



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA COMUNICACIÓN SOCIAL**  
**EXTENSIÓN QUEVEDO**

**DOCUMENTO PROBATORIO DEL EXAMEN COMPLEXIVO DE GRADO  
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADA EN  
COMUNICACIÓN SOCIAL**

**TEMA:**

**“REDES SOCIALES Y SU INCIDENCIA EN LA CALIDAD DE VIDA  
EN LA EPOCA DE PANDEMIA EN LOS HABITANTES DEL  
SECTOR EL DESQUITE EN LA PARROQUIA VIVA ALFARO, AÑO  
2022**

**AUTORA:**

**LITARDO OLVERA FERNANDA CAROLINA**

**TUTOR:**

**Dr. BARRAGAN MOROCHO WILLAN ROBERTO PHD.**

**QUEVEDO – LOS RÍOS – ECUADOR**

**2022**

## INTRODUCCIÓN

Antes del surgimiento de la tecnología que proporciono el acceso a las redes sociales, las comunicaciones convencionales se daban principalmente por cartas por muchas décadas hasta el surgimiento de las líneas telefónicas fijas y el medio por excelencia para conocer de los aconteceres diarios fue y hasta la actualizas la prensa impresas, es decir el diario. Con estas consideraciones las personas tendían a tener hábitos más cultos, dedicaban su tiempo libre a enriquecer su intelecto con la escritura, la lectura y las artes en general, fomentando de esta manera principios de respeto y moralidad dentro y fuera del hogar, siendo esta última pieza fundamental durante el desarrollo de personas de bien.

Las redes sociales digitales aparecieron a principios de la década de los años 2000 y hoy en día se han extendido a todos los continentes y regiones de nuestro planeta, han sido reconocidas como una herramienta para miles de millones de personas para hacer negocios locales e internacionales o simplemente para mantener conectadas a las personas.

Los adultos y jóvenes son usuarios muy importantes de estas redes y los investigadores sanitarios han intentado aprovechar esta situación para implementar estrategias promocionales de salud para promover cambios de comportamiento y adopción de estilos de vida, como en el caso de la presente investigación en los habitantes del sector el Desquite de la parroquia Viva Alfaro del cantón Quevedo, de hecho, también son usadas en instituciones de educación superior en promoción de carreras internacionales y una mejor enseñanza – aprendizaje de acuerdo a los estándares establecidos internacionalmente. Muchos estudios han evidenciado efectos positivos al usar las redes sociales para incidir en las conductas comportamentales de los jóvenes.

Los comportamientos en general se han visto obligados a cambiar a consecuencia de la cuarentena. En la Parroquia Viva Alfaro del Cantón Quevedo, actualmente las personas se han desinhibido y han empezado a publicar contenido en sus cuentas, que va desde compartir una fotografía, noticia, creación de vídeos, tutoriales, hasta retos, esto hace que en muchos casos las personas caen en provocación de jaqueo de sus cuentas provocando que muchos de ellos/as sean perjudicados en forma moral, y esto hace también que los jóvenes y adultos se encuentren involucrados en obtener beneficios en forma fraudulentas, y uno de

los hechos más negativos es la adicción total de las mismas descuidando el entorno familiar, provocando desacuerdos, discusiones y falta de comunicación intrafamiliar.

En la actualidad las redes sociales poseen el potencial de acortar distancias, mantener a familias comunicadas, y sirve de plataforma para actividades de negocios e información

# 1 MARCO METODOLÓGICO.

## 1.1 Justificación

La presente investigación surgió al observar cambios en el entorno intrafamiliar de los habitantes del sector El Desquite en la parroquia Viva Alfaro, debido al consumo excesivo de redes sociales dejando a un lado la comunicación eficaz dentro del núcleo familiar, siendo este el resultado final de la pandemia mundial Covid 19, donde los autores principales del hogar se han tornado dependientes de los dispositivos electrónicos pasando desapercibida la comunicación intrafamiliar, entrando en el círculo vicioso del ocio, cambio de actitudes, discusiones por el mismo caso mencionado.

Por lo tanto, se implementa este estudio para conocer, la problemática mediante una investigación descriptiva, recolectar toda la información necesaria para brindar posibles soluciones, en este caso con el sector El Desquite, y que sirva como aporte a toda la sociedad en general.

### *1.1.1 Planteamiento del problema*

La problemática planteada para la presente investigación radica en la incidencia directa generada por el uso de las redes sociales en la calidad de vida de los habitantes del sector el Desquite en la Parroquia Viva Alfaro, perteneciente al cantón Quevedo. Uno de los principales antecedentes para el desarrollo de la temática fueron los problemas intrafamiliares entre conyugues, hijos y padres y su entorno en general.

