Gac Sanit. 2025;39(S2):265

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

375 - INCIDENCIA DEL USO PROBLEMÁTICO DE LAS REDES SOCIALES EN LA SALUD MENTAL EN LA ADOLESCENCIA

J.V. Trujillo González, A. Padrón-Armas

Universidad de La Laguna; Instituto de Estudios Sociales Avanzados (IESA-CSIC).

Resumen

Antecedentes/Objetivos: Estudios recientes sobre la salud mental en la adolescencia presentan una tendencia preocupante, mostrando resultados sobre el deterioro creciente entre la población más joven, especialmente entre las chicas. Las redes sociales tienen un papel ambivalente: pueden ser fuente de apoyo, pero también un factor de riesgo cuando su uso es excesivo o problemático. Este estudio tiene como objetivo analizar el impacto del uso de redes sociales en tres indicadores de salud mental.

Métodos: Estudio transversal con una muestra de 1.135 adolescentes (14-18 años) de educación secundaria de la provincia de Santa Cruz de Tenerife. Se aplicó un cuestionario autoadministrado bajo supervisión docente y del equipo de investigación. Se emplea tablas de contingencia y modelos GLM Univariante segmentados por sexo. Las variables dependientes utilizadas en los análisis son los indicadores GAD-7 (ansiedad), IMAS (malestar emocional) y la escala de autoconcepto de Rosenberg. Las variables independientes incluyen: tiempo de uso de móvil, uso problemático de RRSS y tipo de contenidos consumidos y publicados.

Resultados: Las chicas muestran una mayor prevalencia en todos los indicadores de salud mental: ansiedad grave (13,6 vs. 6,3%), malestar emocional alto (24,8 vs. 7,7%) y autoconcepto bajo (40,4 vs. 22,1%). Esta diferencia también se observa en niveles medio-altos de GAD-7 e IMAS. Respecto a los hábitos de uso, las chicas reportan mayor consumo diario de móvil, ya que el 54,7% lo usa 5 horas o más al día, frente al 43,5% de los chicos. Los indicadores conductuales de uso problemático, también

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados

muestra una mayor prevalencia en las chicas: 28,2% acumula 4 o 5 de las conductas problemáticas, frente al 9,6% de chicos. Entre estos indicadores, y como predictor robusto, destaca el uso de RRSS como mecanismo de evasión y gestión emocional, donde el 63% de las chicas supera al 44,4% de los chicos. En los modelos GLM univariados, el uso problemático de RRSS es el predictor más estable. La varianza explicada de los indicadores de salud mental, medida con el estadístico R^2-ajustado, se sitúa entre el 15 y el 20%, dependiendo del indicador.

Conclusiones/Recomendaciones: El uso problemático de RRSS y las interacciones respecto a ciertos tipos de contenido (consumo o publicaciones) son predictores consistentes de la salud mental en la adolescencia. El uso problemático es mejor predictor que la frecuencia de uso en horas, pero la interacción entre frecuencia y uso problemático es el predictor más robusto. Los resultados evidencian una prevalencia e impacto más pronunciado del uso problemático de RRSS en la salud mental de las chicas, evidenciando la necesidad de acciones que tengan en cuenta dichas diferencias.

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados