



Pontificia Universidad Católica Argentina

“Santa María de los Buenos Aires”

Facultad de Psicología y Psicopedagogía

Licenciatura en Psicología

Trabajo de Integración Final

Tiempo y tipo de uso de la red social Instagram y niveles de depresión en adolescentes argentinos.

Nombre y apellido del alumno: Julián R. Ciardullo

Número de registro: 12-180195-1

DNI: 41.469.379

Nombre y apellido de la directora: Lic. Micaela Potes

Nombre y apellido de la tutora: Lic. Javiera Ortega.

Buenos Aires, 2024

AGRADECIMIENTOS

A mis papás, Mariana y José, por su apoyo e incondicionalidad, haciendo todos los sacrificios posibles e incluso un poco más para asegurarse de que tenga el mejor futuro posible.

A mis hermanos, Máximo y Gianna, que desde que llegaron a mi vida transformaron el significado de vivir, por darme tanto amor, por siempre ayudarme a encontrar la mejor versión de mí y por haber traído a Manchi a nuestras vidas.

A mis abuelos, Nélica y José, por haber sembrado esa semilla de la curiosidad en mí desde tan chico. Lamento profundamente no poder compartir este día con ellos.

A mis amigos. A Ramiro, por su amistad incondicional, mostrado que siempre va a estar del otro lado para acompañar en todos los momentos, especialmente los más difíciles. A Magalí, por hacer con su presencia de cada momento un recuerdo, disfrutando, compartiendo y escuchando todo lo que tengo para decir. A Agustín, por su escucha, ayuda y atención, sin importar el día, horario o la situación, recibíendome cuando no sabía a donde ir. A Agustina, por estar siempre atenta a que todos nos sintamos a gusto, cómodos y acompañados, preocupándose por nuestro bienestar incluso si debe dejar el suyo de lado. A Santiago, por su alegría, humor y compañerismo, siendo una persona que siempre está pendiente de cómo puede ayudar y hacer sentir más acompañado a sus amigos. A Micaela, por su cariño, aprecio y su preocupación, buscando sacar una sonrisa en los momentos dolorosos. A Florencia, por todas las risas y cansancios compartidos desde el primer día de carrera, convirtiéndose en una compañía más allá del estudio. A Alix y Ezequiel, por escuchar, compartir y acompañar, al punto de transformar un trabajo en amistad.

A Giannina y Roxana, por invitarme al mundo de la docencia, permitiéndome descubrir algo que me apasiona y que sirvió como motivación para concluir esta etapa.

A Micaela Potes, mi directora, por compartir sus conocimientos y orientarme a lo largo de este proyecto, para que así pueda concluir esta parte de mi vida que tanto disfruté.

INDICE

I. INTRODUCCIÓN	6
II. MARCO TEÓRICO.....	7
2.1 Redes Sociales	7
2.1.1 Instagram.....	8
2.2 Depresión	9
2.3 Adolescencia	11
2.3.1 Adolescencia y uso de Redes Sociales.....	14
2.3.2 Adolescencia y Depresión.....	16
2.4 Depresión y uso de Redes Sociales en Adolescentes.....	18
III. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA, OBJETIVO E HIPÓTESIS.....	22
3.1 Definición del problema	22
3.2 Objetivo.....	22
Objetivo general	22
Objetivos específicos	22
3.3 Hipótesis	23
IV. MÉTODO	23
4.1 Diseño de la investigación	24
4.2 Participantes	25
4.3 Instrumentos de recolección	25
4.3.1 Cuestionario Ad-Hoc	25
4.3.2 Inventario de Depresión de Beck (BDI-II).....	26
4.4 Procedimiento	26
4.5 Análisis de Datos	27
V. RESULTADOS	27
VI. CONCLUSIÓN Y DISCUSIONES.....	29
6.1 Conclusiones	29
6.2 Discusión.....	31
6.3 Limitaciones y futuras líneas de investigación	34
VII. BIBLIOGRAFÍA	35
VIII. ANEXO	41
8.1 Consentimiento Informado	41
8.2 Cuestionario sobre uso de redes sociales	42
8.3 Inventario de Depresión de Beck II	43

RESUMEN

El presente trabajo de integración final tuvo como objetivo evaluar y conocer los niveles de depresión y el uso de Instagram según tiempo de uso y tipos de uso en adolescentes. Se realizó a partir de un diseño cuantitativo, correlacional, no probabilístico y transversal en el que participaron 96 adolescentes de entre 18 y 20 años del Gran Buenos Aires, Argentina. Para evaluar el tiempo y tipo de uso de Instagram, se utilizó un cuestionario Ad-Hoc realizado a partir de los aportes de Frison & Eggermont (2017), donde se midió el tiempo de uso de Instagram en minutos y el tipo de uso tomando como polos el tipo pasivo y el tipo activo según las acciones llevadas adelante por el adolescente, siendo estas observar publicaciones, subir fotos, interactuar con publicaciones de sus conocidos y enviarse mensajes a través de Instagram con amigos y conocidos. Por otro lado, para evaluar los niveles de depresión, se utilizó una versión digitalizada del Beck Depression Inventory II (BDI-II). Los resultados mostraron que existe una correlación positiva entre el tipo de uso activo de la red social Instagram y los niveles de depresión en adolescentes, mientras que no se encontró una correlación significativa entre el tiempo de uso Instagram y los niveles de depresión, así como tampoco diferencias representativas en el tipo de uso según el género o la edad del adolescente.

Palabras claves: Depresión, Adolescencia, Redes Sociales, Instagram, tipo de uso, tiempo de uso, Argentina.

ABSTRACT

The current final integration work aimed to evaluate and understand levels of depression and Instagram uses according to the time and the kind of use that teenagers spend on the app. It was conducted through a quantitative, correlational, non-probabilistic, and cross-sectional design involving 96 adolescents aged between 18 and 20 from Greater Buenos Aires, Argentina. To assess the time and kind of Instagram usage, an Ad-Hoc questionnaire was used based on the contributions of Frison & Eggermont (2017). It measured the time of use of Instagram in minutes and the kind of use, distinguishing between passive and active types based on the actions taken by the teen, such as viewing posts, uploading photos, interacting with posts from acquaintances and strangers, sending messages to friends and different kind of people through Instagram.

Additionally, to assess depression levels, a digitized version of the Beck Depression Inventory II (BDI-II) was used. The results showed a positive correlation between active usage of the Instagram social network and depression levels in adolescents. However, no significant correlation was found between Instagram usage time and depression levels, nor were there significant differences in usage types based on the adolescent's gender or age.

Key words: Depression, Adolescence, Social Media, Instagram, kind of use, use time, Argentina.

I. INTRODUCCIÓN

En la adolescencia se producen cambios en niveles biológicos, psicológicos y sociales. Esta población en particular se encuentra atravesando una variedad de procesos internos para lograr pertenecer cada vez más al mundo de los adultos y ganar mayor autonomía (Griffa & Moreno, 2015; Moreno Fernandez, 2015; Perinat Maceres & Moreno, 2013). En este contexto, se busca conocer como el uso de Instagram impacta en los niveles de depresión de adolescentes, así como conocer los distintos tipos de uso de la aplicación y su relación con la depresión.

Ante la aceleración de los cambios tecnológicos y la incorporación de nuevas modalidades relacionales, el estudio del impacto del uso de redes sociales en la salud mental se vuelve indispensable para poder entender a qué tipo de situaciones se exponen los adolescentes en la actualidad (Arab & Díaz, 2015). Un sujeto puede optar entre distintas alternativas a la hora de “vincularse” en el mundo digital. Una de ellas es Instagram, perteneciente al grupo Meta, que brinda como principal atractivo la posibilidad de subir fotos de manera rápida y, así, compartir situaciones del día a día (Instagram, 2022).

Se han realizado diferentes estudios que comparan como el uso de las redes sociales se correlaciona con distintas consecuencias negativas para la salud mental, como mayores niveles de conducta agresiva y ruptura de reglas (Rodríguez Puentes & Fernández Parra, 2014), síntomas depresivos (Lup et al., 2015) y ansiedad e hiperactividad (Barry et al., 2017), entre otros. De igual manera, los resultados de distintas investigaciones respecto al uso de las redes sociales y la salud mental en adolescentes, mostrarían que el uso de Instagram parecería tener un impacto negativo de proporciones mayores que el resto de redes sociales (Adeyanju et al., 2021).

El uso de las redes sociales y la existencia de depresión tienen una correlación que fue estudiada y comprobada por diversas investigaciones, pudiéndose afirmar que hay una incidencia entre ambos (Adeyanju et al., 2021), siendo un desafío novedoso a explorar por las investigaciones el conocer si hay diferencias en los niveles de depresión, pero considerando variables más allá del tiempo de uso (Keles et al., 2020). Esto ayuda a entender la complejidad del fenómeno de redes sociales y lograr una mayor profundización sobre dicho fenómeno.

De esta manera, surgió el interés de conocer cómo se relaciona el nivel de depresión en adolescentes y el uso de la red social Instagram. Se evaluará a adolescentes de entre 18 y 20 años pertenecientes al Gran Buenos Aires. La edad indicada se encuentra incluida en la teorización de distintos autores como parte de la última etapa de la adolescencia, denominada adolescencia tardía (Griffa & Moreno, 2015). El tipo de investigación será no experimental cuantitativa, de alcance correlacional y de cohorte transversal. El marco en el que se realizará la investigación será de la psicología cognitiva, adoptando los desarrollos realizados por Beck como base hasta llegar a los aportes más recientes realizados en la temática de depresión (Forgeard et al., 2011; Roepke & Seligman, 2016). Este tipo de investigaciones es novedoso en la región, ya que, si bien las redes sociales en su conjunto fueron estudiadas, no sucede lo mismo con la interacción en particular de cada una de ellas y sus posibles consecuencias, por ese motivo se optó por limitar la investigación solamente a la red social Instagram.

Observamos como limitaciones, en primer lugar, la falta de un cuestionario validado para evaluar el tipo de uso de Instagram. Para subsanar esto, se decidió adaptar preguntas utilizadas en investigaciones previas (Frison & Eggermont, 2016, 2017). En segundo lugar, la muestra que participará de la investigación no es representativa respecto a la población a evaluar.

De esta manera, se buscará conocer la diferencia en los niveles de depresión según el uso de Instagram, atendiendo al tiempo y tipo de uso que realizan los adolescentes de entre 18 y 20 años del Gran Buenos Aires, buscando replicar estudios realizados en otros países, pero considerando también el tipo de uso de dicha red social.

II. MARCO TEÓRICO

2.1 Redes Sociales

El surgimiento de nuevas tecnologías conllevó también el comienzo de nuevos modos de comunicación entre las personas, permitiendo nuevas posibilidades que hasta el momento eran inimaginables. Las cibercomunicaciones, definidas por Arab & Díaz (2015) como un proceso en el que se comunican dos o más sujetos, que se encuentra mediatizado por internet a nivel general y por las redes sociales a nivel específico. Surgen

como un modo de vincularse y de transmitir la información entre personas que no existió en otras épocas de la humanidad.

