ventas son informales y, algunas veces, los vendedores aprovechan esto para estafar a los compradores, o, en un caso hipotético, para algún tipo de crimen organizado como lo es el secuestro. Esto podría suceder, porque algunos vendedores suelen citar al comprador en algún lugar para hacer la transacción, lo cual puede ser muy peligroso, ya que en algunas ocasiones no sabemos con quién estamos haciendo la compra ni al lugar a donde estamos acudiendo.

Es bien sabido que en las redes sociales podemos hacer amigos nuevos de cualquier parte del mundo, lo cual es algo muy bueno, ya que socializamos e incluso podríamos llegar a generar un vínculo afectivo más cercano con una persona. Pero esto no quiere decir que todas las nuevas amistades que formemos en redes sociales sean reales y nada nos asegura que estemos interactuando con una persona real o con un perfil falso. Por eso, hay que tomar precauciones antes de empezar a hablar con una persona en cualquier red social.

La búsqueda y divulgación de información en redes sociales es una gran ventaja. Si lo que queremos es aprender algo nuevo cada día, existen muchas personas que publican sus conocimientos y podemos encontrar prácticamente cualquier tipo de información que necesitemos de una manera bien explicada y entretenida.

Pasar tiempo de ocio en redes sociales es de mucha ayuda para descansar de los problemas diarios, pero también hay que moderar el tiempo que gastamos en ellas sin llegar a abusar para que no se vuelvan una adicción.

## REFERENCIAS

- Galeano, S. “El número de usuarios de internet en el mundo crece un 4% y roza los 5.000 millones (2022)”. *Marketing 4 Ecommerce*, 28 de enero de 2022. <https://marketing4ecommerce.mx/usuarios-de-internet-mundo/>.
- Stavrou, S. “Anuncios en Facebook e Instagram, ¿cuál es mejor?”, *Blog del E-commerce*, 13 de mayo de 2022. <https://www.tiendanube.com/blog/anuncios-en-instagram-vs-facebook/>.



## FOLLOWERS Y LIKES EN REDES SOCIALES: ¿FELICIDAD AUTÉNTICA O INAUTÉNTICA?

JOSERHAMON SILVA LÓPEZ  
Bachillerato UPAEP, plantel Angelópolis

Las redes sociales son una herramienta muy poderosa en el ámbito comunicativo para el mundo; sin embargo, éstas cuentan con efectos negativos hacia el ser humano que si no se evaden podrían ser contraproducentes para su formación y pensamiento. Hay varias interacciones dentro de las redes sociales que causan “felicidad” instantánea al momento de obtenerlas, las más comunes son los *followers* y *likes*.

Estas interacciones provocan sustancias en nuestro cerebro, tales como la dopamina, la oxitocina, la adrenalina, la serotonina, entre otras. Nuestro cuerpo experimenta con estos procesos neurotransmisores una sensación de felicidad. Mientras más se ocupen las redes, se incrementa la dependencia de éstas en nuestro día a día y se va perdiendo la capacidad de concentración e interacción personal entre la sociedad.

Con los datos antes mencionados la “felicidad” que brindan las redes sociales al ser humano es inauténtica, debido a que es artificial y no tiene ningún beneficio a largo plazo si es que se consumen periódicamente. Una manera natural de sentir los efectos de éstas cuidando tu cuerpo serían el correr, tener contacto con la naturaleza, la exposición al sol, el dormir, nadar y meditar. Si es que quieres sacar la mejor versión de ti deberías realizar estas acciones con frecuencia, con esto verás un gran cambio en tu estado de ánimo, comportamiento social y energía.

En esta generación las personas tienen la totalidad del conocimiento humano en el bolsillo, teniendo infinitas posibilidades tecnológicas. Sin embargo, la mayor parte del tiempo es desperdiciada usando las redes sociales para aparentar una vida mayormente falsa solo dando a conocer lo bueno de cada persona, es por eso por lo que hay varios estereotipos y paradigmas creados

gracias al Internet. Hacemos todo esto en vez de comunicarnos saludablemente con varias personas.

En los últimos meses he pasado por procesos buenos y malos. Empecé utilizando las redes sociales para comunicarme con conocidos, sin embargo, la felicidad artificial que éstas me causaban fue tan grande que se terminó convirtiendo en una adicción. Por fortuna me di cuenta a tiempo y noté que poco a poco iba afectando mi calidad como persona. Por esta razón decidí hacer un experimento, éste consistía en eliminar todas mis redes sociales para volver a ser yo mismo con libertad. Y en efecto, con el tiempo me fui dando cuenta que las redes sociales me quitaban gran parte de mi tiempo, me quitaban horas de sueño y me generaron un comportamiento de obsesión.

Ahora me siento más tranquilo y no tengo la necesidad de publicar contenido en redes sociales para sentir aceptación y felicidad. También bajé la medida diaria de conexión a Internet en mis aparatos electrónicos y a la vez me di el tiempo de enfocarme en mi persona para llevar una vida saludable; teniendo una relación sana con el internet. Con el tiempo se vieron más cambios, tales como mi interacción fluida con personas en un ambiente físico y niveles nulos de ansiedad.

En conclusión, los *followers* y los *likes* en las redes sociales son felicidad inauténtica para las personas. Ya que no es natural y además es adictiva. Abstenerse a su uso es complicado debido a que en nuestra sociedad se pueden encontrar dispositivos con conexión a internet en cualquier lugar. Se puede encontrar felicidad realizando otras actividades que ayudan a tu persona a desarrollarse plenamente en la sociedad. Por último, lo más recomendable para seguir usando las redes es tener conciencia de los efectos que le causa a tu cuerpo y poder vivir en tranquilidad junto a éstas sin generar malos hábitos.

## REFERENCIAS

- Mestres, M. “¿Cómo influyen las redes sociales a nuestra sensación de felicidad?” *La Vanguardia*, 4 de abril de 2021. <https://www.lavanguardia.com/cribeo/estilo-de-vida/20210404/6615936/como-influyen-redes-sociales-nuestra-sensacion-felicidad.html>.
- Robledo Vico, J. “Así afectan las redes sociales a nuestro cerebro”. *AS.com*, 28 de julio de 2017. [https://as.com/deporteyvida/2017/07/28/portada/1501239837\\_452100.html](https://as.com/deporteyvida/2017/07/28/portada/1501239837_452100.html).

## LA FELICIDAD BASADA EN LO VIRTUAL

MARGARITA LÓPEZ PONCE Y LORANCA  
Bachillerato UPAEP, plantel Angelópolis

En este escrito se hablará sobre el impacto de las redes sociales en la sociedad. En la actualidad las personas exponen casi toda su vida cotidiana, tales como dónde están, con quién están reunidos y dónde se encuentran. Con el avance de las redes sociales, ahora tú puedes poner una reacción, tal es el caso de Facebook que cuenta con las figuras como el *like*, “me importa”, “me encanta” y “me enoja”; mientras que TikTok e Instagram tienen el corazón y también todas éstas cuentan con un espacio para comentar; por lo tanto, también se encuentran los amigos como en el caso de Facebook o los seguidores de Instagram y otras plataformas con los que el usuario puede interactuar durante el manejo de éstas. Esto se ha vuelto muy importante, ya que la mayoría que revisa estas plataformas, comparan mucho su vida con la de sus amigos o personas famosas mejor conocidas como *influencers*, y quieren seguir modas solo para sentirse modernos, por otra parte el número de *likes* y seguidores ha hecho que las personas se sientan importantes y queridos, al ver que su publicación superó los *likes* estimados sienten satisfacción al ver que el *post* fue muy bien visto o el número de *followers* que ha representado qué tan interesante es tu contenido.

Al estar en exceso pendiente de ello puede acabar perjudicando la autoestima de los jóvenes generando que la seguridad se base en cuántos *likes* se recibe o cuántos seguidores se ganan con cada nueva publicación y en cada comentario poniendo en juego el valor de la persona. Quizá estos halagos acaben generando más angustia que alegría, depender de los *likes* indica que partimos de una autoestima baja, el hecho de recibir más o menos “me gusta” puede aumentar o puede destruir aún más esa valoración que se tiene de uno mismo.

Las redes sociales son la nueva plaza pública, un espacio donde los jóvenes se relacionan, comparten su día a día y construyen su identidad. En promedio al día se reciben 4.200 millones de “me gusta” en Instagram. Por ello, es inevitable que estos reconocimientos virtuales se hayan convertido hoy en la nueva unidad de medida del nivel de integración y éxito social. Los seguidores, los *likes* y en general cualquier acción que se lleva a cabo en las redes sociales son indicadores importantes para los *influencers*. Para la mayoría, los *likes* se han vuelto una forma de conseguir y mantener un círculo de amistades o de ser aceptado. En esta época digital, importa más cómo juntar un número determinado de “me gusta” o cómo tener seguidores que validen lo que eres.

Las redes sociales estimulan ciertas funciones del cerebro; la comparación, la no aceptación y la autoeficiencia. Por lo que aconsejan no compartir contenido vulnerable ni seguir cuentas que puedan afectar la percepción de una vida normal. Muchos consultantes se sienten frustrados o inseguros al comparar su vida con lo que ven en las publicaciones. Esto tiene un impacto muy grande en la autoestima. En el caso de Instagram la mayoría de las chicas se sienten mal con su cuerpo, ya que la plataforma contiene muchos comerciales con modelos “perfectos” haciendo que se creen el cómo deberían verse para agradarle a su pareja o sentirse autosuficientes.

El uso de las redes sociales puede afectar negativamente a los adolescentes, causa distracciones, altera sus horarios de sueño, ya que muchos están a altas horas de la noche revisando lo que pone cada usuario o solamente ver las actualizaciones, se exponen a intimidación por subir cosas íntimas de su vida haciendo que se creen los famosos *OnlyFans* o *packs* y rumores falsos.

Al igual de todo lo mencionado otro problema que hasta al día de hoy es vigente es el hackeo de cuentas, esto se logra porque los usuarios comparten sus datos personales a cuentas desconocidas o ya sea a través de *links* que te envían diciéndote que apareces en un video o en una publicación generando curiosidad en la víctima de ver que por fin ya es importante, por lo que varias cuentas han sido borradas, eliminadas o el perfil se volvió de otra persona que no es, publicando cosas en cuentas ajenas como si fuera el verdadero dueño también simplemente la cuenta desaparece y ya no se puede acceder.

En conclusión, con el avance de la tecnología, la comunicación se ha hecho más rápida, con tan solo teclear y dar enviar tu mensaje llega en menos tiempo, ahora con las famosas plataformas del día de hoy se hace tendencia presumir lo que haces como para demostrar que todo lo puedes y eres una persona *cool* y moderna que encaja perfectamente en los estereotipos, al final en las redes sociales ya nada se puede mantener en secreto y todo es público.

## REFERENCIAS

- Bécares, G. “El amor en tiempos de Instagram”. *Ethic*, 28 de agosto de 2019. <https://ethic.es/2019/08/el-amor-en-tiempos-de-instagram/>.
- “¿Cuál es la influencia del uso de las redes sociales en las adolescentes?”, 2 de junio de 2020. <https://blog.up.edu.mx/prepaup/femenil/cual-es-la-influencia-del-uso-de-las-redes-sociales-en-las-adolescentes>.
- Las Cebras Salen. “Obsesión por los “likes””, 9 de julio de 2017. <https://lascebrasalen.com/obsesion-likes-autoestima-baja/>.
- LIBERARTE. “Los likes y la autoestima: ¿Por qué no me dio like?”, *LIBERARTE* (blog), 19 de julio de 2016. <https://liberarte.co/blog/crecimiento-personal/los-likes-la-autoestima/>.



## LOS RIESGOS Y BENEFICIOS DE TENER UNA RED SOCIAL

RENATA WALKER PORTILLA  
Bachillerato UPAEP, plantel Angelópolis

A lo largo del tiempo, la humanidad ha tenido un desarrollo muy avanzado, las cosas que pensábamos que iban a tardar más por desarrollarse, ya están por terminar. Pero, ¿qué realmente es una red social? ¿Para qué sirve?

Pues bien, una red social es aquella estructura que conecta a varias personas conforme a sus valores y gustos comunes por medio de Internet, esto hace que la comunicación y nuevos conocimientos sean compartidos, pero no solo puede atraer beneficios, en algunos casos esto lleva al punto de correr riesgos al usarlas.

En algunos casos, el uso de redes sociales, sobre todo en adolescentes, ha facilitado la creación de perfiles falsos y usuarios desconocidos en todo el mundo, a través de una serie de engaños hacia el otro, donde el robo de información personal ha sido uno de los mayores riesgos al usar las redes sociales. En este caso, podemos observar cómo al subir una foto, historia, *tweet* o cualquier otra cosa personal, deja de ser privada y se convierte en algo que todos ven.

El tener una red social, implica varios puntos importantes, uno de ellos es la gran responsabilidad que hay al crear un perfil, ya que algunas aplicaciones tienen cierto reglamento, en el cual los menores de edad no están permitidos para el uso de esa tal red social. En algunos casos la importancia de la presencia de la familia en estas personas puede influir en la decisión de la creación de perfiles en redes sociales, los cuales pueden traer riesgos como: *cyberbullying*, suplantación de identidad, robo de datos personales, contacto con personas desconocidas.

Pero, ¿por qué mencionamos a la familia? Es importante mencionar a la familia en este tema, ya que, más que nada, el uso de redes sociales en algunos

casos ha dificultado la convivencia entre sí, y esto nos lleva a un menor conocimiento sobre las cosas que están pasando alrededor y no nos damos cuenta. En algunos casos, hay familias en donde la decisión de crear una cuenta en redes sociales es importante, y tiene algunas restricciones para ello, un ejemplo es: la aceptación y comunicación con gente conocida. Al contrario, han habido casos donde algunas familias no le dan importancia, y dejan abiertos los caminos para crear perfiles, los cuales hay veces que al ser menores de edad llegan a tener riesgos al usarlos sin supervisión.

El tener una red social, también aporta beneficios que nos ayudan a realizar lo que estamos buscando desde un principio, un buen ejemplo de ello es que, al emprender un negocio, una buena manera de marketing es por medio de las redes sociales, donde la comunicación entre personas es esencial para las ventas al igual que el conocimiento del producto. En muchas ocasiones, algunos negocios que van empezando sus ventas, se han vuelto famosos gracias al buen conocimiento que tienen las personas sobre lo que ofrecen.

Como ya mencionamos, la comunicación nos abre a grandes beneficios a través de redes sociales, algo muy importante es que, en momentos importantes, los amigos, familiares o conocidos, han incrementado el uso de ubicaciones y localizaciones a través de éstas, para mantenerse al tanto del otro, ya que puede llegar a suceder cosas y el mantenernos ubicados es clave para cualquier emergencia.

En algunos casos, el compartir pensamientos, ideas y experiencias por medio de redes, han llegado a tal grado de ser tendencia en varias ocasiones, ya que la gente se ha sentido relacionada con el otro además de encontrar similitudes entre sí, y aquí es cuando entra el conocer nuevas personas, pero siempre puede llegar una posibilidad de riesgo, ya que, no conocemos físicamente al otro, sino que el hablar por dispositivos electrónicos diferentes, no nos permite en ese momento realmente conocernos en persona, si fuera una video llamada cambiaría, pero sigue siendo diferente el no verlo cara a cara.

Con todo esto mencionado podemos concluir que las redes sociales han marcado la vida de varias personas en aspectos positivos y negativos los cuales, aprendemos de nuestros errores para mejorar y no volverlos a cometer, al igual de no proporcionar demasiada información personal, ya que podemos atraer algunos de los riesgos ya mencionados, pero también hay que recordar, que gracias a las redes sociales, han desarrollado un nivel de comunicación muy bueno, donde esto nos proporciona varios beneficios que nos ayudan para un bien, y muchas veces como ya habíamos mencionado, la familia está involucrada en decisiones importantes en el uso de redes sociales.

## REFERENCIAS

- Instituto CENCA. “Beneficios y riesgos de las redes sociales para los adolescentes”. *Instituto CENCA*, 3 de octubre de 2022. <https://www.cenca.edu.mx/beneficios-y-riesgos-de-las-redes-sociales-para-los-adolescentes/>.
- Mejía Llano, J. C. “Internet y las redes sociales: conoce sus beneficios, riesgos y cómo protegerte”. *Juan Carlos Mejía Llano. Consultor y Speaker de Marketing Digital y Transformación Digital* (blog), 27 de febrero de 2023. <https://www.juancmejia.com/patrocinado/internet-y-las-redes-sociales-conoce-sus-beneficios-riesgos-y-como-protegerte/>.



## MI FAMILIA EN TIEMPOS DE REDES SOCIALES: MÁS CERCA, MÁS LEJOS

VALENTINA VALVERDE RENDÓN  
Bachillerato UPAEP, plantel Angelópolis

La comunicación familiar es la acción y el efecto de transmitir ideas, pensamientos o sentimientos de una persona a otra. Es muy importante, ya que nos permite crecer, desarrollarse, madurar, resolver conflictos, comprenderse entre sí y en la sociedad. Hay que tomar en cuenta que entre más sincera y franca sea la comunicación puede llegar a ser una relación más armoniosa

El Internet se ha vuelto indispensable en la vida cotidiana, nos ayuda a realizar diferentes actividades como buscar información para trabajos, expresar opiniones, buscar direcciones, tener entretenimiento, comunicarnos con los demás, etc. El Internet es el motor de la adicción más grande hoy en día que afecta a la sociedad, pero qué son “las redes sociales”.

Las redes sociales han existido desde 1997, siendo SixDegrees la primera, su principal función es encontrar amigos. Las redes han evolucionado rápidamente. Originalmente éstas fueron creadas como una forma básica para compartir información, pero esto fue cambiando y ahora también son usadas por empresas para promocionar sus productos. Hoy en día existen más de 100 redes, las más usadas son: WhatsApp, YouTube, Facebook, Instagram, Twitter, Messenger, LinkedIn y Pinterest.

Las redes sociales nos han sido muy útiles para poder estar en contacto o poder comunicarse de maneras diferentes con nuestros familiares y amigos que viven lejos, nos han permitido conocer personas de todo el mundo, etc., haciendo así la vida más práctica. Pero, a su vez, no nos hemos dado cuenta de qué ha pasado con las personas que están a nuestro alrededor (nuestra familia). Estamos tan centrados en las redes que no nos percatamos de los sentimientos, actitudes y emociones de los que más queremos.

En la actualidad, muchos jóvenes prefieren estar en sus celulares revisando sus redes sociales que convivir con sus familiares. Esto es muy triste, ya que gracias a estas situaciones muchas familias pierden comunicación. No solo los jóvenes son culpables de estas situaciones, también los padres de familia pueden llegar a depender de las redes sociales. Muchos padres usan las redes sociales para trabajar, esto ocasiona que la mayor parte del tiempo estén en sus celulares trabajando y suceda lo mismo.

Si tú notas que en tu familia ya no hay tanta comunicación debido a esto deberías intentar remediarlo, ya que una familia sin comunicación no es una familia feliz. Podrías intentar poner un tiempo definido para el uso de los celulares; y establecer tiempos en familia para que todos convivan, como por ejemplo los domingos en la tarde que todos juntos jueguen algo, vean una película o salgan a dar un paseo.

También es muy importante que te intereses en los demás preguntándoles cómo les fue en el día, qué comieron, cómo se sienten, qué hicieron, etc., para que puedan tener una mejor comunicación y una relación armoniosa.

La familia siempre será lo más importante para todos, ya que siempre nos apoya y está en nuestros mejores y peores momentos. Por eso hay que darles prioridad a nuestros lazos familiares y crear una relación amorosa con muchos valores. La tecnología y las redes sociales son muy importantes por eso deben de seguir existiendo, pero debemos aprender a darles un buen uso y evitar usarlas cuando estamos conviviendo con nuestra familia.

En conclusión, las redes sociales son útiles en nuestra vida cotidiana por esa razón no debemos dejar de usarlas, pero debemos de aprender a reducir su uso en ciertos momentos, en especial cuando tenemos momentos para poder convivir con toda nuestra familia.

Yo elegí este tema porque me parece importante comunicar a los demás que en estos tiempos me he dado cuenta de que las familias se han separado mucho gracias a las redes sociales, debido a que en las comidas o cenas familiares las personas prefieren estar viendo en su celular las redes sociales que convivir e interactuar con su familia. Debemos ser conscientes, hablarlo con la familia y evitarlo. ¡¡¡¡Y así tener momentos en familia para siempre recordar!!!!

## REFERENCIAS

Leonardo, A. “La familia en los tiempos de redes sociales, ¿te identificas?” Familias, 20 de julio de 2016. <https://www.familias.com/la-familia-en-los-tiempos-de-redes-sociales-te-identificas/>.

- Rodríguez Nolasco, G. “Una breve historia de las redes sociales”. *Social Media Marketing & Management Dashboard* (blog), 6 de enero de 2017. <https://blog.hootsuite.com/es/breve-historia-de-las-redes-sociales/>.
- Vleeko. “Evolución de las Redes Sociales”. *Blog de Vleeko de Marketing Digital* (blog), 29 de junio de 2021. <https://vleeko.net/evolucion-de-las-redes-sociales/>.



## FOLLOWERS Y LIKES EN REDES SOCIALES: ¿FELICIDAD AUTÉNTICA O INAUTÉNTICA?

AILEEN ARELY ROJAS CORIA  
Bachillerato UPAEP, plantel Atlixco

Las personas suelen publicar lo que les gusta, lo que quieren que sepan de ellos y de lo que socialmente está bien visto. Está bien que la gente y el mundo muestre su mejor cara porque para esto están hechos estos espacios; pero, ¿qué pasa cuando estas publicaciones afectan a nuestro entorno? El hecho de ver una publicación en la que tiene un cuerpo que es perfecto hacia la sociedad y sobre todo es aceptado. Con el paso del tiempo un *like* es una nueva fórmula y aceptación social, otorga a quien recibe el don de la popularidad y el liderazgo. Las redes sociales dan la posibilidad de crear una identidad online que no necesariamente corresponde con la real, lo que puede crear un riesgo en los jóvenes, y esto lo hace importante porque están en pleno desarrollo de su integridad.

Esto lo denomino como riesgo hacia la integridad porque cuando somos jóvenes/adolescentes y estamos casualmente navegando por Instagram o por Facebook y nos cruzamos con una publicación en donde la chica tiene una “cintura de abeja” y su complexión es perfecta te hace pensar ¿y por qué yo no? Así que al día siguiente buscas tutoriales de cómo marcar tu cintura y tal vez así ser aceptada y recibir más *likes* y *followers*. Esto también crea una gran inseguridad sobre nuestro cuerpo, y esto cada día afecta más con la aparición de las redes sociales; algo siempre es demasiado grande o demasiado pequeño, demasiado delgado o demasiado gordo, demasiado o poco. Las mujeres jóvenes se enfocan mucho en lo que no son o en lo que no tienen y se sienten deficientes.

El problema empieza cuando aceptas dietas rigurosas, cuando te obligas a hacer un régimen de ejercicio exigente y no digo que esté mal, pero existen formas, no es la mejor forma obligarte, sino que todo es con tiempo.

