



¿HACEN **BIEN** O  
**MAL**?

EL USO Y EFECTO DE LAS  
REDES SOCIALES.

# Índice

1. Contexto.....	3
2. Objetivos.....	4
3. Diseño del cuestionario.....	5
4. Recogida de datos.....	6
5. Análisis de los datos.....	8
a. Análisis de una variable	
b. Análisis de dos variables	
6. Conclusiones del trabajo con los objetivos.....	14
7. Anexo.....	15

# 1. Contexto

Un día en clase de matemáticas, nuestro profesor en prácticas, durante este curso, nos propuso la idea de presentarnos a un concurso de estadística, y nos pareció un proyecto atractivo porque nos interesa la estadística. Estuvimos varios días pensando el tema del que podíamos realizar el proyecto, tras una lluvia de ideas entre todos y estar varios días decidiendo, pudimos encontrar un tema en el que coincidimos y nos pareció interesante y que pensamos que al resto de personas que puedan ver esta encuesta también les puede resultar enriquecedor. Hemos escogido “La influencia de las redes sociales en distintos aspectos de nuestra vida personal y cotidiana”, como son las horas de sueño, las horas de estudio y por lo tanto las notas y la relación que hay entre ellas, ya que es un tema muy cercano entre la gente de nuestra generación y es algo que vivimos cada día sin tener la más mínima idea de cómo nos influye.

Somos alumnas de 2º ESO y, en nuestro entorno, el uso del teléfono móvil es muy común, dependiendo de la generación a las que pertenecen observamos que nuestros padres no tiene tanta experiencia con el tema de las redes sociales, mientras que los adolescentes estamos metidos durante horas sin cansarnos y entendiéndolo a la perfección, y los niños más pequeños empiezan a usar el dispositivo móvil muy pronto.

Al haber un uso del teléfono tan prematuro, los niños pequeños ni disfrutan como antes e, incluso, tienen más problemas socialmente. Los adolescentes, tienen un menor rendimiento en clase, se encuentran más cansados, por lo que les cuesta más aprender y tienen problemas de acoso por la red social.

Con las redes sociales, las personas, “esconden sus rostros” y pueden llegar a crear conflictos. O también, enseñan a una persona que no es la real, y ello también puede conllevar al acoso. Estas son las principales repercusiones más visibles y aparentes relacionadas con el uso del móvil a nuestra edad pero, ¿qué otros inconvenientes puede llegar a tener que no sea tan aparente? Esta pregunta es la que nos ha dado lugar a elegir este tema y estudiar su influencia desde una perspectiva a un nivel académico.

## 2. Objetivos

Tras elegir el tema, decidimos qué aspectos nos parecían más importantes a tener en cuenta. Nos pareció que los factores del sueño y las notas eran los más importantes dentro de nuestra vida cotidiana, porque es algo que afecta a cómo somos y a nuestro futuro y es interesante ver cómo afecta el uso del móvil en esos temas.

Una vez elegidos los aspectos, planteamos los objetivos que queríamos estudiar y al finalmente elegimos los siguientes:

**a. Observar la aparición y la influencia de los móviles en nuestra sociedad y nuestro entorno.**

Este consiste en investigar los cursos en los que se usan los dispositivos móviles.

**b. Analizar el uso de éstos en función de la edad.**

Aquí observamos si la edad está relacionada con las horas de uso del dispositivo móvil.

**c. Entender las consecuencias del uso de dispositivos móviles en las calificaciones de distintas asignaturas.**

Así vemos si la gente saca mejores o peores notas dependiendo del tiempo de uso del dispositivo móvil.

**d. Influencia del uso del móvil con aspectos de salud como las horas de sueño.**

Aquí veremos si por usar más tiempo el teléfono dormimos más o menos tiempo.

**e. Relación entre horas de sueño y el uso del móvil de forma previa a la hora de dormir.**

Aquí podemos ver si usar el teléfono antes de dormir puede afectar a cuántas horas duerme

**f. Obtener conclusiones no aparentes de las consecuencias del uso del móvil en otros aspectos de nuestra vida como adolescentes.**

Ver cómo afecta el uso del teléfono móvil a los adolescentes de hoy en día.

### 3. Diseño del cuestionario

Para el diseño del cuestionario primero pensamos preguntas para poder hacer. Para ver qué preguntas hacíamos y cuáles no, fuimos teniendo en cuenta que información necesitamos para poder responder a lo que nos preguntamos en los objetivos.

