

## [TENDENCIAS]

# La OMS alerta fuerte alza en el uso problemático de redes sociales en niños

Al menos un 11% de los adolescentes europeos es adicto a ellas, con sentimientos de aislamiento al no usarlas.

Agencia EFE

El uso problemático de las redes sociales entre los adolescentes experimentó un "fuerte aumento" en los últimos años, advirtió ayer en un informe la oficina regional europea de la Organización Mundial de la Salud (OMS), con sede en Copenhague.

El porcentaje de jóvenes afectados pasó del 7% en 2018 al 11% en 2022, con una mayor prevalencia en las chicas (13% frente al 9%), según un estudio sobre conducta de salud en niños de edad escolar (11, 13 y 15 años) en 44 países y regiones de Europa, Asia Central y Canadá.

El informe apunta que la brecha de género aumenta con la edad y que el mayor porcentaje se registra en Rumanía (22%), con Holanda con el menor (5%) y España en una posición intermedia (10%).

La OMS-Europa, que agrupa a 52 países (incluidas Rusia y varias repúblicas exsoviéticas), define el uso problemá-

tico como un modelo de comportamiento con síntomas similares a la adicción, como incapacidad para controlar el uso de redes sociales, sufrir aislamiento al no usarlas y consecuencias negativas en la vida diaria y descuidar otras actividades.

Más de un tercio de los adolescentes admiten mantener contacto constante con sus amigos por internet, con la cifra más alta registrada entre niñas de 15 años (44%); y por países, Portugal (52%) y Tayikistán (22%) como los dos polos, con España en una posición intermedia (34%).

### USO DE VIDEOJUEGOS

Alrededor de una tercera parte de los adolescentes admite jugar a diario por internet y uno de cada cinco lo hace al menos cuatro horas.

Mientras el 68% de los adolescentes son considerados videojugadores "no problemáticos", el estudio señala que el 12% están en riesgo de serlo, porcentaje que sube al 16% en los chicos.

"Las diferencias de género en los modelos de juego son



EL REPORTE ADVIERTE RIESGOS AL BIENESTERA SOCIAL Y MENTAL DE LOS ADOLESCENTES.

llamativas. Los chicos no sólo muestran cifras más altas de juego diario, sino que son más proclives a desarrollar hábitos problemáticos. Esto resalta la necesidad de intervenciones que consideren motivaciones de género específicas", señala Claudia Marino, una de las autoras del estudio.

El informe resalta que investigaciones previas han demostrado que quienes usan de forma problemática las redes sociales tienen menor bienestar social y mental, así como mayores niveles de uso de drogas, aparte de dormir menos y acostarse más tarde.

"Aunque el informe resal-

ta los riesgos, también destaca los beneficios del uso responsable de las redes sociales. Los adolescentes que son grandes consumidores pero no problemáticos tienen mayor apoyo entre colegas y más conexiones sociales", apunta el estudio.

### QUÉ HACER

La OMS-Europa recomienda a las autoridades la puesta en marcha de iniciativas como invertir en un entorno escolar que promueva la salud, en programas que incluyan el uso responsable de las redes, seguridad en internet, habilidades para pensar de forma crítica y hábitos de juego salu-

dables.

Asimismo, reforzar los servicios de salud mental, promover el diálogo abierto y formar a los educadores y los proveedores de salud en la alfabetización digital son otras de las recomendaciones dadas por el organismo.

"Está claro que necesitamos acciones inmediatas y sostenidas para ayudar a los adolescentes a revertir la ola de potencial daño en el uso de las redes sociales, que se ha mostrado que conduce a la depresión, el acoso, la ansiedad y un peor desempeño académico", afirmó el director de OMS-Europa, Hans Kluge. 🌱