

# DESENMASCARANDO LAS REDES SOCIALES

¿CONEXIÓN O DESTRUCCIÓN?

## INTRODUCCIÓN

El uso obsesivo de las redes sociales puede ocasionar daños en la salud mental y física. Esto sumado a la vulnerabilidad que tienen los adolescentes por su desarrollo psicológico pueden causar el inicio incluso de enfermedades.



## ENFERMEDADES RELACIONADAS

Las personas adictas presentan bajos niveles de autoestima y relaciones interpersonales inestables, generando un aislamiento, frustración y enfermedades mentales como:

+ FRECUENTES:

- INSOMNIO
- ANSIEDAD
- DEPRESIÓN
- Trastornos de la conducta alimenticia (TCA)
- Trastorno por déficit de atención (TDA)

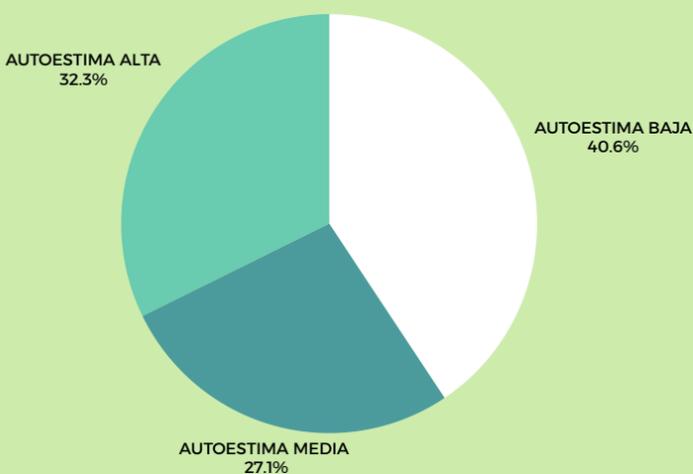
- FRECUENTES

- MAREOS
- SÍNDROME DE LA LLAMADA IMAGINARIA
- NOMOFOBIA\*
- CIBERCONDRIA\*

\***Nomofobia:** consiste en el miedo irracional a no tener el móvil o a estar incomunicado a Internet.

\***Cibercondria:** Se refiere a la ansiedad de una persona por su salud, lo cual le lleva a buscar información médica en Internet constantemente

Según el estudio realizado en el colegio "San Luis de Gonzaga" de la ciudad de Quito en Ecuador con 406 alumnos de edades entre 14-17 años, en 2023.



## AUTOESTIMA

La mayoría de los jóvenes enganchados a las redes sociales tiene una autoestima mayoritariamente baja. La relación entre ambos dice que a mayor uso de redes, menor autoestima.

+7.4%

En el COVID aumentó la tasa de suicidios un 7,4% con respecto a 2019 por le uso de las redes sociales



"Recordaría periódicamente a padres y adolescentes que no se ha demostrado que las redes sociales sean seguras"

"Debería proteger a los jóvenes del acoso, el abuso y la explotación en línea y de la exposición a la violencia extrema y al contenido sexual"



"Scroll infinito, que se aprovechan del cerebro en desarrollo y contribuyen al uso excesivo"



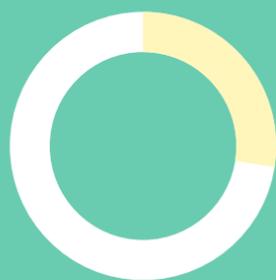
## EEUU propone etiquetas de advertencia como las del tabaco para las redes sociales

El cirujano general de Estados Unidos, Vivek Murthy, aboga por introducir avisos sobre la salud mental en las plataformas

## Escala de autoestima de Rosemberg

Hombres

Mujeres



A mayor puntuación, menor autoestima

## HOMBRES VS MUJERES

Las consecuencias del uso de redes sociales afectan de forma diferente a hombres y mujeres, siendo éstas las más afectadas en lo que respecta a la autoestima.

## BIBLIOGRAFÍA

- Ecurra Mayaute M, Salas Blas E. Versión final del ARS: Cuestionario sobre uso de redes sociales. Anexo 1.
- Redes sociales y conductas suicidas en la infancia y la adolescencia durante la pandemia de COVID-19: una relación difícil de estimar. Rev Psiquiatr Infanto-Juvenil [Internet]. 2022 [citado 17 oct 2024];39(3):14-26. Disponible en: <https://www.aepnya.eu/index.php/revistaepnya/article/view/1053/1074>.
- Serrano JL. EEUU propone etiquetas de advertencia como las del tabaco para las redes sociales. El País [Internet]. 2024 jun 18 [citado 17 oct 2024]. Disponible en: <https://elpais.com/tecnologia/2024-06-18/eeuu-propone-etiquetas-de-advertencia-como-las-del-tabaco-para-las-redes-sociales.html>.
- Herranz-Alonso E. Redes sociales, comunicación y salud mental: una perspectiva crítica. Rev Comun Salud [Internet]. 2023 [citado 17 oct 2024];13(1):12-25. Disponible en: <https://www.revistadecomunicacionysalud.es/index.php/rcys/article/view/301>.

## Realizado por:

Alumnado de Grado de Enfermería (Asignatura Enfermería Psicosocial 2024-2025)

Laura Montero Piñero  
Victoria Mozo Ruíz  
María Mejías Silva

Lidia Marchante Moreno  
Jairo Muñoz Ortiz