Dentro de las distintas preguntas, como puede ser las calificaciones o las horas de sueño, tuvimos que tener en cuenta aspectos como que se midiese todo lo del tiempo en horas para la hora de meter los datos en Excel no tuviésemos que pasar de minutos a horas, qué preguntas debían ser abiertas y cuáles no para estudiar en gráficos posteriormente (las de tiempo las hicimos abiertas en horas y el resto cerradas).

Otros aspectos a la hora del diseño del cuestionario fueron:

- Que tenga un título llamativo que incite a responder para captar su interés.
- Mencionar de forma corta para qué es el estudio.
- Recaltar que el cuestionario y la información la vamos a tratar de forma totalmente anónima.
- Qué ocupe una cara solo para que no se haga largo de más y no rechacen a simple vista el hacerlo bien.
- Empezar con la parte más simple como el curso, sin son chico o chica e ir pasando a preguntas más concretas.
- Agradecer su participación una vez finalizada.

Una vez con estos puntos en cuenta, diseñamos por separado varios cuestionarios distintos, y los pusimos en común un día para elegir cuál nos gustaba más, o qué aspectos de cada uno elegir. Una vez elegido, hicimos una mezcla de cual nos parecía mejor e hicimos algunas correcciones para lograr que cumpliera los puntos anteriores y el siguiente paso era imprimirlo y recoger la información.

(El cuestionario se encuentra en el anexo)

## 4. Recogida de datos

Una vez diseñado el cuestionario, decidimos que la mejor idea fue separar los diferentes datos por cada uno de los cursos para ver cómo depende de la edad la relación entre estas variables. Hemos realizado la encuesta a alumnos de todos los cursos de nuestro instituto. En un principio quisimos preguntarle a varios institutos de la zona, pero no obtuvimos el permiso necesario, así que hicimos la encuesta a un 20% de los alumnos de nuestro centro. Para esto cogimos las listas de cada curso en secretaría (a día 16 de enero), y entre los miembros del grupo nos repartimos para contar el número de chicos y el número de chicas y calculamos el 20%. Los cursos a los que hicimos la encuesta fueron ESO y Bachiller:

- ❖ 1º (1ºA, 1ºB y 1ºC)
- ❖ 2º (2ºA, 2ºB y 2ºC)
- ❖ 3º (3ºA, 3ºB y 3ºC)
- ❖ 4º (4ºA, 4ºB y 4ºC)
- ❖ 1º de Bachiller (1ºA y 1ºB)
- ❖ 2º de Bachiller (2ºA y 2ºB)

Al dividir por clases y por si son chicos o chicas, dividimos la población total que son los alumnos del centro en grupos (estratos) y al calcular el 20% de cada grupo obtuvimos el siguiente número de estudiantes a preguntar de cada clase.

***Tabla de muestreo para los cursos de Educación Secundaria Obligatoria (ESO)***

Curso	Sexo	Población	Muestra
1º ESO A	Chico	14	3
	Chica	14	3
1º ESO B	Chico	12	3
	Chica	16	4
1º ESO C	Chico	13	3
	Chica	17	4
2º ESO A	Chico	12	3
	Chica	17	4
2º ESO B	Chico	8	2
	Chica	18	4
2º ESO C	Chico	20	4
	Chica	10	2

<b>3° ESO A</b>	Chico	13	3
	Chica	12	3
<b>3° ESO B</b>	Chico	15	3
	Chica	12	3
<b>3° ESO C</b>	Chico	16	4
	Chica	11	3
<b>4° ESO A</b>	Chico	24	5
	Chica	6	2
<b>4° ESO B</b>	Chico	14	3
	Chica	17	4
<b>4° ESO C</b>	Chico	14	3
	Chica	10	2

**Tabla de muestreo para los cursos de Bachillerato**

<b>Curso</b>	<b>Sexo</b>	<b>Población</b>	<b>Muestra</b>
<b>1° BACH A</b>	Chico	17	4
	Chica	19	4
<b>1° BACH B</b>	Chico	9	2
	Chica	21	5
<b>2° BACH A</b>	Chico	14	3
	Chica	13	3
<b>2° BACH B</b>	Chico	7	2
	Chica	17	4