La llegada de los Smartphone generó una masividad en la comunicación entre la población a partir de las redes sociales, entendida como aquel canal de comunicación que permite a las personas mantener un contacto con sus seres queridos, poder reencontrarse con aquellos conocidos con los que habían perdido contacto, aprender sobre temas nuevos, informarse, mantener una comunicación constante y muchas actividades que antes eran impensadas (Matarín Jiménez, 2015). Así también, las redes sociales se posicionan como las plataformas de interacción que revolucionaran los modos de comunicación y socialización, actualizando las demandas culturales que se tendría en este espacio y modificando la exposición del contenido socializado (Lardies & Potes, 2022), dando como consecuencia una actualización entre los límites que cada persona tiene sobre lo público y lo privado (Marra e Rosa et al., 2016).

Para tomar una dimensión del impacto y así cuantificar la situación respecto a la relevancia que tienen la cibercomunicación y las redes sociales en Argentina, basta con observar el informe publicado por INDEC (2024) respecto a la conexión a internet durante el cuarto trimestre de 2023, donde se observa que más de 34 millones de personas accedieron a internet utilizando sus Smartphones, número que se encuentra en crecimiento desde la primer medición que se realizó en 2021.

2.1.1 Instagram

Dentro del grupo de redes sociales ofrecidas a los usuarios de Smartphones para su uso encontramos a Instagram, una red social propiedad del grupo Meta. Hoy en día, es una de las opciones preferidas entre los jóvenes de todo el mundo para estar en contacto virtualmente con otras personas. Su función principal es compartir imágenes en la red, dándole la posibilidad a los usuarios de mostrar desde sus actividades diarias hasta contenido elaborado, como rutinas de ejercicio y la promoción de productos. Dentro de sus funciones, permite a los usuarios dar “like” y realizar comentarios sobre las publicaciones de los otros sujetos, además de permitir la mensajería directa entre los mismos y la posibilidad de subir contenido que solo se puede visualizar por 24 horas. (Frison & Eggermont, 2017; Instagram, 2022; Lup et al., 2015).

Los usuarios reportan que este tipo de funcionamiento de la red social permite crear un documental sobre el día a día que ellos viven, de manera tal de transmitírselo a quienes son parte de la lista de seguidores de su perfil, pudiendo así mantener un contacto continuo, seleccionando el contenido que desea mostrar acorde a los intereses propios, creando así un perfil que, de por sí, no muestra a la totalidad de la persona que se encuentra detrás, sino que muestra una nueva identidad, que buscará ser coherente a lo largo de las distintas publicaciones que realicen (Marra e Rosa et al., 2016).

2.2 Depresión

La depresión es definida como el conjunto de signos y síntomas, visibles en el funcionamiento, acompañado por la desregulación de sistemas biológicos, neurológicos y comportamentales, producidos por la presencia de una visión negativa del mundo, del yo y del futuro, acompañada por situaciones adversas y elevados niveles de estrés, que interfieren en el funcionamiento diario y generan consecuencias comportamentales como el temor y una prospección negativa (Forgeard et al., 2011; Roepke & Seligman, 2016). Uno de los problemas principales que genera la influencia de la depresión se da en la modificación de los esquemas del pensamiento, que llevan a la persona a automatizar procesos de interpretación sesgados que dan mayor lugar a las valoraciones negativas del sí mismo, lo que genera conductas de retraimiento, evitación e inhibición (Forgeard et al., 2011).

El DSM-V (2014) define al Trastorno Depresivo Mayor como la presencia de cinco o más síntomas depresivos, siendo necesario que uno de ellos sea, por lo menos, estado de ánimo deprimido la mayor parte del día o pérdida de interés y placer en las actividades diarias. Este cuadro debe presentarse la mayor parte del día, durante por lo menos dos semanas seguidas, e incluye síntomas como el insomnio, la fatiga, el aumento o pérdida de peso, el aumento o pérdida de apetito, sentimientos de culpa e inutilidad, disminución de la capacidad para pensar o concentrarse e ideas de muerte, de suicidio, intento de suicidio con o sin un plan específico para llevarlo adelante, que causan un malestar clínicamente significativo en la persona e interfieren en mayor o menor medida sobre las distintas áreas de su vida, como pueden ser la laboral, educativa o social (American Psychiatric Association, 2014).

Forgeard et al. (2011) indican que, a nivel cerebral, la amígdala, el lóbulo prefrontal, el giro cingulado y el lóbulo prefrontal dorsolateral serían las estructuras neurológicas implicadas en el funcionamiento depresivo, producido a partir de una sobreactividad en las mismas, especialmente en la amígdala, sumado al funcionamiento inadecuado del sistema de control prefrontal sobre las estructuras subcorticales. A nivel bioquímico, las distintas observaciones clínicas mostraron que existe una correlación entre una menor regulación y sensibilidad de los receptores β -adrenérgicos y respuestas clínicas depresivas (Kaplan & Sadock, 2015).

La intensidad de los síntomas y las consecuencias pueden ser muy diversos, dependiendo de las características del sujeto, atravesando desde falta de aseo o autocuidado, sensaciones de dolor, quejas físicas hasta llegar incluso a la incapacidad total (American Psychiatric Association, 2014).

Desde la perspectiva del marco cognitivo, la depresión se entiende como la presencia de distorsiones cognitivas específicas en los mecanismos de interpretación de la información. Esta corriente postula, desde la psicología cognitiva, la existencia de una triada cognitiva como primer elemento de la depresión, compuesta por patrones cognitivos mentales que interfieren el funcionamiento de la persona y lo inducen a considerar de una manera errónea a su si mismo, su futuro y sus experiencias (Sadock et al., 2015).

De esta manera, el modelo de la triada cognitiva daría explicación a los signos y síntomas que componen el padecimiento depresivo, explicando así los factores comportamentales, motivacionales e incluso los elementos físicos. El primer elemento se identifica como la visión negativa sobre si mismo, componente por el cual la persona se observa a si misma de una manera desvalorizada, en una posición de poco valor e incluso enfermedad, atribuyendo así sus experiencias desagradables a sus defectos, sean físicos, morales o psicológicos, y dando lugar a una subestimación constante, lo que lo lleva a pensar que carece de los elementos para alcanzar la felicidad. Por otro lado, encontramos la interpretación de la experiencia actual de manera negativa, lo que lleva a la persona a pensar que el mundo le realiza demandas exageradas y también presenta obstáculos insuperables, dando lugar así a interacciones con el entorno de enorme frustración. Por último, encontramos como tercer elemento la visión negativa del futuro, llevando a la

persona a pensar en que su sufrimiento y malestar se extenderá de manera perpetua, lo que lo lleva a generar expectativas de fracaso incluso en el futuro inmediato(Beck, 2010).

Por otro lado, Beck (2010) menciona la existencia de una estructura en la interpretación de la información, denominada modelo de esquemas, la cual es entendida como la base de información que el sujeto utiliza para localizar, diferenciar y codificar el estímulo, utilizando así una matriz de pensamientos que permite transformar los datos en cogniciones. De esta manera, la persona con depresión realiza una interpretación a partir de distintos errores sistemáticos que conlleva a una incorrecta asimilación de la información brindada por la realidad, incluso existiendo evidencia que refute la creencia formulada. Distintos autores (Beck, 2010; Sadock et al., 2015) va a identificar distintos errores en la interpretación de la información, pudiendo encontrar la inferencia arbitraria como aquel proceso que ocurre cuando la persona realiza una conclusión apresurada sin evidencia que la sustente y la abstracción selectiva, que lleva a la persona a centrarse en un detalle específico para conceptualizar la totalidad de la situación desde ese elemento. De esta manera, el modelo permite comprender el motivo por el cual las personas con depresión mantienen actitudes que llevan al sufrimiento y que se observan como contraproducentes para ellos mismos.

La depresión puede encontrarse influenciada por distintos factores de riesgo. Sadock et al., (2015) indican que la etiología de síntomas depresivos puede estar brindado, también, por factores heredo-familiares que ejerzan su influencia en la sensibilidad al trastorno, siendo que si uno de los padres padece de depresión, hay un riesgo de entre el 10% y 25%. Este factor de riesgo duplica su intensidad si ambos padres tienen depresión. Por otro lado, los acontecimientos adversos en la edad de la infancia también constituyen un factor de riesgo, especialmente si se presentan reiterados episodios y de distinta índole (American Psychiatric Association, 2014).

A nivel ambiental, se puede observar que es más común la presencia de síntomas negativos luego de situaciones vitales estresoras, ya que se hipotetiza que la presencia de estas situaciones genera cambios permanentes a nivel cerebral y biológico en el cerebro, lo que puede llevar a debilitar neuronas y sinapsis establecidas hasta ese momento (Sadock et al., 2015).

2.3 Adolescencia

La adolescencia es aquella etapa del ciclo vital en la que se producen la mayor cantidad de cambios y transformaciones, donde la identidad y la autonomía se consolidan cada vez más, permitiendo así al adolescente vincularse con la sociedad que lo rodea sin la intervención de los padres ni de su familia de origen (Griffa & Moreno, 2015; Lardies & Potes, 2022). Esta cantidad de cambios simultáneos genera un mayor riesgo para la salud mental de los adolescentes (Frison & Eggermont, 2017). Ya que, como definen Losada & Marmo (2017), los procesos de crisis que se dan en los momentos de cambio en el ciclo vital significan tanto un riesgo para la salud de la persona, aunque por otro lado, también pueden ser una oportunidad de crecimiento y desarrollo.

Múltiples Autores (Griffa & Moreno, 2015; Moreno Fernandez, 2015; Perinat Maceres & Moreno, 2013) indican que el comienzo de la adolescencia se da con la pubertad, alrededor de los 12 años en mujeres y 13 años en varones. Este cambio se caracteriza por el desarrollo de los caracteres sexuales primarios, observándose la primera menarca en las mujeres, una aparición paulatina de los caracteres sexuales secundarios y del vello púbico, así como también una abrupta aceleración en el crecimiento, que luego se seguirá de una desaceleración, generando cambios en la composición del cuerpo, tanto en el esqueleto como en la musculatura.

A la hora de analizar y conocer el psiquismo en dicha edad, se puede mencionar la presencia de tres puntos esenciales en la formación de la organización psíquica del adolescente (Griffa & Moreno, 2015), empezando por un redescubrimiento del yo, devolviendo la mirada hacia la autorreflexión y acentuando la diferenciación yo-no yo, necesitando redescubrir su esencia e interpelar su propia existencia. En segundo lugar, la formación del plan de vida, donde el adolescente toma conciencia de que su actividad colaborará en la realización del todo, de la sociedad y del lugar en el que vive y que el rumbo que determine mostrará su propia mirada de la misma. En tercer y último lugar, aunque no menos importante, el ingreso a las distintas esferas de la vida que utiliza el adulto para dar sentido a su vida. A partir de estos tres puntos, nos es preciso identificar que es la identidad como construcción de mismidad y continuidad en la existencia la que redefine la definición que da de sí el adolescente, quien ponderará con mayor relevancia el lugar de las relaciones sociales, habilidades, características físicas y personalidad, actualizando su información según el contraste de la dimensión personal y social (Lardies & Potes, 2022).

Griffa & Moreno (2015) realizan un recorrido teórico a lo largo de las distintas características que son típicas de los adolescentes, tanto a nivel comportamental como actitudinal. De esta manera, dichos autores afirman como el elemento principal a destacar la presencia de una mayor rebeldía por parte de los adolescentes, la cual se pone de manifiesto para con sus padres y distintas autoridades de la vida diaria. Esta rebeldía se encontraría fundamentada por toda la transformación que lleva adelante el adolescente en su identidad, como se mencionó anteriormente. La necesidad de separarse de los padres para incorporarse al mundo adulto requiere de un cierto grado de cuestionamiento hacia la autoridad paterna. Esta búsqueda en si no busca ser violenta, sino la búsqueda de una posición que contenga un mayor grado de simetría, parte del lugar que busca tomar en el mundo adulto.

Dentro de este proceso, se denomina adolescencia tardía a aquella etapa que comienza a los dieciocho años, definida a partir de la serie de cambios que se da a nivel biológico, psicológico y social (Perinat Maceres & Moreno, 2013). La misma se caracteriza por tener como objetivos principales la consolidación de la identidad propia y el establecimiento de vínculos de intimidad con pares de manera bipersonal y profunda, favorecido por el despliegue de la sexualidad y su importancia en el plano social (Griffa & Moreno, 2015). Uno de los elementos fundamentales de esta etapa es la retroalimentación que reciben de su grupo de pares, que les permite consolidar su identidad (Arab & Díaz, 2015). Acompañado de una mayor búsqueda de aprobación y pertenencia a un grupo social de pares, crece también una búsqueda de diferenciación y separación del grupo familiar de origen, lo cual constituye una actividad necesaria para la consolidación de la propia identidad (Griffa & Moreno, 2015).

Otro aspecto a considerar es el funcionamiento particular del cerebro adolescente. A partir del relevamiento de distintas investigaciones, Crone et al. (2019) indican que incluso en la edad de la adolescencia tardía las estructuras cerebrales relevantes para la inhibición y el comportamiento deliberado se encuentran en desarrollo, por lo que es habitual observar reacciones de tono impulsivo. Por otro lado, indican que la característica principal de esta edad es la plasticidad en el funcionamiento cerebral. A la hora de observar la repercusión de esta situación en los comportamientos, concluyen que los adolescentes están mayor dispuestos a recibir ánimo y confirmación, pero con menor capacidad para enfrentarse al castigo y el rechazo.

Determinar la edad en la que finaliza la adolescencia tardía suele ser una tarea difícil, ya que distintos autores difieren sobre el criterio a utilizar para delimitar el mismo (Griffa & Moreno, 2015; Perinat Maceres & Moreno, 2013). Entre los puntos a considerar, se tiene en cuenta la emancipación económica de los padres y la constitución del propio hogar (Moreno Fernandez, 2015), la autogestión de los recursos disponibles y la autonomía persona (Perinat Maceres & Moreno, 2013). Como la complejidad del concepto dificulta la universalidad del término, Moreno Fernandez (2015) y Griffa y Moreno (2015) señalan que podría indicarse como fecha estimativa los 20 años, dando paso luego a la juventud hasta llegar a la adultez.

2.3.1 Adolescencia y uso de redes sociales

En el contexto actual, cobra una considerable importancia y valor la comunicación a través de los medios virtuales. Los adolescentes, que dan mayor importancia a la valoración del grupo y a estar siempre en contacto, encuentran en las redes sociales la oportunidad de mantener un contacto continuo con quienes los rodean y conforman estos grupos (Arab & Díaz, 2015). Para ellos, resulta interesante la posibilidad que brindan las redes sociales de postear contenido, dar *like* a una publicación, comentar para interactuar con la misma, borrar y compartir las publicaciones que otras personas realizan, siendo que, para muchos, estas acciones les posibilita pensar en que aquello que muestran en las redes sociales es similar a realizar un documental sobre sus vidas y, de esta manera, pueden decidir aquellos contenidos por los cuales sienten mayor preferencia a la hora de compartir con los demás (Marra e Rosa et al., 2016).

Este tipo de relación virtual representa un cambio dentro del paradigma de comunicación en las relaciones personales, ya que los intercambios anteriormente se daban desde un encuentro físico entre personas únicamente, mientras que en la actualidad esta nueva alternativa permite, de cierta manera, suplir y complementar esos intercambios (Pouwels et al., 2021). De igual manera, la posibilidad de seleccionar y presentar distintos elementos de manera consciente a través de las redes sociales nos muestra que hay una narración de un estilo de vida, de una búsqueda de coherencia y de una valoración del *feedback*, que da como resultado la existencia de una identidad digital, que puede ser consecuente en mayor o menor medida con la identidad del adolescente (Lardies & Potes, 2022). Las investigaciones realizadas por Marra e Rosa et al. (2016) mostraron que los

adolescentes exponían rasgos y características de su identidad que ellos consideraban positivos, buscando ser este aspecto el que habitualmente se muestre en las publicaciones que realizan en las redes sociales, siendo que este tipo de conducta tiene como objetivo la búsqueda de reconocimiento y respeto de parte de las distintas personas que conforman sus contactos en dicho espacio.

Morduchowicz (2021) explica que los adolescentes se encuentran transitando una etapa caracterizada por la incertidumbre ante los cambios que tienen lugar, por lo que utilizar este medio les permite mostrarse a la luz de otros, dar lugar a su identidad y crear un sentido de pertenencia dentro del contexto social en el que se encuentran, generando en ellos nuevas sensaciones de libertad y autonomía. En este sentido, las redes sociales posibilitan observar un cambio en la manera que el adolescente realiza el despliegue de su identidad, ya que la mayoría de ellos busca presentar un perfil que sea coherente con su pensamiento y autopresentación, ponderando el mismo a partir de la retroalimentación recibida de los comentarios, *likes*, y mensajes que reciben por las redes (Lardies & Potes, 2022). De esta manera, los adolescentes pueden sentir que, a partir de las interacciones que se dan en las redes sociales, se les confiere importancia y son personas significativas en la vida de los demás, respondiendo de esta manera a una acción denominada *estetización del self*, que hace alusión a esta acción de dar preferencia a mostrar en las redes sociales ciertos aspectos, considerados como positivos, sobre otros. (Marra e Rosa et al., 2016).

Siguiendo esta línea de pensamiento, los resultados de las investigaciones realizadas muestran que las redes sociales tienen influencia directa sobre la construcción de la identidad del adolescente. Dependiendo del uso que realice el mismo, podrá presentarse con recurso u obstáculo en la consolidación de la misma (Lardies & Potes, 2022). De esta manera, muchos adolescentes perciben que la exposición generada en las redes sociales puede generar sentimientos de vulnerabilidad a partir de la exposición que realizan por el contenido que publican (Marra e Rosa et al., 2016).

De igual manera, pueden presentarse dificultades si el uso de las redes sociales se da de manera desmedida. Desde otra dimensión, los estudios de Barry et al. (2017) muestran que es importante que los padres estén presentes a la hora de guiar y orientar el uso de las redes sociales, para así poder indicar los comportamientos adecuados,

observándose como factor problemático la desconexión entre los adultos y los adolescentes a la hora de utilizar redes sociales.

Continuando con el análisis del uso propiamente dicho de la red social, existen estudios sobre el uso y la sensación de gratificación, los cuales demostraron que, para las personas, se vuelve más relevante conseguir números elevados de *likes* y seguidores antes que *likes* y seguidores de personas en específico (Diefenbach & Anders, 2022). Por su parte, la percepción de un posteo considerado como agradable o adecuado para compartir por redes, puede verse modificado si el adolescente no recibe el *feedback* positivo a partir de los *likes*, comentarios y reacciones a su publicación (Marra e Rosa et al., 2016).

Ligado a esta posibilidad que encuentran en las redes sociales, entendemos que existen distintos problemas que enfrentan los adolescentes a la hora de utilizar las mismas. Entre ellos, encontramos las estrategias de autorregulación deficitarias, la recepción de *feedback* negativo de parte de su entorno y la incapacidad de distinguir lo privado de lo público como aquellos elementos que pueden generar dificultades a la hora de consolidar su identidad (Arab & Díaz, 2015). Esta situación se ajusta a la presencia de una cultura exhibicionista, que da mayor relevancia a que sea el otro el que juzgue y analice los perfiles, elemento que es influyente sobre la identidad del adolescente (Lardies & Potes, 2022).

La investigación realizada por Malo-Cerrato et al. (2018) permitió elaborar un perfil de personalidad respecto a aquellos adolescentes que utilizaban las redes sociales con mayor frecuencia. De esta manera, observaron que aquellos adolescentes que realizaban un uso excesivo de la red social se caracterizaban por tener rasgos de personalidad más elevados en la esfera del neuroticismo e impulsividad, siendo que su autoconcepto familiar, académico y emocional se encontraba disminuido.

2.3.2 Adolescencia y Depresión

La OMS (2017) estima que el 4,5% de las mujeres y el 3% de los varones de entre 15 y 19 años padece depresión en el mundo, siendo que el 6% de las mujeres y el 4% de los varones corresponderían a habitantes de América. Así también, entre los 20 y 24 años se observaría una prevalencia del 6% en mujeres y del 4% en varones, correspondiéndose un 6% y un 4% a los habitantes de América. En Argentina, la investigación conjunta realizada por la OMS junto a la Asociación Argentina de Psiquiatría Argentina

(APSA) llevada a cabo por Stagnaro et al. (2018) reveló que un 12,3% de la población sufre de un trastorno perteneciente al grupo de trastornos del estado de ánimo. A nivel individual, los autores indican que el trastorno con mayor presencia es el Trastorno Depresivo Mayor, cuya prevalencia es de 8.7%.

Griffa & Moreno (2015) explican que una de las tareas que mayor demanda elaborativa le genera a los adolescentes es la de pasar de una identidad reconocida a la identidad asumida activamente por uno, delimitada a partir de la propia vida del sí mismo como centro de iniciativas y no como los impactos de los estímulos sociales. Poder generar una consistencia en el individuo genera un sinnúmero de vicisitudes en cuanto al cómo llevar a cabo esta tarea, adoptando desde comportamientos defensivos de homogeneidad con el grupo hasta elementos más patológicos como agresión y conductas de riesgo. El gasto de energía que produce esta situación lo coloca en una posición vulnerable a la hora de padecer depresión, más aún cuando los elementos protectores no pueden dar el soporte necesario, o simplemente no se encuentran, ante los factores de riesgo.

