

## Redes sociales, influencers e inteligencia artificial: Cómo influyen en la identidad adolescente

Josefina Baeza Castillo<sup>1</sup>, Blanca Elizabeth Jaramillo Carrillo<sup>2</sup>, María Sonia Silva Torres<sup>3</sup>

DOI: <https://doi.org/10.64121/rece.2026V5.bjs34>

Fechas de recepción: 2-03-2026

Fechas de aceptación: 25-03-2026

Educación /Investigación

### Introducción

La adolescencia es una etapa marcada por la búsqueda de identidad, cambios emocionales, transformación corporal y una intensa necesidad de pertenencia. En los últimos años, este proceso se ha visto profundamente influido por el entorno digital, donde redes sociales, influencers y recientemente la inteligencia artificial se han convertido en elementos presentes en la vida cotidiana de los jóvenes. Estos espacios digitales no solo funcionan como medios de comunicación, sino como escenarios simbólicos donde los adolescentes observan, comparan, construyen y negocian quiénes son y quiénes desean ser.

Las redes sociales se han transformado en una extensión de la vida personal: un lugar donde se expresan emociones, se comparten gustos, se forman amistades y se exponen experiencias íntimas. El papel de los influencers (figuras que modelan estilos de vida, comportamientos y aspiraciones) añade capas adicionales a este proceso, pues representan referentes que ejercen influencia directa en la autoimagen, la autoestima y la toma de decisiones de muchos adolescentes.

### **Población participante: una mirada amplia a estudiantes de secundaria y preparatoria**

La población encuestada para este estudio estuvo compuesta por 155 adolescentes, pertenecientes a

distintos contextos educativos y sociales. Esta diversidad permitió observar contrastes significativos en sus intereses, hábitos digitales y problemáticas personales.

Participaron:

- 60 estudiantes de preparatoria (15 a 17 años) de un instituto particular de Morelia.
- 41 estudiantes de 16 años de una preparatoria oficial de la UMSNH.
- 43 estudiantes de 12 a 13 años de una Escuela Técnica Federal.
- 7 púberes de 14 a 16 años de diversas escuelas de Apatzingán, Michoacán.
- 4 adolescentes de 12 a 14 años atendidos a través de consulta privada en Morelia.

Para la investigación, esta composición reflejó un espectro amplio de realidades:

- Jóvenes de escuelas públicas y privadas, contextos urbanos y semiurbanos, así como experiencias familiares y socioemocionales distintas.

La variedad en edad, escolaridad y procedencia permitió identificar

coincidencias importantes en cuanto a:

- el consumo intensivo de redes sociales,
- el impacto emocional del contenido que observan,
- la imitación de comportamientos de influencers,
- la búsqueda de respuestas y apoyo en internet cuando no encuentran acompañamiento familiar,
- la presencia emergente de la inteligencia artificial como “compañera digital”.

La población, aunque diversa, muestra una tendencia común: la vida en línea se ha vuelto parte central de su desarrollo identitario.

### **La adolescencia en un mundo conectado: vulnerabilidad y búsqueda de identidad**

La adolescencia es una etapa marcada por preguntas profundas: ¿quién soy?, ¿quién quiero ser?, ¿a quién pertenezco? Estas dudas se viven con gran intensidad porque los jóvenes atraviesan cambios físicos, emocionales y sociales que influyen directamente en la construcción de su identidad personal.

Hoy, estas preguntas ya no se formulan únicamente en casa, en la escuela o con amigos: se construyen también a través del celular. La vida digital se convierte en un espacio donde los adolescentes observan modelos de conducta, comparan estilos de vida y participan en dinámicas que pueden fortalecer o debilitar su autoestima.

Esta exposición constante abre oportunidades, pero también riesgos. Las redes sociales pueden ofrecer sentido de pertenencia, acceso a

información y espacios de expresión; sin embargo, también pueden generar presión social, adicción al contenido, comparaciones dañinas y dependencia emocional hacia figuras externas.

### **Redes sociales: el nuevo escenario donde se negocia quiénes son**

Instagram, TikTok, YouTube y otras plataformas se han convertido en los principales espacios donde los adolescentes pasan gran parte de su tiempo. La mayoría de los jóvenes encuestados usa estas redes entre 5 y 8 horas diarias, tiempo suficiente para moldear su forma de pensar y relacionarse.