En el auge de la pandemia, se redujo el apego social debido a la pandemia mundial conocida como Covid 19, originándose un cambio radical para la comunicación presencial, siendo las redes sociales un instrumento significativo para ellos, se aprovechó este elemento, tanto como para solucionar situaciones en el ámbito social, lo educativo, de trabajo, alimentación, etc.

Sin embargo, al hacer un uso constante de los dispositivos móviles, sea por necesidad, ocio, u otro motivo se denotaron cambios en el entorno familiar y alimenticio,

tanto a nivel nacional, local, y sobre en el sector a quien nos referimos en este estudio, “El Desquite”, de la parroquia “Viva Alfaro”.

Mediante la observación se notó falta de comunicación de padres a hijos y viceversa, debido a las horas prolongadas en un aparato digital, por el entretenimiento que produce las redes sociales, o el trabajo, sumergiéndose en horas por no disponer de tiempo para realizar reuniones presenciales, viéndose en la necesidad de extender horas en reuniones virtuales.

Al mismo tiempo los hijos consumen un extensivo tiempo en videojuegos, o redes sociales, enfrentándose a la tentativa de muchos riesgos, como estafas, robos, hurtos que hoy en día dan mucho que decir, porque no tienen ese apego familiar o los mismos padres lo permiten por su falta de tiempo y afectividad, existiendo un total desorden en el entorno familiar.

### ***1.1.2 Problema General***

¿De qué manera las redes sociales inciden en la calidad de vida en la época de pandemia en los habitantes del sector El Desquite en la parroquia Viva Alfaro, año 2021?

## **1.2 Objetivos**

Determinar la incidencia de las redes sociales y la calidad de vida en la época de pandemia en los habitantes del sector el desquite en la parroquia viva Alfaro, año 2021.

### ***1.2.1 Objetivos Específicos***

- ✓ Conocer cuánto tiempo dedican a las redes sociales, los habitantes del sector el desquite de la parroquia Viva Alfaro, año 2021.
- ✓ Definir los indicadores que afecta a la calidad de vida en época de pandemia de los habitantes del sector El Desquite.
- ✓ Implementar estrategias que aporten de manera significativa en el uso de redes sociales y mejorar la calidad de vida de los habitantes del sector El Desquite en época de pandemia.

## **1.3 Fundamentacion teórica**

### ***1.3.1 Importancia de las redes sociales***

Específicamente una red social, ha sido un espacio creado virtualmente para facilitar la interacción entre personas. Desde luego, esta interacción está marcada por algunos aspectos particulares como el anonimato total o parcial, si así el usuario lo deseara, la facilidad de contacto sincrónico o anacrónico, así como también la seguridad e inseguridad que dan las relaciones que se suscitan por esta vía, (Hütt, 2012).

El ser humano por defecto necesita siempre de la comunicación con la sociedad, requiriendo una interacción con los demás, teniendo en cuenta que existen muchos canales de difusión, sin embargo la que ha revolucionado y está en tendencia son las redes sociales teniendo sus ventajas y desventajas en la comunicación.

Esa gran capacidad de adaptación ante estas nuevas herramientas, debe usarse para poner en práctica nuevas formas de aprendizaje, de tal manera que se pueda sacar el máximo partido de ellas; la navegación por Internet ya no supone una pérdida de tiempo, pues se concibe como una nueva manera de formar jóvenes y niños estableciendo nuevos procesos comunicativos, (Muñoz, 2013).

Las redes sociales también son utilizadas como recursos para la educación, y una comunicación asertiva y eficaz a la hora de interactuar con los demás e iniciar búsquedas para el aprendizaje. Simplemente hay que tener una balanza para el uso correcto, no solo de los niños y adolescentes sino también en los padres de familia.

### ***1.3.2 Ventajas del uso de las redes sociales***

Según estudio de revista académica se da a conocer las ventajas de las redes sociales:

- ✓ Permite conocer personas
- ✓ Hacer nuevos amigos
- ✓ Conocer nuevos amores
- ✓ Colgar fotos (hasta con el móvil) de fiestas, conciertos

- ✓ Para ofrecer objetos y cosas en venta
- ✓ Para ocupar su tiempo libre
- ✓ Para difundir información
- ✓ Para publicar nuestras opiniones
- ✓ Para dar a conocer nuestro pensamiento
- ✓ Para buscar trabajo, (Gallardo, 2016).

### ***1.3.3 Desventajas del uso de las redes sociales***

Según un artículo de periódico se expone las desventajas del uso de redes sociales:

- ✓ Pierden la interacción con su entorno social y su familia.
- ✓ Pueden convertirse en víctimas de ciberbullyng y suplantación de identidad.
- ✓ Se exponen a personas que muchas veces no conocen, publicando información personal.
- ✓ Se convierten en víctimas de virus y software dañados, (El Comercio, 2014).