Específicamente, se suman a los factores de riesgo generales de la depresión elementos propios que se dan en la adolescencia, como lo es la rebeldía ante la autoridad, el fugarse del hogar, la aparición de sentimientos de inferioridad y la timidez a la hora de vincularse con otros (Griffa & Moreno, 2015). Vale aclarar que la llegada de las redes sociales trajo consigo nuevas situaciones que podrían influenciar en la presencia de depresión en adolescentes, las cuales se detallarán a continuación (Dhir et al., 2018; Frison & Eggermont, 2017; Jeri-Yabar et al., 2019). Por su parte, las investigaciones llevadas adelante por González Lugo et al. (2018) indicaron que, dentro de los factores de riesgo ambientales, se deben considerar características del vecindario, la escuela y los rasgos negativos de los amigos. En esta misma línea (Hoyos Zuluaga et al., 2012) han identificado como factores de riesgo la condición socioeconómica de pobreza, el hacinamiento y el consumo de alcohol y estupefacientes, en mayor medida cuando se ve incentivado por las personas de su ambiente social. Continuando con los distintos factores de riesgo, si nos referimos a la esfera social dentro del ámbito virtual, Fonseca Pedrero & Fonseca Pedrero (2017) indican, como elemento particular en la edad de la adolescencia, el padecer comportamientos de ciberacoso en el ámbito escolar como un elemento central para entender distintas patologías de salud mental.

Por otro lado, existen diversos elementos que constituyen elementos protectores para los adolescentes. Gariépy et al. (2016) indican que, durante la adolescencia, contar con el apoyo y protección de los padres es un factor protector a la hora de enfrentar factores estresores que podrían generar depresión. Además de la contención familiar, González Lugo et al. (2018) indican también como factores protectores el apoyo y contención que pueden brindar amigos, vecinos, maestros e incluso las instituciones, de manera tal de generar una red de sostén que mitigue los efectos negativos que podrían tener los factores de riesgo. Por otro lado, Hoyos Zuluaga et al. (2012) indican que, a nivel vincular, el tener una buena relación con los maestros, el nivel de cohesión que encuentra a nivel familiar y la comunicación con los padres, especialmente el hecho de poder expresar sentimientos hacia el padre de manera específica, se presentan como elementos protectores de la depresión en los adolescentes.

2.4 Depresión y uso de Redes Sociales en Adolescentes

El uso de las distintas redes sociales y la existencia de depresión tienen una correlación que fue estudiada y comprobada por diversas investigaciones, pudiéndose afirmar que hay una incidencia entre ambos, siendo un desafío novedoso a explorar por las investigaciones actuales como influyen estos elementos entre sí (Adeyanju et al., 2021; Keles et al., 2020; Lozano Blasco & Cortés Pascual, 2020). En este contexto, cobra mayor relevancia la comparación llevada adelante respecto a los resultados obtenidos por las investigaciones sobre el uso de las redes sociales y su impacto en la salud mental en adolescentes, siendo que el uso de Instagram parecería tener un impacto negativo de proporciones mayores que aquel generado por el resto de las redes sociales (Adeyanju et al., 2021).

La relación entre el uso de redes sociales y la depresión ha sido explorada anteriormente por otros autores. Los estudios realizados por Dhir et al. (2018) muestran como el uso compulsivo de las redes sociales podría traer como consecuencia un incremento en los niveles de fatiga y cansancio emocional en los sujetos, lo que se correlacionaría con elevados niveles de depresión y ansiedad. De igual manera, los estudios realizados por Adeyanju et al. (2021) demostraron que los adolescentes que tienen una dependencia al uso de redes sociales muestran niveles elevados de depresión en simultáneo.

Siguiendo con este tipo de investigaciones, Jeri-Yabar et al. (2019) concluyeron que un mayor uso de redes sociales en adolescentes se correlacionaba con puntajes más altos en la escala de Beck sobre Depresión, lo que se vería acompañado por dificultades para establecer relaciones interpersonales, elevando los niveles de depresión de los sujetos.

Seabrook et al. (2016) observaron que aquellas personas con elevados niveles de depresión expresaban de manera más frecuente afectos negativos en las redes sociales, incluían mayormente pronombres personales en sus textos y tendían a interactuar en menor nivel con otros usuarios. Así también observaron que los usuarios con depresión generalmente mantienen un mayor número de interacciones negativas y un menor número de interacción positivas con otros usuarios, a diferencia de aquellos que poseen menores niveles.

Vidal et al. (2020) encontraron que la depresión podría afectar directa e indirectamente el uso de las redes sociales, observando que esta dificultad estaría mediada por el miedo a perderse algo, también conocido como FoMo. Los autores definen a este concepto hace referencia a un estado preocupacional por parte del individuo a partir del cual se genera una situación de expectativa y preocupación respecto a que, en el tiempo que no se participe de la red social, se pierda algún contenido significativo. De esta manera, se genera una preocupación constante en el individuo, en la medida que pasa tiempo alejado de la red social.

A partir de lo observado sobre depresión y uso de redes sociales, es necesario mencionar que las interacciones que ocurren en Instagram, así como el tipo de uso que se hace de la red social, traen consecuencias a nivel de salud mental en adolescentes. Esto también lo demuestran los estudios de Lup et al. (2015), quienes observaron una correlación positiva entre ser seguido por usuarios desconocidos en Instagram y los niveles de depresión, así como una correlación positiva entre un mayor tiempo de uso de dicha red social y los niveles de depresión.

Por otra parte, es interesante observar los estudios realizados por Barry et Al. (2019), cuyos resultados indicaron que el 75% de los adolescentes evaluados informaban haber sufrido agresiones en las redes sociales, lo que se correlacionaba también con síntomas depresivos. Especialmente, en aquellos casos donde la supervisión de los padres

no había detectado o conocido esta situación, mostrando un precedente de la importancia del grupo familiar.

Vale la pena aclarar que, si bien existe una correlación entre el aumento de depresión y el uso de tecnologías modernas, algunos estudios defienden que no se puede confirmar la causalidad directa entre ambas variables, siendo que los niveles aumentan estadísticamente, pero en un contexto en el que la mayoría de la población adquirió Smartphones y con la presencia de nuevas aplicaciones que permiten mantener el contacto social a través de dicha tecnología (Odgers & Jensen, 2020). Se destaca que, entre los distintos estudios que relacionaban el uso de redes sociales y síntomas depresivos, no se pudo arribar a conclusiones significativas que demuestren la causalidad de los mismos, entrando en consideración una visión ampliada de la situación, donde esta reacción sería generada también por diversos factores ambientales y propios de la configuración estructural de la persona (Frison & Eggermont, 2017; Odgers & Jensen, 2020). Si bien no fue posible atribuir causalidad, es relevante destacar que existen diversas investigaciones si han llegado a conclusiones similares, por lo que aquellos resultados que muestran una correlación entre el uso de Instagram y la depresión no deben ser descartados (Adeyanju et al., 2021). El modelo planteado por González Lugo et al. (2018) indicaría que, al momento de pensar y evaluar el impacto del uso de internet a nivel general en la salud mental, la existencia de depresión y un uso problemático se retroalimentarían constantemente, saliendo de una situación de causalidad para establecer un comportamiento reforzado constantemente.

Los resultados observados en investigaciones sobre el tiempo de uso y la depresión en adolescentes no arrojaron resultados significativos que muestren una relación entre ambas variables (Lozano Blasco & Cortés Pascual, 2020). De esta manera, para poder realizar una investigación sobre uso de redes sociales y depresión en adolescentes, se necesita adoptar una perspectiva más amplia sobre el uso de la red social Instagram, de manera que no se encuentre centrada solo en el tiempo de uso, considerado un criterio limitado y poco significativo por investigaciones previas (Odgers & Jensen, 2020).

Frison & Eggermont (2017) centran su atención también en los tipos de uso de la aplicación como una variable importante a ser tomada en cuenta, considerando que tan

seguido observan post publicados por otros usuarios, que tan seguido publican post en la red social y que tan seguido le dan “like” a una publicación. Ellos arribaron a dos conclusiones: existe una correlación positiva entre el nivel de depresión y la publicación de post en Instagram y, por otro lado, que había mayor posibilidad de tener niveles altos de depresión cuando se observaba publicaciones de otros en Instagram. La explicación que sugieren los investigadores es que estos adolescentes buscaban centrarse ante los otros y ser vistos, como una manera de mantener ese contacto con los otros e invitan a futuras líneas de investigación a replicar el experimento, incluyendo dentro de las variables la comparación social. Continuando con el análisis a partir del uso activo o pasivo de Instagram, Adeyanju et al. (2021) analizan el perfil del tipo de uso de la red social, llegando a la conclusión de existe una correlación positiva entre el tipo de uso activo y los sentimientos de soledad.

Por su parte, los estudios de Woods & Scott (2016) observaron que aquellos adolescentes que utilizaban sus redes sociales durante la noche obtenían también puntajes más altos en los niveles de depresión, siendo que este indicador se correlacionaba con una calidad de sueño más deficiente, especialmente en aquellos adolescentes que daban mayor validez emocional a la retroalimentación obtenida en sus redes sociales.

Frison & Eggermont (2016) encuentran como información relevante conocer si el uso de la red social se da de manera pública o privada, como parte de su estudio en el que evaluaron el impacto del uso de una red social según sea activo o pasivo. Allí, observaron que aquellos usuarios que realizaban un uso activo de la misma obtenían valores más altos en depresión. De esta manera, llegaron a la conclusión de que el uso activo o pasivo de la red social mantiene una relación directa con la presencia de niveles de depresión en adolescentes.

Respecto al género o la edad de los adolescentes, los estudios de Keles et al. (2020) indican que, las investigaciones revisadas arrojan resultados contradictorios a la hora de determinar si estos elementos son influyentes para la relación entre depresión y uso de Instagram, ya que en algunos estudios no encontraban influencia, mientras que otros mostraban que había una mayor predominancia de depresión y ansiedad en mujeres adolescentes. Esta última hipótesis es apoyada en los estudios realizados por Adeyanju et al. (2021), quienes también indicaron que son las personas del género femenino quienes

tienen mayores efectos depresivos al utilizar Instagram, tomando como consideración para su estudio que este grupo en particular brindaría más relevancia al *feedback* recibido sobre los posteos y mensajes realizados en dicha red social.

III. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA, OBJETIVO E HIPÓTESIS

3.1 Definición del Problema

En el presente Trabajo de Integración Final se evaluó la correlación entre el tiempo de uso y el tipo de uso de la red social Instagram y los niveles de depresión a través de la toma de un cuestionario ad-hoc y el Inventario de Depresión de Beck II (BDI-II). Dicha evaluación se llevó adelante en adolescentes de entre 18 y 20 años del Gran Buenos Aires, Argentina. Las preguntas de investigación fueron ¿Qué diferencias hay en los niveles de depresión de los adolescentes del Gran Buenos Aires según el tiempo de uso de la red social Instagram? ¿Cuánto tiempo utilizan Instagram los adolescentes del Gran Buenos Aires? ¿Qué tipo de uso realizan los adolescentes del Gran Buenos Aires respecto a la red social Instagram? ¿Qué diferencias hay en el tipo de uso de la red social Instagram según el género y la edad de los adolescentes del Gran Buenos Aires? ¿Qué niveles de depresión prevalece en los adolescentes del Gran Buenos Aires según el tipo de uso que realizan de Instagram? ¿Qué diferencias presentan los adolescentes según el tiempo de uso de la red social Instagram?

3.2 Objetivos

Objetivo general

Conocer la diferencia en los niveles de depresión según el uso de Instagram, en términos de tiempo y tipo de uso, de los adolescentes del Gran Buenos Aires.

Objetivos específicos

1. Describir el tiempo de uso de Instagram de los adolescentes del Gran Buenos Aires.
2. Describir el tipo de uso de la red social Instagram que prevalece en los adolescentes del Gran Buenos Aires.

3. Conocer las diferencias en el tipo de uso de la red social Instagram según el sexo y la edad de los adolescentes del Gran Buenos Aires.
4. Explorar diferencias en los niveles de depresión en adolescentes según el tipo de uso de la red social Instagram.
5. Estudiar la relación entre los niveles de depresión según el tiempo de uso de la red social Instagram.

3.3 Hipótesis

H1: Hay diferencias en el tipo de uso de la red social Instagram según el sexo y la edad de los participantes.

H2: Existen diferencias en los niveles de depresión según el tipo de uso de la red social Instagram.

H3: Existe una correlación entre los niveles de depresión de los adolescentes y el tiempo de uso que le dan a Instagram.

IV. MÉTODO

4.1 Diseño de la Investigación

Se llevó a cabo una investigación no experimental cuantitativa, de alcance correlacional y de corte transversal. Hernández Sampieri (2018) define a la investigación cuantitativa como aquel proceso que utiliza la recolección de información para comprobar una hipótesis, tomando como base un marco teórico definido y, a partir de la elaboración de objetivos y preguntas de investigación, realiza una medición numérica y análisis estadístico con el objetivo de establecer pautas de comportamiento y comprobar teorías. Por su parte, el mismo autor indica que un diseño de investigación no experimental implica que el modo en el que se obtendrá la información que responde a la hipótesis es desde la observación del fenómeno, sin manipular de manera deliberada las variables. El alcance correlacional de la investigación nos muestra que la investigación buscará establecer relaciones entre dos variables o más, sin establecer relaciones de causalidad entre una y otra. Para concluir, Hernández Sampieri (2018) indica que el diseño

transversal busca recolectar la información a partir de un punto específico del tiempo, para conocer la medición de las variables en un momento determinado.

4.2 Participantes

Se utilizó una muestra no probabilística, accedida por participación voluntaria. La recolección de datos se realizó a través de plataformas digitales, siendo que el consentimiento informado se encontraba al comienzo del cuestionario, brindándose los datos de contacto por cualquier inquietud. Los criterios para poder participar eran: tener entre 18 y 20 años de edad inclusive y encontrarse erradicado en el Gran Buenos Aires. La muestra consistió en un total de 94 sujetos, de los cuales el 34% ($n = 32$) fueron hombres y el 66% ($n = 62$) fueron mujeres. La media de edad del total de la muestra fue de 18,94 ($ES = 0,74$; *Mínimo* = 18; *Máximo* = 20). En lo que respecta al lugar de residencia de la persona un 48,9% ($n = 46$) residen en CABA, un 25,5% ($n = 24$) residen en Zona Oeste, un 16% ($n = 15$) residen en Zona Sur y un 9,6% ($n = 9$) residen en Zona Norte. Respecto al Nivel Educativo, el 7,4% ($n = 7$) no completó el secundario, el 91,5% ($n = 86$) completó el secundario y el 1,1% ($n = 1$) completó la educación terciaria, siendo que no se registraron participantes cuyo nivel educativo sea primaria incompleta o universitario completo. Finalmente, respecto a la Ocupación un 30,9% ($n = 29$) estudia y trabaja, un 63,8% ($n = 60$) solo estudia, un 4,3% ($n = 4$) solo trabaja y un 1,1% ($n = 1$) ni estudia ni trabaja.

Tabla 1
Datos sociodemográficos de la muestra total

Datos sociodemográficos		Frecuencias
Genero	Hombres	32 (34%)
	Mujeres	62 (66%)
Lugar de residencia	CABA	46 (48,9%)
	Zona Norte	9 (9,6%)
	Zona Sur	15 (16%)
	Zona Oeste	24 (25,5%)
Nivel educativo	Primario Incompleto	0
	Secundario Incompleto	7 (7,4%)
	Secundario Completo	86 (91,5%)

	Terciario Completo	1 (1,1%)
	Universitario Completo	0
Ocupación	Estudia y trabaja	29 (30,9%)
	Estudia	60 (63,8%)
	Trabaja	4 (4,3%)
	No estudia ni trabaja	1 (1,1%)

4.3 Instrumentos de Recolección de Datos

Cuestionario Ad-Hoc. (ver anexo)

Para poder llevar adelante la investigación, se elaboró un cuestionario específico. En primera instancia, se presentaba el consentimiento informado, donde se indicaba cual era la finalidad de la investigación y se brindaba un correo de contacto ante dudas. El participante debía completar y aceptar para continuar completando el cuestionario. Luego, la primera parte del mismo recogía los datos sociodemográficos de los participantes, ordenado de la siguiente manera: género, pudiendo ser masculino, femenino u otro; edad, donde debía colocarse la edad al momento de la toma en años, la cual debía coincidir con 18, 19 o 20 según los criterios de exclusión, ya que se consideró solamente los adolescentes de la subetapa tardía según los aportes de distintos autores (Griffa & Moreno, 2015); lugar de residencia, el cual indicaba las cuatro zonas en las cuales se divide el Gran Buenos Aires, siendo C.A.B.A., Zona Oeste, Zona Norte y Zona Sur; nivel educativo, donde se encontraba primario incompleto, secundario incompleto, secundario completo, terciario completo y universitario completo; y ocupación, pudiendo ser la misma estudia y trabaja, estudia, trabaja o no estudia ni trabaja.

Para determinar el tiempo de uso de Instagram, se solicitó a los participantes que completaran, luego del cuestionario sociodemográfico, la cantidad de minutos diarios que utilizaban la aplicación. Para eso, se les indicaba que revisen en sus teléfonos celulares la sección de configuración, ya que allí se incluye un apartado con la cantidad de tiempo que se utiliza cada aplicación.

Para determinar el tipo de uso de Instagram, se evaluó el accionar en la red social mencionada a partir de 4 preguntas: (1) Dedicó tiempo a mirar las fotos de otros en

Instagram; (2) Subo, de manera frecuente, fotos a Instagram; (3) Interacciono de manera frecuente con otros en Instagram (incluye reaccionar a una historia, dar me gusta, comentar, responder una historia); (4) Frecuentemente envío mensajes a mis amigos o conocidos a través de Instagram. Estas maneras se utilizaron para poder determinar el mismo según el uso activo o pasivo, tomando como referencia las investigaciones realizadas por Frison & Eggermont (2016, 2017) respecto a realizar acciones de buscar, postear y dar *like* a los posteos realizados por otra persona y el impacto de los realizados por uno mismo. De esta manera, el cuestionario consta de 4 los ítems mencionados de formato likert con 6 puntuaciones, que oscilan desde 1- muy en desacuerdo hasta 6- muy de acuerdo. La pregunta 1 se encuentra invertida, por lo que el 6 representa la pasividad y el 1 la actividad.

Para obtener el resultado, es necesario invertir el puntaje de la pregunta 1, para luego se sumar los puntajes obtenidos en las 4 preguntas y, el número que resulta de dicha operación, dividirlo por 4. De esta manera, los resultados obtenidos se interpretan a la luz de dos polos, siendo el puntaje 1 la pasividad absoluta, aquellas personas que utilizan la aplicación a mirar contenidos de otros, pero no suben fotos, no interaccionan con otros ni envían mensajes a sus conocidos a través de Instagram, y el puntaje 6 la actividad absoluta, aquellas personas que utilizan la aplicación con más frecuencia para publicar fotos, interaccionar con otras personas y enviar mensajes a sus conocidos.

Inventario de Depresión de Beck. (ver anexo)

El Inventario de Depresión de Beck (BDI-2), es aplicable a partir de los 13 años. Consta de 21 ítems que se utilizan para analizar la intensidad de los síntomas depresivos, abarcando el período de las últimas dos semanas (Smarr & Keefer, 2011). Es una escala de opción múltiple, la cual puntúa de 0 a 3, siendo 0 la ausencia del síntoma y 3, la mayor presencia. En Argentina, el test fue validado y baremizado por Brenlla & Rodríguez (2006).

4.4 Procedimiento

Para la recolección de la información, se contactó con adolescentes pertenecientes al área del Gran Buenos Aires, enviando el enlace para que completen la encuesta luego de una breve introducción al cuestionario.

La recolección de la información se realizó de manera virtual utilizando un cuestionario realizado en la aplicación Forms de Google. Así mismo, vale la pena aclarar que la constante actualización del funcionamiento de Instagram puede sumar o cambiar funcionalidades que, al momento de la toma, no se encontraban presentes. En dicha aclaración incluimos actualización en el algoritmo, así como también nuevas herramientas que pueden influir en la experiencia del usuario.

Para que los participantes puedan aclarar sus dudas, se informó la casilla de correo del evaluador. Para el cuestionario, se brindó un formulario de Google Forms que contenía la versión digitalizada del cuestionario ad-hoc y de la escala de Beck de Depresión (BDI-II).

4.5 Análisis de Datos

Para responder al objetivo 1 y 2 se utilizaron estadísticos descriptivos, medias, desvíos, porcentajes y frecuencias. Para responder a los objetivos 3 y 4 se realizó la prueba de diferencia de medias de T de Student. Para responder al objetivo específico 5 se utilizó el estadístico de correlación R de Pearson. Para los objetivos 3, 4 y 5 se consideraron como significativos aquellos estadísticos con nivel de significación menor a 0,05.

V. RESULTADOS

Al analizar el tiempo de uso de Instagram, expresado en minutos diarios, que realizan los adolescentes se encontró una media de 70,47 ($ES = 68,86$; $Mínimo = 1$; $Máximo = 360$). Por otro lado, al explorar el tipo de uso de la red social Instagram se encontró una media de 3,77 ($ES = 0,77$; $mínimo = 2$; $máximo = 5,75$).

Tabla 2

Tiempo de uso y tipo de uso de Instagram por adolescentes

	Media	Desv. Tip.	Mínimo	Máximo	Percentiles		
					25	50	75
Tiempo de uso	70,47	68,86	1	360	20	60	90
Tipo de uso	3,77	0,77	2	5,75	3,25	3,75	4,25

Respondiendo a la Hipótesis 1 respecto a los tipos de uso de Instagram según el género, pudiendo ser masculino, femenino u otro, y la edad de los adolescentes, 18, 19 o 20, no se encontraron diferencias significativas en los tipos de uso de Instagram según el género de los participantes ($t_{(92)} = -1,727$; $p = ,088$), así como tampoco según la edad de los mismos ($t_{(305)} = -1,113$; $p = ,269$). Para analizar la edad, se realizó un corte diferenciando entre 2 grupos: menores de 20 años y mayores e iguales a 20 años.

Tabla 3
Tipo de uso de Instagram según género y edad

Variables		N	M	SD	T (g)	P
Tipo de uso	Masculino	32	3,59	,68	-1,727 (92)	,088
	Femenino	62	3,87	,79		
Tipo de uso	<20	23	3,61	,82	-1,113 (305)	,269
	=>20	71	3,82	,74		

Respondiendo a la hipótesis 2, se encontraron diferencias significativas en los niveles de depresión de los adolescentes según el tipo de uso de la red social Instagram, siendo que los resultados mostraron que las personas que utilizan Instagram de manera activa poseen niveles de depresión más alto que aquellos que lo utilizan de manera pasiva ($t_{(92)} = - 2,727$; $p = ,008$). Los adolescentes que realizan un tipo de uso activo de Instagram realizan posteos de imágenes, interactúan con el contenido de sus conocidos, escriben mensajes con sus amigos y conocidos, dejando menor espacio para solamente observar lo que postean otros en Instagram. Por otro lado, aquellos adolescentes que realizan un tipo de uso pasivo de Instagram priorizan observar el contenido publicado por otros, realizando menor cantidad de posteos de imágenes, interactuando en menor medida con el contenido de sus conocidos y escribiéndose en menor medida con sus amigos y conocidos.

Tabla 4

Niveles de depresión según el tipo de uso de Instagram

Variab les		N	M	SD	T (gl)	p
Tipo de uso	< 3	11	15	9,27	-2,727 (92)	,008
	=> 3	83	23,64	13,82		

Respecto a la hipótesis 3, no se encontró una relación significativa entre el tiempo de uso de la red social Instagram y los niveles de Depresión ($r = -,019$; $p = ,853$; $n = 94$) en adolescentes.

Tabla 5

Datos sociodemográficos de la muestra total

		Tiempo de uso
Niveles de Depresión	R	1
	P	,853

VI. CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN**6.1 Conclusiones**

El objetivo del presente estudio empírico cuantitativo no experimental de corte transversal era conocer las diferencias en los niveles de depresión según el tipo de uso (expresado en un continuo cuyos polos son el tipo pasivo y el tipo activo, según el posteo de imágenes, observar lo posteado por otros, la interacción con conocidos y enviarse mensajes con amigos y conocido) y tiempo de uso de la red social Instagram (expresada en minutos diarios), explorado a partir de un cuestionario ad-hoc realizado para la investigación, y su relación con los niveles de depresión, utilizando como instrumento el BDI-II, en adolescentes de entre 18 y 20 años de Gran Buenos Aires (C.A.B.A, Zona Oeste, Zona Norte y Zona Sur). Para cumplir el mismo, se realizaron análisis descriptivos (frecuencias, medias y desvíos estándares), comparación de medias entre grupos (prueba t de Student) y correlaciones (r de Pearson).

Para los dos primeros objetivos específicos, se utilizó estadísticos descriptivos, conociendo la media y el desvío estándar tanto en niveles de depresión como en tiempo de uso. Allí, se encontró que los adolescentes utilizaban, en promedio, 70,47 minutos

Instagram durante el día, siendo que el tipo de uso promedio fue de 3,77. Es importante aclarar que, para conocer el tipo de uso, se computan los puntajes del cuestionario, siendo que el 1 representa el predominio del uso pasivo (mayor uso para observar lo que otros publican, menor uso para subir fotos, interactuar con conocidos, escribir mensajes con amigos y conocidos), mientras que el 6 representa el uso activo de Instagram (menor uso para observar lo que otros publican, mayor uso para subir fotos, interactuar con conocidos, escribir mensajes con amigos y conocidos). El resultado obtenido nos muestra que, en líneas generales, el tipo de uso que los adolescentes realizan de la red social Instagram se encuentra más cerca del polo de uso activo.

El tercer objetivo específico buscó conocer las diferencias en el tipo de uso según género y edad. Se utilizó el estadístico T de Student para comparar los resultados, diferenciando en primer lugar entre género masculino y femenino (no se registraron participantes con género “otro”), cuyos resultados no mostraron que los adolescentes posean un tipo de uso diferente según el género. Por otro lado, para conocer las diferencias según la edad, los resultados no mostraron diferencias significativas en el tipo de uso según la edad. Por lo tanto, los resultados muestran a la hipótesis 1 como falsa, ya que los resultados no arrojaron algún tipo de relación estadística que explique diferencias entre el tipo y tiempo de uso según edad y género. Este resultado se ve reflejado también en otras investigaciones, que arriban a conclusiones similares.

Para trabajar sobre el cuarto objetivo específico, el cual buscaba conocer la existencia de una relación entre el tipo de uso de la red social Instagram y los niveles de depresión, se utilizó el estadístico T de Student. Los resultados mostraron que existe una relación positiva entre el tipo de uso de la red social Instagram y los niveles de depresión en adolescentes siendo que, a un uso más activo de Instagram le acompaña un nivel más alto de depresión. De esta manera, la hipótesis 2 es confirmada, demostrando que existiría una relación entre los niveles de depresión y el tipo de uso de Instagram según sea activo o pasivo. Investigaciones anteriores habían encontrado resultados positivos al correlacionar el uso de Instagram con niveles de depresión (Adeyanju et al., 2021), dándole principal importancia a los resultados obtenidos por Frison & Eggermont (2017), quienes encontraron que los adolescentes con niveles de depresión más altos realizaban posts en la red social Instagram con mayor frecuencia. De igual manera, los resultados de la investigación que se llevó a cabo sostienen que existe una correlación positiva entre

el tipo de uso de Instagram activo y los niveles de depresión, por lo que aquellas personas que, al utilizar la red social, realicen posteos de fotos, interactúen con las publicaciones de conocidos y escriban mensajes con amigos y conocidos, y utilicen la red en menor medida para observar publicaciones de otros, tienen mayor probabilidad de mostrar también niveles más elevados de depresión.

El quinto objetivo específico buscó encontrar una correlación entre el tiempo de uso de la red social Instagram (expresado en minutos) y los niveles de depresión. Los resultados mostraron que no se comprobó relación entre ambas variables. De esta manera, se refleja lo observado por investigaciones previas (Adeyanju et al., 2021; Frison & Eggermont, 2016) donde se indicaba a la variable tiempo de uso como una con menor relevancia a la hora de investigar los efectos del uso de las redes sociales sobre la salud mental. Al no encontrarse una correlación significativa entre las variables, se refuerza la hipótesis de que es una variable con menor relevancia para comprender la asociación entre la depresión y el uso de Instagram.

6.2 Discusión

Se ha logrado identificar que el uso de redes sociales se encuentra en constante crecimiento, magnificado por la llegada de los smartphones, que posibilita el acceso al Internet a millones de personas en Argentina (INDEC, 2024). En el caso particular de Instagram, se muestra al público como una herramienta que facilita el acceso y comunicación entre personas, siendo que en la mayoría de sus publicidades las personas se muestran sonrientes y disfrutando de su uso, incentivando a que compartan su vida diaria a través de la misma, mientras que los usuarios que la utilizan consideran que solo se muestra una parte que ellos valoran como positiva de su vida, dejando distintos aspectos por fuera (Marra e Rosa et al., 2016). La presente investigación buscó continuar el modelo de los estudios específicos realizados en distintas partes del mundo respecto a la relación entre redes sociales y depresión, utilizando como premisa principal que la evaluación exclusiva sobre el tiempo de uso no era suficiente para comprender el fenómeno y la relación que podía haber entre el uso de las redes sociales, en este estudio en particular Instagram, y los niveles de depresión (Adeyanju et al., 2021; Odgers & Jensen, 2020). Por eso mismo, se optó por realizar una adaptación de la investigación llevada adelante por Frison & Eggermont (2016, 2017), de manera tal de poder analizar

cómo es el tipo de uso específico de los adolescentes argentinos, a partir de comprender el mismo como una continuidad entre los polos de uso pasivo y uso activo.

De esta manera, los resultados de la presente investigación pretenden dar cuenta de cómo el uso de las redes sociales, específicamente de Instagram, puede asociarse a los niveles de depresión en adolescentes. En este caso, a partir de la información recolectada sobre los adolescentes de Gran Buenos Aires que participaron, se pudo observar como el tipo de uso activo de la red social Instagram se correlaciona positivamente con los niveles de depresión. Esta conclusión se encuentra en línea con dos premisas establecidas por otras investigaciones. En primer lugar, se reafirma los resultados obtenidos por otras investigaciones en las que se indica que el uso de las redes sociales, Instagram en este caso particular, conlleva una correlación con los niveles de depresión en adolescentes (Adeyanju et al., 2021). Por otro lado, los resultados obtenidos muestran y convalidan los resultados obtenidos por Frison & Eggermont (2017), quienes concluyen que es el tipo de uso activo el cual presenta una correlación mayor con niveles más elevados de depresión en adolescentes.

Por otro lado, resulta relevante analizar los resultados respecto al tiempo de uso de Instagram. En esta investigación, se encontró que el tiempo de uso de Instagram no tiene correlación con los niveles de depresión que presentan los adolescentes. De esta manera, los resultados coinciden con los brindados por otras investigaciones (Lozano Blasco & Cortés Pascual, 2020), reafirmando la distinción realizada por Odgers & Jensen (2020), quienes consideran que intentar utilizar el tiempo de uso de la red social como variable relacionada con la depresión puede resultar en un criterio limitado y arrojar resultados poco significativos a la hora de explicar su relación.

Continuando con los niveles de depresión en adolescentes, resulta relevante indicar que no se encontraron resultados significativos respecto a una diferencia en el tipo de uso de la red social Instagram según el género de la persona. Este resultado interpretado a la luz de la relación entre el tipo de uso de Instagram y los niveles de depresión, el cual muestra que quienes presentan mayores niveles de depresión son los adolescentes que realizan un uso activo de Instagram, nos permite inferir que el mismo coincidiría con la investigación realizada por Keles et al. (2020), quien arribó a la conclusión de que los resultados no muestran con claridad la existencia de un género que

se encuentre afectado en mayor medida por el uso de las redes sociales respecto al nivel de depresión. De igual manera, es competente aclarar que, las investigaciones que concluyen indicando al género femenino como quienes se ven más afectadas por la depresión en el uso de Instagram, toman en consideración la variable de comparación a partir del *feedback* recibido por parte del usuario respecto a su publicación para arribar a dicho resultado (Adeyanju et al., 2021). Como observamos en los resultados del presente estudio, la relevancia estaría centrada en el tipo de uso en específico, y no en el género de la persona.

