

El impacto del uso de Tik Tok en la memoria a largo plazo en jóvenes de generación Z

Este artículo explora el impacto del uso de TikTok en la memoria a largo plazo, un aspecto crucial para el aprendizaje y el desarrollo personal. A medida que TikTok ha crecido exponencialmente, especialmente entre los jóvenes, sus efectos cognitivos han suscitado preocupaciones. TikTok, con su formato de videos cortos y altamente adictivos, promueve un consumo fragmentado de contenido, lo que puede afectar negativamente los procesos de atención y consolidación de memoria.

Se presentan fundamentos teóricos sobre la memoria a largo plazo, detallando los procesos de codificación, consolidación y recuperación de información. La evidencia empírica muestra que el uso intensivo de redes sociales, y particularmente de TikTok, está asociado con una menor capacidad para recordar información a largo plazo. Estudios han demostrado que el consumo rápido y fragmentado de contenido en TikTok dificulta la profundización cognitiva necesaria para formar recuerdos duraderos.

Además, factores como la ansiedad, el estrés y la multitarea digital, comúnmente asociados con el uso intensivo de redes sociales, contribuyen al deterioro de la memoria. Estos factores interfieren con los procesos cognitivos y afectan la eficiencia en la formación y almacenamiento de recuerdos.

El artículo también discute estrategias de mitigación, incluyendo el consumo consciente de medios y las intervenciones educativas, que pueden ayudar a mejorar la atención y la memoria. Se subraya la importancia de adoptar un enfoque equilibrado hacia el uso de las redes sociales para preservar la salud cognitiva.

Clasificación del trabajo de investigación

Artículo científico empírico

Autores primarios: LOAIZA, Maricielo Yadhira Miranda; Sr. RAYMUNDO SIMON, Yaira Yanela

Presentadores: LOAIZA, Maricielo Yadhira Miranda; Sr. RAYMUNDO SIMON, Yaira Yanela