

# Transdigital®

revista científica



Volumen 6; Número 11; Enero-junio 2025

ISSN: 2683-328X

Sociedad de Investigación sobre Estudios Digitales S. C.

La revista científica Transdigital es una publicación semestral bajo el modelo de publicación continua editada por la Sociedad de Investigación sobre Estudios Digitales S.C. Hasta ahora, la revista ha sido indizada en: Latindex, Dialnet, ERIHPLUS, REDIB, EuroPub, LivRe, AURA, Academic Resource Index (Research Bib), BASE, MIAR, OpenAire-Explore, Google Scholar, Refseek, ROAD, Sherpa Romeo, Elektronische Zeitschriftenbibliothek, WorldCat, Dimensions, REBIUN, DARDO, Open Ukrainian Citation Index, Zeitschriften Datenbank y The University of Liverpool. Dirección oficial: Circuito Altos Juriquilla 1132. C.P. 76230, Querétaro, México. Tel. +52 (442) 301-3238. Página web oficial: [www.revista-transdigital.org](http://www.revista-transdigital.org). Correo electrónico: [aescudero@revista-transdigital.org](mailto:aescudero@revista-transdigital.org). Editor en jefe: Alejandro Escudero-Nahón (ORCID: 0000-0001-8245-0838). Reserva de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2022-020912091600-102. International Standard Serial Number (ISSN): 2683-328X; ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor (México). Responsable de la última actualización: Editor en jefe: Dr. Alejandro Escudero-Nahón. Todos los artículos en la revista Transdigital están licenciados bajo Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0). Usted es libre de: Compartir — copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato. Adaptar — remezclar, transformar y construir a partir del material para cualquier propósito, incluso comercialmente. La persona licenciante no puede revocar estas libertades en tanto usted siga los términos de la licencia. Lo anterior, bajo los siguientes términos: Atribución — Usted debe dar crédito de manera adecuada, brindar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que usted o su uso tienen el apoyo de la licenciante. No hay restricciones adicionales — No puede aplicar términos legales ni medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otras a hacer cualquier uso permitido por la licencia.



# Transdigit

revista científica

EFFECTO DEL CONSUMO DE VIDEOS DE  
FORMATO CORTO EN LAS FUNCIONES  
EJECUTIVAS EN ADOLESCENTES

EFFECT OF SHORT-FORM VIDEO  
CONSUMPTION ON EXECUTIVE  
FUNCTIONS IN ADOLESCENTS



Luis Eduardo Hernández-Guevara  
Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, México  
ORCID: 0009-0002-2362-0117



Norma Angélica Ortega-Andrade\*  
Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, México  
ORCID: 0000-0002-0117-2547



Andrómeda Ivette Valencia-Ortiz  
Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, México  
ORCID: 0000-0001-9664-1993



Sección: Ensayo de investigación

Autora de correspondencia\*

Fecha de recepción: 01/01/2025

Fecha de aceptación: 05/04/2025

## EFFECTO DEL CONSUMO DE VIDEOS DE FORMATO CORTO EN LAS FUNCIONES EJECUTIVAS EN ADOLESCENTES

### EFFECT OF SHORT-FORM VIDEO CONSUMPTION ON EXECUTIVE FUNCTIONS IN ADOLESCENTS

#### RESUMEN

Debido a la creciente popularidad de *TikTok*, *Reels* y *YouTube Shorts* se abrieron varias interrogantes. Sin embargo, la más importante fue cuál es el efecto que puede tener este tipo de plataformas en las funciones cognitivas de los adolescentes. El objetivo de esta investigación fue evaluar el impacto del consumo de videos de formato corto (VFC) en las funciones ejecutivas en adolescentes. En la investigación participaron 51 adolescentes de entre 15 y 18 años pertenecientes a Pachuca de Soto, Hidalgo, México. Se aplicó un cuestionario sobre el consumo de VFC y la batería neuropsicológica BANFE-3 para la evaluación de las funciones ejecutivas de los participantes. Posteriormente, se realizaron pruebas estadísticas correlacionales entre los resultados de ambas evaluaciones. Se halló una correlación negativa-moderada significativa entre el consumo de VFC y el rendimiento en el área prefrontal anterior. Esto sugiere que hay un impacto negativo en las funciones cognitivas de esta zona. Se concluyó que es necesario moderar el uso de plataformas de VFC, pues puede afectar funciones esenciales en la adolescencia.

**Palabras clave:** adolescentes, videos de formato corto, funciones ejecutivas, corteza prefrontal anterior

#### ABSTRACT

Due to the growing popularity of *TikTok*, *Reels*, and *YouTube Shorts*, several questions have arisen. However, the most important was the impact these types of platforms can have on adolescents' cognitive functions. The aim of this research was to evaluate the impact of short-form video (SFV) consumption on adolescents' executive functions. Fifty-one adolescents between the ages of 15 and 18 from Pachuca de Soto, Hidalgo, Mexico, participated in the study. A questionnaire on SFS consumption and the BANFE-3 neuropsychological battery were administered to assess participants' executive functions. Correlational statistical tests were then performed between the results of both assessments. A significant negative-moderate correlation was found between SFS consumption and performance in the anterior prefrontal area. This suggests a negative impact on cognitive functions in this region. It was concluded that it is necessary to moderate the use of SFS platforms, as it can affect essential functions in adolescence.