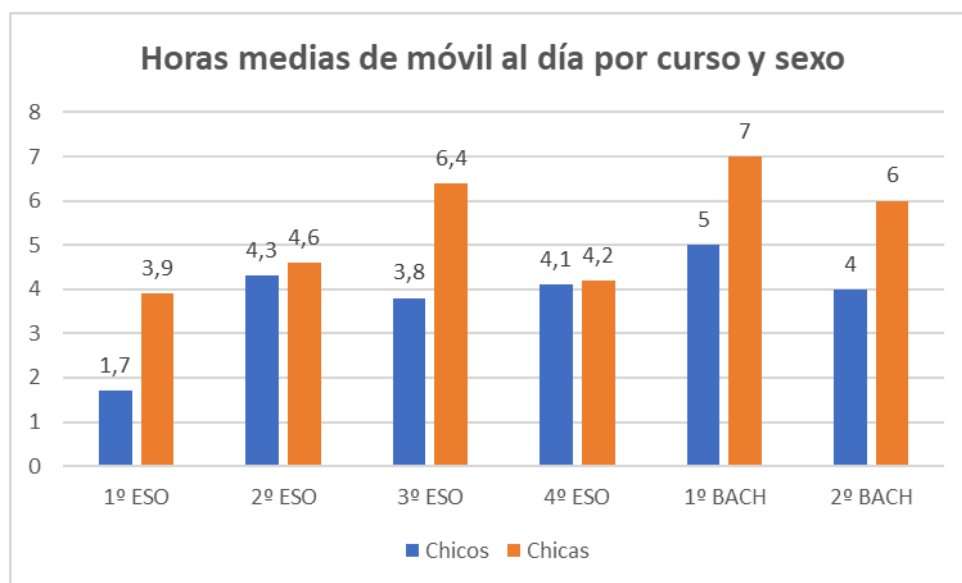
Una vez impresos los 104 cuestionarios, fuimos a cada una de las clases preguntando de forma aleatoria al número de chicos y de chicas que nos habían salido en las cuentas (redondeando hacia arriba si nos salía decimal). Tras hacer las encuestas nos las dividimos y empezamos a meter los datos en el excel para pasar a la parte del análisis de los datos. El proceso de recogida de datos lo hicimos entre el día 15 y el día 19 de abril.

## 5. Análisis de los datos

### 5.1. Análisis de una variable

Primero, antes de ver la influencia del uso de móvil en los distintos aspectos que hemos escogido para estudiar, vamos a ver los resultados de las distintas variables por cursos y en función de si son chicos o chicas, para describir inicialmente nuestra población. El análisis con las siguientes variables son:

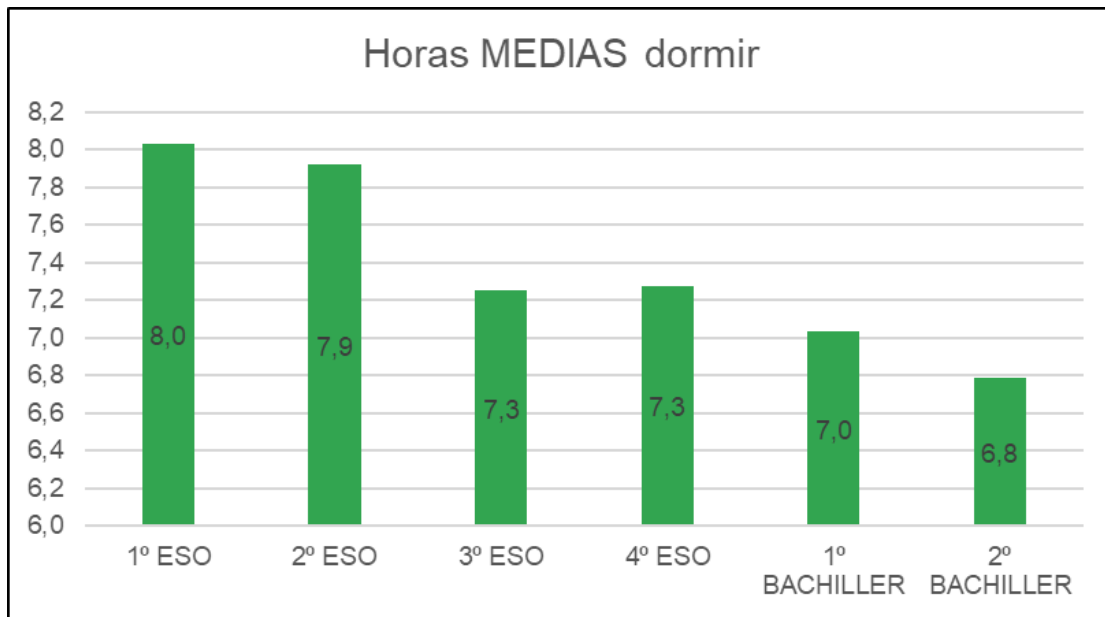
**Horas medias de móvil al día por curso y sexo**



Como podemos ver en el siguiente gráfico, en todos los cursos existe un uso medio mayor del móvil al día en las chicas en comparación con los chicos, lo que nos puede indicar que a nivel de ocio, es en las chicas en las que el uso del móvil predomina. Además vemos que a mayor sea el curso, también es mayor dicho uso, siendo un posible motivo los estudios, el que sea más importante las relaciones con los amigos, etc. Como conclusión de este gráfico, podemos observar que el uso del móvil a simple vista es progresivo con el curso al que se pertenece, llegando a alcanzar muchas horas al día.