A veces, en vez de ayudarte te perjudicas al no comer entre muchas otras cosas. Cuando tenía 13 años era delgada, mi mamá siempre decía que era porque estaba creciendo: el llamado “estirón”, y era la verdad, pero al pasar el tiempo fui subiendo un poco más de peso y no me molestaba porque a esa edad te importan otras cosas y tu complejión física es lo de menos; pero un día empecé a recibir comentarios nefastos de mi propia familia, como: “te veo más gordita hija” o “con ese suéter te ves más llenita” y siendo sincera, no supe qué decir. Pero al llegar a mi casa lo primero que hice fue verme al espejo y me empecé a sentir insegura de mí misma, les di la razón y lo peor de todo es que le tomé importancia a lo que mis tías habían dicho de mi cuerpo, así que me dirigí a mi ordenador y empecé a buscar tutoriales en YouTube para bajar de peso y el ver a las chicas con una perfecta figura me hizo sentir mal conmigo misma, abrí mi cuenta de Instagram y me di cuenta que las cuentas con más *followers* y *likes* son de chicas simplemente perfectas.

Así que estuve haciendo ejercicio tal vez por un mes o un poco más, había días que comía, pero también había días en los que no comía y eso me empezó a afectar. Al estar en una charla con mi psicóloga salió el tema de lo que pasaba en mi vida y lo que hacía, después de unas cuantas sesiones más entendió perfectamente lo que me estaba pasando y me dijo que el físico no lo es todo en la vida, que las personas siempre van a criticar tu apariencia y demás, que al final solo tienes que sentirte bien contigo misma y dejar a un lado lo que piensen o hagan.

Pasó el tiempo, volví a mi vida de antes y mis inseguridades fueron desapareciendo. Después de esto me di cuenta de que la gente no piensa en el daño que le puede hacer a las personas con tan solo un comentario sobre su físico.

La felicidad no se trata de satisfacer a otros, no se trata de sentirte aceptada por la sociedad por cómo te ves físicamente, sino que se trata de tener amor propio, de sentirte segura contigo misma, de amarte y quererte tal y como eres, al fin y al cabo, los *likes* y los *followers* solo son una cantidad más que no te define como ser humano, ni te hacen mejor persona. Sólo aparenta lo que puede ser una vida perfecta.

Una vez escuché que la belleza no está en el interior, pero allí comienza, y la verdad es una de las frases que trato de repetirme todos los días, no necesito tener un cuerpo perfecto para agradecerles a otras personas o en este caso para hacer feliz a otras personas, si tú no estás feliz.

Hoy en día en Facebook, la gente se entristece cuando no tiene amigos. En Instagram, cuando no tiene tantos *likes* en el rostro y cuerpo que ha pasado por Photoshop para cumplir con un estereotipo de belleza. Solo hay que tener

presente que las redes sociales se crearon para comunicarnos de una manera más sencilla, para el entretenimiento de las personas, no para hacer menos nuestra existencia en este mundo, pero a veces pienso que las redes sociales han afectado mucho a nuestra comunidad, en la forma en la que nos desarrollamos y la forma en cómo nos vemos. Hay que tener en cuenta que siempre existirán inseguridades, pero dejemos que existan y aprendamos a vivir con ellas, que claramente no somos perfectas, porque no tenemos la piel perfecta o el rostro limpio como los comerciales de la televisión o el cuerpo de una modelo de revista, lo más importante es lo que nos define como personas, como seres humanos. El cuidarnos y aceptarnos tal y como somos es parte fundamental de nuestro desarrollo y no está mal de vez en cuando comer saludable o de vez en cuando comer algo que nos guste simplemente por los kilos de más que vienen enseguida. Las redes sociales no son nuestra felicidad después de todo.

## REFERENCIAS

Patiño, L. “¿Las redes sociales nos hacen más felices?”, El Tiempo, 19 de marzo de 2019. <https://www.eltiempo.com/tecnosfera/dispositivos/expertos-analizan-si-las-redes-sociales-nos-hacen-mas-felices-339680>.



## EL PRÍNCIPE AZUL NO SALVA A LA DAMISELA

DIANA RAMOS QUIJO  
Bachillerato UPAEP, plantel Atlixco

El príncipe azul llega en su corcel blanco y se zarpa en aquellas praderas llenas de flores con colores llamativos y brillantes. ¿Cuántas veces no hemos percibido esta frase con nuestros cinco sentidos? Ya sea en libros, películas y anuncios que nos ofrecen este amor romántico. Un amor en donde la damisela en peligro será rescatada. Pero, ¿cómo es que a pesar del inminente largo plazo de tiempo esta idea sigue vigente? Todo es gracias a las redes sociales. Claro, no se le puede culpar a éstas de todo, nuestro rol en la vigencia de esta idea también es a causa de nuestra ingenuidad. Pero entonces ¿cuál sería el rol de las redes sociales? Básicamente, son aquellas que transportan aquella idealización.

Para abordar todos estos temas, primero se tiene que comprender qué es el amor. Para Aristóteles, el amor es el deseo de dar a alguien lo que considera bienes, en razón de él y no de uno mismo, y, en la medida de lo posible, ser el realizador de ello.<sup>1</sup> Para Scheler el amor es una fuente presente en el estrato superior de nuestra vida emocional intencional, pero al mismo tiempo es un movimiento que descubre valores más altos e incluso nuevos.<sup>2</sup> Y Fiódor Dostoievski en su novela titulada *Los hermanos Karamazov* compara el infierno con el no poder amar, cito: “Padres míos, ¿qué es el infierno? Yo lo defino como el sufrimiento de no poder amar”.<sup>3</sup> Como bien se ha visto, el amor es universal, cada persona lo vive y disfruta de diferentes maneras. En cambio, vivimos en una sociedad en donde nuestra definición de amor se ha ido construyendo desde que éramos pequeños. A lo largo de nuestra

---

1 Aristóteles, *Retórica*, trad. A. Ramírez (México: Universidad Nacional Autónoma de México, 2002): 78  
2 A. Sánchez León, “El amor como acceso a la persona: Un enfoque scheleriano del amor”, *Veritas*, n.º 25 (septiembre de 2011): 93-103, <https://doi.org/10.4067/S0718-92732011000200006>.  
3 F. Dostoievsky, *Los hermanos Karamazov* (Argentina: Biblioteca Virtual Universal, 2006): 270.

vida hemos estado configurando la idea del romance perfecto, basándonos en aquella información proveniente del exterior, lo que nos ha llevado a tener interpretaciones erróneas, creencias falsas y por obvias razones expectativas incoherentes e imposibles.

El romanticismo nos hace creer que el amor nos salvará, que viviremos felices por siempre. Nos han vendido la idea de la mágica historia de amor que ocurre entre el apuesto príncipe y la damisela, un amor que terminaba en un final feliz. Así mismo, la creencia de encontrar “tu media naranja” aún prosigue. Nos hace pensar que este sentimiento es suficiente para enfrentar cualquier obstáculo pues “el amor todo lo puede” y “el amor todo perdona”. Dicha idea ha sido propagada por medio de canciones, películas o series que son anunciadas en las redes sociales. En otras palabras, las redes sociales son el transporte de la idealización del amor. Al estar bombardeados de tanta información se busca aquél amor. Ese sentimiento de afecto que nos vuelve locos y el cuál cambia dependiendo de cada individuo.

Algunos desean una relación, el amor de las personas que nos rodean como pueden ser amigos, nuestra familia, colegas, en simples palabras; queremos ser amados.<sup>4</sup> Sin embargo, nos olvidamos de que somos seres con conciencia, con un pensamiento que va más allá de lo imaginable y aun así somos controlados por los medios de comunicación. Sutilmente, somos hormigas a los ojos de las redes sociales, hemos sido partícipes de la creación de una dictadura de cuentos de hadas. Y no es de extrañar que surjan frustraciones en la búsqueda de este amor. El amor que deseamos y anhelamos es muy diferente a la realidad.

Somos seres sociales y ese anhelo, nos ha llevado a la construcción de sistemas que ofrecen herramientas útiles en la búsqueda de dicho amor. Ya sea por medio de redes especializadas en las citas a ciegas como pueden ser: Tinder, Bumble, Badoo, entre otras. O por medio de las más comunes, como pueden ser Instagram o Facebook. De esa manera, la intimidad se ha modificado junto con la transformación de las redes sociales. Las redes han cambiado su función inicial, especialmente Instagram. Ha pasado de exponer fotografías a basar las interacciones, ¿cuántas veces no has conocido personas a través de las redes sociales? Este medio ha generado una serie de cambios dentro de las dinámicas sociales, la construcción de las identidades y, con ello, las formas en las que nos representamos como personas. Hemos llegado a un punto en donde se ha caído en la obsesión del reconocimiento y la bús-

---

4 C. Mickelsen, *Abundancia Ilimitada: Prepárate para recibir más dinero, amor, salud y felicidad ahora mismo* (México: Mirlo Editorial, 2017).

queda de afecto.<sup>5</sup> Las personas hoy en día crean perfiles que a la vista de otros parecen perfectos. Existe una instigación de información falsa y programada de la cual no se cuestiona su veracidad.

Se halla una creencia tan vivaz del romance perfecto. Estamos adentrados en la idea de encontrar el romance ideal por cualquier medio, que nosotros no nos ponemos a analizar las consecuencias que esto puede tener. Nuestras emociones y el pensamiento de pertenecer esclavizan los razonamientos y el intelecto, haciéndoles ver lo que quieren y restando todo equilibrio a la persona.<sup>6</sup> Hemos de evocar al pensamiento crítico y libre, un estado del ser humano, una faceta existencial, una forma de afronte y de ajuste creativo ante un mundo que se percibe como amenazante.<sup>7</sup> Debemos ser ajenos a los estímulos exteriores, conjurar la elección de la actitud personal ante un conjunto de circunstancias. Puedo decir que somos la causa de la decadencia de la interacción humana con nuestra ingenuidad sobre el amor. Todo es una construcción social que nos han inculcado desde que tenemos memoria. Os aseguro que el príncipe azul no salva a la damisela.

## REFERENCIAS

- Aristóteles. *Retórica*. Traducido por A. Ramírez. México: Universidad Nacional Autónoma de México, 2002.
- Dostoievsky, F. *Los hermanos Karamazov*. Argentina: Biblioteca Virtual Universal, 2006.
- Farré Martí, J. M., y M. G. Lasheras Pérez. “Psicología”. En *Enciclopedia de la psicología*, editado por J. A. Vidal. Barcelona: Oceano, 2003.
- Mickelsen, C. *Abundancia Ilimitada: Prepárate para recibir más dinero, amor, salud y felicidad ahora mismo*. México: Mirlo Editorial, 2017.
- Salomón Paredes, A. K. “La libertad desde una mirada humanista y existencial”. *Avances en Psicología* 21, n.º 1 (15 de junio de 2013): 47-55. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2013.v21n1.305>.

5 C. Vargas Loáiciga, “El amor en redes sociales: La representación social del Yo ideal como pareja por medio de la imagen en Facebook e Instagram”, *Repertorio Americano*, n.º 29 (2019): 222-48, <https://doi.org/10.15359/ra.1-29.14>.

6 J. M. Farré Martí y M. G. Lasheras Pérez, “Psicología”, en *Enciclopedia de la psicología*, ed. J. A. Vidal (Barcelona: Oceano, 2003).

7 A. K. Salomón Paredes, “La libertad desde una mirada humanista y existencial”, *Avances en Psicología* 21, n.º 1 (15 de junio de 2013): 47-55, <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2013.v21n1.305>.

- Sánchez León, A. “El amor como acceso a la persona: Un enfoque scheleriano del amor”. *Veritas*, n.º 25 (septiembre de 2011): 93-103. <https://doi.org/10.4067/S0718-92732011000200006>.
- Vargas Loáiciga, C. “El amor en redes sociales: La representación social del Yo ideal como pareja por medio de la imagen en Facebook e Instagram”. *Repertorio Americano*, n.º 29 (2019): 222-48. <https://doi.org/10.15359/ra.1-29.14>.

## EL AMOR Y EL INTERNET, UNA PERFECTA COMBINACIÓN O UNA GRAN DECEPCIÓN

GABRIEL NERI GARCÍA  
Bachillerato UPAEP, plantel Atlixco

Actualmente el amor se ha fusionado con las redes sociales, lo que dio origen a nuevas formas de socializar y desarrollarse en este ámbito afectivo/amoroso, incluso las personas prefieren pasar más tiempo “ligando” en Internet que hacerlo directamente cara a cara. Este boom tecnológico ha tenido tal impacto que existen *apps* específicamente para este propósito, no solo su existencia es increíble, sino que más de dos millones y medio de personas en todo el orbe lo usan a diario con la esperanza de encontrar a su pareja “ideal”. Al mismo tiempo, también son un medio por el cual muchas parejas rompen evitando las situaciones cara a cara, lo que resulta más sencillo para quien pierde el interés amoroso con su pareja.

Desde mi punto de vista, esta modalidad de amor, en lugar de ser favorecedora, es perjudicial, debido a que es un arma de doble filo, pues entrar en este mundo te deja con dos alternativas, una es la de encontrar a una persona real con la cual poder establecer una amistad o iniciar una relación. La segunda, la cual me deja con un punto de vista negativo a este amor, trata sobre cómo los delincuentes se crean perfiles falsos, robando la información de cualquier persona que se llegan a encontrar en alguna página de citas, esto es muy grave, considerando que en este tipo de páginas se pueden encontrar a personas menores de edad, las cuales caen en sus trucos fácilmente y puede desembocar en secuestros, extorsiones, robos, etc.

Otro de los aspectos negativos de los sitios web para encontrar a tu “media naranja” son los mentirosos, quienes “surgieron” en este tipo de amor, ya que en los encuentros cara a cara es un tanto más difícil tratar de aparentar ser alguien quien no eres o son pocas las personas que tienen esta habilidad para hacer ver natural lo que claramente es una mentira, sin embargo, en las

redes sociales cualquiera podría ser la persona “perfecta”, debido a que no se limitan al crear sus perfiles e inventan cualquier tipo de cualidad sólo para impresionar a cualquiera que llegara a ver su perfil. Es por ello por lo que a continuación cito a Sofía Rivera Aragón, académica de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), quien, en una entrevista para La Jornada, comentó acerca del mayor inconveniente para encontrar parejas en línea, la mentira. “Allí hay un riesgo más alto; es más fácil dar otra impresión que en las relaciones cara a cara, aunque hay personas muy hábiles e incluso en persona son manipuladoras, pero en la red es más fácil manipular, inventar y mentir”.<sup>1</sup>

Aún no existe una manera confiable de verificar si todas las personas son reales y muchos menos si poseen aquellas habilidades que muchas veces presumen tener. Encontrarte con mentirosos puede ser lo más “inofensivo” en los sitios de citas online, pero si eres lo suficientemente confiado, cualquier persona podría hacer un mal uso de tu información que puede ser crucial para ponerte en peligro, este riesgo va desde una extorsión hasta algo tan grave como lo es un secuestro.

Conocer personas desde el Internet puede conllevar desde una simple “desilusión” hasta un posible secuestro; pero no solo iniciar una relación puede ser peligroso. Muchas parejas que inicialmente se conocieron cara a cara han pasado su relación de la vida real a la virtual. Esta situación puede parecer inofensiva, ya que solo muestran lo “feliz” que es su noviazgo, aunque muchas relaciones se encuentran fracturadas y solo fingen ser felices. Esto es un problema, ya que seguramente todos hemos visto a esa pareja ideal, que pareciera que todo el tiempo son felices y sin problemas. Este fenómeno es tan común que idealizamos esta idea, lo que hace que cuando iniciemos una relación busquemos esa “perfección” que, si no se consigue, puede traer problemas en la pareja o frustración en uno mismo, obligando a la felicidad y recreando un ciclo continuo en cada persona que, como lo antes mencionado, observa estas fotos de una pareja perfecta.

No obstante, también hay otro inconveniente con este fenómeno, el cual afecta a quien comparte todo aquello que hace en su día a día con su pareja, dando información suficiente que podría usarse en su contra por cualquier persona que la encuentre, ocasionando desde robos, secuestros o cualquier otra cosa que nadie podría imaginar, ya que el ser humano no conoce los límites hasta que el daño ya está hecho.

---

1 C. Gómez Mena, “La mentira, el mayor riesgo al buscar amor por Internet: expertos”, *La Jornada*, 12 de enero de 2016, <https://www.jornada.com.mx/2016/01/12/sociedad/033n1soc>.

Para concluir, cabe mencionar que el amor en las redes no solo conlleva consecuencias negativas, también existen consecuencias positivas como la de encontrar a alguien que realmente valga la pena, o como la de ser un excelente medio para aquellas personas que son más introvertidas, tímidas o incluso a quienes no les favorece los encuentros cara a cara. Sin embargo, yo centro mi opinión negativa hacia este medio para este fin, debido a todos los problemas antes mencionados, aunque pareciera entrar en una controversia al decir que puede ser una buena opción para conocer gente, realmente yo lo veo como una ruleta, donde puedes ganar o perderlo todo, incluyendo lo máspreciado que tenemos, la vida. Esto lo veo debido a todos los casos que se viven, donde las premisas son los secuestros, robos, extorsiones, homicidios, etc. Algunas personas son advertidas a tiempo, otras por desgracia abren los ojos demasiado tarde.

Para finalizar, diría que el Internet pareciera tener cierta linealidad predecible, sin embargo, al estar totalmente controlada por los humanos, siempre hay que esperar lo inesperado.

## REFERENCIAS

Gómez Mena, C. “La mentira, el mayor riesgo al buscar amor por Internet: expertos”. *La Jornada*, 12 de enero de 2016. <https://www.jornada.com.mx/2016/01/12/sociedad/033n1soc>.



## FAKE NEWS - NOTICIAS FALSAS

HÉCTOR JAZIEL GONZÁLEZ RANGEL  
Bachillerato UPAEP, plantel Atlixco

Una noticia es un informe que se da acerca de un hecho o acontecimiento reciente, tienen la característica de ser divulgadas por un medio de comunicación, y las llamadas *fake news* son aquellas noticias que salen a la luz y la mayoría de las veces se hacen públicas, pero todo o gran parte de lo que dicen es falso o es sacado de contexto. Este fenómeno ha existido desde que los seres humanos han aprendido a comunicarse, se puede ver en todo lugar no solo en periódicos, los conocidos chismes son un gran ejemplo de esto, es decir, cuando una persona crea un rumor de otra y lo esparce; ocurre lo mismo con las *fake news*, solo que el grado de expansión es masivo, pues son publicadas en el Internet o sitios de acceso público para diversas personas.

El propósito de estas noticias es principalmente desinformar a las personas por distintos motivos que dependen de la circunstancia, de hecho, hoy más que nunca las podemos ver con el famoso caso de la guerra entre Ucrania y Rusia, pues hay tantas páginas e información hablando al respecto y la mayoría de éstas contienen cosas falsas para distraer a la población y sus lectores, como consecuencia de esto el mismo presidente ruso, Vladimir Putin firmó una nueva ley que castiga las *fake news*. La cual dicta que aquellas personas que divulguen información falsa a los extranjeros serán penados hasta con 15 años de cárcel, una situación similar fue la del COVID-19.

En tiempos de elecciones presidenciales o gubernamentales son muy usadas para el beneficio de un partido. Para comprender mejor el desarrollo de este escrito se debe conocer la razón u objetivos de aquellas personas que se dedican a crear *fake news*, existe algo llamado *clickbait* que traducido al español sería “ciber anzuelo” o “carnada por un clic”, consiste en poner información falsa en la portada de una noticia para que tú como internauta le des clic y te redirija a otra página que no tenía nada que ver con el anuncio, por

cada clic que tú das a ese enlace el creador recibe cierta cantidad monetaria, así que se podría decir que uno de los principales objetivos de las *fake news* es ganar dinero.

## IMPACTO DE LAS *FAKE NEWS* EN LOS ÚLTIMOS AÑOS

### INCENDIOS EN AUSTRALIA

El 2020 fue un año lleno de sorpresas, y es que desde enero ocurrieron una serie de eventos importantes para la sociedad. Cuando un nuevo evento global aparece las redes sociales son la principal fuente de comunicación, punto importante para mantener a los ciudadanos informados, punto negativo porque gran parte de lo que dicen es falso, esto es precisamente lo que pasó con los “Incendios en Australia”, en septiembre del 2019 diversas zonas de esta región ardieron en llamas, y en Internet se creó un *hashtag* llamado #ArsonEmergency afirmando sin un respaldo científico que los incendios habían sido producto de un fuego provocado, para que de esta manera desinformaran a todos y le quitaran valor a las consecuencias del cambio climático, sin embargo, la policía Australiana habló al respecto y aclaró todo para evitar confusiones, de esta manera hicieron que las personas se preocupan más por el calentamiento global y las fuertes olas de calor, ya que es un problema que debemos detener.

### ASESINATO DE GEORGE FLOYD

Entre todas las redes sociales hay una en especial que se caracteriza mucho por la increíble cantidad de polémicas que se crean dentro de ésta, así es “Twitter”. El 25 de Mayo del 2020 tras el asesinato del afroamericano George Floyd se crearon una inmensa cantidad de conflictos y protestas ante esta situación, a tal punto que tan solo en Hong Kong habían 1.5 millones de menciones al día en redes sobre el caso, comenzaron a llegar las teorías y conspiraciones acerca del tema, donde podemos destacar aquella que afirma que George estaba vivo y que el video estaba montado, que simplemente había sido creado para generar polémica entre las personas, usaban como argumento que tanto Derek Chauvin, el asesino, como George, solo eran actores, pero esto no era nada más que un invento, así mismo cabe destacar aquellos rumores que pretenden hacer quedar mal a diversos multimillonarios estadounidenses acusándolos de financiar las manifestaciones policíacas.

## REGRESO DE ANONYMOUS

Así como hay noticias que son intencionalmente alteradas para el beneficio de otros, hay otras que “accidentalmente” desinforman, donde su propósito nunca fue perjudicar a nadie y es que el mal entendimiento y publicación de un tema puede influenciar a otros, en Junio de 2020 un grupo de hackers usando el pseudónimo de “Anonymous” publicó un video amenazando al gobierno de Estados Unidos con publicar o sacar a la luz secretos de varios de sus políticos a menos que hicieran justicia por George Floyd y otros requisitos, esto llamó mucho la atención de las personas y al publicar tweets o comentarios al respecto daban a entender que Anonymous era una sola persona o una especie de corporación dirigida por un líder, lo cual hasta la fecha tiene desinformada y confundida a muchas personas (cabe aclarar que Anonymous es un pseudónimo que cualquiera puede usar y actuar bajo ese nombre), por otro lado, aparecen más rumores diciendo que habían revelado información del Área 51 y otras noticias y fotos falsas.

## CONCLUSIÓN

Finalmente, podemos llegar a la conclusión de que las *fake news* siempre van a existir, pues a muchas personas realmente no les importa mantener informados a los ciudadanos, sino que se preocupan más por sus propios beneficios en ámbitos económicos, laborales, políticos, personales, etc... Por eso es importante que siempre que salga una noticia a la luz, investiguemos bien y en fuentes que sean confiables, para evitar conflictos y confusiones.

## REFERENCIAS

- Acevedo Rodríguez, C. “¿Qué son las Fake News?”, *UNAM Global* (blog), 31 de mayo de 2020. [https://unamglobal.unam.mx/global\\_revista/que-son-fake-news/](https://unamglobal.unam.mx/global_revista/que-son-fake-news/).
- Alba, D. “La desinformación sobre las protestas por George Floyd se propaga en las redes sociales”. *The New York Times*, 3 de junio de 2020, sec. Tecnología. <https://www.nytimes.com/es/2020/06/03/espanol/ciencia-y-tecnologia/george-floyd-desinformacion-fake-news.html>.
- DW. “Vladimir Putin firma nueva ley que castiga las “fake news””, 26 de marzo de 2022. <https://www.dw.com/es/rusia-vladimir-putin-firma-nueva-ley-que-castiga-las-fake-news/a-61266472>.