**Keywords:** adolescents, short-form videos, executive functions, prefrontal cortex

## 1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el consumo de contenido en línea se ha convertido en una actividad del día a día. Esto ocurre especialmente entre los adolescentes, quienes consumen diversos contenidos en redes sociales. Por ejemplo, los videos de formato corto (VFC). Este tipo de contenido se caracteriza por videos en formato vertical de breve duración, entre 15 segundos a tres minutos, y estímulos rápidos. Por lo tanto, los VFC son fáciles de procesar y captan la atención de millones de usuarios alrededor del mundo (Fernández, 2020; Instagram, 2023; TikTok, 2024; YouTube, 2024). Este formato de video cambió la manera de entretener e interactuar con el contenido audiovisual en redes sociales (Fernández-Paniagua, 2022).

La exposición a este tipo de contenido genera muchas preguntas sobre el efecto que tiene en las personas y, sobre todo, las consecuencias que puede tener en los procesos cognitivos. Este interés inició a partir de una teoría propuesta por usuarios de internet llamada *TikTok Brain*. La teoría sugirió que los consumidores expuestos a contenidos de poca duración pueden tener problemas relacionados con la atencional y la memoria (Jargon, 2022).

Los procesos mentales antes mencionados forman parte de las funciones ejecutivas (FFEE). Estas funciones permiten que las personas se adapten a nuevas situaciones. Además, participan en el control, la regulación y la planeación eficiente de la conducta humana (Flores Lázaro & Ostrosky-Shejet, 2008). Las funciones más importantes de las FFEE son la organización, el control inhibitorio, la flexibilidad mental, la generación de hipótesis, la planeación, la memoria de trabajo, la atención, entre otras (Flores Lázaro et al., 2021).

Estas funciones son de suma importancia para los comportamientos de las personas. En caso de que se vean alteradas, afectan el desenvolvimiento de las personas con el mundo que los rodea. De acuerdo con estudios realizados sobre la ontogenia de los hemisferios cerebrales, el desarrollo entre los 11 y 14 años, y de los 15 años a la adultez (Ardila & Rosselli, 2007) son de suma importancia, pues desarrollan los lóbulos prefrontales que se encargan de las FFEE (Peña et al., 2018). El lóbulo frontal se localiza detrás de la frente. Este recibe y coordina los mensajes del resto del cerebro (Flores Lázaro & Ostrosky-Shejet, 2008).

La zona más anterior del lóbulo frontal es la corteza prefrontal, la cual se subdivide en tres regiones. La región dorsolateral se encarga de procesos como la planificación, la memoria de trabajo, la fluidez, la solución de problemas complejos y la flexibilidad mental. Por otro lado, la región prefrontal anterior se relaciona con los procesos de mayor jerarquía como la metacognición, permitiendo la autoevaluación y el ajuste de la actividad en base al desempeño continuo (Flores Lázaro & Ostrosky-Shejet, 2008). Por último, la corteza orbito medial se encuentra relacionada con el sistema límbico. En este sentido, regula emociones y estados afectivos, así como la conducta.

Durante la adolescencia se desarrollan las FFE, el perfeccionamiento del pensamiento abstracto y la capacidad de pensar en términos de lo que podría ser y no solo de lo que es (Papalia, 2017). Sin embargo, este desarrollo se obstaculiza por los VFC, pues tienen un efecto adverso en esta etapa del desarrollo. Sha & Dong (2021) demostraron que el uso excesivo de *TikTok* puede llevar a la aparición de síntomas de depresión, ansiedad y estrés. Estos problemas de salud mental afectan funciones superiores. Por lo tanto, el consumo de VFC afecta la salud mental y provoca dificultades cognitivas.

Estos resultados fueron semejantes a otras investigaciones que concluyeron que el uso alto de VFC se asocia con menor satisfacción con la vida, síntomas de depresión y altos niveles de ansiedad, estrés y soledad (Liu et al., 2024). Por otro lado, en cuanto a las afectaciones cognitivas, se detectó que la atención se ve afectada, pues existe mayor dificultad para retener información previamente proporcionada. Esta afeción se asoció con un déficit atencional, más que con problemas de memoria (Chao et al., 2023).

Conforme los VFC fueron más populares, se comenzaron a realizar más investigaciones que concluían que mientras más tiempo pasaban los estudiantes frente a una pantalla consumiendo VFC, más se distraían cuando intentaban prestar atención en clases y comprender tareas escolares (Mekler, 2021). Además, la liberación de dopamina producida por el *scrolling* provoca que los adolescentes se acostumbren a la satisfacción inmediata. Esto desemboca a que se elimine la autodisciplina de alta intensidad, así como el pensamiento profundo de las cosas (Garridos et al., 2023).