Dado que tanto el uso de internet como de redes sociales se encuentra en crecimiento, y observando que exponerse a aplicaciones como Instagram puede tener consecuencias y efectos sobre la salud mental, especialmente en la edad de la adolescencia, donde ya observamos que varios elementos respecto a la identidad se encuentran en definición, así como también se atraviesan desafíos como el ganar mayor autonomía y la inserción en el mundo adulto, proceso que genera una mayor vulnerabilidad y riesgo a la hora de pensar en esta edad (Griffa & Moreno, 2015; Marra e Rosa et al., 2016) es que resulta relevante realizar estudios que permitan conocer el impacto que puede generar la exposición que la persona recibe a partir de las nuevas modalidades de comunicación propias de este siglo. De igual manera, es relevante comprender la importancia de evaluar cómo y en que contexto se generan mayores niveles de depresión, ya que otras investigaciones han demostrado que dicho uso tiene consecuencias negativas para la vida del individuo, como pueden ser las dificultades para establecer relaciones interpersonales (Jeri-Yabar et al., 2019).

Por estos motivos, y luego de considerar que dentro de las redes sociales se ponen en juego elementos de aprobación social, identidad, pertenencia y retroalimentación, entre otros, es que resulta relevante comprender que el tipo de uso activo de Instagram se correlaciona con niveles de depresión más altos en adolescentes. Esto permite comenzar a establecer características en el uso de las redes sociales que tendrían un valor identificador a la hora de detectar presencia de alteraciones en la salud mental de un adolescente, como puede ser la depresión, y su manifestación conductual y comportamental en los nuevos espacios digitales de comunicación, como es en este caso Instagram, en particular, y las redes sociales en general. Comprender que la presencia de un uso activo de Instagram por parte del adolescente puede presentarse en simultáneo a

elevados niveles de depresión, nos muestra que es importante para la psicología continuar estudiando los efectos que poseen los comportamientos en el mundo digital sobre la salud mental pensando que, en un futuro, pueden encontrarse elementos significativos y causales que permitan la detección temprana de patología en la salud mental de las personas, incluso cuando no sea posible identificarlo a través de síntomas conductuales típicos.

6.3 Limitaciones y futuras líneas de investigación

Respecto a las limitaciones del presente estudio, es relevante comprender que el grupo de la muestra al que se accedió fue probabilístico y su distribución, no homogénea. De igual manera, el cuestionario utilizado para determinar los tipos de uso de la red social Instagram fue creado específicamente para esta investigación, al no contar con un instrumento validado aplicable para la exploración de la variable.

En futuras líneas de investigación, se podría tomar en cuenta distintas variables y su relación, como puede ser los niveles de autoestima de los adolescentes, la sensación de soledad o los niveles de ansiedad. Por otro lado, podría evaluarse los resultados a partir del contenido al cual se exponen al utilizar la red social. De igual manera, se podría replicar este estudio utilizando una evaluación longitudinal, para observar cómo se modifican los puntajes de los adolescentes según el tipo de uso a través del tiempo. Se podría replicar la investigación en distintos puntos del país para comparar los resultados obtenidos en una zona de ciudad como lo es el Gran Buenos Aires, respecto a otras zonas similares como el Gran Rosario. Así también, se podrían comparar los resultados con población que se encuentre por fuera de grandes núcleos urbanos, para conocer las diferencias entre el tipo y tiempo de uso de la red social. Para concluir, futuras investigaciones podrían aplicar un estudio similar al realizado en esta investigación, pero evaluando otras redes sociales, como por ejemplo Tik Tok o X.

VII. REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

- Adeyanju, G., Solfa, R., Tran, T., Wohlfarth, S., Büttner, J., Osobajo, O., & Otitoju, A. (2021). *Behavioural Symptoms of Mental Health Disorder such as Depression among Young People using Instagram: A Systematic Review*. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-399934/v1>
- American Psychiatric Association. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales: DSM-5* (5.^a ed.). Editorial Médica Panamericana.
- Arab, L. E., & Díaz, G. A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: Aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 7-13. <https://doi.org/10.1016/j.rmcl.2014.12.001>
- Barry, C. T., Sidoti, C. L., Briggs, S. M., Reiter, S. R., & Lindsey, R. A. (2017). Adolescent social media use and mental health from adolescent and parent perspectives. *Journal of Adolescence*, 61, 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.08.005>
- Beck, A. T. (2010). *Terapia cognitiva de la depresión* (19a ed.). Desclée de Brouwer.
- Brenlla, M. E., & Rodríguez, C. M. (2006). Adaptación argentina del Inventario de Depresión de Beck (BDI-II). *BDI-II. Inventario de depresión de Beck*, 11-37.
- Crone, E. A., Menéndez Díaz, F., & Crone, E. A. (2019). *El cerebro adolescente: Cambios en el aprendizaje, en la toma de decisiones y en las relaciones sociales*. Narcea, S.A. de Ediciones.
- Dhir, A., Yossatorn, Y., Kaur, P., & Chen, S. (2018). Online social media fatigue and psychological wellbeing—A study of compulsive use, fear of missing out, fatigue, anxiety and depression. *International Journal of Information Management*, 40, 141-152. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2018.01.012>

- Diefenbach, S., & Anders, L. (2022). The psychology of likes: Relevance of feedback on Instagram and relationship to self-esteem and social status. *Psychology of Popular Media, 11*(2), 196-207. <https://doi.org/10.1037/ppm0000360>
- Fonseca Pedrero, E., & Fonseca Pedrero, E. (2017). *Bienestar emocional en adolescentes riojanos: No hay salud sin salud mental*. Universidad de La Rioja, Servicio de Publicaciones.
- Forgeard, M. J. C., Haigh, E. A. P., Beck, A. T., Davidson, R. J., Henn, F. A., Maier, S. F., Mayberg, H. S., & Seligman, M. E. P. (2011). Beyond depression: Toward a process-based approach to research, diagnosis, and treatment. *Clinical Psychology: Science and Practice, 18*(4), 275-299. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.2011.01259.x>
- Frison, E., & Eggermont, S. (2016). Exploring the Relationships Between Different Types of Facebook Use, Perceived Online Social Support, and Adolescents' Depressed Mood. *Social Science Computer Review, 34*(2), 153-171. <https://doi.org/10.1177/0894439314567449>
- Frison, E., & Eggermont, S. (2017). Browsing, Posting, and Liking on Instagram: The Reciprocal Relationships Between Different Types of Instagram Use and Adolescents' Depressed Mood. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 20*(10), 603-609. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0156>
- Gariépy, G., Honkaniemi, H., & Quesnel-Vallée, A. (2016). Social support and protection from depression: Systematic review of current findings in Western countries. *British Journal of Psychiatry, 209*(4), 284-293. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.115.169094>

- González Lugo, S., Pineda Domínguez, A., & Concepción Gaxiola Romero, J. (2018). Depresión adolescente: Factores de riesgo y apoyo social como factor protector. *Universitas psicológica*, 17(3), 1-11. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy17-3.dafr>
- Griffa, M. C., & Moreno, J. E. (2015). *Claves para una psicología del desarrollo* (1a ed. 3a reimp.). Lugar editorial.
- Hernández Sampieri, R. (2018). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill Interamericana.
- Hoyos Zuluaga, E., Torres de Galvis, Y., & Lemos Hoyos, M. (2012). Factores de Riesgo y de Protección de la Depresión en los Adolescentes de la Ciudad de Medellín. *International journal of psychological research*, 5(1), 109-121. <https://doi.org/10.21500/20112084.767>
- INDEC. (2024). *Servicios: Accesos a internet. Cuarto trimestre de 2023*. 8(4). https://www.indec.gob.ar/uploads/informesdeprensa/internet_03_24F142A339A1.pdf
- Instagram. (2022). *About us, Instagram*. <https://www.instagram.com/about/us/>
- Jeri-Yabar, A., Sanchez-Carbonel, A., Tito, K., Ramirez-delCastillo, J., Torres-Alcantara, A., Denegri, D., & Carreazo, Y. (2019). Association between social media use (Twitter, Instagram, Facebook) and depressive symptoms: Are Twitter users at higher risk? *International Journal of Social Psychiatry*, 65(1), 14-19. <https://doi.org/10.1177/0020764018814270>
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents.

- International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79-93.
<https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1590851>
- Lardies, F., & Potes, M. V. (2022). Redes sociales e identidad: ¿Desafío adolescente? [En línea]. *Avances en Psicología*, 30(1), e2528-e2528.
<https://doi.org/10.33539/avpsicol.2022.v30n1.2528>
- Losada, A. V., & Marmo, J. (2017). *Hacia la Comprensión de los Procesos Familiares*. Dunken.
- Lozano Blasco, R., & Cortés Pascual, M. del P. A. (2020). Usos problematicos de Internet y depresion en adolescentes: Meta-analisis. *Comunicar (Huelva, Spain)*, 28(63), 109-120. <https://doi.org/10.3916/C63-2020-10>
- Lup, K., Trub, L., & Rosenthal, L. (2015). Instagram #Instasad?: Exploring Associations Among Instagram Use, Depressive Symptoms, Negative Social Comparison, and Strangers Followed. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(5), 247-252. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0560>
- Malo-Cerrato, S., Viñas-Poch, F., & others. (2018). Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles. *Comunicar*, 26(56), 101-110.
<https://doi.org/10.3916/C56-2018-10>
- Marra e Rosa, G. A., Rodrigues dos Santos, B., Stengel, M., & Helena de Freitas, M. (2016). Estetización del self en redes sociales: Contradicciones humanas y producción subjetiva contemporánea. *Revista de Psicología (PUCP)*, 34, 313-336.
- Matarín Jiménez, T. M. (2015). Redes sociales en prevención y promoción de la salud. Una revisión de la actualidad. *Social networks in prevention and health promotion. A review of the current.*, 6(1), 62-69. Academic Search Ultimate.

