



Palabras clave:
adolescencia,
tecnología digital,
aprendizaje,
identidad,
alfabetización
mediática e
informacional.

**LA PROFUNDA
TRANSFORMACIÓN
DIGITAL DE LA
ADOLESCENCIA**

■
TEXTO: SARA OSUNA-ACEDO
ILUSTRACIÓN: EMMA GASCÓ

Las tecnologías digitales juegan un papel fundamental en el desarrollo de los adolescentes. Muchas evidencias científicas muestran que internet y las redes sociales son espacios clave para el aprendizaje, la creatividad, la construcción de la identidad, la socialización y el compromiso social juvenil. Hace falta una alfabetización mediática e informacional que acerque el mundo adulto al digital, promoviendo un acompañamiento educativo a los adolescentes.

Alo largo de la historia de la humanidad, cada generación ha utilizado las tecnologías que la sociedad le ponía a su alcance, algo que ha beneficiado su desarrollo y crecimiento. En nuestra sociedad interconectada, las tecnologías digitales se integran de una forma natural en cualquier acción que realice la población adolescente. Los debates públicos, a menudo, enfatizan los riesgos del mundo digital, pero la realidad es que tenemos muchas evidencias científicas que respaldan los múltiples beneficios para los adolescentes del uso responsable de internet y las redes sociales.

Los adolescentes de las generaciones previas dependían casi únicamente del sistema escolar formal para aprender. En la actualidad, esto ha cambiado. En esta etapa caracterizada por la exploración identitaria, la búsqueda de autonomía y la construcción de relaciones sociales significativas¹, el ecosistema digital ofrece nuevas oportunidades para la expresión personal, la conexión social y el aprendizaje.

Algunas redes sociales y aplicaciones virtuales, como YouTube o Duolingo, son ejemplos claros de espacios digitales que permiten el aprendizaje informal, donde los adolescentes adquieren los conocimientos necesarios según sus propios intereses.

Una investigación reciente² concluía que los adolescentes prefieren obtener la información que necesitan a través de internet, ya que les resulta más accesible, rápida, privada y libre de juicios. A poco que reflexionemos sobre este sentimiento, podemos apreciar la fuerza que tiene el entorno digital para aprender en la adolescencia, sobre todo en temas muy sensibles como la salud mental, la sexualidad, la privacidad, los problemas sociales, etc. En este mismo estudio, se menciona un argumento muy significativo de un adolescente de la muestra: "No tengo adicción a la tecnología, tengo adicción a mis amigos".

Así pues, las nuevas generaciones pueden explorar desde el ciberespacio, de forma autónoma y a su ritmo, la información que necesitan en cada momento de su vida. Hay un consenso general acerca de que comunicarse es el principal uso que hacen los adolescentes de internet. Así lo afirma la autora Roxana Morduchowicz³, que lleva décadas estudiando la influencia de internet en las nuevas generaciones. Las investigaciones de esta autora muestran que la realidad de la población adolescente se mueve entre dos esferas: la virtual, desde los enlaces en los que participan en el ciberespacio, y la real, en el mundo en sus relaciones cara a cara. Los adolescentes entran y salen de ambos universos permanentemente, sin necesidad de distinguir sus fronteras de manera explícita. Morduchowicz también afirma que no es posible entender la adolescencia sin la importante presencia de los amigos, pero tampoco es posible comprender actualmente el concepto de amistad sin tener en cuenta a las tecnologías digitales.

Rol protagonista

Internet ha conseguido nuevas formas de sociabilidad juvenil y nuevas formas de diálogo entre esta población, estableciéndose la interacción entre ellos de forma simultánea, en tiempo real y sin necesitar una presencia física. Obviamente, a esta situación ha contribuido el desarrollo de los teléfonos móviles y el uso que esta población hace de los mismos.

Los adolescentes en los espacios digitales buscan nuevas oportunidades para hablar de sí mismos y compartir contenidos con sus audiencias. Es decir, pueden hablar de sus vidas, de lo que piensan y sienten sobre los temas que les preocupan, pueden mostrar lo que quieren que otros sepan de sí mismos o pueden evaluar los comentarios

que reciben de otras personas. Los adolescentes tienen un rol protagonista en internet, donde se han convertido en productores de contenidos, algo que les posibilita participar en la cultura de su época de forma activa de una forma que ninguna generación anterior había conseguido. Y todo esto lo hacen mediados por las pantallas.