Marcos, L. “Las “fake news” de los incendios de Australia”. *Muy Interesante*, 12 de enero de 2020. <https://www.muyinteresante.es/naturaleza/10889.html>.

Redacción Clarín. “Anonymous: cuáles son las fake news y las filtraciones “viejas” que se han atribuido desde su regreso”. *Clarín*, 3 de junio de 2020. [https://www.clarin.com/internacional/anonymous-fake-news-filtraciones-viejas-atribuido-regreso\\_0\\_uCStbEexd.html](https://www.clarin.com/internacional/anonymous-fake-news-filtraciones-viejas-atribuido-regreso_0_uCStbEexd.html).

## AMOR EN LAS REDES SOCIALES

JOSÉ HUELITL ZAPATA  
Bachillerato UPAEP, plantel Atlixco

Un amigo, ¿por qué es tan peligroso? pareciera que solo es alguien de mi edad, tenemos cosas en común. Esto cambia mucho cuando es alguien a quien solo conoces en línea.

Podemos encontrar a mucha gente hoy en día fácilmente con redes sociales, tan solo entra a Instagram, pon en “sugerencias para ti” y ¡pum! Un buen de personas te aparecen, no a todos los puedes conocer, pero a algunas personas sí.

Bueno, bueno, aquí vamos a hablar de vínculos mediante redes sociales y la gran pregunta: ¿Son reales o solo se limitan a lo virtual?

Yo pienso que estos vínculos pueden trascender, es decir, pueden empezar por algo tan sencillo como un *follow* y un *DM*, empiezan a hablar y conocerse, se caen bien y siguen hablando por días, provocando que, aunque sea una relación virtual, sea fuerte. Creo que a veces puede ser más fácil hablar en línea que en persona, por lo cual si conoces a alguien de esa forma puedes decir las cosas fácilmente.

Bueno para explicar, qué mejor que hablar desde mi experiencia. Hace unos años conocí a alguien en línea por unos amigos que eran amigos de esa persona, al principio como hablábamos mediante un juego, había ciertas restricciones. Después seguimos hablando por redes sociales y más tarde terminamos en la misma escuela, ahora somos buenos amigos. A lo que quiero llegar es que no tienes que conocer a una persona en la vida real para crear una relación muy unida.

Eso no significa que no debas tener cuidado y miedo, esto lo planteo, ya que hay gente que se hace pasar por otras personas. De hecho, hay un término llamado *catfishing* que según un artículo de Harper's Bazaar es “usurpar la personalidad de alguien en redes sociales y/o Internet”. Creo que ya muchos

sabemos algunas cosas que podemos hacer para protegernos, para que no roben nuestra información (fotos, nombre, etc.), como poner nuestra cuenta privada o no poner nuestro nombre real.

Volviendo al tema, las relaciones mediante redes sociales pueden funcionar, ya que si sabes con quién estás hablando, tendrás menos miedo y podrás tenerle más confianza. Con el tiempo esas conversaciones, la interacción, hace que se conozcan, pero no se conozcan al mismo tiempo. Para mí, esto del tiempo y la confianza creada con él es suficiente para decir que las relaciones virtuales pueden ser reales, lo que quiero decir es que, sin importar que no estén físicamente conviviendo, se puede crear un ambiente bonito.

Con la pandemia muchas relaciones se desarrollaron en ambientes virtuales, como las clases. Este caso es interesante, ya que se cambió el método de enseñanza para poder transmitir conocimientos sin contacto o convivencia física.

También con amigos pudimos ver que seguíamos conectados a distancia con las redes sociales. Esto duró mucho tiempo, lo cual nos hizo acostumbrarnos a basar nuestras amistades en línea.

Tal vez perdimos ciertas habilidades de comunicación y ganamos otras. Tal vez ahora tenemos miedo de hablar en público, mientras que nos podíamos sentir más cómodos en nuestras casas. Todo el “regreso a la normalidad” fue un cambio repentino, como el cambió que nos obligó a quedarnos en casa, así puede ser un “cambio de realidad” virtual a físico. En otras palabras, si queremos conocer a alguien en la vida real después de haber chateado mucho puede ser que no sea como esperábamos.

Ahora me pregunto qué pasará con las generaciones futuras que nacieron y pasaron algunos años en su casa, sus primeros amigos en línea, sus primeros días de clases, su primera llamada con familiares, su primer cumpleaños. Muchos sucesos que tuvieron que ser comunicados con videollamadas. Los futuros ciudadanos no tienen la misma perspectiva de la normalidad, ya que nacieron en circunstancias que para nosotros que nacimos antes de la pandemia parecen raras, para esas personas es muy normal y nuestra perspectiva de la normalidad no es igualmente vista.

Creo que la normalidad cambia con el tiempo y así como antes cuando se creó el teléfono se pudo facilitar la comunicación a larga distancia, ahora las relaciones se pueden basar en mensajes de texto, llamadas, videollamadas, entre otras cosas. Las relaciones no solo pueden ser con gente que tengamos a nuestro alcance, con quien podamos salir por un helado o al cine, sino que desde otros países podemos comunicarnos.

Di varios ejemplos para mostrar que las relaciones por redes sociales pueden ser reales, fuertes y pueden “trascender”. Pero igual hay consecuencias tanto positivas como negativas, como la rapidez con la que se puede intercambiar información.

Hoy en día es común utilizar redes sociales para comunicar muchas cosas, pero no nos damos cuenta cuánto han cambiado nuestras vidas, debemos encontrar un equilibrio entre lo virtual y lo “real”. Poner límites y restricciones para que no pasemos todo el tiempo hablando solo por WhatsApp u otras *apps*, ya que cuando queramos hacerlo en persona nos puede costar más trabajo al estar acostumbrados a otra forma de comunicación.

No olvidar a quien tenemos enfrente, a quien vemos día a día, tratar bien a otras personas, cuidarlas y respetarlas para poder construir una mejor relación en la vida diaria, crear un mundo mejor y ayudar.

Te invito a reflexionar cómo podemos ayudar con redes sociales y ponerlo en práctica igual.

## REFERENCIAS

Leal, N. “Qué es el “catfishing”: el engaño que debes evitar cuando ligues”. *Harper’s BAZAAR*, 11 de marzo de 2022. <https://www.harpersbazaar.com/es/cultura/ocio/a355311/catfish-catfishing-redes-sociales-impositor-pareja-psicologia-amor/>.



# LAS DESVENTAJAS DE LAS REDES SOCIALES EN LOS ADOLESCENTES

LILIAN ARCOS LÓPEZ  
Bachillerato UPAEP, plantel Atlixco

El presente ensayo se enfoca en dar a conocer que las redes sociales, a pesar de sus beneficios, también tienen su lado negativo, del cual no suele ser muy común hablar y es necesario que los adolescentes y la sociedad puedan saber todo lo malo que influye en su vida al usarlas y cómo puede afectarles.

Las redes sociales tienen beneficios para los adolescentes, ya que es una forma de comunicación con otras personas y, para poder ampliar sus amistades, al igual que les permite saber más del mundo y los ayuda a expresarse libremente. Pero no todo lo que vemos a través de las pantallas es real, también tienen varios aspectos negativos que no todos se dan cuenta. Uno de los aspectos negativos es que las redes sociales pueden distraerlos y alterar sus patrones de sueño, pues actualmente son gran parte de la vida de la mayoría de los adolescentes, teniendo mucha influencia en su día a día. De hecho, una encuesta de Motorola demuestra que el 20% de los jóvenes usan el teléfono 12 horas al día, y existen estudios que demuestran que personas de entre 16 y 29 años usan mínimo 3 horas al día las redes sociales.

Como adolescentes, pueden estar expuestos a la intimidación o chantajes, estafas, etc. Debido a que las redes sociales hoy en día son un medio para reconocer personas y a sus amigos o familia, pues muchas personas no tienen buenas intenciones y pueden hacerse pasar por otras personas, por lo que es mejor mantener tu información o cuentas privadas y solo agregar a personas que conoces o conocen tus amigos en la vida real. Además de que también puedes estar expuesto a que te manden un *link* con virus y se dañe tu computadora o celular al hacerse pasar por un amigo tuyo.

La salud emocional y psicológica también se puede ver afectada, debido a que, según la UNICEF, los adolescentes buscan pertenecer a un grupo, contar

con la aprobación y ser reconocidos por los demás. Además de que hoy en día los *likes* y seguidores son considerados como un sinónimo de aprobación, pues muchos jóvenes lo consideran algo muy importante, incluso a algunos no les gusta seguir a otras personas si no les siguen de vuelta y su popularidad la llegan a medir con la cantidad de seguidores y *likes* que reciben en sus fotos.

Esto genera que su autoconfianza, amor propio y felicidad se vea afectada, ya que están expuestos a la presión de la sociedad, comparándose y comparando a los demás con conocidos o famosos. Esto es mayormente común en las mujeres, pero no quiere decir que los hombres no tengan problemas con esto, pues todos en algún momento llegan a creer que las vidas de los demás son “perfectas” o “mejores” a comparación de la suya.

Como consecuencia de intentar encajar en la sociedad, muchos jóvenes llegan a sentir estrés, depresión o ansiedad, pues el sentimiento de pertenecer y compararse hace que sientan que no encajan en los estereotipos de cuerpo, de amistades o de sus actividades diarias. Además de que muchas personas de la sociedad no ayudan al criticar y hacer comentarios despectivos, sin pensar en los efectos negativos que causan. Incluso los famosos sufren de esto, pues muchas personas no toleran ver a los demás felices y aceptándose, sino que buscan darles inseguridades.

Otro aspecto negativo de las redes sociales en la adolescencia de muchos es la violencia y el ciberacoso. La UNICEF realizó unas encuestas en México y los resultados dieron que el 25% de los adolescentes de entre 12 y 17 años, han sido víctimas de alguna forma de ciberacoso. Este tipo de acoso genera en los jóvenes preocupación, vergüenza, miedo, enojo, ansiedad, depresión, e incluso insomnio. Pues al ser por medio de Internet, están siendo expuestos a más personas, las cuales pueden burlarse, compartir e incluso apoyar al acosador.

Las redes sociales pueden ser una fuente de información, dando noticias, datos o hablando de distintos temas, por lo que varios jóvenes se la pasan en ellas y terminan informándose así. Sin embargo, no toda la información que hay en las redes sociales es verdadera, puede estar maquillada o simplemente ser falsa, y esto debido a que cualquier persona puede publicar o manejar una red social. Sin embargo, Pablo Coll dijo que el objetivo de las *fake news* es confundir no sólo a los adolescentes, sino a todo el público en general, debido a que cree que la intención de las redes sociales es confundir, ya que “pretenden hacer pasar una mentira, o en el mejor de los casos una opinión, por un hecho objetivo”.

Por ello es importante no creerse todo lo que ves en Internet o las redes sociales cuando no estás seguro de que es una fuente de información confiable, pues de lo contrario, puedes estar en riesgo de informarte de fuentes falsas, lo que te hará estar desinformado del tema. Además, es siempre mejor que investigues de varias fuentes y tratando de que sean conocidas y confiables.

Para concluir, las redes sociales y el Internet tienen bastantes aspectos negativos de los que no se habla o se busca una solución como sociedad. Además de que la sociedad genera una gran presión, engañando con estereotipos de cuerpo, de vida, de seguidores, *likes* y “felicidad”, pero no toman en cuenta que las fotos pueden estar editadas o que solo están mostrando una parte de su vida. Estos influyen totalmente en la vida de los jóvenes, afectando su salud mental y emocional. Como sociedad debemos encontrar la manera de arreglar estos problemas, empezando por dejar de comparar y criticar a los demás.

## REFERENCIAS

- “¿Cuál es la influencia del uso de las redes sociales en las adolescentes?”, 2 de junio de 2020. <https://blog.up.edu.mx/prepaup/femenil/cual-es-la-influencia-del-uso-de-las-redes-sociales-en-las-adolescentes>.
- Fernández Crespo, É. A. “Redes Sociales y fake news”. *Gooyoa* (blog), septiembre de 2021. <https://puedjs.unam.mx/gooyoa/redes-sociales-y-fake-news/>.
- Foltyn, T. “Cómo la sobreexposición en redes sociales puede traer problemas”. *welivesecurity*, 29 de junio de 2018. <https://www.welivesecurity.com/las-es/2018/06/29/sobreexposicion-redes-sociales-puede-traer-problemas/>.
- Forbes Staff. “Los adolescentes mexicanos pasan 12 horas al día en sus celulares”. *Forbes México*, 15 de enero de 2019. <https://www.forbes.com.mx/los-adolescentes-mexicanos-pasan-12-horas-al-dia-en-sus-celulares/>.
- García Sanz, N. “44 Ventajas y desventajas de las redes sociales”. *Nagore García Sanz* (blog), 23 de mayo de 2019. <https://nagoregarciasanz.com/ventajas-desventajas-redes-sociales/>.
- Gómez Mena, C. “La mentira, el mayor riesgo al buscar amor por Internet: expertos”. *La Jornada*, 12 de enero de 2016. <https://www.jornada.com.mx/2016/01/12/sociedad/033n1soc>.
- Henderson, G. “¿Cuánto tiempo dedica una persona promedio a las redes sociales?”, 15 de diciembre de 2020. <https://www.digitalmarketing.org/es/blog/cuanto-tiempo-dedica-una-persona-promedio-a-las-redes-sociales>.

iLifebelt. “¿Cuánto tiempo de tu vida pasas en las redes sociales? [Proyección 2021]”

*iLifebelt*, 2017. <https://ilifebelt.com/cuanto-tiempo-vida-pasas-las-redes-sociales/2017/04/>.

Orientación Universia. “¿Cuáles son las ventajas y desventajas de las redes sociales?”, 19 de agosto de 2014. <https://orientacion.universia.edu.pe/infodetail/orientacion/consejos/cuales-son-las-ventajas-y-desventajas-de-las-redes-sociales--1302.html>.

Salud Siempre. “Redes Sociales y la Salud Mental de los Adolescentes”, 19 de marzo de 2019. <https://www.saludsiemprevc.org/salud-mental-de-los-ninos-y-adolescentes/redes-sociales-y-la-salud-mental-de-los-adolescentes>.

UNICEF. “Ciberacoso: Qué es y cómo detenerlo”. UNICEF España, 10 de febrero de 2020. <https://www.unicef.org/es/end-violence/ciberacoso-que-es-y-como-detenerlo>.

—— “Mantener seguros a niñas, niños y adolescentes en internet”. UNICEF México, 11 de septiembre de 2020. <https://www.unicef.org/mexico/mantener-seguros-ni%C3%B1as-y-adolescentes-en-internet>.

—— “Redes sociales y adolescentes: lo que tenés que saber”. UNICEF Uruguay, 23 de julio de 2021. <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/redes-sociales-y-adolescentes-lo-que-tenes-que-saber>.

# EL IMPACTO DE LAS TECNOLOGÍAS EN EL DESARROLLO DE UNA CULTURA DE CONECTIVIDAD EN ADOLESCENTES

MARCIAL OSORIO ROJAS  
Bachillerato UPAEP, plantel Atlixco

Con la llegada de la modernidad, los sistemas tecnológicos empezaron a constituir un pilar fundamental para la consolidación de la globalización. Este proceso trajo consigo cambios sociales, políticos y económicos que se produjeron de forma rápida, y que a su vez tienen y tuvieron una influencia directa en la forma en la que el ser humano se ha desarrollado a lo largo de los años.

Los jóvenes de las nuevas generaciones hemos crecido en un entorno caracterizado por la confianza y familiaridad con las TIC (Tecnologías de la Información y la Comunicación). Acostumbrados a utilizar estos recursos como parte de nuestra vida cotidiana, la tecnología ha cambiado todo nuestro entorno, desde la manera en que se desarrolla nuestro aprendizaje, nuestros pasatiempos, e incluso nuestra forma de interacción con el mundo. En 2021, la ENDUTIH dio a conocer el número de usuarios de teléfonos inteligentes en México, los cuales superaron los 88 millones, esta cifra por sí sola es impactante, sin embargo, también se estima que el 75% de los adolescentes de entre 7 y 13 años admite usar el celular todo el tiempo. Forbes México en enero del 2019 publicó que más del 54% de los jóvenes en México de entre 10 y 19 años pasan la mitad del día con su celular en la mano y el 20% aseguró tener el teléfono al alcance de su mano las 24 horas.

Si se tomaran en cuenta todas las particularidades de un proceso como lo es la adolescencia, y le sumamos el impacto que pueden tener las tecnologías cada vez más desarrolladas, no sería difícil notar los efectos que éstas pueden tener en el desarrollo de los jóvenes. Si bien estas herramientas fueron creadas

como tecnologías para facilitar la comunicación y el acceso a información, su propio diseño es susceptible de afectar a la voluntad de control, lo cual, de la mano de otros factores personales y ambientales, posibilita conductas adictivas. Debemos saber que la adolescencia no sólo es un periodo que trae consigo constantes cambios, sino también una etapa en la que los riesgos y la vulnerabilidad se manifiestan en la mayoría de las actividades que se realizan. Y sí, ciertamente existen características de la personalidad en las y los adolescentes, las cuales se logran identificar independientemente del uso de las TIC, pero no se puede negar que la utilización de dichas tecnologías puede influir en la construcción de la identidad, modelamiento de la personalidad y en la toma de elecciones cruciales.

El uso de la tecnología, especialmente para los jóvenes, es de vital importancia para la comunicación. Los procesos vinculares y sociales, han sido completamente modificados por las nuevas tecnologías lo que pareciera ir convirtiéndose en la norma: los chicos llegan a tener más ‘amigos’ virtuales que reales.

Entonces, ¿este tipo de tecnologías ayuda al fortalecimiento de vínculos o más bien los deteriora? La doctora Roxana Morduchowicz, especialista en cultura juvenil, consultora de Unesco, menciona en sus investigaciones: que la vida diaria de los chicos del siglo XXI se define por su relación con las pantallas. Además de eso, enfatiza el impacto que las tecnologías han causado en la manera en que ellos aprenden, leen, se informan o se entretienen, en tan sólo una década, las redes sociales pasaron de no existir a convertirse en la principal actividad de los jóvenes cuando navegan por Internet. Retomando lo anterior, considero pertinente repensar la diferencia entre tener contactos y formar vínculos con otras personas, pues la trascendencia es distinta.

Estudios recientes del Instituto Nacional de la Juventud (Injuve), apuntan que la asociación entre comunicación por Internet y sensación de soledad no se debe a las TIC como tal, sino a la cantidad de información percibida por los adolescentes de este estilo de comunicación. El bombardeo masivo de videojuegos, aplicaciones para telefonía móvil y herramientas de Internet impacta a una población particularmente vulnerable. Pero también particularmente feraz. El adolescente experimenta dos mundos que se agitan constantemente, moviéndose entre avances y retrocesos, cada día con algo nuevo para él: la tormenta de emociones y pensamientos en su interior, y las TIC en su exterior. Crece llevando consigo el punto de intersección entre ambos mundos que se influyen mutuamente.

Todo esto me lleva a preguntarme ¿Realmente nosotros utilizamos la tecnología o ella nos utiliza a nosotros? Debemos de comprender que la tecno-

logía no está devorando la sociedad, la tecnología es una herramienta que la hace crecer. En el caso específico de los adolescentes es la forma en la que interactúan con el mundo, por lo cual, en lugar de condenar estos hábitos debemos fortalecer vínculos, hacer de la tecnología un aliado, no un enemigo.

Exhorto a todas las personas a utilizar con responsabilidad la tecnología, a conocer y asumir las implicaciones que tiene su uso, a cambiar de un uso monótono de consulta de redes sociales a uno interactivo, como es el caso de las Tecnologías del Aprendizaje y del Conocimiento (TAC), o dar un paso más allá construyendo el bien común utilizando las Tecnologías del Empoderamiento y la Participación (TEP), pero, sobre todo, jamás permitamos que por patía la tecnología un día nos devore.

## REFERENCIAS

- Bernete García, F. “Usos de las TIC, Relaciones sociales y cambios en la socialización de las y los jóvenes”. *Revista de Estudios de Juventud*, n.º 88 (2010): 97-114.
- Forbes Staff. “El 75% de adolescentes y padres mexicanos, adictos al celular”. *Forbes México*, 3 de octubre de 2019. <https://www.forbes.com.mx/el-75-de-adolescentes-y-padres-mexicanos-adictos-al-celular/>.
- . “Los adolescentes mexicanos pasan 12 horas al día en sus celulares”. *Forbes México*, 15 de enero de 2019. <https://www.forbes.com.mx/los-adolescentes-mexicanos-pasan-12-horas-al-dia-en-sus-celulares/>.
- Gómez Mena, C. “La mentira, el mayor riesgo al buscar amor por Internet: expertos”. *La Jornada*, 12 de enero de 2016. <https://www.jornada.com.mx/2016/01/12/sociedad/033n1soc>.
- Morduchowicz, R. “Los jóvenes y las pantallas”. UNESCO, agosto de 2015. <https://milunesco.unaoc.org/wp-content/uploads/2015/08/Los-jovenes-y-las-pantallas.pdf>.
- Secretaría de Comunicaciones y Transportes. “En México hay 84.1 millones de usuarios de Internet y 88.2 millones de usuarios de teléfonos celulares: ENDUTIH 2020”. *gob.mx*. Accedido 16 de octubre de 2023. <http://www.gob.mx/sct/prensa/en-mexico-hay-84-1-millones-de-usuarios-de-internet-y-88-2-millones-de-usuarios-de-telefonos-celulares-endutih-2020?idiom=es>.



## TRANSHUMANISMO: ¿UN FUTURO PROMETEDOR O UN CUENTO DE CIENCIA FICCIÓN?

MARICRUZ MÉNDEZ CASCO  
Bachillerato UPAEP, plantel Atlixco

*El transhumanismo es la ética y la ciencia del uso de cosas  
como la ingeniería biónica y genética para transformar nuestro  
cuerpo y nos hace una especie más poderosa.*

Dan Brown

¿Alguna vez han imaginado un futuro donde todas las personas puedan tener toda la información almacenada del mundo, una fuerza sobrehumana, con un mayor tiempo de vida o evitar varias enfermedades que son mortales para nosotros hoy en día? Bueno, eso es lo que busca el transhumanismo, el cual asegura que, con el uso de la tecnología, se producirá tal mejoramiento en las capacidades del ser humano que nuestra especie será tan diferente a la que es hoy en día. ¿Un futuro bastante prometedor o solo un pensamiento basado en la ciencia ficción?

Desde los años cincuenta, el concepto de transhumanismo ha estado en nuestra sociedad. Se predice que este concepto nació en 1957, luego de que el biólogo evolutivo, escritor y humanista Julian Sorell Huxley escribiera un artículo en el que introdujo por primera vez el término. A partir de entonces el movimiento cultural, intelectual y científico que representa ha ido evolucionando a pasos agigantados: Para mediados del siglo XX, parecía presentar una idea de un futuro lejano influenciado por la ciencia ficción. A inicios del siglo XIX, nos plantea una realidad que podríamos empezar a vivir.

Inicialmente, el transhumanismo representa un pensamiento que ve lo “natural” como algo problemático. Afirmando que el deber moral de la humanidad es utilizar su intelecto y tecnología para mejorar las capacidades físicas y cognitivas de la especie. Ampliando así nuestros conocimientos, habilidades y herramientas para eliminar aspectos no deseados y tener la posi-

bilidad de reducir la pobreza, enfermedades, discapacidades y malnutrición en el mundo.