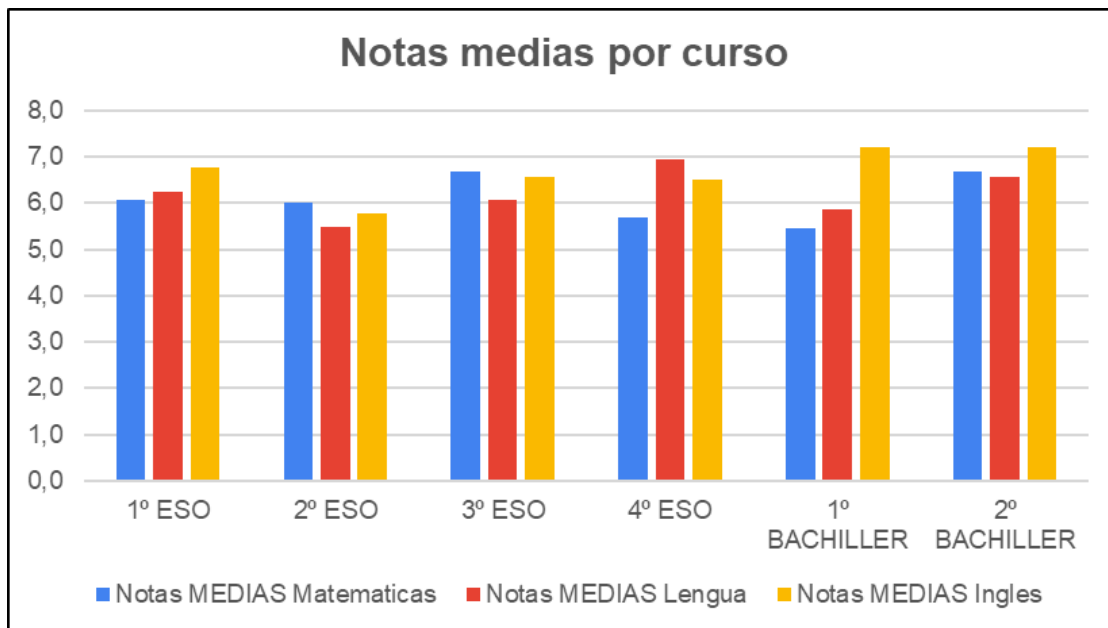


### Horas medias de dormir al día por curso



En este gráfico podemos ver que mientras mayor sea el curso menos horas duermen los alumnos. Esto se puede deber a que los estudiantes de mayor curso disponen de menos tiempo para dormir ya sea porque necesitan mayores horas de estudio como porque utilizan más tiempo de ocio. A simple vista vemos con el gráfico anterior que puede que esté relacionado con el uso del móvil diario, pero hasta que no miremos ambas variables a la vez no se puede concluir nada.

### Notas medias por curso de asignaturas troncales



Aquí observamos que las notas en general son bastantes variadas, todas se mantienen en aprobado y no influye demasiado el curso:

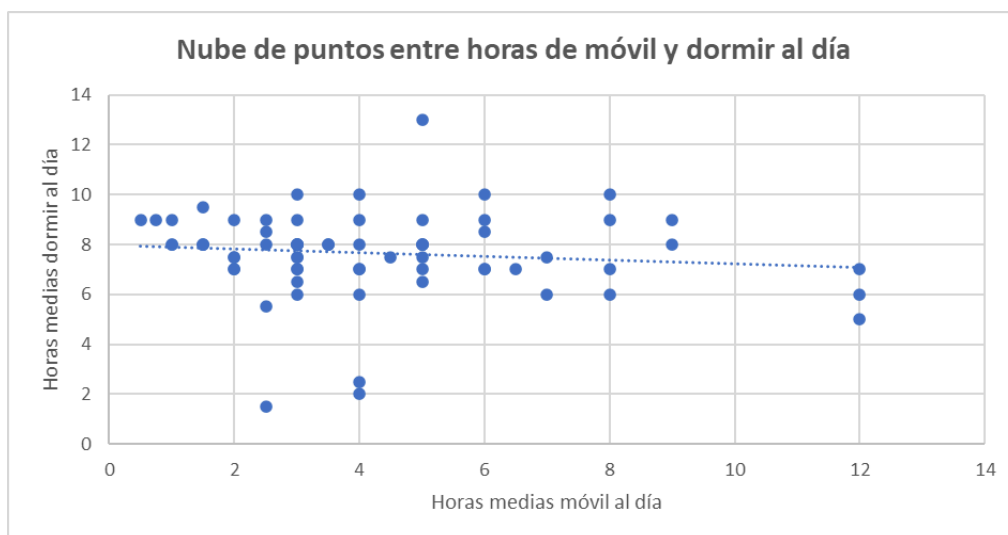
- En matemáticas: las notas se encuentran entre el 5 y el 7, la más baja es en 1º de Bachiller y las más altas en 3º de ESO y 2º de Bachillerato.
- En lengua: las notas van también entre el 5 y el 7, las más bajas son en 2º de ESO y las más altas en 4º de ESO
- En inglés: las notas van igual que las anteriores entre 5 y 7, las más bajas en 2º de ESO y las más altas en ambos Bachilleratos.

En 1º de ESO la nota más alta es el inglés; en 2º de ESO las matemáticas, aunque no por mucha diferencia; en 3º de ESO las más altas son matemáticas e inglés; en 4º de ESO lengua; en 1º de Bachillerato inglés por más diferencia; y en 2º de Bachillerato inglés pero también por poca diferencia. La asignatura de inglés es la nota más alta en todos los cursos, seguida de las matemáticas y por último la lengua.

## 5.1. Análisis de dos variables

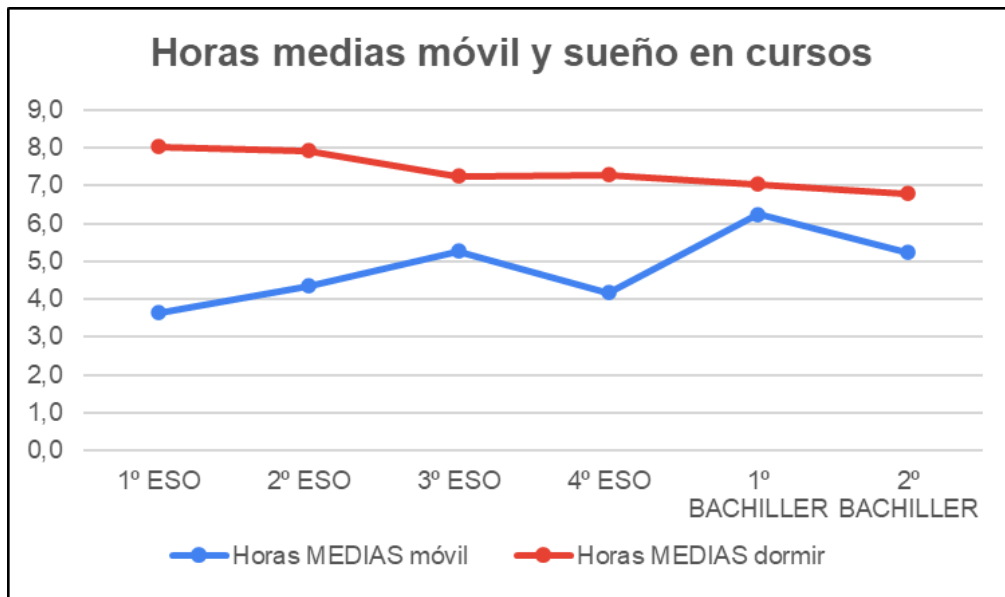
Una vez descritos nuestros datos en general de nuestra muestra, pasamos a estudiar las variables de dos en dos con el fin de cumplir nuestro objetivo y responder a las preguntas que nos planteamos al principio. Para este estudio hemos elegido nubes de puntos sobre todo, para poder añadir la línea de tendencia en los gráficos y comentarla (regresión lineal).