Aclarar cómo sucede esta necesidad de consumo resulta relativamente sencillo, pues parte de la idea de que su consumo se asocia con la liberación de dopamina producida a partir de ciertos estímulos que generan placer. Esto ocasiona que los estudiantes quieran repetirlos más. En otras palabras, es un proceso de reforzamiento intermitente que provoca que una conducta se repita por medio de los *likes*, los comentarios y el *scroll*. Esa es la explicación de por qué los adolescentes, y demás usuarios, requieren de un consumo constante de estos estímulos en diversas redes sociales (Lieberman & Long, 2023).

Por otro lado, los adolescentes necesitan desarrollar una atención prolongada y una buena memoria para resolver las problemáticas del día a día. Los VFC no requieren de estos procesos. Por lo tanto, si los adolescentes se acostumbran a los rápidos cambios que provee el *scroll* el cerebro encontrará difícil adaptarse a las actividades que no requieran cambios rápidos. Esto podría generar individuos incapaces de procesar cosas menos rápidas y gratificantes, prefiriendo, en cambio, contenidos rápidamente procesables y gratificantes (Jargon, 2022).

La memoria y la atención no son procesos aislados, pues requieren de otras capacidades para poder funcionar y, a su vez, esas otras capacidades requieren de la memoria y la atención para tener un buen desempeño. Por lo tanto, es un mecanismo continuo, pero si uno falla puede afectar al resto. Siendo este el caso, la atención requiere del control inhibitorio, la memoria de la flexibilidad mental y las demás FFE. Es por ello por lo que, si se

habla de memoria y atención, se tiene que hablar del resto de funciones. En este sentido, la memoria y la atención no son procesos aislados, al igual que el resto de las funciones.

Dicho lo anterior, es importante saber si la memoria y la atención son las únicas funciones que se están viendo alteradas y qué tanto afecta a los adolescentes, quienes se encuentran en una etapa de desarrollo importante a nivel cognitivo. Asimismo, surge la pregunta-¿Cuál es el efecto del consumo de VFC en las FFEE en jóvenes adolescentes entre 15 y 18 años?

## 2. MÉTODO DE INVESTIGACIÓN

El objetivo de esta investigación fue identificar cuál es el efecto que tienen los VFC en las FFEE en estudiantes de entre 15 y 18 años de la ciudad de Pachuca de Soto, Hidalgo, México. La investigación tuvo un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental de tipo correlacional transeccional. Para evaluar las FFEE se utilizó la batería Neuropsicológica de Funciones Ejecutivas y Lóbulos Frontales (BANFE-3), elaborada por Flores Lázaro et al. (2021). Esta evalúa 15 procesos relacionados con las FFEE en niños, adolescentes y adultos.

Por otro lado, para evaluar el uso de VFC y seleccionar la muestra se elaboró un cuestionario enfocado en el consumo de VFC. Este tuvo el objetivo de identificar a las personas que hacen uso de VFC, así como el impacto de este tipo de contenido en sus vidas. En cuanto a los criterios de inclusión, se seleccionaron a jóvenes entre 15 a 18 años que utilizan por lo menos de una aplicación con VFC, como *TikTok*, *Instagram Reels*, *YouTube Shorts*, etc., y que consumieran este tipo de contenido por lo menos una vez al día.

En cuanto a los criterios de exclusión, se descartaron a aquellos participantes que no estuvieran dentro del rango de edad, que hubieran consumido alcohol, tabaco o algún tipo de droga durante el último año, que estuvieran diagnosticados con algún trastorno psicológico y del desarrollo, y que estuvieran consumiendo algún tipo de medicamento que afecte su rendimiento. La muestra se seleccionó por medio de un muestreo no probabilístico por conveniencia. Por esta razón, se optó por seleccionar a estudiantes de dos preparatorias pertenecientes a la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, México. Esta selección constó de dos fases.

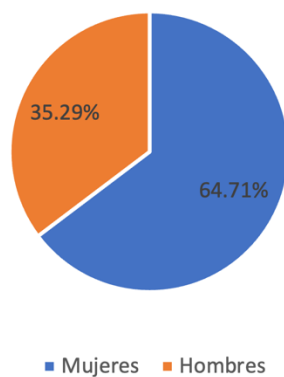
En la primera fase se solicitó adolescentes voluntarios para contestar el cuestionario de consumo de VFC. Los estudiantes que participaban y eran menores de edad se les entregó un consentimiento informado para que se lo dieran a sus tutores. Una vez aplicados los cuestionarios se seleccionó a los estudiantes que cumplieran con los criterios de inclusión y exclusión. En esta fase participaron 289 alumnos, pero solo 77 decidieron participar en la segunda fase.

