

INFLUENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN LOS ADOLESCENTES

Laura Amuedo Morales^(1,3), Elena Miñarro Vivancos^(2,3), Elena Lorenzo Conde^(2,3)

(1. Enfermera Especialista en Salud Mental, 2. Enfermera Interna Residente de Salud Mental, 3. Hospital Universitario Virgen de Valme)

INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas, la evolución y los avances en la tecnología han generado una nueva era, en la que se ha visto modificada la forma en la que la población se comunica e interacciona con los demás. Cualquier persona está sujeta a la influencia de las creencias culturales así como a los mensajes de los medios de comunicación, como son las redes sociales (RRSS), pudiendo correr el riesgo de que esto perjudique en su estado mental basal. En concreto, en la población adolescente se aumentan los riesgos, lo cual puede ser debido a una combinación de factores como son los cambios físicos, cognitivos, sociales y del desarrollo intrínsecos de esta edad.

OBJETIVOS

- Identificar la influencia de las RRSS en la población adolescente.
- Evaluar las posibles consecuencias negativas y positivas derivadas del uso de RRSS.

DESARROLLO

El amplio acceso a RRSS desde edades muy tempranas ha modificado los hábitos relacionales de los jóvenes, dedicando la mayor parte del día a permanecer conectados virtualmente con otros. El aumento del uso de RRSS está siendo observado de forma coincidente con el incremento de problemas de salud mental en adolescentes, por lo que se han relacionado ambos fenómenos. El uso de RRSS no se considera perjudicial para la salud mental per se, pero un uso disfuncional puede exponer a los usuarios a un empeoramiento del bienestar emocional contribuyendo a aparecer algunas secuelas en sujetos vulnerables. La literatura existente se centra en los aspectos negativos, pero también se producen efectos positivos cuando el uso que se ejerce sobre las RRSS es responsable y adecuado.

METODOLOGÍA

Revisión bibliográfica de artículos científicos de interés de las bases de datos Dialnet, Pubmed, Scopus y Web Of Science. La búsqueda estuvo limitada a artículos de los años 2014-2024, en inglés, español y portugués, con los descriptores en Ciencias de Salud: "socialnetworking", "social media", "adolescence" y "mental health".

CONCLUSIONES

El uso de RRSS y su influencia en adolescentes es un fenómeno complejo, que requiere una comprensión profunda con un enfoque multidimensional e intervenciones integrales para abordar las necesidades en salud mental y bienestar de los adolescentes. Por otra parte, las RRSS en la etapa adolescente pueden tener efectos positivos como construir lazos sociales, sentir mayor apoyo y validar su identidad. Sin embargo, también se pueden generar consecuencias negativas, ante las cuales y para que tengan los mínimos efectos posibles en los individuos, se hace necesario adaptar las estrategias de educación, orientación y apoyo, ayudando así a los adolescentes a utilizar las redes sociales de manera segura, responsable, positiva y beneficiosa en su desarrollo.

BIBLIOGRAFÍA



ILUSTRE COLEGIO OFICIAL DE ENFERMERÍA DE SEVILLA