LOS EFECTOS EN LA SALUD MENTAL DEL USO ABUSIVO DE INTERNET EN LA ADOLESCENCIA

Carla García-Parrado Limiñana, Claudia López Ramírez

Servicio de Salud Mental del Hospital del Mar, INAD, Parc de Salut Mar. Barcelona

XXXIX Congreso Nacional de Enfermería de Salud Mental

Introducción

Conforme avanza la tecnología el uso de internet se intensifica, sobre todo en los adolescentes, quienes pasan muchas horas conectados en la red por estudios u ocio, pudiendo suponer un riesgo si se convirtiera en un uso con patrón abusivo. Así pues, ¿cómo les afecta este uso disfuncional? ¿Ante qué riesgos se enfrentan y qué podemos hacer los profesionales de la salud para prevenirlos?

Objetivos

Describir las consecuencias psicopatológicas del uso intensivo de internet en adolescentes, investigar los factores predisponentes y el abordaje enfermero.

Metodología

Se ha realizado una revisión bibliográfica en la base de datos Pubmed, incluyendo los operadores boleanos AND y OR. Se han utilizado las siguientes palabras clave: “Addiction” “Internet” “Addictive Behavior” “Children Nursing Care” “Social Networks” “Psychosocial Problem” “Risk”.

Se han revisado revistas científicas como Plos One, Elsevier, Scielo, etc. que incluían estudios transversales, de casos y controles y revisiones sistemáticas.

Desarrollo

Según una revisión sistemática exhaustiva (1), queda reflejada la relación entre el uso desmedido de internet y un comportamiento autolesivo/suicida en adolescentes, que también hacen uso de contenido incitatorio a conductas de este tipo. Además, otro ensayo (2) confirmó que el aislamiento provocado por COVID19 intensificó el uso de internet y obtenía consecuencias para la práctica de autolesiones, debido al incremento de la vulnerabilidad al estrés e ideas suicidas.

Además de esto, un estudio transversal (5) concluyó que la adicción a internet podía desarrollar síntomas depresivos, siendo el ejercicio físico un componente recomendable si aparecieran.

Por último, un estudio transversal (6) demostró una relación directamente proporcional entre el uso de internet y el bajo rendimiento académico. La actitud de apoyo, buena relación con padres e implicación en la crianza de estos hacia sus hijos, demostró ser factor protector para el desarrollo de estas conductas según un estudio de casos y controles y una revisión sistemática (3)(4).

Conclusiones

Es importante la relación e implicación paterno-filial desde la infancia para prevenir el desarrollo de patrones de abuso de internet que conllevan a trastornos conductuales y afectivos.

Enfermería debemos realizar psicoeducación como prevención y recomendación de alternativas de ocio a padres e hijos.

Bibliografía

1. Marchant A, Hawton K, Stewart A, Montgomery P, Singaravelu V, Lloyd K, Purdy N, Daine K, John A. A systematic review of the relationship between internet use, self-harm and suicidal behaviour in young people: The good, the bad and the unknown. PLOS ONE [Internet]. 16 de agosto de 2017 [consultado el 29 de enero de 2022];12(8):e0181722. Disponible en: https://doi.org/10.1371/journal.pone.0181722
2. Deslandes SF, Coutinho T. O uso intensivo da internet por crianças e adolescentes no contexto da COVID-19 e os riscos para violências autoinflingidas. Ciência & Saúde Coletiva [Internet]. Junio de 2020 [consultado el 29 de enero de 2022];25(suppl 1):2479-86. Disponible en: https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.11472020
3. Karaer Y, Akdemir D. Parenting styles, perceived social support and emotion regulation in adolescents with internet addiction. Comprehensive Psychiatry [Internet]. Julio de 2019 [consultado el 29 de enero de 2022];92:22-7. Disponible en: https://doi.org/10.1016/j.comppsych.2019.03.003
4. Schneider LA, King DL, Delfabbro PH. Family factors in adolescent problematic Internet gaming: A systematic review. Journal of Behavioral Addictions [Internet]. Septiembre de 2017 [consultado el 29 de enero de 2022];6(3):321-33. Disponible en: https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.035
5. Demenech LM, Domingues MR, Muller RM, Levien VR, Dumith SC. Internet addiction and depressive symptoms: A dose-response effect mediated by levels of physical activity. Trends in Psychiatry and Psychotherapy [Internet]. 2020 [consultado el 29 de enero de 2022]. Disponible en: https://doi.org/10.47626/2237-6089-2021-0279
6. Azizi SM, Soroush A, Khatony A. The relationship between social networking addiction and academic performance in Iranian students of medical sciences: a cross-sectional study. BMC Psychology [Internet]. 3 de mayo de 2019 [consultado el 29 de enero de 2022];7(1). Disponible en: https://doi.org/10.1186/s40359-019-0305-0

INAD Institut de Neuropsiquiatria i Addiccions

Parc de Salut MAR Barcelona