Las ventajas de este movimiento son ampliar y mejorar la longevidad, la inteligencia y el bienestar humano, todo esto a través del desarrollo de métodos para evitar el envejecimiento, la enfermedad y el dolor. Al mismo tiempo que fomenta la obtención constante de placer y satisfacción a través de medicamentos, nuevos dispositivos tecnológicos, etc.

El transhumanismo no solo implica el uso de implantes, prótesis y *gadgets* para satisfacer carencias, sino también para aumentar y perfeccionar nuestras habilidades, como lentes de contacto que nos permitan tomar fotografías, traductores implantados en la oreja para entender cualquier idioma y hasta el uso de la edición genética en el futuro que podría significar en la disminución de desarrollar trastornos congénitos y en el aumento de una mejor salud en general. No solo eso, sino que también habrá cambios en las interacciones con nuestro entorno que nos permitan ser más empáticos, y entender con mayor facilidad las singulares situaciones y estilos de vida de cada persona en el mundo. Tal es el caso de la tecnología de realidad virtual o aumentada que nos brindan una experiencia casi en carne propia y sin la necesidad de trasladarnos.

Aunque pareciera que el transhumanismo solo busca proliferar las ventajas que la humanidad puede conseguir a través de la tecnología, no todas las personas están a favor con la idea. De hecho, existe un eterno debate sobre lo que realmente representa la “fusión” de los humanos con las máquinas y cómo eso podría afectarnos en el futuro. Un claro ejemplo es del politólogo estadounidense, Francis Fukuyama, asegurando que el transhumanismo es “la idea más peligrosa del mundo”. Eso mientras que, el editor de ciencias de la revista *Reason* y acérrimo defensor del transhumanismo lo ve como “una de las más valientes, imaginativas e idealistas aspiraciones de la humanidad”.

A pesar del sentido de superioridad que el transhumanismo parece ofrecernos como especie, no viene sin su propia carga de debates filosóficos y morales. De hecho, se plantea que una vez busquemos llevar nuestras capacidades “más allá de lo naturalmente posible” ¿Dónde podremos poner el límite de lo que podemos considerar aún humano o propio de nosotros como individuos, cultura o especie? Según las observaciones del Visionary Innovation Group, si se llegase a dar el siguiente paso a una era transhumanista, otras naciones podrían preguntarse si deben seguir el ejemplo de aquél país pionero o simplemente desarrollar otro rumbo totalmente distinto. Al final, el transhumanismo no podría estar unificado, ya que cada cultura podría entenderlo y ejercerlo de forma distinta.

Además de lo anterior, otras preocupaciones van de la mano con lo planteado por la perspectiva de Thelma Peón durante su Charla TED de 2019, en la que declara que, “lo que nos hace humanos es que disfrutamos el proceso”. Con el transhumanismo, ese detalle desaparecería por completo al ocupar una píldora o herramientas que harán todo por nosotros. Algo que pondrá en duda aún más los lineamientos de lo que consideramos humano.

La humanidad se encuentra viviendo una de las épocas con los más grandes avances tecnológicos y científicos en siglos. Lo que antes considerábamos imposible ahora es una realidad que nos beneficia a todos, pues no solo nos brinda mayor comodidad sino una esperanza de vida mejor y más longeva. Como todo en sus comienzos, el transhumanismo experimentará de errores y controversias éticas y morales que pondrán en duda su importancia y verdadero impacto. Sin embargo, conforme al paso de los años nos permitirá hacer una metamorfosis en nuestra mente y cuerpo capaces de llevarnos a la siguiente evolución del ser humano, una evolución no natural que será presidida por la tecnología.

## REFERENCIAS

- BBC. “Qué es el transhumanismo y por qué muchos aseguran que es un futuro inevitable”. *BBC News Mundo*, 20 de enero de 2018. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-42751366>.
- Briceño, G. “Transhumanismo. Qué es, características, objetivo, ventajas, ejemplos”. *Euston96*, 28 de febrero de 2021. <https://www.euston96.com/transhumanismo/>.
- Linares, O. “Transhumanismo: ventajas y desventajas del posible futuro de la humanidad”. *Tekcrispy*, 4 de septiembre de 2021. <https://www.tekcrispy.com/2021/09/04/transhumanismo-ventajas-desventajas-posible-futuro-humanidad/>.
- ¿Qué es el transhumanismo?, 2019. <https://www.youtube.com/watch?v=9PLOC-CVhNkU>.
- Ríos Uriarte, M. E. de los. “¿Qué es el transhumanismo?”. *Anáhuac México*, 14 de marzo de 2022. <https://www.anahuac.mx/mexico/noticias/que-es-el-transhumanismo>.



## LOS RIESGOS DEL INTERNET Y LAS REDES SOCIALES

PAOLA MERINO LEZAMA  
Bachillerato UPAEP, plantel Atlixco

Hace tiempo, me encontré en YouTube un documental sobre Elysium, que en la mitología griega hace referencia a una isla llena de placer y diversión. El paraíso, para resumir.

Lo “gracioso” es que Elysium era un foro de pornografía infantil, donde podías encontrar todo tipo de contenido respecto a ésto, audios, imágenes, videos, en vivos, de cómo torturaban y abusaban sexualmente de menores. Por tanto, el término pornografía no queda tan bien en este contexto, pues se considera como tal cuando se da autorización a tales acciones, y todos sabemos bien que los menores de edad no pueden dar su consentimiento; por lo que se corregiría a “un foro de abuso sexual infantil”.

Técnicamente podías entrar desde cualquier sitio a este foro; siempre y cuando supieras navegar en la *deep web*. Una persona se encargaba de hacer publicidad al sitio; mientras otra, tenía la tarea de “moderar” el lenguaje que se utilizaba dentro para que las personas no realizaran comentarios hirientes a los niños. Sí, así es, un grupo de pedófilos hablando de no herir a los niños ¿En qué momento se familiarizaron tanto con la situación hasta verla como normal y dejar de cuestionarse sobre si lo que están haciendo es ética y moralmente correcto?

Por suerte, los creadores del sitio fueron algo descuidados, así que cada vez que alguien entraba a la página y cambiaba su avatar, la imagen o movimiento quedaban registrados en la web normal por medio de la dirección IP. Lamentablemente sólo pudieron atrapar a tres partícipes y dismantelar el foro; que será de ayuda sólo por el momento, pues no es la primera vez que

ocurre esto. Elysium era el segundo foro después de que su antecesor, The Exchange Box, fuera desmantelado también.

Hoy en día, el Internet es una herramienta crucial en nuestro día a día. Sirve para mejorar nuestras actividades en todo sentido, ya sea en el trabajo o la escuela, y pudimos percatarnos de ello en la pandemia. El Internet fue la salvación al detenimiento de actividades presenciales. Plataformas como Google Meet y Zoom hacían posible retomar nuestras clases, así como Google Classroom de que pudiéramos hacer entrega de tareas y actividades. Y ya que todos nos encontrábamos en la misma situación, se tuvo más acceso a Internet. Sin embargo, hay ciertos riesgos que podemos correr si no sabemos navegar de manera correcta. Tan sólo en las redes sociales nos encontramos con problemáticas como el *cyberbullying*, la evolución del acoso al introducirse las nuevas tecnologías cuyos casos van en aumento y las medidas que se aplican para disminuir éste no son tan “efectivas” que digamos. No digo que Cartoon Network lo esté haciendo mal, sólo que necesita ver desde otros ángulos. La frase “Basta de bullying, no te quedes callado” no será de mucha ayuda por sí misma. Así como la frase “no seas racista” no detendrá el racismo, ni cambiará la mentalidad de las personas.

También hay varios videos o campañas de prevención contra el Grooming, “ten cuidado con quien hablas por redes sociales”, creo que todos entendemos aquello. Pero, ¿qué es lo que debo hacer para “tener cuidado”?

Me atrevo a decir que hay más noticias de padres que han encontrado a sus hijos en peligro por algún adulto que busca abusar de ellos o hacerles propuestas sexuales por redes sociales, que las mismas campañas de concientización en sí. Y es que para hablar de cómo tener cuidado navegando en la red, de alguna u otra manera se terminarán tocando temas de connotación sexual que a los padres tanto incomodan. Evitan a toda costa explicarles a los hijos qué es la pornografía, qué o cómo es el sexo, y qué es un abuso sexual. Son temas necesarios que hoy en día es urgente comunicar.

Podemos verlo en el caso de Olimpia, víctima de sexting, que, a sus 18 años, su novio de ese entonces, propone hacer grabaciones de ellos teniendo relaciones sexuales. El problema es que en estos videos sólo aparece la cara de Olimpia. Los videos comienzan a viralizarse y ahora, dice ella, “me han robado mi nombre” y lo han cambiado por “La gordibuenita de Huauchinango”. Por un tiempo estuvo negando a su familia que era ella la de los videos, hasta que en una reunión familiar su hermano se percató de ello. Acto seguido, la chica se hinca para pedir perdón a su familia y a pedirles que la ayudaran a morir. Su madre, lo que la gente llegaría a considerar una persona no culta o inteligente al pertenecer a una etnia, la apoya, “todas cogemos, el problema

es que a ti te vieron” le dice. Para poca suerte suya, en ese entonces aún no se había puesto en rigor alguna ley contra la violencia sexual digital.

Ella tuvo que luchar para hacerse escuchar, cosa que logró. El punto es que hoy en día se van implementando más medidas para evitar la extorsión, manipulación y chantaje mediante tu contenido sexual. Hago hincapié en que debemos enseñar a los niños y adolescentes a navegar de manera segura o de lo contrario terminarán por vivir alguna experiencia similar; o en el menor de los casos, terminar teniendo una adicción al Internet; padeciendo cambios de humor violentos, insomnio o creyendo que se perderán de ciertas experiencias gratificantes si no se mantienen conectados 24/7. O que algún tipo de virus infecte su dispositivo para así robar sus datos y ocuparlos en quién sabe qué; que ahora que lo pienso, no sería nada agradable experimentar aunque sea alguno de esos “menor de los casos”.

## REFERENCIAS

¿Cómo cazar a pedófilos en la darkweb?, 2021. <https://www.youtube.com/watch?v=nle3FDZNDzI>.



## TÍTULO DE LA CARTA

ANA GUADALUPE SÁNCHEZ DUQUE  
Bachillerato UPAEP, plantel Cholula

Querida familia:

Les escribo esta carta para poderles dar a entender qué es lo que se vive en estos tiempos, tiempos de los cuales podríamos perjudicarnos después.

En estos tiempos de redes sociales muchos de nosotros nos creamos un ambiente falso, qué quiero decir con esto, que inventamos perfiles para tener amigos de todas las edades y género, se tiene más vínculos virtuales que reales y es una realidad de la cual no podemos escapar, también nos distanciamos entre nosotros, cuando deberíamos estar más juntos que nada por lo que está pasando en el mundo.

Saben lo que un *like*, un *follow* o un *comment* hace de la vida de sus hijos, un solo *like* o *dislike* puede cambiarlos, también las relaciones virtuales, romance o amistoso, son en parte peligrosos y en parte no, las relaciones por redes sociales no son la mejor solución, pero es lo que está de moda.

Existen beneficios y riesgos de tener una red social, ejemplos negativos serían la trata de personas, el hackeo, robo de identidad, pero no todo es malo también hay parte positiva en este asunto de las redes sociales, es el mantenerte informado de todo lo que pasa en el mundo, las tendencias virales, las últimas noticias, no podrían estar en contacto con sus seres queridos, ni comunicarse con quien lo necesite.

También nos dejamos influenciar por las *fake news*, donde lo que se dice en ellas se cree que es verdad, somos tan inocentes que creemos todo lo que se dice y ve en redes sociales, por culpa de las redes vivimos en una sociedad de la posverdad y las mentiras, algo oculto y oscuro.

No les voy a negar que las redes sociales nos han ayudado con la publicidad de varias culturas, con darle al mundo un poco de culturas extranjeras, voy a hablarles de la importancia de las redes sociales en la actualidad, no es

mentira que dependemos mucho de ellas, las usamos que por si la comida se ve buena, que si nos gusta el cómo nos vemos, la salida con amigos y familia que tenemos que exponer, los deportes que practicamos, las usamos en casi todo nuestro día.

Nos enamoramos de personas ficticias, de una ideología, de un perfil que puede que sea falso, y para ser sincera nada es real en las redes sociales o en su mayoría, uno modifica sus perfiles a su gusto.

Yo que soy una adolescente y estoy adentro de todo lo que tiene que ver con este tema, les puedo asegurar que no todo es blanco o negro, o de colores, tiene sus lados buenos y sus lados malos, es neutro el tema.

Lo que más se da son los retos famosos, *storytimes*, tendencias, *reels*, por ejemplo hay un reto famoso que inició en Estados Unidos, dando hincapié a un movimiento para un día internacional de la violación, esto puede ser falso o verdad, lo que quiero dar a entender es que las redes sociales nos dan la información o el motivo para mantenerte informado sobre acontecimientos dados en el mundo, así como lo son los movimientos virtuales, que estos se dan por una persona que hace que el video/mensaje se viralice.

Las redes sociales son una salvación y un peligro para quienes no las sepan usar, alguien que haga mal una publicación o suba mal algo puede quedar condenado por el resto de su vida, de éstas podemos tener muchas consecuencias, por publicaciones de mal gusto o por broma podemos hacerle la vida imposible a una persona.

En fin, solo voy a decirles que tengan cuidado con lo que hacen sus hijos en redes, como ya se los había dicho no todo es malo ni todo es bueno, podemos dar a conocer lo que sabemos y aportar algo positivo a la sociedad, si tu hija (o) tiene una relación virtual y todavía no conoce a la otra persona asegúrate de estar con ella (él) al momento de conocer a su *matchline*.

Gracias por tomarse el tiempo de leer esto y poder tomar en cuenta mi punto de vista sobre las redes sociales.

Atentamente: su servidora Ana Guadalupe Sánchez Duque.

## ¿SER FELIZ EN REDES, ES REAL?

ANA VALENTINA BERNAL COPCA  
Bachillerato UPAEP, plantel Cholula

Padres, ¿alguna vez han visto a sus hijos tomando foto de todo lo que ven, o les cuentan el número de seguidores tienen en Instagram?

Bueno, esto ha sido, aunque no parezca, una problemática silenciosa, esa pequeña parte de nuestras vidas que debería de ser para disfrutarla, pero que lamentablemente el peso que se la ha dado a lo que se publique en ellas, el que hagas o no, con quienes te juntes o a quienes sigas, han sido un gran impedimento de ello.

Las redes sociales son aplicaciones prácticamente nuevas; el objetivo de ellas era conocer nueva gente, divertirse y pasar el tiempo libre. Pero, al momento de que pasaran los años, y que poca gente de esta se haya convertido en *influencers*. Este tipo de gente mayoritariamente privilegiada o socialmente aceptados, sus publicaciones, campañas e ideas que dan a la gente sobre su vida, logrará que se tenga una falsa idea de la perfección y que si no la consigues, no se lograra ese grado de felicidad en la vida de uno mismo.

Estas aplicaciones, en general, hacen que la mayoría de los jóvenes tenga una mentalidad tal que sin estar con cierta cantidad de gente siguiéndoles o que sin pertenecer a alguna red social, se sientan apartados de los demás. Por el contrario, puede suceder que inconscientemente la gente se tome esto como un tipo de competencia para determinar quién tiene la vida más feliz.

La pérdida de vínculos personales o la distorsión de la realidad son algunas de las consecuencias de buscar aceptación social en las redes en forma de *likes* o comentarios, lo que sentimos cuando percibimos la alegría o el bienestar de otras personas en las redes a través de una fotografía o una publicación, nos anima a subir un tipo de contenido muy similar para demostrar que nosotros también somos felices. Esto quiere decir que, a largo plazo, nuestro

estado de ánimo estará cada vez más condicionado por lo que vemos en las redes sociales.

Esta aparente felicidad, que se muestra en cada parte de nuestra vida social que tenemos, nos presiona socialmente. Hace pensar a muchas personas que su misión en la vida es ser felices todos los días y en todo momento, obligándolos a fingir que todo va bien, cuando en realidad están tratando de encontrar esa felicidad idealizada. Si la felicidad es libertad, entonces cada día muchas personas son menos libres tratando de parecer felices.

El deseo de aparecer en las redes sociales parece estar impulsado por la necesidad innata de aprobación social, de ser aceptado y fortalecido por los demás. Esto crea problemas en la gente que los ve, como trastornos alimenticios mentales, y distorsiones de uno mismo, de lo que pensamos, de lo que nos gusta, de nuestra esencia y de lo que nos hace ser nosotros mismos como personas.

Es poco conocido que la mayoría de la gente piensa mucho sobre el qué dirán de ellos (en estos casos, como lo es en redes como Instagram, Twitter, etc.), no son tan felices porque son esclavos de la obligación de fingir serlo. Esto es bastante irónico porque muchos de ellos terminan más tristes cuando buscan la felicidad que ven en los demás. Tratar de ignorar nuestros problemas y obligarnos a expresar felicidad es dejar de ser quienes somos.

Tanta gente observándote crea inseguridades, y siempre vas a intentar mostrar la mejor versión de ti mismo. La sensación de que no tienes mucho margen para el error, que puedes arreglarlo con cada pequeño error. El bombardeo de imágenes e información irreales y el cómo nos afecte depende de uno mismo, de qué tanta seguridad se tenga en sí, la madurez, la personalidad y el estado emocional en el que se esté, ya que se tomarán los mensajes e imágenes de forma diferente, como lo puede ser hasta muy obsesiva.

No todo lo que vemos en las redes es un reflejo de la realidad. La felicidad que se halla en ésta y la perfección, es relativa. Es por eso por lo que toda la gente, en especial los jóvenes, ya que somos más vulnerables a esto, tomemos la iniciativa del cambio, del tener en mente que lo que se ve, no es completamente felicidad. Es de vital importancia ser conscientes del uso responsable de las nuevas tecnologías y redes sociales, para evitar que se conviertan en una obsesión.

Que la gente puede tener más emociones y sentimientos que éste, como lo es la tristeza, y que eso, está completamente bien, ya que nadie nunca estará feliz siempre, y que lo que se muestre de los demás ya se tenga pensado que es solo una parte de algo, que dura para siempre.

Además de que todo es completamente superficial.

## REFERENCIAS

- El País*. “La felicidad en redes sociales, ¿es felicidad?”, 1 de diciembre de 2020, sec. Laboratorio De Felicidad. [https://elpais.com/elpais/2020/12/01/laboratorio\\_de\\_felicidad/1606810136\\_444866.html](https://elpais.com/elpais/2020/12/01/laboratorio_de_felicidad/1606810136_444866.html).
- Patiño, L. “¿Las redes sociales nos hacen más felices?”, *El Tiempo*, 19 de marzo de 2019. <https://www.eltiempo.com/tecnosfera/dispositivos/expertos-analizan-si-las-redes-sociales-nos-hacen-mas-felices-339680>.



## EL PEQUEÑO CAOS ENTRE LA FAMILIA Y LAS REDES

ANALUCÍA ANZALDO ORTEGA  
Bachillerato UPAEP, plantel Cholula

La familia siempre ha sido el punto central de donde surgen nuestras ideas, nos forman como persona, nos ayudan a ser mejores en este mundo, son el punto central para crecer como ser humano y desarrollarse, son las personas que sin importar qué, están ahí para ti...

Querida familia:

Todos los días estoy pendiente de ustedes, tratando de saber cómo están, cómo les fue en su día, así como también me gusta pasar tiempo con cada uno de ustedes y hacerlos felices, sacarles una sonrisa y hacer que si su día está mal se vuelva un poco mejor al final.

Ustedes son mi razón de ser feliz, son mi motivación y mi fuente de valores, inspiración, motivación y son los que me ayudan a crecer.

Siempre serán parte importante de mí y de mi vida, ya que por obvias razones son mi familia y mi lugar seguro...

Con el paso de los años y conforme va avanzando la tecnología siento que mis lazos con ustedes han ido cambiando con el tiempo, ahora cada uno se va por su lado y hace lo que quiere, las comidas ya no son lo mismo como antes, ahora cada uno está viendo lo que quiere en su teléfono y se divierte de distintas maneras.

Cada día se siente más triste y apagado, el hecho de saber que ya no tenemos tanta comunicación por habernos centrado más en ver la vida de otros en las redes sociales y que nos fijemos en quién subió una publicación o si ya presumieron a dónde fueron, qué comieron, etc., me hace perder la calma.

Quisiera regresar y hacer que las cosas cambiarán, hacer que todo fuera como antes, que la distancia que ahora nos separa y no nos deja convivir como antes cambie. Solo quiero que por un momento todos dejen sus teléfonos y dejen de preocuparse por otras cosas que a veces no aportan nada productivo a nuestras vidas, y que hacen que perdamos el tiempo de una manera increíble.

Los amo a cada uno de ustedes y siento que estas redes sociales nos alejan y nos hacen cambiar nuestras vidas de una manera tan drástica, que es tan sorprendente el hecho de que cada día convivamos menos y sepamos menos de lo que nos pasa.

A veces siento que lo mejor para nosotros es darnos un respiro y dejar que las cosas fluyan, pasar de nuevo tiempo familiar, por más mínimo que sea, solo quiero recuperar lo que era de nuestra familia antes, sé que no siempre va a ser lo mismo con cada uno de nosotros y que no vamos a regresar a lo que éramos antes, pero sé que podemos mejorar en parte lo que quizá cambió en este tiempo.

A veces le agradezco a las redes porque gracias a ellas puedo comunicarme con mis tíos, abuelos, etc., que me es imposible ver por circunstancias como lo que es el COVID ahora, pero al mismo tiempo odio la existencia de éstas por alejar la comunicación que tenía antes con mi mamá y mi papá. Es muy importante que, aunque no siempre nos demos cuenta, notemos que las pequeñas acciones que hacíamos antes eran muy valiosas y lo serán siempre, esos pequeños momentos permanecerán más tiempo y tendrán un mayor valor en nuestras vidas.

Los amo mucho familia, y quiero que recuerden que siempre estaremos unidos a pesar de estas situaciones, ustedes son y serán siempre lo mejor que hay en mi vida...

# TÍTULO

ASSDAI BERMÚDEZ BRINGAS  
Bachillerato UPAEP, plantel Cholula

Las redes sociales son “comunidades formadas por diferentes usuarios y organizaciones que se relacionan entre sí en plataformas de Internet”.<sup>1</sup> Éstas se han vuelto parte fundamental de nuestras vidas, desafortunadamente ya es algo en lo que debemos depender, ya sea para comunicarnos con alguien o para mostrar lo que hacemos en nuestro día a día. Podemos encontrar varios tipos de redes sociales como por ejemplo: Facebook, Twitter, Instagram y TikTok.

