

# Efectos del Uso Continuo de Videos Cortos en la Memoria a corto plazo

FACULTAD DE CIENCIAS E INGENIERÍA ESCUELA DE INGENIERÍA EN COMPUTACIÓN Y TELECOMUNICACIONES

En la era digital actual, las plataformas de redes sociales y, en particular, las aplicaciones de videos cortos como TikTok, Instagram Reels y YouTube Shorts, se han integrado profundamente en la vida cotidiana de los estudiantes universitarios.

Este entorno de inmersión digital constante plantea interrogantes sobre su posible impacto en funciones cognitivas esenciales, como la memoria y la atención. La gestión del tiempo frente a la pantalla se ha convertido en un desafío significativo, lo cual ha motivado diversas investigaciones que ya exploran sus efectos en diversos aspectos del bienestar estudiantil.

## Metodología:

Se utilizó un cuestionario digital para registrar hábitos de consumo digital y los resultados de cuatro pruebas de memoria a corto plazo del sitio Human Benchmark:

- Memoria de Secuencia
- Memoria Verbal
- Memoria Numérica
- Memoria Visual.

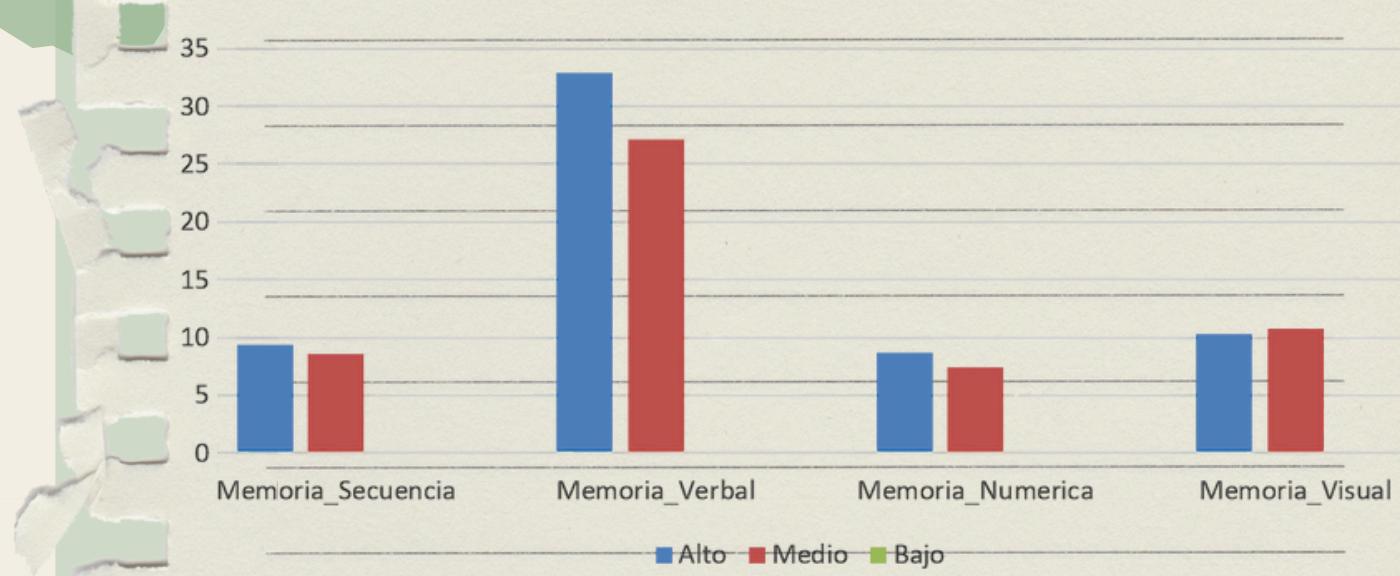
Para el análisis Se categorizó el consumo en 'Alto' (>2.5h/día) y 'Medio' (1-2.5h/día) para comparar los promedios de rendimiento en las pruebas.

El tamaño de la muestra ( $n=27$ ) es reducido y fue seleccionada por conveniencia, lo que limita la posibilidad de generalizar los resultados a toda la población estudiantil.

## Conclusion y Observaciones

La hipótesis central postulaba que un mayor consumo de estas aplicaciones resultaría en un menor rendimiento cognitivo. Sin embargo, los resultados obtenidos no confirmaron esta hipótesis. La principal implicación de este estudio es que la relación entre el consumo de videos cortos y la memoria no es lineal ni necesariamente negativa. Es probable que esté mediada por múltiples factores no controlados en esta investigación, como el tipo de contenido consumido (educativo vs entretenimiento), las estrategias de gestión de la atención de cada individuo o variables de personalidad.

## Resultado de Pruebas



## Analisis

Para evaluar la hipótesis de la investigación, se compararon las puntuaciones promedio obtenidas en las cuatro pruebas de memoria a corto plazo entre los grupos de consumo "Alto" y "Medio". Los resultados, presentados en la Tabla 2, indican que, contrariamente a lo esperado por la hipótesis, el grupo "Alto" obtuvo puntuaciones promedio superiores en tres de las cuatro pruebas: Memoria de Secuencia (9.4 vs. 8.6), Memoria Verbal (32.9 vs. 27.1) y Memoria Numérica (8.7 vs. 7.4). La única prueba en la que el grupo "Medio" superó al grupo "Alto" fue en Memoria Visual, aunque la diferencia fue mínima (10.7 vs. 10.3).

## Bibliografia

Rodríguez Artacho, M. (s.f.). Pruebas para evaluar la atención. Universidad de Granada. [https://www.ugr.es/~setchift/docs/pruebas\\_evaluar\\_atencion.pdf](https://www.ugr.es/~setchift/docs/pruebas_evaluar_atencion.pdf)

Gálvez, B. Y. M., Yisgot, B., Raymundo, F.-D., & Esthela, G. (2024, julio). Gestión del tiempo de pantalla y su relación con el sueño en estudiantes universitarios. ResearchGate. [https://www.researchgate.net/publication/392438535\\_Gestion\\_del\\_tiempo\\_de\\_pantalla\\_y\\_su\\_relacion\\_con\\_el\\_sueno\\_en\\_estudiantes\\_universitarios](https://www.researchgate.net/publication/392438535_Gestion_del_tiempo_de_pantalla_y_su_relacion_con_el_sueno_en_estudiantes_universitarios)

Sharifian, N., & Zahodne, L. B. (2020). Daily associations between social media use and memory failures: The mediating role of negative affect. The Journal of General Psychology, 148(1), 67-83. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8074877/>