En la segunda fase se citó de manera individual a los participantes seleccionados que decidieron continuar. Antes de iniciar, se les solicitó a los menores de edad que entregaran el consentimiento informado firmado por sus padres o tutores; en caso de no llevarlo fueron descartados. Posteriormente, se corroboró con su consentimiento el tiempo de uso de *TikTok*, *Instagram Reels*, *YouTube Shorts*, entre otras aplicaciones con VFC. Finalmente, se aplicó la prueba BANFE-3 a los 51 participantes que cumplieron con todos los criterios de inclusión.

### 3. RESULTADOS

Tomando en cuenta los resultados, se identificó que el 100% de los participantes consumen VFC en alguna plataforma. Además, el 64.71% de la muestra fueron mujeres y el 35.29% hombres, con una edad media de 16.5 y una desviación estándar (DE) de 1.302 (Figura 1).

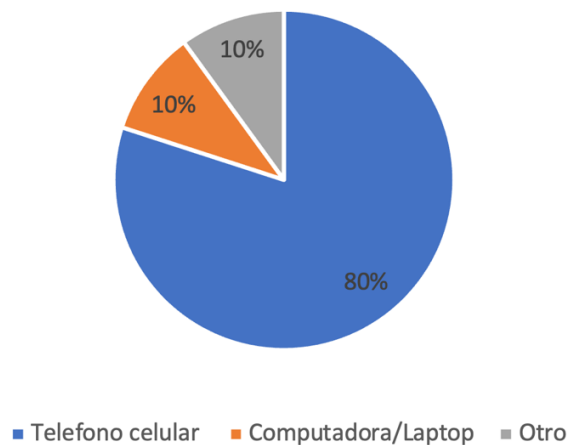
**Figura 1**  
*Muestra dividida por género*



Por otro lado, se identificó que el teléfono celular fue el dispositivo más usado para mirar este tipo de contenido, pues el 79.9% de los participantes lo utiliza. Por otro lado, el 9.9% utiliza computadora y/o laptop, y el 10.25% restante utiliza otro dispositivo para acceder a VFC (Figura 2).

**Figura 2**

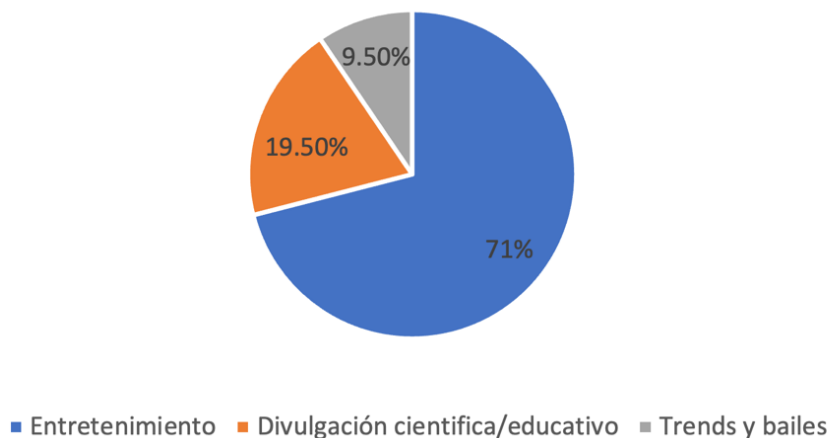
*Dispositivos más usados para acceder a VFC*



Referente al tipo de contenido visualizado, el 71% señaló que observa principalmente contenido de entretenimiento. Por ejemplo, *sketches*, anécdotas, deportes, juegos, etc. Por otro lado, el 19.5% señaló que observa videos de divulgación científica y educativo, y el 9.5% restante seleccionó *trends* y bailes (Figura 3).

**Figura 3**

*Tipo de contenido mayormente consumido*



Las horas reales de uso (Dato obtenido a partir de la revisión en aplicaciones), oscilaron entre 1 hora y 6 horas con una  $M=2.3$  horas ( $DE= 1.542$ ). El promedio de horas reportadas en el cuestionario fue de  $M= 2.22$  ( $DE=1.865$ ), denotando en comparación, una estimación casi acertada de entre el tiempo que se cree que se consume y lo que es realmente. En cuanto a la relación que existe entre el consumo de VFC (medidas en horas reales) y las FFEE en general, no alcanzó una significancia estadística ( $r= 0.137$ ,  $p= 0.339$ ) (Tabla 1).

**Tabla 1**

*Resultado de la correlación Rho de Spearman entre las horas reales de consumo de VFC y los resultados de la prueba BANFE-3*

| Variable     | Total BANFE-3 | Significancia |
|--------------|---------------|---------------|
| Horas de uso | .137          | .339          |

Nota. \*\* $p<0.05$

Una vez realizado un análisis en profundidad de los resultados que otorga el BANFE-3 en relación con cada una de las áreas evaluadas, se encontró que no hay una correlación estadísticamente significativa entre el área orbito medial y las horas de uso de VFC ( $r= -.135$ ,  $p= .344$ ) (Tabla 2). En el área dorsolateral se halló una correlación positiva que nuevamente no alcanza significancia estadística ( $r= .253$ ,  $p= 0.073$ ) (Tabla 3).