Las personas suelen subir fotos o vídeos de lo que hacen en su día, a veces esto también con otro objetivo, poder ser aceptado en la sociedad simplemente por lo que subes. Según el psicólogo David Bonilla, profesor de la Universidad de El Bosque en Bogotá: “La pérdida de vínculos personales o la distorsión de la realidad son algunas de las consecuencias de buscar la aceptación social en redes en forma de *likes* o comentarios”.<sup>2</sup>

La gente constantemente busca que las demás personas les regalen ese *like* o esos comentarios que los hacen sentir bien, ya que a veces se piensa que aquellas acciones en las redes sociales aumentan nuestra autoestima y felicidad, lo que no notan es que esto no es felicidad auténtica, sencillamente es una sensación de bienestar que solo pasa por un momento y ya, “esta cómoda sensación de bienestar, libera endorfinas, aumenta nuestra actividad cerebral

- 
- 1 Campus Tijuana, «Redes sociales, detonantes que incitan al suicidio de adolescentes y jóvenes», *VoCETYS* (blog), 12 de noviembre de 2019, <https://www.cetys.mx/noticias/redes-sociales-detonantes-que-incitan-al-suicidio-de-adolescentes-y-jovenes/>.
  - 2 M. Mestres, “¿Cómo influyen las redes sociales a nuestra sensación de felicidad?”, *La Vanguardia*, 4 de abril de 2021, <https://www.lavanguardia.com/cribeo/estilo-de-vida/20210404/6615936/como-influyen-redes-sociales-nuestra-sensacion-felicidad.html>.

y, en definitiva, genera placer”.<sup>3</sup> “La reacción neuronal que se produce cuando una persona recibe numerosos ‘likes’ se parece a la que resulta de comer chocolate o ganar dinero. Quedó demostrado que los ‘likes’ pueden ser igual de adictivos que cualquier droga”.<sup>4</sup>

Hay que darnos cuenta de que esto de las redes sociales puede tener mucho más impacto en los adolescentes, ya que están continuamente buscando pertenecer a algún grupo social. “En Facebook, la gente se entristece cuando no tiene amigos. En Instagram, cuando no tiene tantos likes en el rostro y cuerpo que ha pasado por Photoshop para cumplir con un estereotipo de belleza. Y en Twitter, cuando la reacción de la gente es avasalladora y hay matoneo”.<sup>5</sup> Según un estudio de la Real Sociedad de Salud Pública de Reino Unido realizado en 2017, “Instagram es la red que tiene un efecto más negativo”.<sup>6</sup>

Existen varias consecuencias negativas, por ejemplo, está desde la ansiedad, depresión, comparaciones entre otras personas, hasta llegar al suicidio, “la influencia de las redes sociales en los jóvenes es tanta, que desde el punto de vista de suicidólogos, comentarios o publicaciones podrían incitar a las personas a suicidarse”.<sup>7</sup>

El ser humano puede ser demasiado cruel, tanto que a veces no mide que las palabras pueden generar un gran impacto en la autoestima, esto es lo que sucede con las redes sociales, cuando suben una fotografía, simplemente se ignora el hecho de que esos millones de personas o *followers* te están juzgando en todo momento, se piensa que el tener demasiados seguidores, te hace más popular o conocido, ya que esto genera una sensación de aceptación en la sociedad. Es una desgracia que como seres humanos debamos ser aceptados de esta manera por el simple hecho de lo que se sube en las redes sociales, ya que es bien sabido que una persona con pocos *followers* es alguien que no existe porque no es “tan conocido”.

3 “Los ‘Likes’ de tus redes sociales, auténticos generadores de placer”, *La Neurona*, accedido 16 de octubre de 2023, <https://laneurona.com/texto/los-likes-de-tus-redes-sociales-autenticos-generadores-de-placer/>.

4 “Todo por un ‘like’”, *Semana.com Últimas Noticias de Colombia y el Mundo*, 16 de febrero de 2019, <https://www.semana.com/vida-moderna/articulo/la-obsesion-por-los-likes-en-las-redes-sociales/601424/>.

5 L. Patiño, “¿Las redes sociales nos hacen más felices?”, *El Tiempo*, 19 de marzo de 2019, <https://www.eltiempo.com/tecnosfera/dispositivos/expertos-analizan-si-las-redes-sociales-nos-hacen-mas-felices-339680>.

6 N. F. Cores y R. Garrido, “Redes sociales: cuando la felicidad pasó a depender de un ‘like’”, *20bits*, 25 de noviembre de 2020, <https://www.20minutos.es/noticia/4481545/0/redes-sociales-cuando-la-felicidad-paso-a-depender-de-un-like/>.

7 Campus Tijuana, “Redes sociales, detonantes que incitan al suicidio de adolescentes y jóvenes”, *VøCETYS (blog)*, 12 de noviembre de 2019, <https://www.cetys.mx/noticias/redes-sociales-detonantes-que-incitan-al-suicidio-de-adolescentes-y-jovenes/>.

En conclusión, las redes sociales pueden ser buenas, pero también tienen su gran impacto negativo, se debe enseñar a los jóvenes que un *like* o un *follow* no te hacen mejor o peor persona, no define que tan guap@ se es, que tan inteligente o que tan popular eres en la sociedad. Sencillamente es algo que se fue construyendo a lo largo de los años hasta ser lo más importante de la vida de alguien.

## REFERENCIAS

- Campus Tijuana. “Redes sociales, detonantes que incitan al suicidio de adolescentes y jóvenes”. *VoCETYS* (blog), 12 de noviembre de 2019. <https://www.cetys.mx/noticias/redes-sociales-detonantes-que-incitan-al-suicidio-de-adolescentes-y-jovenes/>.
- Cores, N. F., y R. Garrido. “Redes sociales: cuando la felicidad pasó a depender de un ‘like’”. *20bits*, 25 de noviembre de 2020. <https://www.20minutos.es/noticia/4481545/0/redes-sociales-cuando-la-felicidad-paso-a-depender-de-un-like/>.
- Interactive social media. “Redes sociales”, 3 de diciembre de 2021. <https://interactivesocialmarketing.com/servicios1/index>.
- La Neurona*. “Los ‘Likes’ de tus redes sociales, auténticos generadores de placer”. Accedido 16 de octubre de 2023. <https://laneurona.com/texto/los-likes-de-tus-redes-sociales-autenticos-generadores-de-placer/>.
- Mestres, M. “¿Cómo influyen las redes sociales a nuestra sensación de felicidad?” *La Vanguardia*, 4 de abril de 2021. <https://www.lavanguardia.com/cribeo/estilo-de-vida/20210404/6615936/como-influyen-redes-sociales-nuestra-sensacion-felicidad.html>.
- Patiño, L. “¿Las redes sociales nos hacen más felices?” *El Tiempo*, 19 de marzo de 2019. <https://www.eltiempo.com/tecnosfera/dispositivos/expertos-analizan-si-las-redes-sociales-nos-hacen-mas-felices-339680>.
- Semana.com. Últimas Noticias de Colombia y el Mundo. “Todo por un ‘like’”, 16 de febrero de 2019. <https://www.semana.com/vida-moderna/articulo/la-obsesion-por-los-likes-en-las-redes-sociales/601424/>.



## DE LA ADICCIÓN A LA ACCIÓN

FRIDA GUADALUPE PÉREZ SOSA  
Bachillerato UPAEP, plantel Cholula

A mi familia:

No puedo dejar de ver mi celular, estoy en clase y llegan notificaciones, intento leer y siguen llegando notificaciones, estoy ordenando mi habitación y continúan llegando notificaciones que no hacen más que distraerme, no paran de llegar, el timbre no deja de sonar, el vibrador retumba en la mesa y siento que no puedo seguir sin checar quien me ha escrito un mensaje. No puedo controlarme más, tomo el celular en mis manos, siento cómo me invade esa sensación de paz y comienzo a contestar.

Esto siempre me pasa, quiero pensar que a todos los demás también, incluso más de una vez al día y es aún peor cuando no lo encuentro, busco por todos lados y nada, tengo que pasar por todo ese estrés para que lo encuentre conectado porque se está cargando.

Hace menos de cuatro años que tengo mi propio teléfono y nunca habría creído que en tan poco tiempo se podría generar una adicción tan grande y menos a algo que en teoría no representa ningún riesgo.

Siempre que se menciona la palabra adicción, lo primero que se nos viene a la mente son las drogas, tales como: el éxtasis, la cocaína, la heroína, etc. Pero nunca nos detenemos a pensar en que hay otras muchas cosas a las que cualquier individuo se podría hacer adicto, en este caso, al responder rápido a cualquier notificación que nos llegue. Las notificaciones más comunes en los celulares de los adolescentes son de... tambores por favor, ¡sí!: Redes sociales.

Los adolescentes pasan en promedio 210 minutos al día en el celular. Si tomamos en cuenta que el día tiene 24 horas, de las cuales ocho las destinamos a dormir, nos quedan 16 horas, si a eso le restamos la cantidad de horas que gastamos en el teléfono, que son 3.5 horas, solo nos quedan 12.5 horas. Nuestro día en realidad es solamente de 12.5 horas. Con esto no digo que

deberíamos dejar de dormir tanto, porque eso es algo que nuestro cuerpo necesita para sobrevivir, pero claro que podríamos disminuir el uso de nuestros celulares, su utilización probablemente en ocasiones también nos parezca indispensable para la vida, pero en realidad, no lo es.

Usar tanto tiempo las redes sociales la mayoría de las veces no trae ningún efecto positivo, ya que lo que vemos no es algo que realmente nos enseñe, de hecho, es completamente lo contrario. Generalmente, las personas que cuentan con nuestro *follow*, aparte de nuestros amigos y conocidos, son *influencers*, personas que hacen sus vidas públicas y que por lo regular solo comparten la parte “bonita”. Nosotros vemos esto como si fuera el plano completo y al voltear a ver nuestras propias realidades nos decepcionamos y comenzamos a compararnos. Si bien en algunas ocasiones esto nos funciona positivamente como inspiración y motivación, hay otras tantas en las cuales solo nos hace deprimirnos por no tener lo que otras personas tienen, ya sea el cuerpo, la casa, el trabajo o el estilo de vida en general.

Lo difícil que es regular este tipo de pensamientos y conductas hace que quede en nosotros mismos el control de nuestras acciones. Por esta razón, la concientización de que el uso excesivo de las redes sociales no aporta nada bueno a nuestras vidas, es el arma más importante para prevenir todos los problemas que esta adicción puede causar.

# TÍTULO

GUILLERMO LIMON VORRATH  
Bachillerato UPAEP, plantel Cholula

Querida Familia:

Les escribo porque les quiero compartir acerca de este tema en el que he estado reflexionando, el cual es la “Familia y Redes Sociales”. Las redes sociales son un tema complejo que podemos analizar desde diferentes puntos de vista y en el que todos son válidos.

Las redes son poderosas, pero pueden tanto alejar a una familia, como unirla. Yo voy a hablar desde mi perspectiva la cual, en resumen, es positiva.

Yo tengo dos hermanas que son mayores que yo por una gran diferencia, con la más chica tengo una diferencia de 10 años y con la más grande 12 años. Esta diferencia fue difícil en un principio para poder conocerlas, ya que todos estaban en lo suyo, cuando era más pequeño no pasaba mucho tiempo con ellas por la diferencia de edad y cuando ya era más consciente de las cosas mis hermanas ya se habían ido. Las dos estudiaron carreras en las que hay demanda en cualquier parte del globo, las dos al salir de la universidad encontraron trabajo afuera rápidamente y eso me dejó solo con mi madre mientras ellas trataban de hacer su vida a miles de kilómetros mientras yo seguía aquí creciendo y progresando como persona con la compañía de mis padres. Entonces nunca hubo realmente un momento en el que yo haya podido conocerlas, pero hoy en día afortunadamente existen las redes sociales y aunque ellas eran extrañas para mí, las fui pudiendo conocer poco a poco gracias a las redes sociales, ya sea por una videollamada, un mensaje o incluso saber lo que están haciendo, en dónde se encuentran mediante fotos y videos que se publican en este tipo de redes.

Con las redes sociales no importa la distancia, yo podía hablar con ellas aun y si se encontraban en un diferente huso horario o ciudad, siempre podía tener un tiempo con ellas y que las redes sociales puedan lograr eso, para mí

no importa que tengan aspectos negativos, creo que lo que más importa es eso que nos pueden ayudar a conectar con esas personas que queremos no importa la situación.

Esto no significa que nos olvidemos de los riesgos, los debemos tener presentes para asegurarnos de no cometerlos como bien dijo Jorge Agustín Nicolás de Santayana “quien olvida su historia está condenado a repetirla”. Así como pueden hacernos conectar, las redes sociales pueden también desconectarnos. Tendemos a abstenernos de lo que pasa a nuestro alrededor, cuando estamos en el teléfono, pero tenemos que aprender a vivir el momento y también disfrutarlo con esas personas que sí están cerca de nosotros hay que encontrar un balance, ya que el teléfono nos puede generar una adicción porque las redes sociales están diseñadas para que estemos constantemente interactuando con ellas.

La adicción es uno de los riesgos que a cualquiera de nosotros podría pasarnos, pero hay más riesgos que son más específicos y que podrían sucedernos. Por ejemplo, el uso indebido de nuestras fotos: podemos publicar una foto y pensar que no va a pasar nada, pero una vez que ya esté subida se habrá quedado un registro de esto en el Internet. Por eso tenemos que ser conscientes y maduros al utilizar las redes sociales. Este peligro está ligado a otro de los riesgos de los cuales estamos expuestos hoy en día todos los que decidimos crear una cuenta de redes sociales como Facebook, Instagram, Snapchat, WhatsApp, etc.: la suplantación de identidad; algo bastante peligroso, consiste en que alguien se hace pasar por ti, y esto puede tener diferentes fines, pero normalmente son malos. Estos son algunos de los peligros que tienen las redes sociales.

Son los dos lados de la moneda, pero sin las redes sociales no estaríamos aquí.

## ¿TIEMPO O RECUERDOS?

MARYAJOSÉ ROMERO GARCÍA  
Bachillerato UPAEP, plantel Cholula

La mayoría de los momentos de mi infancia que puedo recordar son con mi familia, desde cantar y bailar mientras cocinábamos hasta aventarnos de un tobogán muy alto. Hemos aprendido y experimentado cosas juntos. Algunas veces es lo único que tenemos, los recuerdos, pero, ¿por qué no podemos seguir creando más? La verdadera pregunta es: ¿no los creamos porque nuestra familia no está dispuesta a hacerlo? ¿O no los creamos por estar viendo una pantalla todo el día?

Cuando era chica recuerdo que mi familia decía que la vida se pasaba muy rápido, y la verdad yo nunca les creí. Conforme fui creciendo me fui dando cuenta de que era cierto: ahora todo se pasa más rápido, vemos a nuestros papás y abuelos envejecer, nosotros empezamos a tener más responsabilidades, y ya no es igual. Algo que pude notar es que no podemos hacer nada al respecto, no podemos hacer que el tiempo pase más lento. Sin embargo, lo que pude notar es que nosotros podemos hacer que ese tiempo valga mucho más que su duración.

Como adolescentes algunas veces pasamos demasiado tiempo en redes sociales: mientras estamos en el carro, en la escuela, en nuestras casas, técnicamente en todas partes, incluso cuando estamos rodeados de nuestra familia. ¿Qué pasaría si ese tiempo lo usáramos para convivir con ellos? Definitivamente tendríamos más recuerdos, más anécdotas contadas por nuestros abuelos, que, aunque a veces nos cuentan la misma, nunca dejan de ser mágicas, más risas, más felicidad.

Porque la familia son esas personas con las cuales nos sentimos queridos, protegidos, amados, inspirados y apoyados. Quiero agradecer a mi familia por apoyarme, estar conmigo en las buenas y en las malas, por darme amor, por ser únicos y por el amor puro e incondicional que me da, ese amor que,

aunque tenga miles de problemas, me hace sentir bien, me hace sentir segura, feliz y nunca desaparece, ya que siempre está ahí. Gracias por ser quienes son. Gracias por educarme, apoyarme, tenerme paciencia...

Al escribir esta carta me di cuenta de que la familia es el tesoro más grande que podemos llegar a tener en toda nuestra vida, a pesar de las discusiones u opiniones diferentes que podemos llegar a tener. Una pantalla no nos puede transmitir lo que ellos nos transmiten y cada familia es única, imperfecta e inigualable.

Desde mi punto de vista, el tiempo puede pasar muy rápido, pero podemos hacer que ese tiempo esté lleno de memorias, risas, alegría y podemos crear recuerdos, ya que al final es lo único que tenemos.

Con amor, Majo R.

## REDES SOCIALES: ¿VÍNCULOS REALES O VIRTUALES?

FABIANA GUTIERRES BAUTZ  
Bachillerato UPAEP, plantel Huamantla

Desde la segunda mitad del siglo XX hemos atravesado un proceso creciente de virtualización de las actividades humanas. Sitios web y aplicaciones que funcionan a diferentes niveles permitiendo compartir información, por lo que lo que antes era una herramienta útil que usábamos ocasionalmente para fines específicos en nuestro día a día, se ha convertido en un nuevo entorno en el que replicamos prácticamente todo lo que solíamos hacer. Hacemos solo en el “mundo real”, con la mejora tecnológica, nuestro mundo conocido se ha expandido, permanecemos conectados día y noche, a través de varios dispositivos, terminamos teniendo autonomía y libertad para estar en contacto con ese otro mundo (con quienes han iniciado sesión) en cualquier momento. Por eso, no es de extrañar que, al estar todos conectados, sea fácil seguir el día a día de un familiar, un amigo o un novio a través de las innumerables aplicaciones, extensiones y programas que instalamos en nuestros dispositivos. Y cuando hablamos de redes sociales, lo que viene a la mente son sitios como Facebook, Twitter y LinkedIn o aplicaciones como Snapchat e Instagram, típicas de la actualidad.

La idea, sin embargo, es mucho más antigua: en sociología, por ejemplo, el concepto de red social se ha utilizado para analizar interacciones entre individuos, grupos, organizaciones o incluso sociedades enteras desde finales del siglo XIX. En 1937, el término nombra una perspectiva del estudio de la sociedad basada en un modelo de comunicación interaccional. En esta perspectiva teórica, las comunidades están formadas por individuos activos guiados por la interpretación de significados dados. Estos significados se construyen en la interacción social de la comunicación y, por lo tanto, son un elemento clave para comprender los procesos de interacción, destacando la comunicación como un instrumento para crear la realidad a través de un proceso

dinámico e interactivo, por lo que no se puede estudiar ni comprender las asociaciones humanas fuera de ella, el contexto comunicativo. A través de las redes sociales virtuales, varias personas comparten las mismas ideas e intereses, sin importar dónde se encuentren.

Las redes sociales nacieron como una forma de integrar a las personas, permitiendo que las amistades se sigan renovando constantemente y que conozcamos a personas nuevas. La relación de amistad ofrece una percepción de los propios aspectos en una persona que le sirve de espejo, de acuerdo y de desacuerdo, mostrándole la realidad, es común tener más amigos virtuales que los que conocemos cara a cara. Hoy, las redes sociales son uno de los principales elementos de la cultura informatizada, que nos permiten pensar la identidad en términos de multiplicidad, porque, a través de ella, las personas son capaces de construir un yo deambulando por tantos otros yos. Estas redes, en su realidad virtual, se han convertido en un importante laboratorio social para la experimentación de las construcciones y reconstrucciones del yo que caracterizan la vida posmoderna. Algunas personas se sienten diferentes cuando están conectadas, siendo extrovertidas y desinhibidas, pero no se dan cuenta; se sienten como les gustaría ser. También están los que inventan otros datos personales, estilos de vida y opiniones, asumiendo distintas identidades para cada ocasión o interlocutor. Finalmente, el vínculo real o virtual concierne únicamente a su uso actual, contrario a lo que muchos piensan, las redes sociales han sido parte de la vida humana durante cientos de años.

El simple hecho de charlar con amigos o reunir a la familia ya caracteriza a las redes sociales; básicamente, es comunicar. Con el rápido crecimiento del uso de Internet y el avance de la tecnología, las redes sociales se han vuelto portátiles y, en consecuencia, dominan Internet. Puede parecer una locura, pero a veces es difícil distinguir lo que es real y lo que es virtual, esta percepción es muy diferente para la Generación Y, también llamada *Millennials* (nacidos después de 1980), y para la Generación Z, los nativos digitales (nacidos después de 1990), donde no hay diferencia entre el mundo real y el virtual. Para estas generaciones, el mundo virtual es real.

## REFERENCIAS

Aguiar, Sonia. “Redes sociais na internet: desafios à pesquisa”. En *Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação*, 30:1-15. Santos Anais, 2007. [https://www.academia.edu/download/50667166/2008-Intercom-Redes\\_sociais\\_na\\_Internet-Sonia\\_Aguiar.pdf](https://www.academia.edu/download/50667166/2008-Intercom-Redes_sociais_na_Internet-Sonia_Aguiar.pdf).

Souza, Kadu. “Relacionamentos na era digital – Kadu Souza”. *Kadu Souza* (blog), 16 de marzo de 2018. <https://www.kadusouza.com.br/relacionamentos-na-era-digital/>.

Tavares, Wellington, y Ana Paula Paes de Paula. “Movimentos Sociais em Redes Sociais Virtuais: Possibilidades de Organização de Ações Coletivas no Ciberespaço”. *Revista Interdisciplinar de Gestão Social* 4, n.º 1 (2015). <https://doi.org/10.9771/23172428rigs.v4i1.9822>.



## REDES SOCIALES: ¿VÍNCULOS REALES O VIRTUALES?

LUIS MANUEL VERAS DE MOYA  
Bachillerato UPAEP, plantel Lomas

Las redes sociales nos han dado la habilidad de hacer cosas que nunca hubiéramos imaginado. Nos estamos comunicando con gente que está a miles de kilómetros lejos de nosotros y podemos conectarnos con ellos. También se ha visto que la gente conoce a personas que nunca se podrían haber visto sin la existencia de las redes sociales, puedes encontrar gente que vive en un continente diferente al tuyo con pasiones e intereses iguales a los tuyos y mucha gente ha tomado ventaja de esta herramienta. Hablando e interactuando con gente de muchos sectores del mundo que son distintos al de ellos, pero esto presenta una gran pregunta. Estas conversaciones, vínculos, conexiones e interacciones, ¿podrían ser consideradas conexiones legítimas, cuentan para algo, es humano o solo un tipo de operación virtual en vez de una verdadera conversación humana?

Aunque para mucha gente este argumento sea muy inútil, pues mucha gente ya sabe que es una experiencia muy diferente, creo que es importante ver las diferencias, ventajas y desventajas y poder hacer la pregunta de si en serio es una conexión o interacción real o humana. Este tema se vuelve muy relevante si consideramos el número de conversaciones, diálogos y nuevas amistades que se crearon como consecuencia de la cuarentena y de que la gente haya tenido que usar las redes como su única forma de interactuar. Es un hecho que el uso de las redes sociales ha sido mucho más influyente en la vida de la gente desde la pandemia.

Mucha gente tal vez tenga una idea incorrecta de lo que acaba de hacer y los efectos de usar el mundo virtual como tu única plataforma social.

La mayoría de las interacciones que pasan en las redes sociales y en el Internet son entre gente que ya se conoce, familiares que no han hablado en un tiempo, amigos contándose cosas, hablando de trabajo, actividades, cosas

académicas, etc. Ahí el debate muere muy rápido, pues la interacción que esas personas tienen en la vida real siempre va a ser más real que las conversaciones en el teléfono, pero, ¿por qué? Será porque no se considera el tono de voz o las expresiones faciales y lenguaje corporal que son una gran parte de la forma como nos comunicamos, eso es parte de la respuesta. Pues estos diálogos con solo texto cortan una gran parte de nuestro lenguaje. Pero hay muchas cosas que también hacen que nuestras conversaciones sean humanas.

