

TECNOLOGÍA



¿Afectan las Redes Sociales a nuestras decisiones?

MELISSA TREJO / PLANO INFORMATIVO

En la actualidad, existimos en un mundo virtual tanto o más que en el mundo físico, al que no podemos llamarle el "mundo real", pues la forma en que nos relacionamos a través de plataformas digitales, y lo mucho que dependemos de ellas para establecer relaciones laborales, educativas y personales, hace que gran parte de nuestras vidas transcurra en este contexto que no es para nada, irreal. Debido a esto y cada vez más, la manera en que vivimos nuestra existencia digital permea nuestras vidas a un nivel tal, que lo que consumimos, como vestimos, e incluso nuestras relaciones interpersonales está profundamente influenciado por lo que vemos en redes sociales. Esta tendencia es mucho más marcada entre las generaciones más jóvenes y por eso, te compartimos las distintas formas en que pueden incidir en nuestra toma de decisiones:

HÁBITOS DE CONSUMO

Los influencers de las redes sociales afectan la intención de compra de los consumidores y cómo la actitud del consumidor actúa como un mediador en esta relación. Se encontró que los influencers tienen un impacto significativo en la intención de compra de los productos promocionados a través de las redes sociales, ya que al representar un estilo de vida aspiracional, hacen ver este estilo de vida "accesible" a sus seguidores a través de la adquisición de los productos que promueven.



Fuentes: "Somos lo que elegimos" NetQuest, Pepsi / "The Impact of Social Influence on the H. F. & Bulut, Z. A. / "¿Somos conscientes del efecto de las redes sociales en nuestra nutri Hernández Santana. Innovare/ "The Influence of Social Media on Fashion Consumption: A S lationships: A Study of the Impact of Smartphone Use and Social Media on Couples", McDani

MODA

Las nuevas generaciones se preocupan más por la moda y prefieren que sea sostenible, esto, debido a que el acceso a información a través de plataformas digitales les permite conocer el impacto de sus elecciones en el medio ambiente.

La mayoría considera que no es importante seguir las tendencias de belleza o moda.

3 de cada 10 jóvenes entre 16 y 24 años considera importante seguir las tendencias de moda o belleza, así como que la ropa guste a sus amigos.

Seleccionan la ropa que mejor se adapta a su fisionomía o básicos que nos aportan versatilidad, aunque existe una tendencia entre las nuevas generaciones a comprar ropa sostenible y/o promocionada por las influencers.

ALIMENTACIÓN

Todos los seres humanos tenemos una percepción intuitiva hacia la nutrición. De hecho, es posible sentir cómo una dieta "saludable" o "no saludable" puede tener efectos en diferentes aspectos de nuestras vidas. Adicionalmente, **las redes sociales desencadenan una gran cantidad de opiniones y muchas veces logran dar forma a las actitudes de sus usuarios.**

La Organización Mundial de la Salud refiere que una alimentación saludable es una preocupación constante a nivel mundial (OMS, 2018).

Los estilos de vida son influenciados por la difusión de información y la interacción con los usuarios y a partir del uso de redes sociales se ha vuelto más sencillo y directo

Se ha comprobado que cuando los usuarios de redes sociales perciben el consumo de alimentos, se promueve el consumo propio de los mismos, independientemente de si son frutas y verduras o bocadillos hipercalóricos y bebidas procesadas. Este comportamiento sugiere que, efectivamente, **las redes sociales comunican normas sobre los hábitos alimenticios de las personas que las observan**, tanto por su contenido como por lo que las cuentas sugieren en la red social; influyendo directamente en los propios hábitos alimenticios.

ESTABLECER UNA RELACIÓN DE PAREJA

En este sentido, hay factores importantes que pueden influir en la selección de una pareja romántica:

Exposición a diferentes modelos de relación: Las redes sociales pueden exponer a las personas a una amplia gama de relaciones y estilos de vida, lo que puede afectar sus expectativas y preferencias en la elección de pareja.

Validación social: Las redes sociales pueden crear un ambiente en el que las personas buscan la validación y aprobación de los demás. Esto puede llevar a una mayor atención en la elección de una pareja que se ajuste a los estándares y tendencias populares en línea.

Influencia de los influencers: Las personalidades en las redes sociales pueden ejercer una influencia significativa sobre las preferencias y elecciones de las personas, incluyendo sus decisiones en las relaciones sentimentales.

LA LISTA DE ÁREAS DE NUESTRA VIDA QUE PUEDEN SER AFECTADAS POR LAS REDES SOCIALES Y LAS PLATAFORMAS DIGITALES, PODRÍA NO TENER FIN

Como nos lo muestran distintos estudios, mucho de lo que hacemos en el mundo físico está profundamente influenciado por nuestro entorno digital, lo que hace que no seamos tan "dueños de nuestras decisiones" como lo pensábamos.

El uso y consumo de las redes sociales no debe tomarse a la ligera, sobre todo cuando se trata de personas extremadamente joven, pues la cantidad de información a la que estamos expuestos en las plataformas digitales genera en nosotros un gran nivel de influencia que llega a afectar en gran cantidad de aspectos de nuestras vidas, ¿te lo imaginabas?