En estos espacios:

- Se exponen estilos de vida “ideales”
- Se construyen modas y tendencias
- Se refuerzan expectativas sobre belleza, éxito o popularidad
- Se normalizan actitudes, comportamientos y formas de hablar

Los adolescentes siguen a influencers que muestran rutinas, opiniones, hábitos de consumo y maneras de relacionarse. Aunque algunos contenidos son positivos (como deporte, arte o hábitos saludables) otros pueden generar inseguridad, comparación constante o búsquedas de aceptación a través de la aprobación digital.

En ambos casos, las redes sociales funcionan como un espejo emocional donde los jóvenes condicionan su percepción de sí mismos en función de lo que ven.

## **Influencers: modelos aspiracionales que guían, inspiran... y condicionan**

Los influencers representan figuras importantes en la vida de muchos jóvenes. Son vistos como personas “auténticas” y cercanas, aun cuando su vida real difiere de lo que muestran en pantalla. Los adolescentes encuestados señalaron que imitan:

- la forma de vestir
- la manera de hablar
- la música que escuchan
- rutinas de ejercicio
- hábitos alimenticios
- gestos, frases y actitudes
- estilos de vida

Esta imitación no siempre es consciente; muchas veces responde al deseo de pertenencia y aceptación. En particular, los adolescentes de escuelas públicas manifestaron interés en contenidos relacionados con autoestima, motivación personal y “cómo ganar dinero”, mientras que los de escuelas privadas se inclinaron por moda, viajes y estilo de vida.

Estas preferencias muestran dos realidades distintas, pero igualmente influenciadas por las presiones del mundo digital.

### **Inteligencia Artificial: un nuevo “compañero digital” en la vida adolescente**

Además de las redes sociales tradicionales, los jóvenes están comenzando a interactuar con herramientas de inteligencia artificial: chatbots, asistentes virtuales o aplicaciones que simulan conversaciones.

En algunos casos, los adolescentes:

- atribuyen personalidad a estas herramientas,

- interactúan como si fueran amigos,
- les asignan roles o identidades,
- buscan consejo emocional,
- normalizan la idea de una “compañía digital”.

Esta relación puede generar sentimientos de conexión, pero también dependencia emocional, percepción distorsionada de los vínculos sociales o dificultades para distinguir entre relación virtual y relación humana.

La inteligencia artificial (IA), aunque útil, se convierte en un actor silencioso que acompaña y moldea la identidad adolescente sin que siempre se reconozca su influencia.

### **Lo que revelan las encuestas: hábitos, riesgos y necesidades emocionales**

De los 155 adolescentes encuestados, surgen patrones clave:

#### 1. Alto consumo digital

- Entre 5 y 8 horas al día conectados.
- Desvelos frecuentes por uso nocturno del celular.
- Algunos ven “lo que sea”, mostrando impulsividad y dependencia.

#### 2. Influencia directa de los influencers

- Copian hábitos (ejercicio, maquillaje, lenguaje, música).
- Buscan imitar estilos de vida aspiracionales.
- Se ven expuestos a modelos no siempre realistas.

#### 3. Necesidades emocionales claras

Expresaron interés por temas como:

- autoestima
- apoyo emocional
- manejo de ansiedad
- orientación profesional
- cómo tener relaciones sanas
- cómo “sentirse mejor consigo mismos”

Esto indica que buscan en internet respuestas que antes se encontraban en casa o con adultos cercanos.

#### 4. Presencia desigual de apoyo familiar

Varios adolescentes consultan más al internet que a sus padres porque:

- “no están”, “están trabajando”, “no me escuchan”
- Esto revela un vacío que las redes sociales terminan ocupando.
- Implicaciones educativas: el reto de comprender su mundo digital

Los resultados muestran que la escuela no puede ignorar la influencia del entorno digital en la vida adolescente. Los jóvenes necesitan:

- espacios para reflexionar sobre el uso responsable del internet
- orientación sobre autoestima y relaciones sanas
- acompañamiento emocional
- comprensión sobre riesgos y beneficios de la IA
- estrategias para interpretar críticamente lo que consumen

El aula puede convertirse en un espacio seguro donde los adolescentes encuentren guía, contención y herramientas para navegar el mundo digital sin perder de vista su bienestar emocional y su identidad personal.

#### Conclusiones

El análisis realizado permite comprender que las redes sociales, los influencers y la inteligencia artificial se han convertido en elementos centrales en la vida de los adolescentes. Estos entornos digitales poseen una enorme capacidad para moldear su autopercepción, sus intereses, sus comportamientos y, en muchos casos, la manera en que construyen su identidad. La constante exposición a contenido aspiracional, modelos de vida “perfectos” y opiniones de figuras influyentes crea un escenario donde los jóvenes negocian quiénes son, qué desean y cómo desean ser vistos.