Algo que diferencia estas conexiones en la vida real con las virtuales son los otros efectos que tienen las redes sociales, la adicción que nos puede dar y la necesidad de siempre checar nuestro teléfono, las notificaciones y *likes* que tal vez sentimos y que tal vez tenga un efecto secundario cuando conversamos por estos medios en vez de estar cara a cara. También está el caso de cómo alguien actúa y cómo se ve en el Internet es muy diferente y si planeas ver a alguien que conociste virtualmente tal vez tengas una experiencia muy negativa y en algunos casos, peligrosa. Pues es muy fácil cambiar tu forma de parecer en las redes, puedes cambiar tu persona entera para que la gente piense diferente de ser, y hasta hay gente que pretende ser otra persona para atrapar y engañar a otros usuarios.

Lo más complicado que puede ser esta conversación es cuando consideramos las relaciones amorosas que la gente intenta generar desde una distancia muy lejana. Los textos y las llamadas son la única forma donde ellos pueden tener momentos con ellos mismos y con todas las otras variables. Es muy difícil decir que esto no es inefectivo, dañino para la mente de las personas involucradas y en unos casos hasta peligroso. El tema de salir con la gente en línea es muy complicado por los riesgos que pueden surgir y los miedos que la gente siente, porque existe la probabilidad de que les estén mintiendo sobre quiénes son o cómo se ven. También están los problemas de expectativas y los problemas que te podría dar pasar tiempo excesivo en las redes sociales. Y cuando alguien caiga en este hoyo de problemas mentales y expectativas, de un aislamiento y la separación de la vida real con su vida amorosa en línea va a tomar mucho poder sacar estas cosas de su vida.

Aunque se han presentado muchos avances para poder hacer la interacción en línea lo más real, segura, auténtica y humana posible con mensajes, llamadas y cosas que van tan lejos como el metaverso, los riesgos y desventajas que traen usar el Internet como tu forma de comunicación primaria son muy grandes para poder ignorar. Esto no significa que debes parar de interactuar con la gente por completo a través de estos medios, pero ten en mente qué es lo que estás haciendo, ¿estás seguro? No estás formando ideas incorrectas de lo que estás haciendo? ¿Lo estás haciendo moderadamente? Y lo más importante, no dejes que la línea entre real y virtual, se mezcle. Debes tener muy claro que son cosas muy diferentes y no deben ser confundidas.

## FOLLOWERS Y LIKES EN REDES SOCIALES: ¿FELICIDAD AUTÉNTICA O INAUTÉNTICA?

ANA PAOLA MUÑOZ FERNÁNDEZ  
Bachillerato UPAEP, plantel Santa Ana

*Sonríe para la cámara.*

En estos días las redes sociales se han popularizado al punto de convertirse en una parte fundamental para el presente de las personas, permitiéndonos compartir con el mundo lo maravillosa que es nuestra vida, y lo dichosos que somos de vivirla. Por supuesto que el compartirla no solo se lleva a cabo porque sí, sino que se espera algo de vuelta, validación, aceptación, felicidad; justo esto es lo que podemos encontrar en dos pequeños botones, disponibles en cada uno de nuestros perfiles, el primero ubicado por debajo de nuestro nombre, *follow*, y el segundo en la esquina inferior izquierda de cada una de las fotos que publicamos, *like*.

¿Cómo es posible que dos pequeños recuadros sean capaces de hacer cada día felices a miles y miles de personas? ¿Qué es a lo que hoy llamamos “felicidad” cuando, hace algunos años, hablábamos de que tal sentimiento se obtenía con amigos, con familia, con nuestras metas? ¿Cuándo fue que nuestra estabilidad comenzó a depender del que otras personas nos indicarán que nos validaban?

Independientemente de la red social que queramos tomar como ejemplo, en cada una nos encontraremos, en distinta presentación, dichos indicadores de que le “gustamos” al mundo. Sin embargo, al paso que las redes sociales se van popularizando más y más, aumentan a la par el número de personas que señalan la toxicidad que se vive dentro de éstas. “¿Has tenido un mal día? ¡No te preocupes y sonríe para la cámara!”. Poco a poco son más los que apoyan y alertan a la sociedad acerca de esta “falsa” felicidad que las redes sociales promueven. De hecho, según el estudio global Happiness, realizado en 2020

en España, indicó que solo un 38% de los habitantes de dicho país afirma realmente ser feliz. Ahora comparemos estos datos con el sinfín de personas que podemos encontrar en Instagram, Facebook, Twitter, etc., que nos afirma llevar vidas de ensueño, buenos padres, buenas madres, excelentes amigos, con cuerpos de ensueño, todos siempre felices y llenos de seguidores, “me gusta” y comentarios.

Nos encontramos a *influencers* asegurando que es gracias al apoyo de sus seguidores que pueden ser felices, indirectamente apoyando la idea de que mientras más *likes* y *followers* nos sentiremos mejor. Es así como asumimos que asegurando que el ser felices en redes sociales eventualmente hará que las personas nos acepten, para así llegar a sentirnos felices con nosotros mismos, sin darnos cuenta de que esta idea o concepto de felicidad más que otorgarnos libertad de ser quienes somos, nos esclaviza y condena a sostener una máscara para sentir que nuestra presencia es parte de algo que la acepta, volviéndonos dependientes de esas sensaciones de alivio y bienestar que provoca cada nueva notificación en nuestros perfiles.

Actualmente nos encontramos con que plataformas gigantes, como Instagram, piensan agregar una opción para ocultar los *likes*. “Queremos que las personas se preocupen un poco menos por la cantidad de *likes* que están recibiendo y pasen un poco más de tiempo conectándose con las personas que les interesan”, dijo Adam Mosseri el director de Instagram. Para encontrar el porqué de esta situación, solo hace falta que miremos hacia el 2007, año de invención del botón *like*, y año donde se impulsó el uso de plataformas como Facebook para poder recibir la aprobación y cariño de personas a nuestro alrededor, a través de la interacción con el botón de “me gusta”. Esto fue poco a poco convirtiéndose en un problema al punto que incluso el ex presidente fundador de Facebook, Sean Parker, mencionó que “el botón *like* se convirtió en un circuito de retroalimentación de validación social”.

Subimos algo a las redes. Si las personas lo aprueban, continuamos. Y, si no lo hacen, cambiamos la estrategia. Y, así, una y otra vez caemos en el mismo círculo vicioso que nos impide ser nosotros mismos y nos ata a vivir a conveniencia de los demás.

Durante la construcción y descubrimiento de nuestra personalidad, inevitablemente intentamos pertenecer a un grupo, sentirnos apoyados, aceptados y unidos a algo, es por esto por lo que brinda tanta satisfacción las reacciones de aceptación que obtenemos en redes sociales, y estos sentimientos alteran la manera en la que nos auto percibimos, y es así como, para este punto, la palabra “autenticidad” comienza a perder su significado.

¿Qué es lo que podemos considerar auténtico y qué no?, para esto debemos partir con que auténtico, por definición, es aquello que se muestra tal cual es, sin engaños ni presunciones.

Y la obligación que se impone dentro de las redes, de mostrarnos como la mejor versión de nosotros mismos, sin defectos, siempre felices, siendo observados, genera inseguridades que deben ser cubiertas por una máscara, para luego asegurar que esta máscara no existe.

Es así como miles y miles de personas pasan por el mismo proceso, cada una perdiéndose cada vez más, y apoyando lo que ven en sus páginas de inicio, creyendo lo que dicen, a sabiendas que muy probablemente no sea la realidad.

Hoy en día se ha normalizado tanto el que vivamos conforme a nuestros perfiles en Internet, sin embargo, debemos de cuestionar la autenticidad que nos brinda esto, y siempre poner por delante aquello que tenemos presente en nuestro día a día. Porque al final, no todo lo que se muestra en las redes es real. Entonces, ¿cómo es que alguien que no es real, puede producir sentimientos que sí lo sean? Todo está en aprender a cuestionar nuestro uso de las redes, y la confianza que les ponemos.

## REFERENCIAS

- El País*. “La felicidad en redes sociales, ¿es felicidad?”, 1 de diciembre de 2020, sec. Laboratorio De Felicidad. [https://elpais.com/elpais/2020/12/01/laboratorio\\_de\\_felicidad/1606810136\\_444866.html](https://elpais.com/elpais/2020/12/01/laboratorio_de_felicidad/1606810136_444866.html).
- La Neurona*. “Los ‘Likes’ de tus redes sociales, auténticos generadores de placer”. Accedido 16 de octubre de 2023. <https://laneurona.com/texto/los-likes-de-tus-redes-sociales-autenticos-generadores-de-placer/>.
- Top Influenz. “Instagram piensa en ocultar los likes: ¿Por qué podría ser un buen cambio?”, 6 de junio de 2019. <https://topinfluenz.com/instagram-piensa-en-ocultar-los-likes-por-que-podria-ser-un-buen-cambio/>.



## EL AMOR EN REDES SOCIALES: SÓLO EL AMOR VERDADERO, PUEDE HACERNOS MÁS FUERTES

NADIA SHERLYN GUTIÉRREZ MARTÍNEZ  
Bachillerato UPAEP, plantel Santa Ana

A medida que la sociedad va creciendo, los dispositivos y medios tecnológicos presentan grandes cambios día tras día, y de igual manera, las formas de manifestar el amor también lo van haciendo. Sin embargo, ¿realmente lo que vemos en redes sociales representa la verdadera cara del amor en sus diferentes aspectos?

Como bien sabemos, el amor es un sentimiento que simboliza unidad en formas diferentes, puesto que puede ser con uno mismo, los amigos, la pareja o la familia; dependiendo del contexto, se busca que incluso cumpla con un objetivo específico, tales como la comprensión, el sentimiento de alegría o el acompañamiento continuo.

Las relaciones dentro de la familia, al igual que todos los aspectos que giran en torno a ésta, han evolucionado ampliamente a medida que va pasando el tiempo, ya que en la actualidad existen percepciones completamente diferentes a las que se tenían, incluso en el siglo pasado, debido a que las formas de pensar, las tradiciones y costumbres han tomado nuevos rumbos actualmente. Por un lado, está lo que observamos a nuestro alrededor en las familias de nuestros amigos, nuestros tíos, padres y hermanos, o las familias que encontramos en los diversos lugares a los que vamos; por el otro, lo que encontramos en redes sociales: familias de famosos, ejemplos de familias perfectas de amigos que viven lejos de nosotros, o el estilo de vida de muchos *influencers*. Sin embargo, la realidad va mucho más allá de lo que vemos en redes sociales.

Desafortunadamente, muchas veces soñamos con tener la familia perfecta e ideal, algunos sueñan con ser los más adinerados, otros con ser los más

reconocidos por sus buenas acciones, otros prefieren ser los más exitosos, y algunos más, ser una familia feliz, sin preocupaciones, ni problemas. Por desafortunado que parezca, esto es sumamente difícil en la sociedad actual, por la única y sencilla razón de que cada vez existen menos familias dispuestas a sacrificar sus intereses personales, con la finalidad de lograr un objetivo en conjunto.

El trabajo, la escuela, los amigos, la pareja, todos se encuentran cada vez más inmersos en su vida propia, y sólo se acuerdan realmente de su familia en fechas importantes o cuando surge algún interés. Claramente no siempre es así. Sin embargo, ¿por qué a pesar de que estamos peleados con nuestro padre o madre y llevamos sin hablar durante un largo tiempo, el día de su cumpleaños subimos una foto a Instagram diciendo que es el o la mejor de todo el mundo? O, ¿por qué nunca le mandamos mensajes a nuestros hermanos, aunque sea de vez en cuando, pero en el momento en que necesitamos un favor acudimos rápidamente a ellos? Es verdad que todos tenemos ocupaciones diferentes, pero, ¿acaso nuestras familias ya no son importantes?

Tristemente, los jóvenes de hoy en día buscan tener vidas perfectas, igual a las familias, noviazgos y amistades que ven en redes sociales. Ya nada es igual que antes. El círculo familiar se rompe; las relaciones se terminan por un simple *like*, o porque la persona no le dio “me encanta” a la foto. A través de las redes sociales, se envían mensajes demostrando mucho amor y cariño, pero cuando están en persona, apenas y pueden dirigirse la palabra, son muy cortantes, o ni siquiera pueden darse un abrazo, saludarse o tomarse de la mano. ¿Esto realmente es amor? Desafortunadamente, para muchos individuos sí lo es.

Sabemos que ya nada volverá a ser igual que antes, la sociedad se mantiene cambiante, hay cada vez más formas de expresar el amor de acuerdo con lo que vemos a nuestro alrededor, pero, ¿por qué no cambiamos la perspectiva del amor desde las redes sociales, en lugar de dar una idea completamente contraria del mismo?

Reforcemos el núcleo familiar, al igual que otros aspectos del diario vivir.

Fomentemos en la familia la verdad y el amor, que en las redes sociales se refleje un sentir sincero, no sólo para encajar en la sociedad y quedar bien ante los demás; de manera física, también hay que demostrar nuestros sentimientos verdaderos, ya no sólo con palabras, sino también con acciones. Es cierto que no todo es perfecto, así como hay momentos maravillosos y llenos de energía, también los hay de tristeza, enojo, e incluso decepción. Pero como familia y personas que nos amamos, debemos buscar ese cambio en conjunto, y así aclarar el verdadero significado de “AMOR”.

Es verdad que nosotros como jóvenes buscamos convivir a través de las redes sociales, pero, ¿por qué no de vez en cuando dejarlas de lado, e intentar hablar con nuestros padres, amigos, hermanos, y distintos familiares? Si ellos no dan el paso, debemos ser nosotros los que demos que todavía existe ese amor verdadero, sentarse a platicar un rato, organizar una salida, o simplemente comer juntos y compartir nuestras experiencias. Y por qué no, demostrarle a los demás que también las relaciones, ya sea de amigos o de pareja, pueden ser reales y llenas de amor, en las que se dé mayor importancia en la atención de manera física, y no sólo por redes sociales.

¿Se imaginan un mundo en donde todos seamos capaces de dar y recibir amor de una forma sincera? Yo sí, pero es necesario que todos y cada uno de nosotros también lo crea, y no sólo eso, sino que hagamos lo posible porque se vuelva realidad. Después de todo, el amor en las redes sociales puede ser verdadero, pero el amor en la vida real, en vivo y en directo, no tiene comparación alguna.

## REFERENCIAS

- Bécares, Guadalupe. “El amor en tiempos de Instagram”. *Ethic*, 28 de agosto de 2019. <https://ethic.es/2019/08/el-amor-en-tiempos-de-instagram/>.
- Infobae. “El amor en tiempos de redes sociales: de qué se trata el fenómeno del “orbiting””, 2 de febrero de 2020. <https://www.infobae.com/tendencias/2020/02/03/el-amor-en-tiempos-de-redes-sociales-de-que-se-trata-el-fenomeno-del-orbiting/>.
- Nigro, Mónica. “El amor en el siglo XXI”. Madrid -, 2009. <http://psicoactualidad.com/principal/articulos-y-publicaciones-de-psicologia/53-el-amor-en-el-siglo-21-psicoactualidad.html>.



## AMOR EN LAS REDES SOCIALES

ALEJANDRO MOYAHO ROMERO  
Bachillerato UPAEP, plantel Santiago

Con el Internet y el surgimiento de las redes sociales las costumbres en muchos aspectos han cambiado. Con relación al amor entre parejas, han pasado a segundo plano las invitaciones a una cita romántica o las cartas de amor. Ahora las relaciones comienzan con un *like* o una invitación a seguir una cuenta en alguna red social, como Facebook o Instagram.

Las redes sociales pueden ayudarnos o afectarnos en la vida. ¿Qué tan bueno es tener una relación a distancia? O, ¿qué tan confiable puede ser tener una relación por aplicaciones como WhatsApp?, por ejemplo. Actualmente, muchas parejas que se creían estables han llegado a separarse o divorciarse por causa de las redes sociales, confirmando los riesgos de llevar una doble vida a través de éstas. A continuación, expondré algunas de las desventajas que las redes sociales tienen al momento de iniciar una relación a través de ellas y las consecuencias que éstas generan.

Si nos ponemos a pensar, ¿qué pasa si juntamos una relación amorosa y una red social? A veces pueden tener consecuencias negativas, ya que algunas personas se pueden hacer pasar por otras y obtener información para hacer cosas malas o inadecuadas. Cuando se tiene una relación amorosa a través de redes sociales, se debe considerar que la relación está siendo observada por muchas personas, como amigos, familiares, compañeros de trabajo, incluso exparejas. Es muy fácil juzgar a la distancia.

Hay muchas parejas a las que no les preocupa esta situación, al contrario, se sienten cómodas y su autoestima se eleva cuando reciben un *like* en sus fotos o historias o leen un comentario positivo. Sin embargo, no siempre es así, pues algo que poseen las redes sociales es que puedes fingir emociones sin que los demás lo noten. Pero, ¿qué pasa cuando las respuestas de nuestros contactos no son las que esperábamos? Este tipo de conductas vuelven a los usuarios de

redes sociales poco tolerantes y, en ocasiones, malinterpretan los comentarios que reciben sus parejas cuando suben una fotografía a sus redes sociales.

Esto da pie a otro concepto que interviene entre redes sociales y amor: los celos. Fernandes menciona que el celo “es el acto cosificador en las relaciones sociales. El acto de celar es la culminación de la percepción del otro como propiedad privada”.<sup>1</sup> Las parejas que debido a las redes sociales se encuentran en esta situación, se ven rodeadas de muchos factores que afectan a la intimidad y privacidad de manera negativa. Los celos generan conflictos e inseguridades, ocasionando problemas entre la pareja.

Las redes sociales son buenas en algunos aspectos; te sirven para aprender sobre algún tema que no conocías, crear movimientos de apoyo, hacer publicidad de algún producto o servicio. Sin embargo, para tener una relación, se vuelven complicadas, pues se pierde la interacción con el mundo real, la familia y sociedad. En las redes expones tu información personal a desconocidos y puedes llegar a ser víctima de estafas o chantajes.

A nivel mundial, se conocen un gran número de casos de divorcios provocados por el empleo de las redes sociales. El constante uso de éstas puede generar una adicción y te aleja de las personas que quieres y, por supuesto, de tu pareja. Ante una relación no exitosa, las personas terminan eliminando sus perfiles de las redes sociales, debido a un posible daño emocional.

La interacción con parejas del pasado, así como con nuevas amistades, podrían ocasionarles ansiedad. Creo que el contacto físico en una relación siempre es lo mejor; tienes la posibilidad de conocer a la pareja de una manera especial e íntima. Puedes entender sus emociones y sentimientos verdaderos. Al tenerla cara a cara puedes sentir si hay una conexión y saber más sobre ella por intuición porque no está ocultando su identidad real. Por el contrario, en una relación de redes sociales de alguna manera terminas timado e incluso frustrado. Hay que valorar lo que es realmente importante.

## REFERENCIAS

Fernandes Cabal, Agustín Joel. “Amor y Redes Sociales: Exhibición, Cosificación y Celos”. *The Conversation*, 25 de julio de 2021. <http://theconversation.com/amor-y-redes-sociales-exhibicion-cosificacion-y-celos-161199>.

---

1 Agustín Joel Fernandes Cabal, “Amor y Redes Sociales: Exhibición, Cosificación y Celos”, *The Conversation*, 25 de julio de 2021, <http://theconversation.com/amor-y-redes-sociales-exhibicion-cosificacion-y-celos-161199>.

## AMOR EN LAS REDES SOCIALES

CANDY MONTSERRAT TAPIA SANTACRUZ  
Bachillerato UPAEP, plantel Santiago

¿Qué es el amor? Seguramente esta pregunta es en la que se admiten más respuestas, ya que no hay un solo punto de vista para determinar este concepto. Según Palazón “El amor no sólo son mariposas en el estómago, es una mezcla entre paciencia, comunicación, perseverancia, compañerismo, demostrarle a otra persona que la quieres, la cuidas y la respetas”.<sup>1</sup> Ésta es una buena idea acerca del concepto, pero como tal, no es la definición del amor, puesto que hay muchos amores, diferentes tipos, hacia diferentes personas. Podemos coincidir en que no hay una sola interpretación para determinar algo tan humano y, al mismo tiempo, tan complejo. Aunque muchas veces decimos amar a una persona, ¿realmente sabemos o nos ponemos a pensar qué es el amor y lo que implica esto? De acuerdo con López, “el amor no se encuentra, el amor se construye”.<sup>2</sup> Lo que quiere decir es que, cuando existe confianza y el amor es verdadero, la relación será fuerte y ambas partes harán lo posible por amar de verdad.

El amor y la interacción con personas son campos que han evolucionado a partir del uso del Internet fijo y móvil, principalmente gracias al hecho de ser una puerta de acceso directo a distintos servicios que facilitan nuestra vida. La influencia y presencia de la mensajería instantánea, las redes sociales, la tecnología, las aplicaciones para encontrar pareja o solamente ligar y la distribución de contenido pornográfico y erótico, son varios de los servicios que de alguna manera “dejan entrar el amor” a la vida de los usuarios, ya que han transformado el amor en pareja, pues han hecho más fácil la relación

---

1 Miguel Palazón, “¿Qué es el amor? 12 definiciones según 12 personas distintas”, COPE, 13 de febrero de 2018, [https://www.cope.es/actualidad/sociedad/noticias/que-amor-definiciones-segun-personas-distintas-20180213\\_171169](https://www.cope.es/actualidad/sociedad/noticias/que-amor-definiciones-segun-personas-distintas-20180213_171169).

2 Blanca López, “Los 5 pilares básicos en una relación de pareja [Guía]”, *Blanca López de Etxazarreta* (blog), 18 de mayo de 2021, <https://blancaetxazarreta.com/2021/05/18/pilares-basicos-relacion-pareja/>.

entre personas mediante el ocultamiento de personalidad. Por esto mismo, el ambiente se siente más manejable y menos hostil que teniendo una interacción cara a cara. Además, cuando se interactúa con una persona de manera virtual, el individuo se va a acostumbrar a creer en lo que ve. Por dar un ejemplo: fotos, *stories*, mensajes. Todo esto enceguece a las personas y terminarán por idealizar a los demás. Esto provocará que al individuo no le agrade la otra persona o sus expectativas acerca de él o ella bajen cuando ambos se conozcan.

Un caso común es que una pareja tenga una buena relación e interactúen de manera sana, incluso llegando a tomar a la ligera cualquier insinuación de otros usuarios en las redes. Sin embargo, es muy común que no todas las parejas cuenten con la madurez necesaria para enfrentar los celos, las inseguridades y otros detalles que pueden hacer que la relación termine. Es importante recordar que las redes sociales pueden ser o muy buenas o muy malas. Todo depende de las bases que se tengan en la relación, como el respeto y la confianza entre ambos.

Actualmente existen diferentes versiones y puntos de vista de gente que ha podido vivir la experiencia de iniciar y mantener una relación a distancia, más cuando los avances tecnológicos han permitido comunicarse vía mensaje o llamada en cuestión de unos segundos. No obstante, está claro que el romance por las vías de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) no componen un sustituto del romance de carne y hueso, sino que se refuerzan y complementan mutuamente. ¿Hay alguna ventaja del romance en línea? Puede parecer obvio, pero sí tiene ventajas, pero como con todo, esto también trae consigo desventajas.

Por hablar acerca de algunas ventajas: puedes estar todo el tiempo en contacto con tu pareja. Le escribes, te responde, se pueden etiquetar en publicaciones, darse *like* y comentar sus fotos. Puedes enseñar tu relación a las demás personas para que vean que es bonita, está llena de amor y cariño. Además, puede ser útil para resolver conflictos, debido a que se pueden mandar mensajes, audios, fotos, videos, realizar videollamadas o llamadas simplemente para tratar de estar bien mientras estén lejos uno del otro. En las desventajas, es lindo que los demás vean cómo es tu relación, pero se debe tener en cuenta que se está abriendo la vida privada a la gente que no le importa saber acerca de tu pareja o puede aprovecharse para arruinar la relación con cada cosa que se comparta. El uso de la tecnología y las redes sociales no sólo genera beneficios para la pareja, también posibilita la infidelidad entre los enamorados.