### ***1.3.4 Adicción a las tecnologías***

Según una investigación realizada en Guatemala, Asunción, la adicción es aquella afición patológica que genera dependencia y al mismo tiempo resta libertad al ser humano, al minimizar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses, tiene como principal característica la pérdida de control y la dependencia; esto puede llegar a interferir gravemente en la vida cotidiana, a nivel familiar, escolar, social o de salud de las personas afectadas, (Rayo, 2014). Se considera que una persona no adicta puede conectarse a Internet por la utilidad o el placer de la conducta en sí misma, mientras que una persona adicta lo hace buscando el alivio de algún malestar emocional como lo puede ser: aburrimiento, soledad, ira y nerviosismo, (págs. 15-16).

La dependencia hacia los dispositivos electrónicos, y por ende las redes sociales, surge cuando se pierde la disciplina, ocurriendo un completo descontrol por el manejo excesivo de la tecnología, no solamente en los hijos, sino en los propios, convirtiéndose en una adicción severa, que acarrear a corto y largo plazos problemas intrafamiliares, discusiones, problemas psicológicos, separaciones de la familia, pérdida del respeto con los integrantes del núcleo familiar, etc.

### ***1.3.5 Redes sociales en el entorno familiar***

Entre las características de este nuevo modelo en el hogar está la aparición de conflictos por cuestiones como la comunicación entre diferentes familiares y la realización de actividades juntos o la invasión de la privacidad al acceder al perfil, las redes sociales han alterado las relaciones familiares al permitir una vía de comunicación con los parientes más lejanos, (Montero, 2020).

En concordancia con el autor, se genera un distanciamiento con los familiares que son de más cercanía. Cuando aquel joven o niño más presta atención a sus aparatos electrónicos, eximiéndose de hacer vida social desde muy pequeños, hasta una edad considerable.

### ***1.3.6 Supervisión y control adulto***

Es indispensable la supervisión persistente y sistemática de los adultos que guíen, eduquen, modulen y controlen el acceso a todas las herramientas tecnológicas, por ende es indispensable que los adultos se auto eduquen y que estén constantemente adquiriendo conocimientos para poder supervisar a sus hijos en estas áreas, junto con ser un ejemplo del buen uso, (Arab & Díaz, 2015). La guía y la educación que puedan realizar los adultos, tanto en la generación de filtros informáticos como en el desarrollo de la capacidad de autocontrol y autodirección en la web, son aspectos indispensables que pueden llegar a determinar el cómo se utilicen estas nuevas tecnologías y con ello, el impacto positivo o negativo que tengan, (págs. 7-13).

El control que un padre de familia presenta ante sus hijos, indica la disciplina ejerciendo reglas y estatuto mediante la autoridad que posee, para direccionar hacia un buen vivir no perdiendo lo más importante el respeto entre familiares y los lazos entre los mismos.

### ***1.3.7 Calidad de vida en la época de pandemia***

El efecto del internet y redes sociales no representa únicamente obstáculos, sino que posibilita de una mejor manera la democratización de la información, la responsabilidad de cada uno radicará en las fuentes y calidad de información que consulte; ante la actual

pandemia de coronavirus las redes se han infestado de información cuyo único objetivo es alarmar, sembrar pánico y quitar el punto de enfoque de aquello que trata de ofrecer medidas preventivas, (Aceves, 2020).

Las redes sociales son un arma de doble filo, donde las personas se pueden desinformar o informar, como lo ocurrido en pleno auge de la pandemia, como también las estafas sobornos, que muchos las generaron por la falta de principios, distanciamiento familiar y social, convirtiéndose este en el resultado, de la calidad de vida que muchos acarrearán en este ciclo.

### ***1.3.8 Rol de los padres en el uso de la tecnología***

Es una responsabilidad de padres y educadores garantizar que las primeras experiencias con la tecnología sean las más adecuadas para el desarrollo y formación de los niños, pero la realidad no es tan evidente, como lo demuestra el hecho de que no todos parecen estar de acuerdo sobre lo positivo, o negativo, del uso de las nuevas tecnologías, (Iriarte, 2007).

Es imperiosa la necesidad de llevar un autocontrol en los hijos estableciendo horarios de consumo tecnológico, que tenga una productividad para los mismos, así como también crear horarios, actividades o hábitos que siempre mantengan en comunión a los implicados en el núcleo de la familia, cultivando una cultura de relaciones intrafamiliares.

## **1.4 Metodología de la investigación.**

Para el desarrollo de la investigación del documento probatorio que servirá como sustento práctico del examen complejo, estará diseñada metodológicamente de dos aristas, una cualitativa o la otra cuantitativa, mismas que brindarán los recursos necesarios para la recopilación y tratamiento de la información que se obtendrá del trabajo de campo, que busca determinar cuál es la incidencia de las redes sociales directamente en la calidad de vida de los habitantes del sector el Desquite de la parroquia Viva Alfaro del cantón Quevedo.