**Tabla 2**

*Correlación Rho de Spearman entre las horas de uso reales de VFC y los resultados del área orbitomedial evaluada por medio del BANFE-3*

| Variable     | Corteza orbitomedial | Significancia |
|--------------|----------------------|---------------|
| Horas de uso | -.135                | .334          |

Nota. Para que el valor de  $p$  sea significativo debe ser  $<0.05$

**Tabla 3**

*Correlación Rho de Spearman entre las horas de uso reales de VFC y los resultados del área dorsolateral evaluada por medio del BANFE-3*

| Variable     | Corteza dorsolateral | Significancia |
|--------------|----------------------|---------------|
| Horas de uso | .253                 | .073          |

Nota. Para que el valor de  $p$  sea significativo debe ser  $<0.05$

Por último, en el área prefrontal anterior se observó una correlación significativa entre el consumo de VFC y el desempeño en el área prefrontal anterior, pues se obtuvo  $-0.469$  en  $r$  y  $0.001$  en el valor  $p$  (Figura 4). En este sentido, la magnitud de esta correlación sugirió una relación moderada y significativa (Tabla 4).

**Tabla 4**

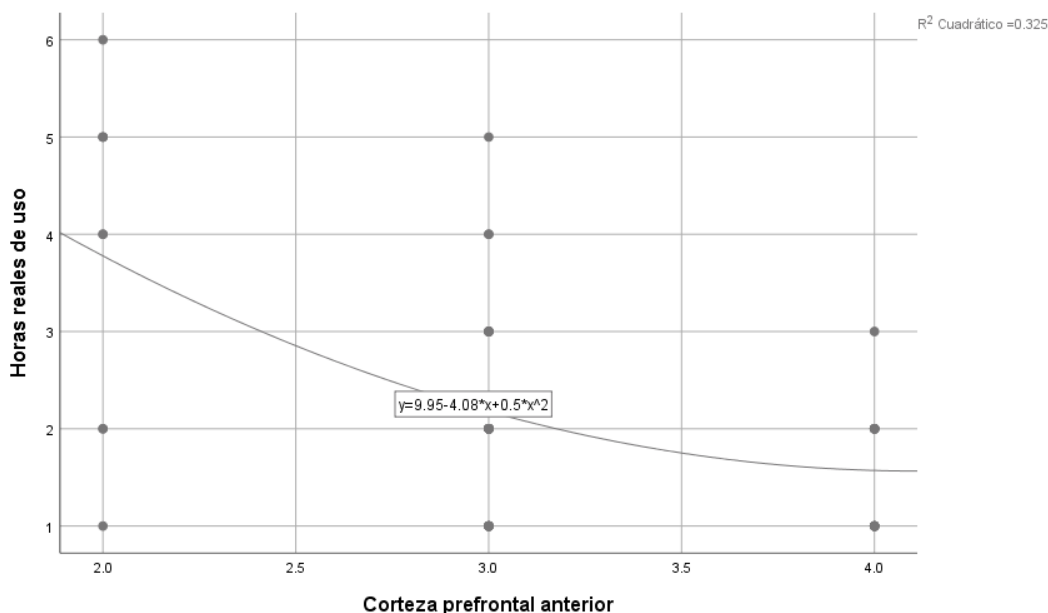
Correlación Rho de Spearman entre las horas de uso reales de VFC y los resultados del area prefrontal anterior evaluada por medio del BANFE-3

| Variables    | Corteza prefrontal anterior | Significancia |
|--------------|-----------------------------|---------------|
| Horas de uso | -.469**                     | .001          |

Nota. **P**ara que el valor de  $p$  sea significativo debe ser  $<0.01$

**Figura 4**

Correlación negativa entre las horas reales de uso de VFC y la corteza prefrontal anterior



En esta correlación se concluyó que no existe una diferencia significativa entre los géneros en cuanto al rendimiento en la corteza prefrontal anterior, pues el valor  $p$  fue de 0.148. En cuanto a la relación a la edad, los resultados indicaron que no hay una relación significativa entre la edad y los resultados de la corteza prefrontal anterior, pues el valor  $p$  fue de 0.829.

## 4. DISCUSIÓN

Después de analizar los resultados, se identificó que la hipótesis fue aceptada parcialmente, pues se afectaron las FFEE, pero no en su totalidad. Los resultados indicaron que el área dorsolateral no presentó ninguna alteración. Este hallazgo se contradice con los resultados de Mekler (2021) y Chao et al. (2023), pues estas investigaciones

propusieron que los usuarios de *TikTok* y los consumidores de VFC presentan problemáticas en la atención y la memoria. Los resultados de estas investigaciones posiblemente se relacionen con lo propuesto por Sha y Dong (2021). Estos autores sugirieron que los déficits cognitivos no se relacionan directamente con el consumo de VFC, sino que devienen de posibles trastornos. Por ejemplo, la depresión y la ansiedad, los cuales sí se ven relacionados directamente con el consumo de VFC.