Las encuestas aplicadas muestran que la mayoría pasa varias horas conectados diariamente, con hábitos nocturnos de navegación que pueden afectar su bienestar físico y emocional. También evidencian que los adolescentes buscan respuestas en internet incluso por encima del acompañamiento familiar, lo cual señala la existencia de necesidades afectivas que no siempre son atendidas en su entorno inmediato. Esta realidad demanda una reflexión profunda: cuando la familia no dialoga, internet ocupa ese lugar, pero sin filtros, sin contención emocional y sin criterios sólidos.

Asimismo, los datos dejan claro que los influencers funcionan como referentes significativos. Los jóvenes

no solo consumen su contenido, sino que imitan formas de hablar, vestir, pensar e incluso sus hábitos personales. Esta influencia puede ser positiva cuando promueve el autocuidado, la creatividad o la empatía, pero también puede derivar en presiones, comparaciones dañinas o en la búsqueda desesperada de aceptación social.

Por otro lado, el surgimiento de la inteligencia artificial abre una nueva dimensión en la vida adolescente. Su interacción con chatbots, asistentes digitales o plataformas que simulan compañía genera vínculos que pueden ser útiles, pero también riesgosos si sustituyen relaciones humanas significativas o refuerzan dependencias emocionales.

Ante este panorama, la educación debe ir más allá de los contenidos curriculares e incorporar análisis sobre ciudadanía digital, salud emocional, relaciones sanas y autocuidado.

**Palabras clave:** adolescencia; identidad; redes sociales; influencers; inteligencia artificial.

#### Autores

<sup>1</sup>Josefina Baeza Castillo: Actualmente estudia el Doctorado en Educación en el Instituto Michoacano de Ciencias de la Educación “José María Morelos”, con interés en el estudio de la identidad adolescente y en la influencia que los entornos digitales ejercen sobre su desarrollo emocional y formativo. Ha trabajado en el análisis de prácticas contemporáneas de socialización juvenil, así como en la relación entre tecnología, redes sociales y construcción del autoconcepto. Su labor académica se ha centrado en comprender las necesidades emocionales de los adolescentes para proponer estrategias educativas que fortalezcan su bienestar integral. E-Mail: [bafinacastillo@hotmail.com](mailto:bafinacastillo@hotmail.com) ORCID: 0009-0005-5390-5959

<sup>2</sup>Blanca Elizabeth Jaramillo Carrillo: Es Doctora en Política, Gobernabilidad y Políticas Públicas, docente-investigadora y especialista en desarrollo curricular, formación docente y análisis de políticas educativas. Ha dirigido proyectos orientados a fortalecer la práctica docente y a promover enfoques pedagógicos humanistas e inclusivos en distintos niveles educativos. Su labor académica destaca por la integración de perspectivas críticas y comunitarias en el acompañamiento a futuros docentes y profesionales de la educación. Actualmente es docente-investigadora del Instituto Michoacano de Ciencias de la Educación “José María Morelos” y del Tecnológico Nacional de México – Instituto

<sup>3</sup>María Sonia Silva Torres: Estudiante del Doctorado en Educación del Instituto Michoacano de Ciencias de la Educación “José María Morelos”, investigadora interesada en el análisis de los procesos formativos en el ámbito de la salud y la educación. Su trabajo se centra en la comprensión histórica y filosófica de la enseñanza colonial médica y sus efectos en la construcción del conocimiento científico y la subjetividad humana. Ha desarrollado reflexiones sobre el papel de los saberes ancestrales en la comprensión contemporánea de la salud y la enfermedad. Actualmente se desarrolla en la práctica clínica con enfoque psicoanalítico. E-mail: [mariasoniasilvatorres@gmail.com](mailto:mariasoniasilvatorres@gmail.com) ORCID: 0009-0007-2981-2028

#### Referencias

- Aberastury, A., & Knobel, M. (2014). *La adolescencia normal*. Buenos Aires: Paidós.
- Erikson, E. H. (1973). *Identidad, juventud y crisis*. Buenos Aires: Paidós.
- Giménez, G. (2010). Cultura, identidad y proceso de individuación. *Revista del Instituto de Investigaciones Sociales de la UNAM*. Recuperado de <http://conceptossociales.unam.com>.