### ***1.4.1 Método Cualitativo***

Indican Cadena y Rendón que la “investigación cualitativa trata de identificar la naturaleza profunda de las realidades, la relación y estructura dinámica, además la investigación cualitativa ofrece la oportunidad de centrarse en hallar respuestas a preguntas que se centran en la experiencia social” (Cadena & Rendón, 2017).

La investigación cualitativa permitirá que los criterios y pensamientos de los actores investigativos sean estos investigadores o sujetos investigados, doten de los recursos necesarios para un correcto desarrollo de la investigación relacionada con el impacto que generan las redes sociales en la calidad de vida de los habitantes del sector.

### ***1.4.2 Método Cuantitativo***

Para Cadena y Rendón la distinción más obvia que cabe establecer entre los dos es que los métodos cuantitativos “producen datos numéricos y los cualitativos dan como resultado información o descripciones de situaciones, eventos, gentes, acciones recíprocas y comportamientos observados, citas directas de la gente y extractos o pasajes enteros de documentos, correspondencia, registros y estudios de casos prácticos”, (Cadena & Rendón, 2017).

En base al criterio de la investigación previa el método cuantitativo permitirá trabajar la investigación de campo cuya finalidad es aplicar una encuesta a los habitantes del sector para medir el grado y contrastar la influencia de las redes sociales en la calidad de vida de las personas que habitan en el sector El Desquite, posteriormente reflejar dichos resultados mediante cuadros y gráficos estadísticos

## **1.5 Tipos de Investigación**

### ***1.5.1 Descriptiva***

“La investigación descriptiva opera cuando se requiere delinear las características específicas descubiertas por las investigaciones exploratorias. Esta descripción podría realizarse usando métodos cualitativos y, en un estado superior de descripción, usando

métodos cuantitativos”, (Díaz & Calzadilla, 2016). A través de esta investigación se conocerán las características de la problemática a fin de definir y constatar si la información es verídica según una observación previa que se realizó.

### ***1.5.2 Analítica***

La manera como se caracteriza el método analítico es el proceso que consiste en descomponer un todo en sus elementos básicos, partiendo de lo más complejo a lo más simple, es decir, de los efectos a las causas, (Lopera, Ramirez, Zuluaga, & Ortiz, 2010). El método analítico es un camino para llegar a un resultado mediante la descomposición de un fenómeno en sus elementos constitutivos, (págs. 4-18).

De acuerdo con los datos obtenidos se logrará establecer e interpretar de forma analítica los resultados, de la investigación bibliográfica y de campo, en cuanto a la temática de estudio, misma que pretende evidenciar la incidencia de las redes sociales en la calidad de vida de las personas.

## **1.6 Técnicas de recolección de datos**

### ***1.6.1 Bibliográfica***

Para la elaboración del presente estudio de caso probatorio del examen complejo, se realizó un minucioso trabajo bibliográfico donde se logró obtener teorías y conceptualizaciones de investigaciones previas para el respectivo sustento teórico, que aportará las bases necesarias en cuanto a las redes sociales y su incidencia en la calidad de vida de los habitantes del sector El Desquite, parroquia Viva Alfaro.

### ***1.6.2 Encuesta***

Mediante la encuesta se llevó a cabo la recolección de los datos necesario para constatar la realidad de la problemática presentada, tomando el 10% de la población, como objeto de estudio a encuestas, para ello se aplicará un banco de preguntas de opción múltiple a todos los participantes, en relación al uso de las redes sociales y su incidencia en la calidad de vida de los habitantes del sector El Desquite.

## 1.7 Población

Para el desarrollo investigativo de establecerá una población de manejable que está conformada con los habitantes del sector el Desquite de la parroquia Viva Alfaro del cantón Quevedo, cuyo valor asciende a 632 personas aproximadamente, mismas que serán parte activa de la investigación mediante una encuesta de medición.

## 1.8 Muestra

La muestra estará conformada por obtenido de la aplicación de una fórmula estadística especializada para trabajos de investigación académica, al número de participantes que conforman la población de estudio (632), cuyo valor obtenido asciende a 190 habitantes, a los cuales se les aplicará una encuesta para determinar cuál en el grado de incidencia de las redes sociales en la calidad de vida de los habitantes del sector el Desquite de la parroquia Viva Alfaro del cantón Quevedo. El proceso de la obtención del valor de la muestra se detalla a continuación.

Formula estadística para la obtención de la muestra.

$$N = \frac{N}{e^2 * (N - 5) + 5}$$

$$N = \frac{632}{0.05^2 * (632 - 5) + 5}$$

$$N = \frac{632}{0.0025^2 * (632 - 5) + 5}$$

$$N = \frac{632}{6.57}$$

$$N = 96.23$$

$$N = 96$$

## 1.9 Resultados obtenidos

- 1) ¿Considera usted que da buen uso de las redes sociales en beneficio de su calidad de vida?