Por otro lado, un área que sí tiene un impacto negativo fue la corteza prefrontal anterior. En otras palabras, a mayor cantidad de horas consumiendo VFC es menor el rendimiento en esta área. La corteza prefrontal se encarga de los procesos de mayor jerarquía cognitiva. Por ejemplo, la cognición social, la autoevaluación de procesos del pensamiento, la reflexión de decisiones y estrategias, la planificación de eventos futuros y la organización de metas complejas a largo plazo (Burgess et al., 2007).

Firth et al. (2019) hallaron que el uso de internet disminuye la materia gris de regiones prefrontales asociadas con el mantenimiento de objetivos. Aunque los resultados apoyaron los de esta investigación, la investigación de Firth et al. (2019) se centró en el internet, no en los VFC. Por otro lado, Montag et al. (2021) destacaron que la exposición continua a estos estímulos disminuye la capacidad de planificar eventos futuros, afectando la corteza prefrontal anterior.

En esta investigación identificó que la planificación a largo plazo se ve afectada por los estímulos de corta duración. Esto provoca que los adolescentes se centren en objetivos inmediatos, dejando de lado cuestiones futuras. En este sentido, dejan de lado la planificación a largo plazo. En otras palabras, se podría ver afectada su capacidad para recordar acciones que deben realizarse en el futuro para planificar con antelación. Jargon (2022) señaló que si el cerebro procesa contenidos rápidos y gratificantes puede cambiar o perjudicar su capacidad para cosas menos rápidas y gratificantes.

Otra función que puede verse afectada es la capacidad de pensamiento abstracto, pues la dopamina que produce el consumo de VFC hace que los adolescentes se acostumbren a la satisfacción y la resolución inmediata de las cosas. En este sentido, eliminan su la capacidad del pensamiento profundo para resolver problemas (Garridos et al., 2023). Asimismo, se detectó que, a menor uso, el rendimiento del área prefrontal anterior mejora por encima de lo normal. Si se consume una hora o menos de VFC los resultados del área prefrontal anterior obtuvo un puntaje *normal-alto*. Es importante hacer notar que las lesiones en la corteza prefrontal anterior son silenciosas. Es decir, no provocan alteraciones que se puedan detectar fácilmente, incluso, durante la consulta neuropsicológica (Burgess et al., 2007).

## 5. CONCLUSIONES

Esta investigación evaluó el impacto del consumo de VFC sobre las FFEE en adolescentes de entre 15 y 18 años. Se halló que existe una correlación negativa entre el consumo de VFC y la corteza prefrontal anterior. Es decir, a mayor cantidad de horas de consumo, menor es el rendimiento en esta zona. Por otro lado, parece no existir un impacto en otras áreas como la corteza prefrontal dorsolateral y/o la corteza prefrontal orbito medial.

Los resultados indicaron que, al no existir alteración en la corteza dorsolateral no existen alteraciones en las funciones encargadas de esta zona. Por lo tanto, estos datos contradicen lo mencionado por la teoría *TikTok Brain*. En este sentido, ni la memoria de trabajo ni la atención se vieron afectadas. Por lo contrario, se observó que funcionan normalmente. Por otro lado, la corteza orbito medial tampoco tuvo afecciones. Tomando esto en cuenta, el uso de VFC no afecta la regulación emocional, los estados afectivos, y la regulación y control de la conducta.

Sin embargo, se identificó que la corteza prefrontal anterior sí se ve alterada por el consumo de VFC. Por lo tanto, la abstracción, la planificación a largo plazo, la flexibilidad cognitiva, la metacognición, la autoevaluación y la cognición social pueden verse afectadas. Otras investigaciones señalaron que la abstracción y la planificación a largo plazo tienen mayores afecciones. Por lo tanto, los consumidores de VFC desarrollan la necesidad de tener estímulos inmediatos, pero limita la consistencia en los objetivos futuros, fomenta la preferencia por respuestas rápidas y de bajo esfuerzo cognitivo, y reduce la capacidad para procesar información profunda y compleja.

Este estudio ofreció una perspectiva sobre cómo el consumo de VFC en adolescentes es un tema más relevante en un mundo digitalizado. Los hallazgos subrayaron la necesidad de tomar estrategias de concientización sobre el uso de plataformas digitales a temprana edad, pues existe un impacto negativo en diversas FFEE. Además, esta investigación ofreció un marco de referencia para entender el impacto de este tipo de plataformas. Los resultados de este estudio reflejaron que el uso de este tipo de contenido altera algunas funciones de los adolescentes. Esto lleva a pensar que se debe regular o moderar el consumo de VFC. Es importante fomentar actividades que fortalezcan las FFEE y eviten alteraciones graves.