### **Relación entre horas medias móvil y horas medias dormir en la ESO**



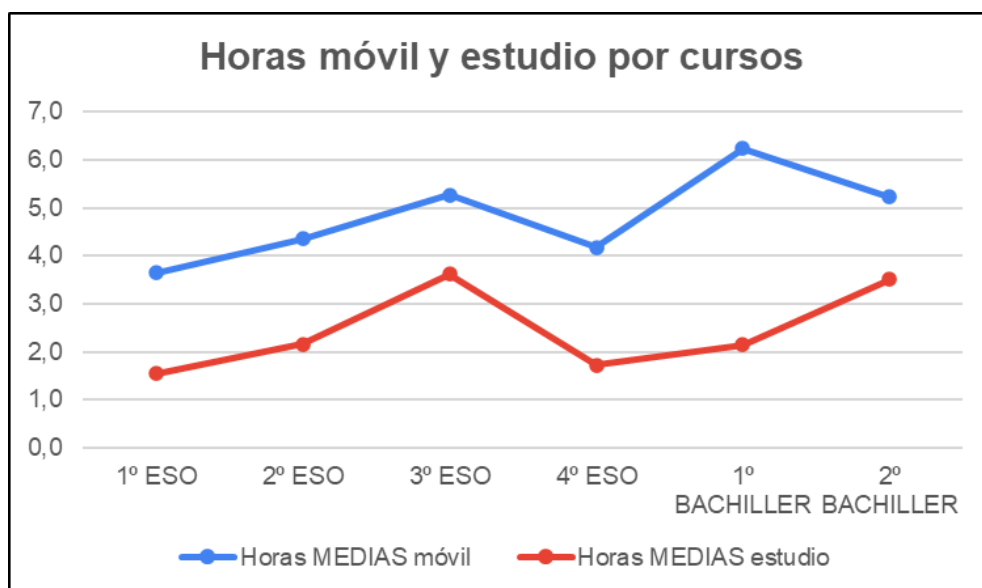
Con este primer gráfico podemos ver dentro de la eso la relación entre el uso del móvil y las horas de sueño medias. Como se puede ver en la recta de regresión, a mayor sean las horas medias de móvil, menor es las horas de sueño, pero es casi horizontal por lo que no se podría decir que hay una clara relación en este sentido. Como conclusión del gráfico,

vemos que lo que pensábamos que iba a pasar entre estas dos variables, no es real, ya que la relación que tienen no es tan fuerte como pensábamos.



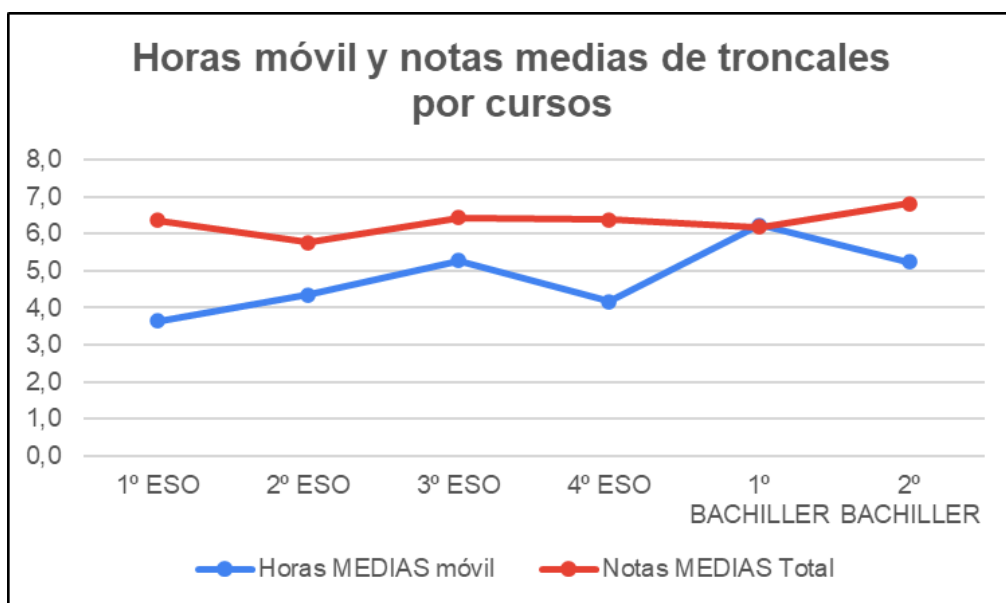
En este gráfico podemos ver que en casi todos los casos mientras menores son las horas de uso del teléfono mayores son las horas de sueño. Esto lo podemos observar sobre todo entre 1º de ESO y 3º de ESO. En 4º de ESO y en 2º de Bachillerato pasa en menor medida y esto puede deberse a que son años de importancia dentro del estudio. Podemos observar que en Bachillerato las horas de sueño y las horas de móvil están casi en la misma medida.