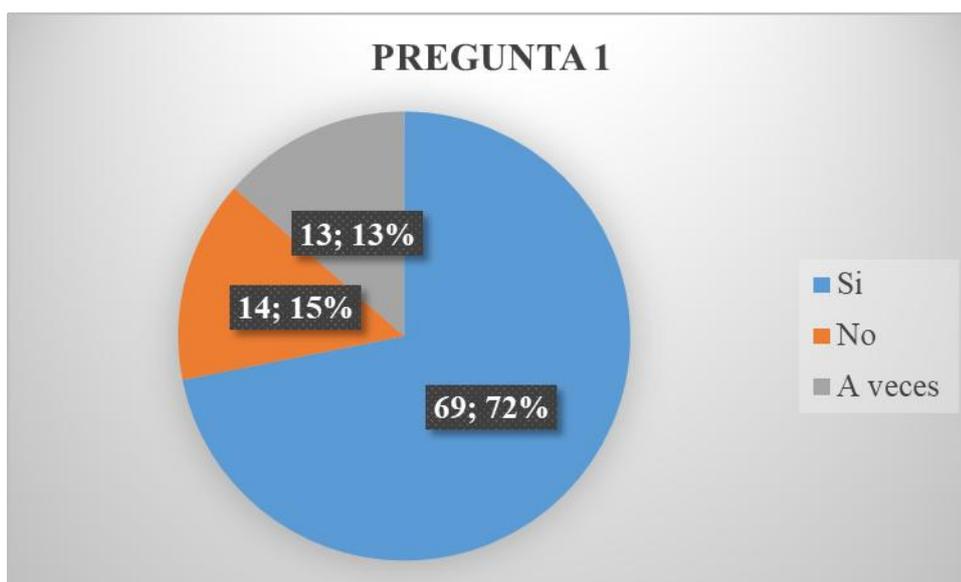
**Tabla 1** ¿Considera usted que da buen uso de las redes sociales en beneficio de su calidad de vida?

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Si	69	72%
No	14	15%
A veces	13	14%
<b>TOTAL</b>	<b>96</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Habitantes de sector Viva Alfaro

**Realizado por:** Carolina Litardo

**Gráfico 1** ¿Considera usted que el buen uso de las redes sociales aportará como beneficio de su calidad de vida?



**Fuente:** Habitantes de sector Viva Alfaro

**Realizado por:** Carolina Litardo

**Análisis e Interpretación:** Luego de tabular los datos la encuesta, se procedió a un análisis, cuyos resultados determinaron que el 72% de los encuestados manifestaron que el buen uso de las redes sociales beneficiaría a su calidad de vida, además existe el 15% de los encuestados quienes manifestaron que no crea ningún beneficio para su calidad de vida. En base a los datos recabados se logró evidenciar que el uso correcto de las redes sociales beneficia de forma eficaz la calidad de vida de las personas en base a los datos arrojados de la encuesta.

2) ¿Cree usted que las redes sociales pueden llegar a ser adictivas?

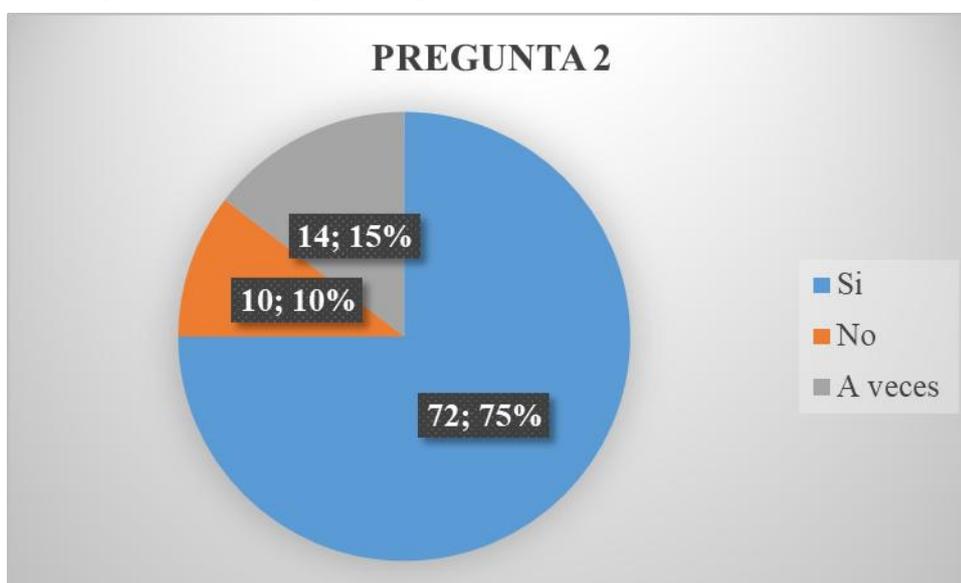
Tabla 2 ¿Cree usted que las redes sociales pueden llegar a ser adictivas?