En conclusión, podemos recalcar que una relación de pareja es como un edificio, ya que sin unos buenos pilares estará destinada al fracaso. Así como

las redes sociales acercan a las parejas, hacen llevadera la comunicación y las mantienen comunicadas, también existe el riesgo de caer en la trampa de personas sin escrúpulos que se esconden en una falsa identidad para engañar a jóvenes y hacer que caigan en la prostitución o trata de personas. Ante este panorama, una medida positiva es brindar educación sexual de manera temprana, porque las TIC no van a desaparecer, sino todo lo contrario, van a crecer, por lo que hay que mejorar su uso a través de la información y que sectores como niños y adolescentes aprendan a manejarlas y a decir “no” cuando detecten un peligro.

## REFERENCIAS

- López, Blanca. “Los 5 pilares básicos en una relación de pareja [Guía]”. *Blanca López de Etxazarreta* (blog), 18 de mayo de 2021. <https://blancaetxazarreta.com/2021/05/18/pilares-basicos-relacion-pareja/>.
- Palazón, Miguel. “¿Qué es el amor? 12 definiciones según 12 personas distintas”. COPE, 13 de febrero de 2018. [https://www.cope.es/actualidad/sociedad/noticias/que-amor-definiciones-segun-personas-distintas-20180213\\_171169](https://www.cope.es/actualidad/sociedad/noticias/que-amor-definiciones-segun-personas-distintas-20180213_171169).



## MI FAMILIA EN TIEMPOS DE REDES SOCIALES: MÁS CERCA, MÁS LEJOS

MARÍA JOSÉ PALOMINO RIVERA  
Bachillerato UPAEP, plantel Santiago

Tener una familia es algo increíble, tener quien se preocupe de uno y en quien contar. Sin embargo, estos lazos de unión y comunicación que deben existir están empezando a desaparecer. En los últimos años, todos caímos –en mayor o en menor grado– en la adicción a la tecnología, las redes sociales, videojuegos y la comunicación de manera online. ¿Realmente es lo mismo hablar por chat que en persona con tu familia? No del todo, es verdad que la comunicación en chat es práctica cuando estamos lejos de nuestros seres queridos. Pero estar en casa tampoco es garantía de contacto personal con nuestros familiares, pues muchas veces nos dispersamos, no hay contacto visual o físico. No platicamos ni nos interesamos en otros.

En la actualidad, la mayor parte de la población vive problemas emocionales. Algunos son generados en casa, pero otros por la situación social que vive el mundo. A veces nos distanciamos de la familia, ya que, tristemente, suelen ser los primeros en causarnos grandes heridas en el corazón. La tecnología, entonces, nos ayuda a desahogarnos de aquellos problemas, como poner una *playlist* y llorar o subir fotos para conseguir *likes* y aprobación social. Nos sentimos mejor, aunque esto no resuelve el problema de fondo, ya que muchas de nuestras inseguridades, inquietudes y miedos son ocasionadas por las personas que deberían preocuparse por nosotros.

Hay momentos en los que necesitamos un consejo, un abrazo o una palabra de apoyo. Sin embargo, solemos escuchar frases como: “estoy ocupado”, “ahora no”, “después, que ahora estoy cansado”, “sólo exageras y haces drama”. Quienes deberían confortarnos continúan inmersos en su mundo de tecnología, inmersos en la esclavitud de su entorno. A veces es más prioritario ver

un meme, revisar nuestro número de *likes* o ver un tutorial de YouTube que apoyar a quienes más nos necesitan. Ya no solemos recurrir a un abrazo, un “te quiero”, un “me importas” o un “yo estaré contigo”. Estas frases pueden sanar más heridas de las que pensamos. Hablar, pedir disculpas, reconocer nuestros errores y alejarnos un poco de la tecnología, nos puede mostrar caminos que antes no pensábamos que existían.

Las redes sociales y el Internet son inventos que pueden tener implicaciones positivas en nuestras vidas, pero también influyen en nuestra separación como familia. Lo más triste y duro de entender es que nunca sabremos cuándo será la última vez que puedas pasar tiempo con quien quieres, cuándo será la última vez que escucharás su voz, la última vez que le dirás que le tienes aprecio. Los *likes*, los memes y los tutoriales seguirán ahí por años, pero las personas no, son solamente prestadas, nos las presta la vida para enseñarnos a amar y convivir. A pesar de que algunos seres queridos nos causen heridas con acciones pasadas, nunca es tarde para pedir perdón, reconocer nuestros errores y arreglarlos.

No hay familia perfecta en esta vida, la perfección es un estereotipo de la sociedad. Persiguiendo ese ideal falso dejamos atrás la unión, el apoyo mutuo, la salud mental y emocional de cada integrante de la familia. No debemos normalizar la desunión familiar. A pesar de que tengamos ideas diferentes y nuestras generaciones sean muy distintas, tenemos que hacer un esfuerzo por entendernos y aprovechar, ahora que podemos, a nuestra familia. Los mejores abrazos y la mejor convivencia no están en un aparato o en una aplicación. La felicidad hay que buscarla en aquello que tenemos al alcance de la mano y no en una tecnología que, es cierto, nos da unos minutos de felicidad, pero que después se convierte en tiempo vagamente perdido.

## MI FAMILIA EN TIEMPOS DE REDES SOCIALES: MÁS CERCA, MÁS LEJOS

YARETZI MAHELET AGUILAR GONZÁLEZ  
Bachillerato UPAEP, plantel Santiago

Cuando despertamos encontramos una necesidad fuerte de localizar nuestros dispositivos electrónicos, pero la pregunta es “¿por qué?”. ¿Es un vicio? ¿Una adicción? ¿O solo es una distracción? Estas son preguntas que no solemos hacernos con frecuencia, pero si nos adentramos en ellas, podemos encontrar grandes respuestas no solo a las preguntas anteriores, sino también a aquellos problemas que forman parte de nuestro día a día.

Desde pequeños podemos ir formando la definición de la palabra “familia”, que según expertos es un “grupo de dos o más personas que viven juntas relacionadas por consanguinidad, matrimonio o adopción”.<sup>1</sup> Esta definición, aunque es acertada, no describe el lazo emocional y el cómo la familia es parte de nuestra personalidad.

En el texto anterior se menciona a los dispositivos electrónicos y a la familia, pero, ¿cómo se relacionan? Considero que cada individuo puede tener una respuesta diferente y aquí te explico el porqué. Con el paso del tiempo la tecnología y el ser humano han evolucionado al unísono y una de las principales consecuencias han sido los medios de comunicación que hoy en día llamamos redes sociales. Las redes sociales ahora son fundamentales e incluso por muchos son consideradas como una de sus necesidades primarias, ahora bien, sabemos que por ser tan importantes son siempre necesarias y que ocupan la gran mayoría de nuestro tiempo. Si nos ponemos a pensar en todo lo que vemos en redes sociales que tiene alguna consecuencia en nosotros, nos

---

1 Roger D. Blackwell, James F. Engel, y Paul W. Miniard, *Comportamiento del consumidor*, 9.<sup>a</sup> ed. (Thomson, 2001).

sorprenderemos. Por ejemplo, se ha comprobado que al ver una prenda de ropa de un artista nos motiva a querer comprarla y tenerla.

Hasta ahora hemos notado que las redes sociales sí influyen en nuestra identidad e inconscientemente también en nuestra convivencia. Personalmente cuando me encontraba en la etapa de la niñez yo solía pasar horas jugando con juguetes y con mis padres. Hoy en día he observado a los menores tener atracción por un dispositivo electrónico en el que los padres confían ciegamente para entretener a su hijo.

Los padres suelen distraerse demasiado en el cuidado de sus hijos por el uso de las redes sociales. Hasta se han reportado casos de niños secuestrados o intentos de secuestro al notar que sus padres se encontraban distraídos hablando por teléfono o simplemente mirando las novedades en las noticias por medio del celular; así como casos de ciberbullying, e incluso también consecuencias en los adultos como accidentes automovilísticos o asaltos.

Un punto muy importante por tocar es que los adolescentes somos los más propensos a caer en malos pasos por el mal uso de las redes sociales, ya que se ha comprobado que existe mayor dependencia a estas en este sector de la población que en otros. Esto se debe a que lo encuentran como un lugar en donde pueden expresarse, pero a veces lo hacen sin ser tan precavidos e inconscientemente liberan su privacidad, y por eso es importante la comunicación entre padres e hijos.

Gracias a las redes sociales existe comunicación entre todo el mundo y es más fácil comunicarse con nuestros conocidos. ¿Quién diría que hace 70 años la única manera de comunicación era tener contacto directo o mandar postales y cartas que fueran recibidas casi una semana después de lo acordado? Las noticias no llegaban con facilidad al público, sino que las personas tenían que enterarse por medio de un periódico o algunos dichosos por la televisión.

Hoy en día lamentablemente la tecnología nos ha distanciado de nuestra familia a pesar de ayudarnos a comunicarnos, ya que ahora decidimos mandar un mensaje de texto en vez de tener contacto con una persona. Para comprobar esto, quiero que pienses en lo que haces durante una comida normal junto tu familia. ¿Tienes una plática activa con tu familia? Y si tu respuesta es no, quiero que pienses las veces que agarras el celular durante ese instante de tiempo, o simplemente durante tu día cuenta las veces en las que haces uso del celular mientras alguien se dirige a ti.

Si esta lectura llega a ti como padre de familia, quisiera que reflexiones sobre el uso de las redes sociales y el peligro que éstas traen consigo para tu hijo. También que reflexiones que pasarse todo el día en ellas no es sano; todo ser humano necesita convivencia física y un buen lazo familiar. Reflexiona

cuáles son los efectos de la tecnología en tu persona y si es que tú también ignoras a tu hijo por contestar mensajes de trabajo o simplemente estar “pegado al celular”.

Si eres adolescente y has llegado hasta esta parte de la lectura, igual te invito a reflexionar y a utilizar las redes sociales para causar un impacto positivo en el medio en el que te rodeas, haciendo las redes sociales un lugar de aceptación y de apoyo para todo público. La familia siempre te acompañará para toda la vida y tener un tiempo de convivencia familiar es lo que marca la diferencia.

## REFERENCIAS

Bécares, Guadalupe. “El amor en tiempos de Instagram”. *Ethic*, 28 de agosto de 2019. <https://ethic.es/2019/08/el-amor-en-tiempos-de-instagram/>.



## ¿SOY LOS *LIKES* Y SEGUIDORES QUE TENGO?

DIANA MARIEL AVELINO REYES  
Bachillerato UPAEP, plantel Tehuacán

*Carl Sagan decía que vivimos en un mundo completamente rodeado de la tecnología, al punto que resulta indispensable para nuestro desarrollo, incluyendo obviamente al desenvolvimiento de nuestra persona, de nuestra identidad y de los distintos grupos a los que pertenezcamos, sin embargo, también nos hemos rodeado de una actualidad en dónde la mayoría de las personas desconoce de estos temas; como jóvenes que se enfrentan a instancias que envuelven a nuestro crecimiento entre tecnología, dispositivos y redes sociales, ambas partes pueden constituir una fórmula para el desastre.*

Avelino, 2022

A quien corresponda:

Me gustaría comenzar saludando a cada una de las personas de las cuáles tengo el goce de ser leída. Y esto como parte de una comunidad estudiantil que se preocupa por los distintos momentos a los que nos enfrentamos como adolescentes, pues esta realidad continúa avanzando en distintos aspectos y va formándonos en diferentes maneras. Es así como agradezco y aprovecho esta oportunidad de tomar la palabra a través de este medio, con el fin de representar a una hija de familia que desea atender uno de los principales retos que tenemos como juventud: *followers* y *likes* en redes sociales: ¿Felicidad auténtica o inauténtica?

Como adolescente, he sido capaz de observar en mi día a día la forma en la que usamos las redes sociales, principalmente plataformas como Facebook e Instagram, espacios que se caracterizan por compartir fotografías o publicaciones que crean un perfil y una percepción sobre quién eres. Analizando, entonces, podemos concluir en que la popularidad y la aprobación se mide en reacciones, comentarios y seguidores que respalden tu existencia. Todo

esto ha orillado a que inconscientemente queramos dejar establecida nuestra esencia por vernos en la necesidad de demostrar nuestra propia felicidad en una competencia interminable que se llena de fotografías y *selfies* sonriendo. Conocemos a personas que de forma presencial son bastante introvertidas y calladas, y, a pesar de ello, por la media social se muestran mucho más abiertos y amigables de lo que suelen ser. Tal y como lo explica Josep Lluís Micó, director del grado de Periodismo en la Universidad Blanquerna:

No hay datos empíricos para concretar qué porcentaje de gente desdobra su comportamiento en internet, pero basta observar cómo se comporta la gente que tienes alrededor y las noticias que trascienden en los medios de comunicación para constatar que muchas personas que parecen ser una cosa, en la red son otra.<sup>1</sup>

La necesidad de pertenecer o ser aceptado por un grupo, e inclusive de cometer acciones que no nos atreveríamos de frente, muestran una realidad en la cual nadie de nosotros podría terminar de confiar acerca de quién o qué vemos y leemos por estos medios. Se genera, entonces, un escenario en que cada uno construye a su ser, como si se tratara de un avatar que vistes: colocas las aptitudes más reconocidas, el vocabulario, los gustos más populares y las fotos donde aparezcas más feliz, con más lujos o con más amigos, para obtener la atención y aceptación que se refleja en *likes* y comentarios halagando a tu persona. Finalmente, como seres humanos de esta actualidad, podemos indicar que necesitamos el reconocimiento de nuestros iguales para sentirnos realizados.

Todo esto trae consigo consecuencias graves. Colocar tu aprobación y aceptación en otros individuos posiciona tu felicidad –y, con ello, tu autoestima– en un estado vulnerable que se hace dependiente de la opinión pública. Creamos una relación meramente estrecha entre nuestro amor propio con la cantidad de comentarios positivos que obtengamos. ¿Podría ser esto correcto para los adolescentes que recién están construyendo su propia forma de ser? ¿De qué forma amenaza nuestro desarrollo el hecho de que adoptemos gestos o gustos que no son natos de nosotros? Podemos ser testigos de cómo existen individuos colocando su valor como persona de acuerdo con la cantidad de riqueza que tienen, de los diplomas o el rango de su profesión; sin embargo, también debemos reconocer que puede basarse en la cantidad de gente siguiéndonos o alardeándonos:

---

1 Mayte Rius, “Mi otro yo de las redes sociales”, La Vanguardia, 22 de junio de 2012, <https://www.lavanguardia.com/estilos-de-vida/20120622/54314745034/mi-otro-yo-de-las-redes-sociales.html>.

Hemos dejado de cultivar una personalidad para diseñar un perfil en redes para recibir la aceptación de desconocidos, en vez de construir relaciones interpersonales sanas. Los sentimientos son estados de Facebook, los momentos son fotos en Instagram, y los amigos son seguidores.<sup>2</sup>

El riesgo que corremos tras olvidar que mi autoestima se basa en algo mucho más profundo que los *likes* que tengo es justamente peligroso para nuestro crecimiento. Buscamos aumentar nuestro amor propio de manera externa y no interna, olvidamos el origen de la verdadera felicidad, nos alejamos de nuestros padres y de nuestros hermanos, y recurrimos a un mundo externo en el que sólo somos un perfil más.

Retomando la parte de nuestra doble realidad y de nuestra autoestima en las manos equivocadas, llegamos a uno de los problemas más recurrentes en los jóvenes: la búsqueda de nuestro yo. Luego de todo este avance tecnológico, generalmente los adolescentes suelen perderse con más frecuencia en el hallar quiénes son. No somos capaces de cuestionarnos si lo que tenemos puesto lo usamos porque nos agrada, o porque es algo que está en tendencia y lo usan personas con muchos *followers* y *likes* en sus redes. Y por eso nos sentimos vacíos e infelices, porque olvidamos qué queremos ser y nos volvemos un producto de lo que otros quieren que seamos.

Hemos construido un mundo que se basa en cosas meramente externas a lo que somos. Dejamos de lado nuestros valores, nuestros ideales propios y nuestra personalidad nata para otorgarle a las redes sociales la determinación de nuestro valor y nuestra felicidad con reacciones y comentarios que nos llenan momentáneamente. Por lo que es importante recurrir al núcleo de nuestra persona, a la familia, a la identidad propia que no es influenciada por externos para poder entender que somos más que un ser digital, que poseemos nuestra propia esencia que se basa en nuestra integridad que nos hace humanos, humanos capaces de darnos valor de manera interna. Y, de este modo, construir nuestra verdadera fórmula que nos evite el desastre y, en su lugar, genere la armonía entre lo digital y nuestra propia existencia.

2 Betzabé Vancini, "El autoestima detrás de los "likes"", Central. Periodismo Irreverente, 10 de enero de 2017, <https://www.periodicocentral.mx/2017/columnistas/tu-yo-y-el-ello/item/406-el-autoestima-detras-de-los-likes>.

## REFERENCIAS

- Rius, Mayte. “Mi otro yo de las redes sociales”. La Vanguardia, 22 de junio de 2012. <https://www.lavanguardia.com/estilos-de-vida/20120622/54314745034/mi-otro-yo-de-las-redes-sociales.html>.
- Vancini, Betzabé. “El autoestima detrás de los “likes””. Central. Periodismo Irreverente, 10 de enero de 2017. <https://www.periodicentral.mx/2017/columnistas/tu-yo-y-el-ello/item/406-el-autoestima-detras-de-los-likes>.

## ¿SER FELIZ O ENCAJAR EN LA SOCIEDAD?

MARIANA VIDAL CATALÁN  
Bachillerato UPAEP, plantel Tehuacán

*Hoy todo el mundo parece idéntico porque nadie tiene tiempo para diferenciarse, ni siquiera tiene tiempo para comprar.*

Douglas Coupland

*La mayoría de las personas son otras: sus pensamientos, las opiniones de otros; su vida, una imitación; sus pasiones, una cita.*

Oscar Wilde

*En el pasado eras lo que tenías, ahora eres lo que compartes.*

Godfried Boogaard

Estas son algunas frases de algunas personas del pasado, frases en las que comparten sus opiniones, opiniones con las que yo concuerdo. No hace mucho mi profesor de informática nos puso un capítulo de la serie Black Mirror, en donde se mostraba un lado que tenía la tecnología, un lado del que todos sabemos, pero casi nadie habla: la fuerza con la que se meten las redes sociales en nuestra identidad como persona. En cuanto avanzaba el capítulo, el maestro puso pausa y preguntó la opinión que teníamos acerca de lo observado. Recuerdo que unos decían que estamos forzados a reservarnos nuestra opinión para así caerle bien a los demás; alguien más decía que a él como niño las redes sociales le afectan, y no solo a él, sino que también a más compañeros, y que eso era más común de lo que la sociedad cree, pero que, por ser varones, se considera una tontería. Mientras, yo pensaba cómo fue que dejamos que un par de *bits* definieran quiénes somos. En las redes sociales: ¿realmente somos felices o aparentamos serlo?

Algunos datos dicen que más del 70% de los jóvenes son felices cuando reciben muchos *likes* en redes sociales. Y es cierto: a todos nos agradan estas

interacciones en redes. Yo también me pongo feliz cuando subo algo que me gusta y recibo muchos “me gusta” y varios comentarios de personas, dando como resultado que me sienta satisfecha y feliz con lo que soy. Todo va bien hasta que creo una idea de mí, la idea de que lo importante que soy depende de la cantidad de corazones que me dan y de la cantidad de gente que me sigue, y, así, creo a alguien más, a una máscara.

Creo una máscara, alguien más, alguien que sí encaja en la sociedad, alguien que fuera como todos los demás, provocando que mi autoestima y felicidad solo fueran fortalecidas con ese sonido de notificaciones; un *like* por mi identidad, una recompensa, un premio por haber perdido mi autenticidad y mi verdad. Y todo esto surgió porque cuando subí una foto de algo que me gustó no le gustó a nadie, pero cuando subí algo que a todos les gustaba mis notificaciones siempre estuvieron sonando, lo que provocó que siguiera ese camino, el camino en el que no me importaba ser feliz mientras encajara con todos los demás. Así fue durante un tiempo, hasta que un día en clase de “Identidad” mi maestro dijo: “no está mal utilizar máscaras, lo malo es olvidarse de tu rostro”.

Y como dice la reina del *pop country*, es decir, Taylor Swift: “Si tienes la suerte de ser diferente, no cambies nunca”. Ahí comprendí que no está mal ser diferente, que no está mal ser quien eres, que no eres más valioso por tener más seguidores y que tampoco eres menos por tener menos *likes*. En ese momento entendí que ser feliz a veces significa no encajar con la sociedad, ¿de qué me servía tener miles de reacciones y miles de comentarios de personas que ni siquiera conocía diciendo que quisieran ser como yo cuando ni siquiera sabía quién era? Ahí me propuse dejar todo eso y encontrarme a mí misma, educándome en el uso de redes sociales, porque, como lo menciona Doug Cooper: “La identidad no se puede encontrar o fabricar, pero surge de adentro cuando uno tiene el coraje de dejar ir”.

Así que, mediante esta carta, te invito a que luches. Lucha por tu identidad, por aquello que tú eres, lucha por tu libertad y por tu esencia. Y, sí, da miedo, porque hay que renunciar a cosas, a aquellas cosas que la sociedad nos ha enseñado, como esta relación de que a más *likes*, más felicidad, y que no importa quién seas, porque lo único importante es que encajes en la sociedad. El precio de todo esto es tu identidad.

Así que vive, vive siendo tú, deja de perder el tiempo, deja de perder tu identidad por estar demasiado preocupado por aquello que no resulta importante, sube aquello que amas y aquello que te gusta, que no te importe la cantidad de reacciones, de comentarios o de personas que te siguen, porque mañana no habrá nadie que te vaya a juzgar. Como dice Steve Jobs: “Tu

tiempo es limitado, de modo que no lo malgastes viviendo la vida de alguien distinto”.

## REFERENCIAS

- Heraldo. “Más del 70% de los jóvenes son felices cuando reciben muchos “likes” en las redes sociales”, 17 de octubre de 2023. <https://www.heraldo.es/noticias/aragon/2018/06/22/mas-del-los-jovenes-son-felices-cuando-reciben-muchos-likes-las-redes-sociales-1250556-300.html>.
- Islas, Octavio. “Cifras sobre jóvenes y redes sociales en México”. *Entretex-tos* 7, n.º 19 (7 de abril de 2015): 1-16. <https://doi.org/10.59057/iberoleon.20075316.201519484>.
- Ramírez, M. “Uso de redes sociales en México: más de 102 millones acceden al social media, la mayoría a Whatsapp (2022)”. *Marketing 4 Ecommerce*, 14 de febrero de 2022. <https://marketing4ecommerce.mx/uso-de-redes-sociales-en-mexico/>.
- Torres, Arturo. “Así es como los “likes” en redes sociales afectan a tu cerebro”. *Psicología y Mente*, 19 de junio de 2016. <https://psicologiaymente.com/neurociencias/likes-redes-sociales-afectan-cerebro>.
- Velásquez Loaiza, Melissa. “Adicción a las redes sociales: ¿Por qué nos atraen tanto?” *CNN* (blog), 29 de octubre de 2021. <https://cnnespanol.cnn.com/2021/10/29/redes-sociales-adictivas-facebook-instagram-twitter-orix/>.