Las actividades recreativas que no requieran cambios rápidos son de gran ayuda. Por ejemplo, la lectura y el armado de rompecabezas. Crear grupos de lectura puede permitir que los adolescentes eviten los cambios rápidos que proporcionan los VFC. Además, los torneos de ajedrez o de cubo de *Rubik* son estrategias que desarrollan la atención en actividades largas y el desarrollo cognitivo en adolescentes.

Se recomienda que las futuras investigaciones cuenten con una muestra más grande para obtener resultados más certeros. De igual manera, se recomienda realizar evaluaciones previas a los participantes para descartar sesgos por trastornos no identificados. Por otro lado, convendría realizar evaluaciones en profundidad sobre la corteza prefrontal anterior para tener una visión más clara de lo que sucede con las FFEE.

## REFERENCIAS

- Ardila, A., & Rosselli, M. (2007). *Neuropsicología clínica*. Manual Moderno.
- Burgess, P. W., Dumontheil, I., & Gilbert, S. J. (2007). The gateway hypothesis of rostral prefrontal cortex (area 10) function. *Trends in Cognitive Sciences*, 11(7), 290-298. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2007.05.004>
- Chao, M., Lei, J., He, R., Jiang, Y., & Yang, H. (2023). TikTok use and psychosocial factors among adolescents: Comparisons of non-users, moderate users, and addictive users. *Psychiatry research*, 325, 155247.
- Fernández-Paniagua, A. M. (2022). *Las Redes Sociales más utilizadas: cifras y estadísticas*. Página web oficial de lebschool. <https://www.iebschool.com/hub/medios-sociales-mas-utilizadas-redes-sociales/>
- Fernández, J. (2020). *¿Qué es el Fast Content?* Página web oficial de Cumboto Digital. <https://cumbotodigital.com/que-es-el-fast-content/>
- Firth, J., Torous, J., Stubbs, B., Firth, J. A., Steiner, G. Z., Smith, L., Alvarez-Jimenez, M., Gleeson, J., Vancampfort, D., Armitage, C. J., & Sarris, J. (2019). The "online brain": how the Internet may be changing our cognition. *World psychiatry*, 18(2), 119–129. <https://doi.org/10.1002/wps.20617>
- Flores Lázaro, J. C., & Ostrosky-Shejet, F. (2008). Neuropsicología de lóbulos frontales, funciones ejecutivas y conducta humana. *Revista neuropsicología, neuropsiquiatría y neurociencias*, 8(1), 47-58.
- Flores Lázaro, J. C., & Ostrosky-Shejet, F., & Lozano Gutierréz, A. (2021). *BANFE-3 Batería Neuropsicológica de Funciones Ejecutivas y Lóbulos Frontales*. Manual Moderno.
- Garridos, F. J., Narangahavana, Y., Sanz-Blas, S., & Buzova, D. (2023). TikTok y Educación. En F. Garrigós Simón (Ed.), *Proceedings INNODOCT/22. International Conference on Innovación, Documentation and Education* (pp.477–489). Editorial Universitat Politècnica de Valencia.
- Instagram. (2023). *Instagram Reels. Crea, Mira y comparte videos cortos y entretenidos*. Página web oficial de Instagram. <https://about.instagram.com/es-la/features/reels>
- Jargon, J. (2022). *TikTok Brain Explained: Why Some Kids Seem Hooked on Social Video Feeds*. Página web oficial de The Wall Street Journal. <https://www.wsj.com/articles/tiktok-brain-explained-why-some-kids-seem-hooked-on-social-video-feeds-11648866192>
- Lieberman, D. Z., & Long, M. E. (2023). *Dopamina*. Paidós.
- Liu, M., Zhuang, A., Norvilitis, J. M., & Xiao, T. (2024). Usage patterns of short videos and social media among adolescents and psychological health: a latent profile analysis. *Computers in Human Behavior*, 151, 108007.
- 
- Hernández-Guevara, L. E., Ortega-Andrade, N. A., & Valencia-Ortiz, A. I. (2025). Efecto del consumo de videos de formato corto en las funciones ejecutivas en adolescentes. *Transdigital*, 6(11), e437. <https://doi.org/10.56162/transdigital437>

- Mekler, A. (2021). The Effects of TikTok Use on College Student Learning. *Undergraduate Review*, 16, 145-153.
- Montag, C., Yang, H., & Elhai, J. D. (2021). On the Psychology of TikTok Use: A first Glimpse From Empirical Findings. *Frontiers in Public Health*, 9, 1-6. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.641673>
- Papalia, D. E. (2017). *Desarrollo humano*. McGraw Hill.
- Peña, L., Mercedes, S., Schiffino, M., Peláez, A., Paulino, G., Bobeá, M., & Garcia, R. (2018). Neuropsicología del lóbulo frontal, funciones ejecutivas y su relación con la conducta humana. *Revista Científica Psicofisiología @online*, 10. <https://repositorio.unphu.edu.do/handle/123456789/3639>
- Sha, P., & Dong, X. (2021). Research on Adolescents Regarding the Indirect Effect of Depression, Anxiety and Stress between TikTok Use Disorder and Memory Loss. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 18(16).
- TikTok. (2024). *Herramientas de la cámara*. Página web oficial del Centro de control de Tik Tok. <https://support.tiktok.com/es/using-tiktok/creating-videos/camera-tools>
- YouTube. (2024). *Crea vídeos cortos y gana dinero con ellos en YouTube*. Página web oficial de YouTube Creators. [https://www.youtube.com/intl/es\\_es/creators/shorts/](https://www.youtube.com/intl/es_es/creators/shorts/)