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Si	72	75%
No	10	10%
A veces	14	15%
<b>TOTAL</b>	<b>96</b>	<b>100%</b>

Fuente: Habitantes de sector Viva Alfaro

Realizado por: Carolina Litardo

Gráfico 2 ¿Cree usted que las redes sociales pueden llegar a ser adictivas?



Fuente: Habitantes de sector Viva Alfaro

Realizado por: Carolina Litardo

**Análisis e Interpretación:** En torno a que si la redes sociales pueden llegar ser adictivas, el resultado del análisis de los datos obtenidos de la encuesta se puede evidenciar que el 75% de la muestra encuestada manifestó que si, es decir que las redes sociales pueden llegar a ser un ente adictivo debido a su uso prolongado, y tan solo el 10% manifiesta lo contrario

3) ¿Está de acuerdo usted que el uso inadecuado o prolongado de las redes sociales pueden llegar a vulnerar las relaciones familiares?

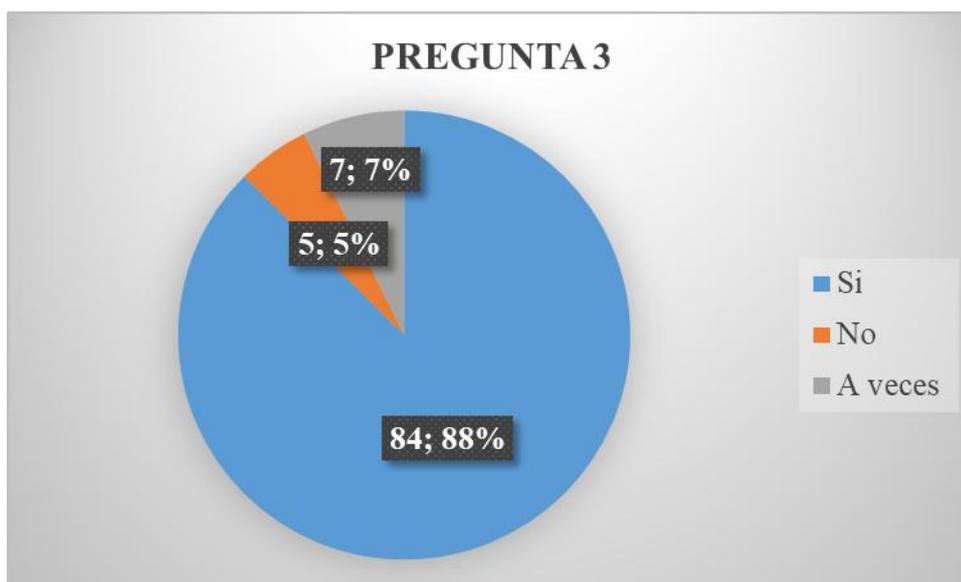
**Tabla 3** ¿Está de acuerdo usted que el uso inadecuado o prolongado de las redes sociales pueden llegar a vulnerar las relaciones familiares?

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Si	84	88%
No	5	5%
A veces	7	7%
<b>TOTAL</b>	<b>96</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Habitantes de sector Viva Alfaro

**Realizado por:** Carolina Litardo

**Gráfico 3** ¿Está de acuerdo usted que el uso inadecuado o prolongado de las redes sociales pueden llegar a vulnerar las relaciones familiares?



**Fuente:** Habitantes de sector Viva Alfaro

**Realizado por:** Carolina Litardo

**Análisis e Interpretación:** Según los resultados obtenidos, se determina que el 88% de los encuestados declara que si vulnera las relaciones familiares el uso excesivo o prolongado de las redes sociales; con el 5% que aseveró que a veces, y teniendo el 7% que no.

4) ¿Usted está de acuerdo que las redes sociales pueden llegar a convertirse en una herramienta eficaz de comunicación, educación, negocios, etc.?

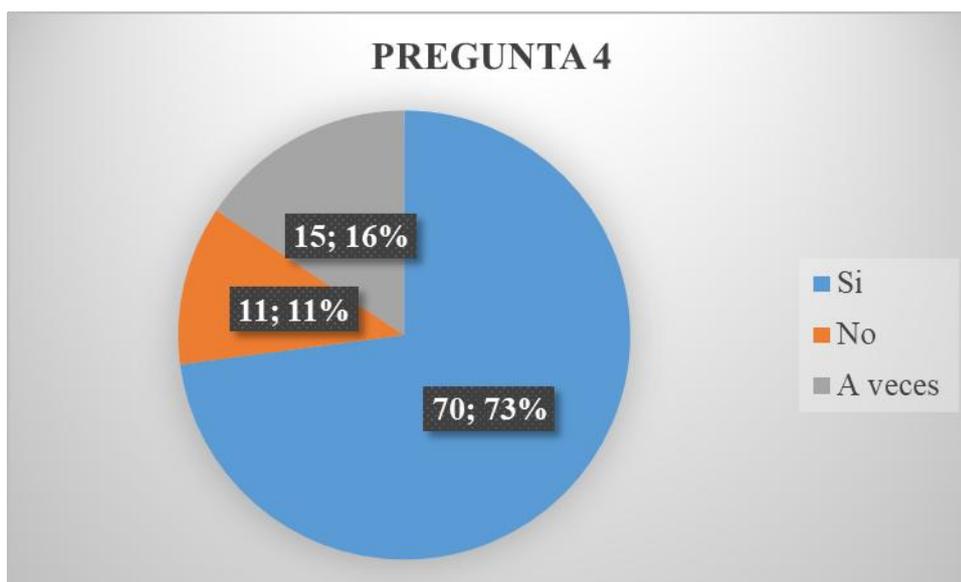
**Tabla 4** ¿Usted está de acuerdo que las redes sociales pueden llegar a convertirse en una herramienta eficaz de comunicación, educación, negocios, etc.?