- Morduchowicz, R. (2021). *Los adolescentes y las redes sociales: La construcción de la identidad juvenil en internet*. Fondo de Cultura Económica Argentina.
<https://elibro.net/es/lc/sibuca/titulos/219388>
- Moreno Fernández, A. (2015). *La adolescencia*. Editorial UOC.
<https://elibro.net/es/lc/sibuca/titulos/113757>
- Odgers, C. L., & Jensen, M. R. (2020). Annual Research Review: Adolescent mental health in the digital age: Facts, fears, and future directions. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61(3), 336-348. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13190>
- OMS. (2017). *Depression and Other Common Mental Disorders*.
- Perinat Maceres, A., & Moreno, A. (2013). *La adolescencia; La primera infancia*. Editorial UOC. <https://elibro.net/es/lc/sibuca/titulos/56430>
- Pouwels, J. L., Valkenburg, P. M., Beyens, I., van Driel, I. I., & Keijsers, L. (2021). Social media use and friendship closeness in adolescents' daily lives: An experience sampling study. *Developmental Psychology*, 57(2), 309-323.
<https://doi.org/10.1037/dev0001148>
- Rodríguez Puentes, A. P., & Fernández Parra, A. (2014). Relación entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes colombianos. *Acta Colombiana de Psicología*, 131-140.
<https://doi.org/10.14718/ACP.2014.17.1.13>
- Roepke, A. M., & Seligman, M. E. P. (2016). Depression and prospection. *British Journal of Clinical Psychology*, 55(1), 23-48. <https://doi.org/10.1111/bjc.12087>
- Sadock, B. J., Sadock, V. A., & Ruiz, P. (2015). *Kaplan & Sadock: Sinopsis de Psiquiatría* (11va.). LIPPINCOTT WILLIAMS AND WILKINS. WOLTERS KLUWER HEALTH.

- Smarr, K., & Keefer, A. (2011). Measures of Depression and Depressive Symptoms. *American College of Rheumatology*, 63(11), S454-S466.
<https://doi.org/10.1002/acr.20556>
- Stagnaro, J. C., Cía, A., Vázquez, N., Vommaro, H., Nemirovsky, M., Serfaty, E., Sustas, S. E., Medina Mora, M. E., Benjet, C., Aguilar-Gaxiola, S., & Kessler, R. (2018). Estudio epidemiológico de salud mental en población general de la República Argentina. *VERTEX - Revista Argentina de Psiquiatría*, XXIX, apsa.org.ar.
- Woods, H. C., & Scott, H. (2016). #Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 51, 41-49.
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.05.008>

VIII. APÉNDICE

8.1 Consentimiento Informado.

La presente investigación es realizada por Julián Rodrigo Ciardullo, estudiante de psicología de la Universidad Católica Argentina (UCA), en el marco del Trabajo de Integración Final (TIF), dentro de la Licenciatura en Psicología. Tiene como objetivo conocer la relación entre los niveles de depresión y el tiempo y tipo de uso de Instagram en adolescentes de entre 18 y 20 años. Dicha evaluación se realiza con fines estadísticos y no con fines clínicos, por lo que no se evaluará la presencia de un trastorno en los evaluados.

Si accede a participar, se le pedirá que complete una serie de cuestionarios. La duración estimada es de 15 (quince) minutos. Usted no recibirá ninguna devolución. La participación es voluntaria y, en caso de que lo desee, puede interrumpir la toma y retirarse. Las respuestas obtenidas, así como la información recabada, serán utilizados de forma anónima como parte de la investigación.

En caso de tener alguna pregunta en específico o alguna duda por resolver, puede comunicarse vía mail a julian_ciardullo@uca.edu.ar, donde recibirá más información.

Muchas gracias por su colaboración.

Nombre:

DNI:

Mail de contacto:

Firma:

8.2 Cuestionario sobre uso de redes sociales

Datos personales

Nombre (solo el nombre): _____

Edad: _____

Lugar de residencia:

- C.A.B.A.
- Zona Oeste
- Zona Norte
- Zona Sur

Género:

- Masculino
- Femenino
- Otro

Nivel Educativo:

- Primario incompleto
- Secundario incompleto
- Secundario completo
- Terciario completo
- Universitario completo

Ocupación:

- Estudia y trabaja
- Estudia
- Trabaja
- No estudia ni trabaja

Cuestionario sobre el uso de Instagram

¿Cuántos minutos al día utilizas Instagram? (Podes revisar la opción de "tiempo de uso" disponible en la configuración del celular)

Te presentaremos una serie de afirmaciones. Deberás responder que tan de acuerdo o no te encontrás con las mismas seleccionando una de las opciones.

Dedico tiempo a mirar las fotos de otros en Instagram:

1. Muy en desacuerdo
2. En desacuerdo
3. Un poco en desacuerdo
4. Un poco de acuerdo
5. De acuerdo
6. Muy de acuerdo

Subo, de manera frecuente, fotos a Instagram:

1. Muy en desacuerdo
2. En desacuerdo
3. Un poco en desacuerdo
4. Un poco de acuerdo
5. De acuerdo
6. Muy de acuerdo

Interacciono de manera frecuente con otros en Instagram (incluye reaccionar a una historia, dar me gusta, comentar, responder una historia).

1. Muy en desacuerdo
2. En desacuerdo
3. Un poco en desacuerdo
4. Un poco de acuerdo
5. De acuerdo
6. Muy de acuerdo

Frecuentemente envío mensajes a mis amigos o conocidos a través de Instagram

1. Muy en desacuerdo
2. En desacuerdo
3. Un poco en desacuerdo
4. Un poco de acuerdo
5. De acuerdo
6. Muy de acuerdo

8.3 Inventario de Depresión de Beck II

Inventario de Depresión de Beck (BDI-II)

Instrucciones: Este cuestionario consta de 21 grupos de afirmaciones. Por favor, lea con atención cada uno de ellos cuidadosamente. Luego elija uno de cada grupo, el que mejor describa el modo como se ha sentido las últimas dos semanas, incluyendo el día de hoy. Marque con un círculo el número correspondiente al enunciado elegido. Si varios enunciados de un mismo grupo le parecen igualmente apropiados, marque el número más alto. Verifique que no haya elegido más de uno por grupo, incluyendo el ítem 16 (cambios en los hábitos de Sueño) y el ítem 18 (cambios en el apetito)

1. Tristeza

0 No me siento triste.

1 Me siento triste gran parte del tiempo

2 Me siento triste todo el tiempo.

3 Me siento tan triste o soy tan infeliz que no puedo soportarlo.

2. Pesimismo

0 No estoy desalentado respecto del mi futuro.

1 Me siento más desalentado respecto de mi futuro que lo que solía estarlo.

2 No espero que las cosas funcionen para mi.

3 Siento que no hay esperanza para mi futuro y que sólo puede empeorar.

3. Fracaso

0 No me siento como un fracasado.

1 He fracasado más de lo que hubiera debido.

2 Cuando miro hacia atrás, veo muchos fracasos.

3 Siento que como persona soy un fracaso total.

4. Pérdida de Placer

0 Obtengo tanto placer como siempre por las cosas de las que disfruto.

1 No disfruto tanto de las cosas como solía hacerlo.

2 Obtengo muy poco placer de las cosas que solía disfrutar.

3 No puedo obtener ningún placer de las cosas de las que solía disfrutar.

5. Sentimientos de Culpa

0 No me siento particularmente culpable.

1 Me siento culpable respecto de varias cosas que he hecho o que debería haber hecho.

2 Me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo.

3 Me siento culpable todo el tiempo.

6. Sentimientos de Castigo

0 No siento que este siendo castigado

1 Siento que tal vez pueda ser castigado.

2 Espero ser castigado.

3 Siento que estoy siendo castigado.

7. Disconformidad con uno mismo.

0 Siento acerca de mí lo mismo que siempre.

1 He perdido la confianza en mí mismo.

2 Estoy decepcionado conmigo mismo.

3 No me gusta a mí mismo.

8. Autocrítica

0 No me critico ni me culpo más de lo habitual

1 Estoy más crítico conmigo mismo de lo que solía estarlo

2 Me critico a mí mismo por todos mis errores

3 Me culpo a mí mismo por todo lo malo que sucede.

9. Pensamientos o Deseos Suicidas

- 0 No tengo ningún pensamiento de matarme.
- 1 He tenido pensamientos de matarme, pero no lo haría
- 2 Querría matarme
- 3 Me mataría si tuviera la oportunidad de hacerlo.

10. Llanto

- 0 No lloro más de lo que solía hacerlo.
- 1 Lloro más de lo que solía hacerlo
- 2 Lloro por cualquier pequeñez.
- 3 Siento ganas de llorar pero no puedo.

11 Agitación

- 0 No estoy más inquieto o tenso que lo habitual.
- 1 Me siento más inquieto o tenso que lo habitual.
- 2 Estoy tan inquieto o agitado que me es difícil quedarme quieto
- 3 Estoy tan inquieto o agitado que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo.

12 Pérdida de Interés

- 0 No he perdido el interés en otras actividades o personas.
- 1 Estoy menos interesado que antes en otras personas o cosas.
- 2 He perdido casi todo el interés en otras personas o cosas.
- 3. Me es difícil interesarme por algo.

13. Indecisión

- 0 Tomo mis propias decisiones tan bien como siempre.
- 1 Me resulta más difícil que de costumbre tomar decisiones

2 Encuentro mucha más dificultad que antes para tomar decisiones.

3 Tengo problemas para tomar cualquier decisión.

14. Desvalorización

0 No siento que yo no sea valioso

1 No me considero a mi mismo tan valioso y útil como solía considerarme

2 Me siento menos valioso cuando me comparo con otros.

3 Siento que no valgo nada.

15. Pérdida de Energía

0 Tengo tanta energía como siempre.

1. Tengo menos energía que la que solía tener.

2. No tengo suficiente energía para hacer demasiado

3. No tengo energía suficiente para hacer nada.

16. Cambios en los Hábitos de Sueño

0 No he experimentado ningún cambio en mis hábitos de sueño.

1^a. Duermo un poco más que lo habitual.

1b. Duermo un poco menos que lo habitual.

2a Duermo mucho más que lo habitual.

2b. Duermo mucho menos que lo habitual

3^a. Duermo la mayor parte del día

3b. Me despierto 1-2 horas más temprano y no puedo volver a dormirme

17. Irritabilidad

0 No estoy tan irritable que lo habitual.

1 Estoy más irritable que lo habitual.

2 Estoy mucho más irritable que lo habitual.

3 Estoy irritable todo el tiempo.

18. Cambios en el Apetito

0 No he experimentado ningún cambio en mi apetito.

1^a. Mi apetito es un poco menor que lo habitual.

1b. Mi apetito es un poco mayor que lo habitual.

2a. Mi apetito es mucho menor que antes.

2b. Mi apetito es mucho mayor que lo habitual

3^a . No tengo apetito en absoluto.

3b. Quiero comer todo el día.

19. Dificultad de Concentración

0 Puedo concentrarme tan bien como siempre.

1 No puedo concentrarme tan bien como habitualmente

2 Me es difícil mantener la mente en algo por mucho tiempo.

3 Encuentro que no puedo concentrarme en nada.

20. Cansancio o Fatiga

0 No estoy más cansado o fatigado que lo habitual.

1 Me fatigo o me canso más fácilmente que lo habitual.

2 Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas de las cosas que solía hacer.

3 Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que solía

21. Pérdida de Interés en el Sexo

0 No he notado ningún cambio reciente en mi interés por el sexo.

1 Estoy menos interesado en el sexo de lo que solía estarlo.

2 Estoy mucho menos interesado en el sexo.

3 He perdido completamente el interés en el sexo.