**Relación entre horas medias móvil y horas estudio por curso**



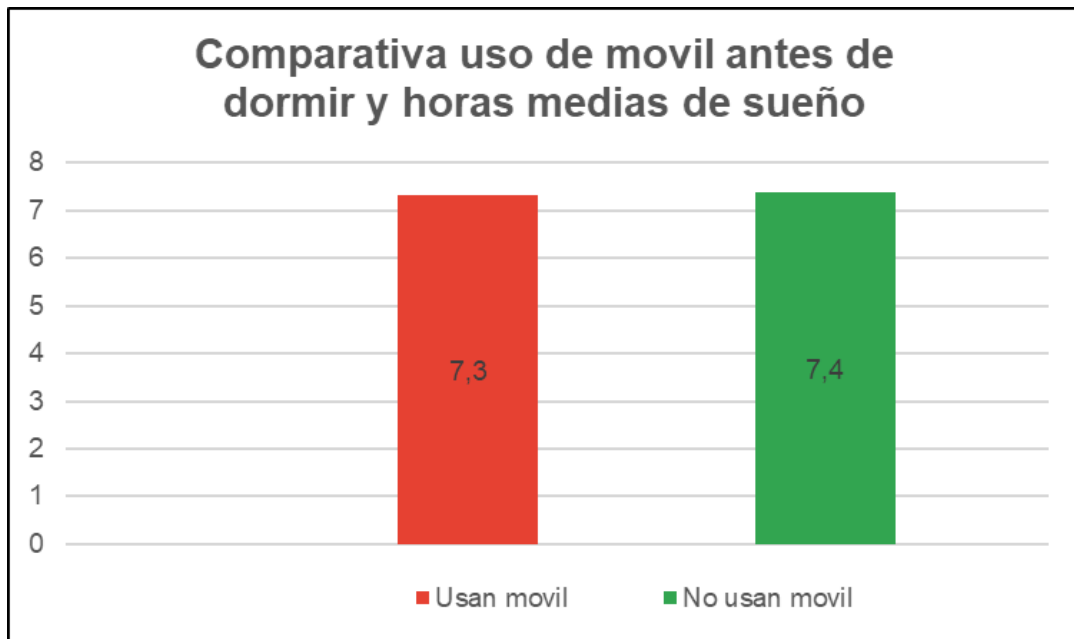
Aquí podemos ver que menos en Bachillerato es bastante proporcional las horas de sueño con las horas de móvil, mientras menos horas de estudio menos horas de móvil. Entre 1º de ESO y 3º de ESO las horas medias de móvil y las horas medias de estudio aumentan casi en la misma medida, en 4º de ESO bajan con más o menos en la misma medida con respecto a 3º de ESO, en cambio en 1º de Bachillerato aumenta bastante el uso del móvil y aumenta muy poco el tiempo de estudio comparándolo con 4º de ESO, y para finalizar en 2º de Bachillerato, ya que es un año más complicado disminuye el tiempo de móvil y aumentan las de estudio. Es destacable que siempre es mayor el uso del móvil que las horas de estudio.

**Relación entre horas medias móvil y notas medias por curso**



En esta gráfica todo es muy disparejo entre sí, las notas se mantienen en todos los cursos entre el 6 y el 7, y el uso del teléfono móvil varía más entre 3 horas y media y 6 horas. El curso de notas más altas es 2º de Bachillerato, aunque hay que tener en cuenta que también que respecto a las notas es el curso más importante. El curso en el que las notas son más bajas son 2º de ESO, aunque no es en el que se usa más el teléfono. El año en el que el teléfono móvil es más usado es 1º de Bachillerato, en este año las notas son de las más bajas, por lo que podemos deducir que el uso del teléfono móvil afecta aunque no en gran medida. Y los años donde más suben las notas y bajan el tiempo de móvil son los años de fin de ciclo, por lo que son años más importantes.

**Relación entre horas medias dormir y uso del móvil antes de dormir**



Con este gráfico lo que queremos ver es si realmente afecta el uso del móvil antes de dormir a la cantidad de horas de sueño. Para ello hemos separado los datos en función de si usan o no el móvil antes de dormir y una vez separados hemos calculado el valor medio de horas de sueño de los dos grupos. Como se ve, la diferencia a nivel de media no es muy alta entre los dos grupos por lo que podemos decir que el uso del móvil antes de dormir no afecta en el número de horas de sueño.