# Transdigital<sup>®</sup>

editorial

La Editorial *Transdigital* publica libros de carácter científico y académico. Se pueden publicar tesis de posgrado, una vez sometidas al sistema de evaluación de pares de doble ciego. Servicios:

- Gestión del International Standard Book Number (ISBN), del Digital Object Identifier (DOI) y del código de barras.
- Diseño gráfico
- Servicio de corrección de estilo y redacción.
- Dictaminación de la revisión por pares en doble ciego hecha por miembros del Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores (SNII) de la Secretaría de Ciencia, Humanidades, Tecnología e Innovación (SECIHTI) de México.
- Alojamiento permanente del libro en la editorial *Transdigital* ([www.editorial-transdigital.org](http://www.editorial-transdigital.org))
- Distribución gratuita en *Dialnet*, *Google Books*, *Google Play* y *SCRIBD*.
- Distribución a precio mínimo en *Amazon Kindle* (cuota que pagan los lectores de *Kindle*).

La editorial *Transdigital* está en el Registro en el Padrón Nacional de Editores como agente editor Sociedad de Investigación sobre Estudios Digitales, S. C., con el Dígito Identificador 978-607-99594. Además, está afiliada a la Cámara Nacional de la Industria Editorial Mexicana (CANIEM) con el número 4069, de conformidad con el artículo 17 de la Ley de Cámaras Empresariales y sus Confederaciones en vigor. Y está en el Registro Nacional de Instituciones y Empresas Científicas y Tecnológicas (RENIECYT) de la SECIHTI de México con el folio: RENIECYT 2400068.



# Transdigital<sup>®</sup>

congreso virtual

El Congreso Virtual *Transdigital* se realiza anualmente de manera totalmente virtual ([www.congreso-transdigital.org](http://www.congreso-transdigital.org)). Este evento tiene el objetivo de reunir resultados parciales o finales de investigaciones empíricas, documentales o ensayos científicos sobre temas y desafíos que involucran a la tecnología y la transformación digital en sociedad.

Está dirigido a investigadores(as), docentes de todas las modalidades y niveles del sistema educativo, estudiantes de pregrado y posgrado, gestores(as) educativos(as), directivos(as) y demás profesionales interesados(as) en la investigación empírica y documental sobre el uso de la tecnología y la transformación digital en diversos ámbitos sociales, por ejemplo, la salud, el ocio, el turismo, las finanzas, la educación, el desarrollo comunitario, la industria, etcétera.

La inscripción por texto, con un máximo de tres autores(as) da el derecho de publicar la ponencia como capítulo de libro académico en la editorial *Transdigital*, una vez que ha sido admitida por el Comité Científico; además se otorgan certificados de ponencia y asistencia. Ese libro cuenta con International Standard Book Number (ISBN), Digital Object Identifier (DOI) y código de barras.

El Congreso Virtual *Transdigital* es una iniciativa que está inscrita en el Registro Nacional de Instituciones y Empresas Científicas y Tecnológicas (RENIECYT) de la SECIHTI de México con el folio: RENIECYT 2400068.



# Transdigital<sup>®</sup>

revista científica

La revista científica *Transdigital* es una publicación semestral bajo el modelo de publicación continua, de manera que se reciben textos durante todo el año. Es editada por la Sociedad de Investigación sobre Estudios Digitales S.C. Evalúa los textos con el sistema de pares de doble ciego. Se admiten Artículos de investigación y Ensayos científicos originales.

El proceso de publicación es expedito y, en promedio, los textos se publican tres meses después de que han sido recibidos. El Consejo científico y el Comité editorial se compone por distinguidas y distinguidos académicos de talla nacional e internacional. Cuenta con la Reserva de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2022-020912091600-102, International Standard Serial Number (ISSN) 2683-328X, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor.

Hasta ahora, está indizada en Latindex, Dialnet, ERIHPLUS, REDIB, EuroPub, LivRe, AURA, Academic Resource Index (ResearchBib), MIAR, OpenAire-Explore, Refseek, Sherpa Romeo, Elektronische Zeitschriftenbibliothek, ZDB Zeitschriften Datenbank, WorldCat, Dimensions, The University of Liverpool, Discovery, Erasmus University Rotterdam, Mir@bel, REBIUN, DARDO, UOCI, LatinRev, ROAD, Google Scholar, Crossref, Scite, Lens, Internet Archive, BASE, etc.

El costo de publicación puede ser consultado en: [www.revista-transdigital.org](http://www.revista-transdigital.org)