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Si	70	73%
No	11	11%
A veces	15	16%
<b>TOTAL</b>	<b>96</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Habitantes de sector Viva Alfaro

**Realizado por:** Carolina Litardo

**Gráfico 4** ¿Usted está de acuerdo que las redes sociales pueden llegar a convertirse en una herramienta eficaz de comunicación, educación, negocios, etc.?



**Fuente:** Habitantes de sector Viva Alfaro

**Realizado por:** Carolina Litardo

**Análisis e Interpretación:** A través de los resultados, se obtuvo que el 73% afirma que las redes sociales si pueden ser herramientas esenciales para educación, etc.; mientras que el 11% a veces y un 16% mencionó que no.

5) ¿Estaría dispuesto usted dejar de usar las redes sociales para mejorar su calidad de vida personal y/o familiar?

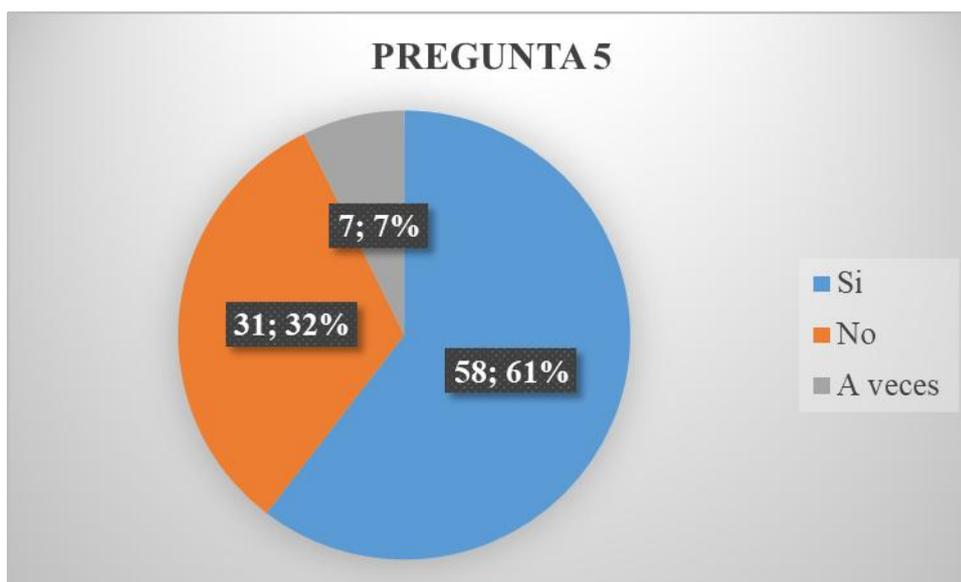
**Tabla 5** ¿Estaría dispuesto usted dejar de usar las redes sociales para mejorar su calidad de vida personal y/o familiar?

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Si	58	60%
No	31	32%
A veces	7	7%
<b>TOTAL</b>	<b>96</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Habitantes de sector Viva Alfaro

**Realizado por:** Carolina Litardo

**Gráfico 5** ¿Estaría dispuesto usted dejar de usar las redes sociales para mejorar su calidad de vida personal y/o familiar?



**Fuente:** Habitantes de sector Viva Alfaro

**Realizado por:** Carolina Litardo

**Análisis e Interpretación:** Según los resultados mostrados en el cuadro estadístico, se obtiene que el 61%, acepta dejar el uso excesivo de las redes sociales para mejorar una calidad de vida con su entorno familiar, el 32% afirmó que a veces; mientras que un 7% no desea realizarlo.

### **1.10 Situaciones detectadas**

Mediante el análisis de la problemática se encuentran hallazgos.