## LICENCIATURAS

### LA ÚLTIMA CONEXIÓN

FÁTIMA BAÑOS TERUGGI

Licenciatura en Pedagogía e Innovación Educativa

Es un hecho que las redes sociales han cambiado la forma en la que nos comportamos. Empezar el día y ver el celular, conectarnos a primera hora, ver lo que otros hicieron el día anterior, lo que sucedió en el mundo, etc., es parte de nuestra rutina diaria. La dinámica individual ha cambiado y, por ende, la vida en comunidad. La vida en familia es diferente ahora con las redes sociales. Más aún, la pandemia ha hecho que se incremente su uso y las conexiones han aumentado, más gente utiliza redes sociales, unos para evadir su realidad, otros para comunicarse con sus seres queridos. Lo impresionante de este instrumento, es que, así como puede separar y polarizar, en los momentos de gran necesidad, pueden ayudar a conectar a un ser con otro para comunicarse y despedirse para siempre.

Cuando comenzaron las redes sociales, muchas familias establecieron condiciones de uso para poder tener una buena convivencia, tales como no usar el celular en la mesa, tiempos límite determinados para estar conectados, etc. Pero a medida que el tiempo pasaba, resultaba cada vez más difícil poder controlar el tiempo que se pasaba viendo el enredo de contenido visto; videos, fotos, publicaciones y demás. Mi familia lo vivía: cada vez más en las comidas familiares dejábamos de conversar para ver el celular, o bien, las conversaciones comenzaban a ser sobre lo que había ocurrido en redes sociales, *trends*, *tiktokers*, *influencers*, etc. El genuino interés de preocuparse por el otro y saber del otro iba perdiéndose.

Pero también se alcanzó un punto de gran conexión entre familiares y amigos después de esta bomba de información, velocidad y conexión. Por eso, ahora me gustaría escribir sobre cómo las redes sociales han mantenido cerca a mi familia durante estos últimos días.

Primero que nada, estamos dentro de un contexto global pandémico que nos ha obligado a migrar de lo presencial a lo virtual en varios ámbitos de nuestra vida. Sin lugar a duda ha habido un incremento considerable de uso de redes sociales. Según un reporte de We Are Social, en estos tres últimos años ha habido un aumento de usuarios de redes sociales a nivel global del 13%, es decir: 490 millones de usuarios nuevos.<sup>1</sup> Sí, esto puede llegar a ser preocupante cuando dejamos de lado la convivencia familiar de casa para voltear a ver el celular, cuando dejamos de utilizar las redes sociales como un medio de comunicación con otras personas para utilizarlas como un fin de entretenimiento y escape de la realidad.

Por otro lado, las redes sociales “pueden ayudar a que nos sintamos más cercanos los unos de los otros, a que percibamos un renovado sentido de unidad de la familia [...] puede ofrecer mayores posibilidades de encuentro y solidaridad entre todos”.<sup>2</sup> Mi familia fue testigo en estos últimos días.

Sucedió que las redes sociales conectaron a mi familia en un momento crucial. Partiré de mi experiencia con estas “conexiones”. Mi abuelo, que vivía en la Ciudad de México, se encontraba solo haciendo unas compras, en eso se desmayó y una amable persona pudo contactar a mi mamá, quien vive en Puebla, para informarle de lo sucedido. Mi mamá logró conectar con mis familiares de México para que lo atendieran. Después mis familiares acudieron en busca de mi abuelo; alguien ya había conectado con la ambulancia, mientras mi tía conectaba con todos mis tíos diciéndoles que mi abuelo no reaccionaba. Uno de ellos estaba en la sala de espera para tomar un avión hacia Estados Unidos y pudo cancelar para estar con mi abuelo gracias a esa llamada. Mientras esto sucedía mi familia y yo nos encaminamos hacia el hospital, en el camino nos iban conectando para informarnos sobre el estado de mi abuelo, lo mismo que a mis primos que viven en Guadalajara y se desplazaban a la ciudad. Llegando al hospital, pudimos ver a mi abuelo y todos mis familiares lograron despedirse. Incluso, gracias a la velocidad y facilidad que brindan las redes sociales para conectar, pudimos contactar a mi

1 J. Álvarez, “Digital Report 2021: El informe sobre las tendencias digitales, redes sociales y mobile”, We Are Social Spain, 27 de enero de 2021, <https://wearesocial.com/es/blog/2021/01/digital-report-2021-el-informe-sobre-las-tendencias-digitales-redes-sociales-y-mobile/>.

2 Francisco, “Fratelli Tutti”, 3 de octubre de 2020, §205, [https://www.vatican.va/content/francesco/es/encyclicals/documents/papa-francesco\\_20201003\\_encyclica-fratelli-tutti.html](https://www.vatican.va/content/francesco/es/encyclicals/documents/papa-francesco_20201003_encyclica-fratelli-tutti.html).

hermana que se encuentra fuera del país para que se despidiera de él, poder acercarla en estos momentos que se encontraba tan lejos.

A algunas familias las redes sociales las han separado cuando están cerca, a veces mi familia lo experimenta, pero los hechos recientes me han mostrado que también puede acercarnos en momentos de vida o muerte, que facilitan el contacto y la acción y gracias a esto mi abuelo no murió solo. Y es que las redes sociales tienen un poder de conexión impresionante; justamente son una serie de redes que contactan, que unen gente, datos, etc., a una velocidad increíble. Sí, esto puede ser ventaja y desventaja, pero las redes son un arma de doble filo. Pueden dividir y alejar gente, pero también conectar, relacionar y acercar personas.

Quisiera invitar a la reflexión sobre la importancia de mantenerse cerca de nuestros seres queridos, cuando estemos físicamente con ellos. Dejar los aparatos electrónicos y convivir, conectar físicamente, disfrutar cada momento, cada plática, cada risa e incluso cada tristeza. A utilizar las redes para capturar recuerdos, no para alejarse del tesoro que tenemos a un lado. Y aprender a comunicarse con las redes cuando estemos lejos físicamente. Mantener contacto, no sabemos en qué momento será nuestra última conexión.

## REFERENCIAS

- Álvarez, J. “Digital Report 2021: El informe sobre las tendencias digitales, redes sociales y mobile”. We Are Social Spain, 27 de enero de 2021. <https://wearesocial.com/es/blog/2021/01/digital-report-2021-el-informe-sobre-las-tendencias-digitales-redes-sociales-y-mobile/>.
- Francisco. “Fratelli Tutti”, 3 de octubre de 2020. [https://www.vatican.va/content/francesco/es/encyclicals/documents/papa-francesco\\_20201003\\_enciclica-fratelli-tutti.html](https://www.vatican.va/content/francesco/es/encyclicals/documents/papa-francesco_20201003_enciclica-fratelli-tutti.html).



## EL AMOR EN LAS REDES SOCIALES

GLORIA BERENICE PIÑA CASTAÑEDA  
Licenciatura en Medicina

*El amor conquista todas las cosas. Démosle paso al amor.*  
Virgilio

*Todo está permitido, menos interrumpir una manifestación de amor.*  
Paulo Coelho

El amor es aquello que a lo largo del tiempo muchos han determinado como un sentimiento o una decisión. En todo caso, pese a esto, nadie puede describirlo con palabras exactas. Sin embargo, todos lo hemos sentido en algún momento de nuestras vidas. Mientras más pensamos en ello se vuelve aún más complejo, puesto que es distinto en cada caso y sobre todo en cada persona. Por esta misma razón es que no hay que olvidar que existen distintos tipos de amor, ya que tenemos la capacidad de amar a Dios, a nuestros padres, amigos, animales, a la naturaleza misma, a una pareja o, en todo caso, a uno mismo. Sin embargo, en este momento nos centraremos en el amor de pareja.

Todos nos hemos imaginado cómo sería nuestro futuro hablando de amor específicamente, y conforme hemos crecido y adquirido experiencia nos hemos dado cuenta de que sería más complicado de acuerdo con la expectativa que habíamos formado. Cuando hemos crecido nos hemos dado cuenta de que no es algo sencillo, ya que la realidad es que todos lo buscamos, solo algunos lo han encontrado, pero realmente pocos han sabido cuidarlo. Y ahí es donde por fin aprendemos que el amor no es algo estático, el amor es algo que se da de forma espontánea y natural. Un amor tranquilo y lleno de felicidad, donde pareciera que todo es perfecto y quisiéramos que nunca termine, posteriormente evoluciona y nos muestra la parte más difícil en cuanto aparecen

las diferencias, y creemos que no funcionará y sentimos que hemos caído en una trampa que nosotros mismos planteamos. Sin embargo, este es el punto clave que determinará si la base de este amor era solo un fuerte sentimiento de deseo o realmente estamos dispuestos a dar todo de nosotros por este amor; aquellos que han tenido paciencia y sobre todo voluntad pasarán esta etapa y lograrán llegar a la siguiente. Por último, nos encontramos en esta fase en la que hemos conocido lo mejor y lo peor, pero hemos visto que realmente este era el lugar correcto, aquello que siempre pensamos que llegaría por arte de magia pero en realidad nos ha costado, y mucho, y finalmente –y pese a las dificultades que encontremos en el camino– sabremos que seguiremos luchando por este amor que realmente lo vale.

Pese a todo lo ya antes mencionado y sabiendo que el amor durará tanto como lo cuides y lo cuidarás tanto como lo quieras, debemos tener en mente que la época en la que nos encontramos nos da otra perspectiva muy distinta a la que imaginaríamos. Años atrás las personas demostraban su interés de maneras que realmente necesitaban un esfuerzo de por medio: solían enviarse cartas, viajar distancias inimaginables con el fin de encontrarse con el otro, o esperar semanas e incluso meses solo para saber de esa persona. En cambio, en la actualidad nos encontramos con una clase de amor un poco más sutil, puesto que es mucho más sencillo hacer llegar esas muestras de amor sin tener que hacer un gran esfuerzo, ya sea enviando un simple mensaje o incluso, sin necesidad de trasladarnos, contactándonos por medio de una llamada.

Y pese a que de esto ya se ha hablado en múltiples ocasiones en las que se hace énfasis en lo simple y volátil que es esta clase de amor, yo considero que nos hemos equivocado. Es innegable el hecho de que, por medio de los avances y la tecnología, se nos ha permitido llevar una vida más cómoda y sencilla; sin embargo, el amor no es como cocinar o trasladarnos, es mucho más que eso. Las personas siguen sintiéndose atraídos hacia aquellos que los comprenden y les brindan felicidad, y qué mejor que encontrar un nuevo camino para el amor.

En lo personal, considero que la tecnología nos ha proporcionados diversos medios por los cuales podemos interactuar con otros pese a la distancia u otros problemas que comprometerían nuestra relación con el otro. Sin embargo, es una realidad objetiva aceptar lo peligroso y difícil que es llevar esto a cabo. Es posible ser engañados o es realmente difícil lograr mantener una relación estable solo a través de estos medios. Y es por ello por lo que, en mi opinión, este podría ser un excelente camino para lograr mantener una relación realmente fructífera. Con esto, no me refiero a comenzar una relación a través de estos medios, esto por el riesgo que conlleva. Sin embargo, sabiendo

que la comunicación dentro de una relación formará uno de los principales pilares que mantendrá la relación a futuro, considero firmemente que la comunicación por medio de mensajes o llamadas es una excelente herramienta para mejorar o fortalecer este aspecto tan prescindible para una relación. Si se utilizan de la manera adecuada puede realmente ser fructífero para ambas partes, ya que es una manera sencilla y rápida en la que una persona puede comunicar lo que está realizando en ese momento, dónde se encuentra, su estado de ánimo, contar alguna anécdota o simplemente hacer un aviso.

Actualmente vivimos con tecnología en nuestra vida cotidiana y sería un error pretender que no está ahí o simplemente evadirla. Es mejor aprovecharla de la mejor manera posible. Las cosas no son realmente buenas o malas, todo depende del uso y la intención que tengamos. Y es por esto por lo que yo creo que el amor no debería ser prohibido o limitado por nada, ya que es aquello que da sentido a nuestra vida, que nos impulsa a mejorar y a seguir adelante sin importar el rumbo que tengamos. Nada debe limitarnos a demostrar amor o expresar cómo nos sentimos. No debemos olvidar que como seres humanos fuimos llamados a crecer y a mejorar como personas, y qué mejor que hacerlo junto a la persona que amas. No debemos olvidar que el amor de una pareja es la creación de un mundo a partir de dos mundos totalmente ajenos, y la única manera de llegar a esto es por medio de una excelente comunicación.

## REFERENCIAS

- Hacer Familia. “La importancia de la comunicación en la pareja”. *hacerfamilia.com*, 7 de marzo de 2012. <https://www.hacerfamilia.com/pareja/noticia-conversacion-20120307020954.html>.
- López, María Elena. “Las ventajas de una crianza con amor”. *Inteligencia Familiar*, 10 de octubre de 2012. <https://inteligenciafamiliar.com/articulo.php?articulo=1&contenido=9>.
- Sabater, Valeria. “El amor en la familia: comprensión, aceptación y protección”. *La Mente es Maravillosa*, 16 de junio de 2022. <https://lamenteesmaravillosa.com/el-amor-en-la-familia-compresion-aceptacion-y-proteccion/>.



## ¿VIRTUALMENTE CONECTANDO O NO?

VALERIA BENICIO VÁZQUEZ  
Licenciatura en Medicina

No es una mentira que con el paso de los años cada vez la tecnología ha vuelto más sencillo nuestro estilo de vida, pero a su paso nos ha ido desconectando de forma física para hacerlo de manera virtual. Nos ha despegado del poder interactuar con personas extrañas que encontramos a nuestro alrededor, porque ahora ya casi nadie pide instrucciones para llegar a algún lugar, ahora se usa más Google Maps u otra *app* que nos apoye con nuestra necesidad.

En varias necesidades que como personas tenemos, como la anterior, la tecnología ha podido hacérselo más sencillo, pero como en todo, se van perdiendo aquellas cosas que como humanos nos ha permitido ir evolucionando. Y esto ha sido la comunicación, el diálogo, el disfrutar de una tarde de pláticas tomando un café o incluso el comer en familia.

El punto clave aquí, la familia ha sido y siempre será un pilar importante en nuestra vida, y gracias a la tecnología, nos ha podido conectar de manera virtual con aquellos parientes o familiares que no se encuentran cercanos a nosotros, porque se encuentran en otro país, otra ciudad o incluso otro continente.

Pero nunca se podrá reemplazar un abrazo en persona con el solo hecho de ver a alguien a través de una pantalla. La tecnología es indispensable, pero nunca podrá reemplazar lo que por naturalidad las personas completamos. El ver a los jóvenes conectar más por mensaje que estando en persona, genera que se pierdan esos lazos, ahora cada uno vive en su mundo gracias a los teléfonos, *laptops*, iPads o cualquier otro dispositivo.

Entonces, ¿realmente la tecnología nos está permitiendo conectar estos vínculos afectivos con los demás, o solo es el hecho de hablarnos por medio de él? Como menciona Christian Lous Lange, la tecnología es un sirviente útil pero un jefe peligroso. De acuerdo con esto, podemos entender que el agradeci-

miento a la tecnología por su ayuda no es reprochable, pero tampoco podemos apoyarnos de ella para todo, porque un aparato no siente y nosotros sí.

No podemos echarle la culpa a un dispositivo por hacer las cosas mal, es importante tomarnos el tiempo y darnos cuenta de que los vínculos, antes de que la tecnología llegara a nuestras vidas, sí nos hacían ser mejores personas. Los jóvenes nos dejamos guiar por las redes al ver tanto famoso, personas bonitas, y la vida perfecta a la que algunos aspiran.

No hablamos de dejar de utilizar las redes sociales, puesto que como se dijo, son herramientas útiles para muchas cosas. Más bien hablamos de saberlas utilizar y, más que nada, de no olvidar que aquella es solo una vida virtual, que la vida real espera, que al lado permanecen los individuos que más nos desean: nuestros propios papás, hijos y hermanos y, por consiguiente, requieren de nuestro tiempo.

En ocasiones con nostalgia extraño aquellas épocas en las que, con los vecinos de la cuadra, uno salía a jugar, esas sencillas cosas que para algunos marcaron una bonita época, el ver la novela con tu mamá a la hora de la comida o por la mañana ver el noticiero, esas pequeñas cosas no se deben de perder. Es muy probable que al igual por nuestra edad y las facetas por las que pasamos en nuestra vida, nos estén interrumpiendo para ser felices.

El mayor objetivo de todo esto es no volver a lo de antes, sino adaptar nuestro presente a no perder lo esencial del humano, la comunicación e interacción con otros. Siempre priorizar el convivir o disfrutar en familia los días, aunque no estemos pasando el mejor día. Y recordar que la vida es tan sencilla cuando en vez de capturar el momento en una foto decides disfrutarlo completamente y solo contigo mismo.

## REFERENCIAS

Álvarez, J. “Digital Report 2021: El informe sobre las tendencias digitales, redes sociales y mobile”. We Are Social Spain, 27 de enero de 2021. <https://wearesocial.com/es/blog/2021/01/digital-report-2021-el-informe-sobre-las-tendencias-digitales-redes-sociales-y-mobile/>.

Rubín, Alberto. “100 frases de tecnología de pensadores y científicos famosos”. Lifer, 10 de junio de 2021. <https://www.lifer.com/frases-de-tecnologia/>.

## COLABORADORES

### TÍTULO

MIGUEL ÁNGEL CERVANTES PENAGOS  
Posgrados Tehuacán

Esmeralda y Óliver:

Ronda en nuestro léxico habitual una frase nacida en la postmodernidad: *fake news* que, como todos los neologismos, me provoca revuelo –sí, ya sé, soy del siglo pasado antes de que lo acepte plenamente–. Habría que partir del significado de la palabra *fake* y entenderla como algo que no es genuino, es decir, algo inventado, algo que contradice la verdad, la autenticidad, la originalidad. Bajo ese contexto las *fake news* vendrían siendo noticias o información que se desapegan de los verdaderos acontecimientos. El nacimiento de esas falacias suele tener intereses de diversa índole: económicas, políticas, ideológicas, religiosas o perversas.

El uso mundial del Internet facilita la distribución de esas *fake news*, lo que los expone a Ustedes, jóvenes usuarios, a un enfrentamiento entre la mentira y la verdad. ¿Pero cómo discernir algo que es verdadero de algo que ha sido estructurado solo con el ánimo de desvirtuar nuestras creencias y valores? He ahí el dilema y el porqué de esta reflexión.

He de decirnos que si encontramos en Internet algo con lo cual no se comulgue, que no sea compatible con nuestras creencias, no significa que ello sea falso y que deba desecharse sin miramientos, sino que se debe valorar qué tanto de lo que se mira se acerca a elementos fidedignos. Ahí nos sirve la ética.

Por ejemplo, si viéramos en Internet una conversación ajena de carácter privado, entre dos políticos, cuya comunicación como personas no nos atañe; pero cuyo contenido trasciende a la sociedad, nos encontraríamos ante un dilema ético. Ello porque es evidente que, al ser una llamada de índole privada, ese documento electrónico no debería haber sido del conocimiento público. Hay un elemento ilícito en la obtención de la plática y en su divulgación pública. A nadie nos gustaría ser exhibido en esas lides y, por supuesto, existe una protección en el Derecho a mantener nuestras comunicaciones bajo el manto de la privacidad. Sin embargo, si de esa conversación –no desmentida, ni probada su falsedad– se desprende información que haga dudar del comportamiento ético de los personajes, la ilegalidad pasa a otra casilla –que deberá atenderse por vías judiciales– en tanto que la trascendencia de lo expresado tendrá sus consecuencias, bien en la opinión pública, bien en el prestigio de los hablantes o, en caso extremo, en el ámbito legal.

Pero hijos, debemos tomar en cuenta que al fin animales sociales, el ser humano se decanta por una o por otra posición, no existe una visión única de las cosas, por ello, no faltará quien abogue por los escuchados, quien sostenga el derecho a la privacidad u otro más quien defienda a ultranza nuestro derecho a la información. Aquí, como en todos los debates, como diría Savater (2019), “el problema no es que tengamos opiniones diferentes, sino averiguar qué opinión se acerca más a la verdad”.

Nace pues, otro problema: ¿Qué es la verdad? Semánticamente podemos entenderla como la “coincidencia entre una afirmación y los hechos, o la realidad a la que dicha afirmación se refiere o la fidelidad a una idea”. Lo que nos crea un nuevo intríngulis: si bien podemos asir con facilidad cualquier afirmación, los hechos –aunque pudieran parecer objetivos– caen también dentro del ámbito de la subjetividad, es decir, de lo que cada individuo piensa que ocurrió.

Les contaré una pequeña historia, en una ocasión, el neurólogo Oliver Sacks (1933-2015) recordaba en una cena familiar el día en que, de niño, cayeron dos bombas alemanas en el jardín de su casa en Inglaterra, durante la Segunda Guerra Mundial. Con mucho énfasis recordó a los presentes las dos explosiones, a lo que su hermano mayor le dijo “–Pero tú no viste caer la segunda bomba. –Claro que sí –respondió Sacks–. –¡Tengo la imagen grabada en mi mente! –No, tú y yo estábamos dentro de la casa cuando cayó la segunda bomba. Fue nuestro hermano menor quien la vio y corrió a contárnoslo”. ¿Entonces, fue o no cierto lo que Sacks vio? ¿Cuáles fueron los hechos? ¿Cuál fue la realidad? Bueno, baste decir que Sacks se convirtió en un gran especialista del cerebro y demostró que la realidad solamente está dentro de nuestra

mente y que no existe una realidad única. Cada uno expresa los hechos según su percepción subjetiva.

Pero eso no debe desanimarnos en la búsqueda de la verdad, al contrario, nos debe incitar a reflexionar sobre las distintas posiciones en que nuestros congéneres se encuentran. En estos tiempos, no podríamos responder, como quizá falsamente se le atribuya a la reina María Antonieta (1755-1793) cuando, al escuchar el clamor de la multitud preguntó a su ayudantía “-¿Por qué gritan afuera? -Porque no tienen pan, su majestad. -¡Ah, pues entonces que coman pasteles! “No, en la actualidad tenemos la oportunidad de analizar todo el contexto para comprender mejor la realidad de los otros, en contraposición con nuestra propia realidad. Hijos siempre debemos ponernos en la situación de nuestros semejantes.

De eso se trata el buen uso del Internet, de discernir entre el vasto mundo de información, todo aquello que sea sensato y prudente para el destino propio y el de nuestros semejantes. El Internet nos puede hacer felices o muy desdichados; pero dependemos de nuestros valores, esos inculcados en la casa y que Uds. han desarrollado en UPAEP, para poder comprender la realidad de cada información. De ahí mi consejo final aprovechando la segunda misiva de San Pablo a los Tesalonicenses: “no se dejen engañar, la aparición del maligno vendrá acompañada de toda clase de milagros, señales y prodigios, para engañar y pervertir a todos los que han de perderse, a los que no aceptaron el amor de la verdad que los habría salvado”. Seguro estoy que sabrán discernir con sabiduría.





*Όράματα IV. Familia y redes sociales*  
se terminó de imprimir en los talleres gráficos de  
LAMBDA Editorial en noviembre de 2023  
ubicados en Av. Pirineos 250, int. 102, Santa Cruz Atoyac,  
Alcaldía Benito Juárez, Ciudad de México, CP. 03310.  
Tel. (+55) 5636453422