Además, podemos afirmar que el uso que hacen los adolescentes de los espacios digitales les permite fomentar su creatividad. La red social TikTok o la aplicación de videojuegos Roblox son ejemplos de cocreación en línea que realizan las generaciones más jóvenes para desarrollar su creatividad, en lugar de conformarse con ser meros consumidores. Podríamos nombrar también la plataforma Scratch como ejemplo de espacio virtual de aprendizaje, usado mucho en los centros educativos. Y Scratch ayuda a incrementar el compromiso del estudiantado con su propio aprendizaje, mejorando el pensamiento computacional y reforzando la autoestima al permitirles enfrentarse con desafíos lógicos y creativos.

En general, todas las redes sociales que usan los adolescentes permiten la expresión de ideas, emociones y opiniones, utilizando lenguaje multimedia con textos, imágenes, videos y sonidos. Las comunicaciones creativas que realizan los adolescentes en los espacios virtuales en los que interactúan

les ayudan a construir una identidad digital sólida que caracteriza a su generación⁴. La producción creativa en línea constituye un poderoso medio de autoexpresión y autodescubrimiento.

Comprometidos

Contrariamente a la idea de la juventud conectada a los espacios virtuales en solitario, lo que se produce realmente es una comunicación con los iguales y otras personas, algo impensable en generaciones anteriores. El informe de la Organización Mundial de la Salud⁵ concluye que los adolescentes que hacen un uso frecuente (pero no problemático) de las redes sociales reportan niveles más altos de apoyo emocional entre pares y menos sentimientos de soledad. Además, y contrariamente a los mensajes alarmistas que aparecen frecuentemente en los medios de comunicación, existen investigaciones⁶ que revelan que el apoyo social que reciben los adolescentes en las plataformas digitales protege contra la depresión.

Es un hecho que los adolescentes participan en movimiento sociales, en campañas solidarias y en proyectos colaborativos en línea, lo que reforza su compromiso ético y conciencia social. El movimiento »»

El ecosistema digital ofrece nuevas oportunidades para la expresión personal, la conexión social y el aprendizaje



Internet les permite participar en la cultura de su época más activamente de una forma que ninguna generación anterior había conseguido

*Friday For Future*⁷, impulsado por adolescentes en las redes sociales, llegó a movilizar a millones de personas a nivel mundial, defendiendo acciones beneficiosas para la concienciación sobre el cambio climático. Ejemplos como este nos muestran una generación comprometida con lo que le rodea, que aprovecha las herramientas digitales a las que accede para expresarse y transformar el mundo.

En una entrevista en 2024, el experto Henry Jenkins⁸ defiende el rol de las tecnologías digitales a la hora de amplificar significativamente la presencia y participación de los adolescentes en las conversaciones públicas. A través de *hashtags*, campañas virales y comunidades en línea, los adolescentes visibilizan sus causas y movilizan apoyos para los temas que les conciernen directamente.

Alfabetización

Como vemos por estos y otros estudios, el uso de la tecnología por parte de la población adolescente no es inherentemente bueno o malo. También tenemos evidencias sobre el beneficio que aporta el acompañamiento y la mediación adulta en estas acciones.

Por ello, es necesario que en la educación formal se fomente el diálogo abierto entre adultos y adolescentes sobre sus experiencias en línea. Esta alfabetización mediática e informacional ya la promulga la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) desde la década de los años 70⁹, y cobra más actualidad en estos momentos en los que la inteligencia artificial generativa está implantándose de forma tan disruptiva.

La alfabetización mediática e informacional es distinta y complementaria a la alfabetización digital. Con la segunda, la UNESCO se refiere a la adquisición de competencias técni-

cas para usar las tecnologías digitales (competencias para el uso de dispositivos digitales y sus programas, para navegar por internet y para conseguir la seguridad digital imprescindible, como el uso de contraseñas o antivirus). Con la primera, la UNESCO se refiere a la promoción del pensamiento crítico de una ciudadanía digital activa y la libertad de expresión.

Los adultos necesitan esta alfabetización mediática para conocer y comprender los consumos culturales de la población adolescente e integrarlos en la enseñanza. Es decir, todo lo contrario a lo que la escuela hace habitualmente, que elabora sus estrategias didácticas sin analizar el punto de partida adolescente. La escuela debe entender que toda la información que llegue a los adolescentes forma parte de su saber, pero el saber de cada uno de estos menores no se limita exclusivamente a la información que reciben. El papel de la educación es convertir esa información que los bombardea en conocimiento y, a su vez, que este conocimiento integre su identidad cultural. No olvidemos que estamos ante la generación que más participa en la cultura de su tiempo.