- Una población considerable reconoce que el buen uso de las redes sociales, dará una mejor calidad de vida.
- El mal uso de las redes afectará a las relaciones familiares y se torna en adicción su consumo constante.
- Existe interés de dejar la adicción de las redes para mejorar sus relaciones intrafamiliares.
- Falta de comunicación afectiva con sus familiares y entorno
- Las personas dependientes de la tecnología o redes sociales presentan episodios de agresividad si se suprime su motivación

### **1.11 Soluciones planteadas**

Al existir un reconocimiento del problema por las partes involucradas, se plantea

- Buscar ayuda profesional en caso de tener altos niveles adictivos por las redes sociales, que afecte en gran manera a su vida familiar.
- Dar charlas acerca de las adicciones que causa las redes sociales.
- Establecer metas diarias para erradicar el uso indebido de temas de ocio y dedicar más tiempo a compartir con los demás, no solamente con la familia sino con la comunidad en general cuando la situación lo amerite.

- Se recomienda que se logren establecer las bases necesarias que ayuden a las personas a solucionar sus problemas de comunicación efectiva dentro del entorno familiar
- Buscar alternativas o actividades que puedan reemplazar el uso de las redes sociales y adicionalmente proporcionar técnicas de control de las emociones

### **1.12 Conclusiones**

A modo de conclusión se determinó la incidencia de las redes sociales ha producido adicción en los habitantes del sector El Desquite, de la parroquia Viva Alfaro, año 2021.

La adicción por las redes sociales, ha deteriorado la comunicación intrafamiliar y en las relaciones interpersonales entre los habitantes del sector.

Existe una predisposición en dejar el ocio, las redes sociales, porque la mayor parte del tiempo dedica a revisar las redes sociales a través de diversos dispositivos tecnológicos.

Existe una buena receptividad por parte de los moradores del sector para establecer posibles soluciones mediante Charlas que se realizaran al finalizar este estudio.

### **1.13 Recomendaciones**

- ✓ Realizar un listado de indicadores que ayudarán a utilizar las redes sociales como un recurso en beneficio, para su vida, social, laboral y escolar
- ✓ Establecer horarios para utilizar redes sociales o dispositivos electrónicos
- ✓ Crear reglas para el control adecuado de dispositivos electrónicos cuando se está en reuniones familiares, en horarios importantes, reuniones, o entre comidas
- ✓ Organizar actividades cortas en el transcurso de la semana y a diario para que exista una mejor conectividad de comunicación en el entorno familiar
- ✓ Controlar a los hijos tanto mayores como menores de los programas o temas que observan en redes sociales y en que eventos o grupos participan, a fin de normar o regular los contenidos apropiados para ellos.

- ✓ Establecer actividades de la comunicación utilizando las redes sociales donde todos sean partícipes.

## 2 BIBLIOGRAFÍA

- Aceves, C. (2020). Obtenido de Impacto de las redes sociales en tiempos de crisis | Generación Anáhuac: <https://www.anahuac.mx/generacion-anahuac/impacto-de-las-redes-sociales-en-tiempos-de-crisis>
- Arab, E., & Díaz, A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 7-13.
- Cadena, P., & Rendón, R. (2017). Métodos cuantitativos, métodos cualitativos. *Revista mexicana de ciencias agrícolas*, 1-10.
- Díaz, V., & Calzadilla, A. (2016). Artículos científicos, tipos de investigación y productividad científica en las Ciencias de la Salud. *Rev. Cienc. Salud*, 118.
- El Comercio. (2014). *¿Cuáles son las ventajas y desventajas de las redes sociales? - Consejos y tips*. Obtenido de Orientación Universia: <https://orientacion.universia.edu.pe/infodetail/orientacion/consejos/cuales-son-las-ventajas-y-desventajas-de-las-redes-sociales--1302.html>
- Gallardo, R. (2016). Ventajas y desventajas de las redes sociales . *researchgate*, 5-9.
- Hütt, H. (2012). Las redes sociales: una nueva herramienta de difusión social networks: a new diffusion tool. *redalyc.org*, 123.
- Iriarte, F. (2007). Los niños y las familias frente a las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (tics). *redalyc.org*, 210.
- Lopera , D. (2010). El método analítico como método natural. *Nómadas. Critical Journal of Social and Juridical Sciences*, 1-28.
- Lopera, J., Ramirez, C., Zuluaga, M., & Ortiz, J. (2010). El método científico como método natural . *redalyc*, 4-18.
- Montero, D. (2020). *hacerfamilia.com*. Obtenido de Así han cambiado las redes sociales las relaciones en la familia: <https://www.hacerfamilia.com/familia/asi-cambiado-redes-sociales-relaciones-familia-20180915183701.html>
- Muñoz, M. (2013). La importancia de las redes sociales en el ambito educativo . *Dialnet*, 93.
- Rayo, A. (2014). "Influencia del uso de las redes sociales en las relaciones familiares de jóvenes de 18 y 24 años que presentan adicción a las mismas.". *biblio3.url.edu.gt/Tesario*, 15-16.