## 6. Conclusiones del trabajo con los objetivos

Para las conclusiones generales sobre el trabajo y la información obtenida, nos fijamos en los objetivos que planteamos al inicio de la encuesta para responder a dichas preguntas:

**a) Observar la aparición y la influencia de los móviles en nuestra sociedad y nuestro entorno.**

Esta parte no la hemos analizado con gráficos si no que la hemos observado en los datos. Hemos visto que en 1º de ESO, básicamente es el único curso donde hay alguna persona sin teléfono, aunque es muy poco común, por lo que deducimos que los niños empiezan a tener teléfono móvil a partir de primaria. Puede ser que los alumnos que actualmente están en cursos por encima de 1º de ESO hayan empezado a usar el móvil en la ESO, por eso nos fijamos principalmente en 1º de la ESO.

**b) Analizar el uso de éstos en función de la edad.**

En nuestros gráficos se puede observar que por lo general en cuanto mayor es la edad el uso es mayor, menos en pequeñas excepciones. Los cursos entre los que más se nota este cambio es en 2º de la ESO, donde puede ser debido a que al llevar un año ya en la ESO, se inicia la importancia de la imagen social. Además, podemos concluir por el gráfico dividido en si son chicos o chicas, que de media, las chicas utilizan más el móvil que los chicos.

**c) Entender las consecuencias del uso de dispositivos móviles en las calificaciones de distintas asignaturas.**

Esto se observa en varios de nuestros gráficos, y vemos que hay poca influencia, pero que hay. Principalmente se observa que al llegar a 4º de ESO, cae la media de horas con el móvil como la media de las asignaturas troncales y, al llegar a 1º de Bachillerato, aumenta bastante más la media de horas de móvil en comparación con el aumento de las notas. En principio, no se ve de forma clara una influencia directa.

**d) Influencia del uso del móvil con aspectos de salud como las horas de sueño.**

En este punto, si hay una diferencia más clara, mientras menos uso hay del teléfono mayores son las horas de sueño. Esto pasa en menor medida en los años en los que el estudio es más decisivo (4º de ESO y 2º de Bachillerato). Vemos además que el uso del móvil a lo largo de los cursos aumenta mientras que el sueño disminuye. Puede que se deba a otros motivos, pero pueden estar relacionados entre ellos.

**e) Relación entre horas de sueño y el uso del móvil de forma previa a la hora de dormir.**

Aquí hemos visto que el uso del teléfono móvil antes de dormir no afecta casi en las horas de sueño. De forma aparente, pensábamos que el uso del móvil antes de dormir sí que iba a influir en las horas de sueño, pero según nuestro estudio, no influye por lo que son cosas independientes.

**f) Obtener conclusiones no aparentes de las consecuencias del uso del móvil en otros aspectos de nuestra vida como adolescentes.**

En este punto podemos ver que en la sociedad de hoy en día afecta en gran medida a nuestra forma de vida el uso del teléfono móvil. No es que no se pueda usar el dispositivo, sino que hay que aprender a utilizarlo de manera responsable y que el móvil sea un método de ocio, por lo que hay que poner cosas más importantes como son en este caso el sueño o el estudio primero.

Además, como conclusión general, hemos visto que el uso del móvil puede afectar a temas importantes que no se tienen en cuenta y no a otros como pensábamos. Esto hace que muchas veces sea interesante pararnos a pensar por un momento en cómo pueden llegar a influir las nuevas tecnologías en distintos aspectos de nuestra vida, cuando muchas veces las utilizamos sin pensar por un momento que puede conllevar dicho uso y más con el avance de estas y por ser la generación donde más se usan.

## 7. Anexo

### Cuestionario utilizado para la recogida de datos

## ¿Hacen Bien o Mal? El uso y efecto de las redes sociales

La encuesta será completamente ANÓNIMA. En esta encuesta vamos a realizar preguntas sobre cómo afecta el uso de las redes sociales a diferentes factores de la vida cotidiana.

◆ 1 ¿En qué curso de la ESO estudias actualmente

**Rodea:** Eres ALUMNO o ALUMNA

- 1º ESO
- 2º ESO
- 3º ESO
- 4º ESO
- 1º Bachiller
- 2º Bachiller

◆ 2 ¿Usas un dispositivo móvil?

- Sí
- No

◆ 3 Si has respondido afirmativamente a la pregunta anterior, ¿cuántas horas lo utilizas de media al día?

.....

◆ 4 ¿Cuántas horas duermes diariamente?

.....

◆ 5 ¿Usas tu móvil o dispositivo electrónico antes de dormir?

- Sí
- No
- A veces

◆ 6 ¿Cuánto tiempo estudias de media al día?

.....

◆ 7 ¿Qué notas sacaste en el 2º trimestre en estas asignaturas?

- Matemáticas: .....
- Lengua: .....
- Inglés: .....

**¡MUCHAS GRACIAS POR TU PARTICIPACIÓN!**