Hay que enseñar a los más jóvenes a cuestionar, investigar y verificar la información que consumen y a promover el uso de las plataformas digitales con responsabilidad, respeto y seguridad. Una narrativa alarmista sobre la relación que tienen los adolescentes y las tecnologías digitales nos lleva a no ser proactivos en cuanto a la guía y mediación que estamos obligados a aportar. Nuestro reto no es restringir el acceso de los adolescentes a las tecnologías digitales, sino ofrecerles acompañamiento, educarles y fomentar una cultura digital positiva, que empodere a las nuevas generaciones de forma crítica.

Autora



SARA OSUNA-ACEDO

Es catedrática de la UNED en Comunicación y Educación y directora de la Cátedra Paulo Freire de Educomunicación. Coordina el grupo de investigación consolidado Social Media y Educación Mediática Inclusiva y Ubícua (SMEMIU). Ha coordinado proyectos europeos de investigación sobre e-learning, alfabetización mediática y educación virtual.

Notas

- 1 Livingstone, S. 2018.
- 2 Uhls, Y. T. et al., 2025.
- 3 Morduchowicz, R. 2022.
- 4 Imperato, C. et al., 2023.
- 5 [https://www.who.int/europe/initiatives/health-behaviour-in-school-aged-children-\(hbsc\)-study](https://www.who.int/europe/initiatives/health-behaviour-in-school-aged-children-(hbsc)-study)
- 6 <https://doi.org/10.1002/jad.12031>
- 7 Von Wehrden, H. et al., 2019.
- 8 Jenkins, H. Jie, Y. 2024.
- 9 <https://www.unesco.org/es/media-information-literacy>

Bibliografía

- Imperato, C., Mancini, T. & Musetti, A. "Exploring the Role of Problematic Social Network Site Use in the Link Between Reflective Functioning and Identity Processes in Adolescents" en *International Journal of Mental Health and Addiction* (2023, 21, pp. 3430-3445). Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00800-6>
- Jenkins, H., Jie, Y. "The path from participatory culture to participatory politics: A critical investigation—An interview with Henry Jenkins" en *Communication and the Public* (2024, 9 (1), pp. 11-30). Disponible en: <https://doi.org/10.1177/20570473231224816>
- Livingstone, S. "A classe: vivendo e aprendendo na era digital" en *Comunicação & Educação* (2018, 23(1), pp. 127-139). Disponible en: <https://doi.org/10.11606/issn.2316-9125.v23i1p127-139>
- Morduchowicz, R. (2012): *Los adolescentes y las redes sociales: la construcción de la identidad juvenil en Internet*. Buenos Aires, Fondo de Cultura Económica Argentina. https://fce.com.ar/wp-content/uploads/2021/07/Morduchowicz-Adolescentes-y-las-redes-sociales.pdf?srsltid=AfmB0oqw4Mrlx6BDH3P-uhEf44MNAmgAx9xPdPtyjn8CA_7HrggNTK1

- Organización Mundial de la Salud (OMS) (2024): *Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: Social media use and emotional well-being*. OMS, 2024. Disponible en: [https://www.who.int/europe/initiatives/health-behaviour-in-school-aged-children-\(hbsc\)-study](https://www.who.int/europe/initiatives/health-behaviour-in-school-aged-children-(hbsc)-study)
- Uhls, Y. T., van der Wal, A., Ellison, N., Collier, A., Subrahmanyam, K., & Valkenburg, P. M. "Adolescents' Online Communication Practices in a Digital World". D. Christakis & L. Hale (Eds). *Handbook of Children and Screens*. Cham: Springer. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/386505431_Adolescents'_Online_Communication_Practices_in_a_Digital_World
- Von Wehrden, H., Kater-Wettstädt, L. y Schneidewind, U. "Fridays for Future aus nachhaltigkeitswissenschaftlicher Perspektive" en *GAIA - Ecological Perspectives for Science and Society* (2019, 28 (3), pp. 307-309). Disponible en: <https://doi.org/10.14512/gaia.28.312>
- Zhou, Z., & Cheng, Q. "Relationship between online social support and adolescents' mental health: A systematic review and meta-analysis" en *Journal of Adolescence* (2022, 94(3), pp. 281-292). Disponible en: <https://doi.org/10.1002/jad.12031>

English

Digital transformation in contemporary adolescence

CONNECTED TO GROW UP

Digital technologies play a fundamental role in the development of adolescents. There is growing scientific evidence of the importance of the internet and social networks as key environments for young people's learning, creative expression, identity formation, social interaction and civic engagement. In this context, there is an urgent need for media and information literacy that bridges the generation gap and enables adults to provide meaningful educational guidance to adolescents in digital environments.

Keywords: adolescence, digital technologies, learning, identity, media and information literacy.

