Gac Sanit. 2025;39(S2):323

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

280 - EL EFECTO DE LAS REDES SOCIALES EN EL BIENESTAR DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES: UNA UMBRELLA REVIEW

M. Carrasco-Portiño, P. Daza-Arriagada, F. Espinoza-Inostroza, J. Figueroa-Figueroa, V. Flores-Sáez, B. Fuentes-Dinamarca

Facultad de Medicina, Universidad de Concepción; Grupo de Investigación de Salud Pública, Universidad de Alicante.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: Las redes sociales son una parte trascendental en la vida de las personas, existiendo un uso generalizado de estas. Se ha evidenciado que su uso provoca efectos positivos y negativos en el desarrollo y bienestar de niños, niñas y adolescentes (NNYA). Objetivo: analizar el efecto que tienen las redes sociales en el bienestar de niños, niñas y adolescentes, según la evidencia científica.

Métodos: Se realizó una *umbrella review* que incluye *scoping review* (SR), revisiones sistemáticas (RS) y metaanálisis (MA) publicadas en inglés, español, francés, italiano o portugués, entre 2014-2024, que estudien los efectos del uso/abuso de las redes sociales en el bienestar de NNYA. Bases de datos: Web of science, Scopus, PubMed, Cochrane Library y LILACS. Se utilizaron 6 ecuaciones de búsqueda que incluían 18 términos Mesh y 8 palabras naturales. El cuestionario de recogida de información se validó con un 79% de concordancia entre observadoras. Se evaluó la calidad de las revisiones con la guía PRISMA.

Resultados: Se incluyeron 35 revisiones (21 RS, 7 MA, 7 SR) abarcando a una población aprox. de 7.002.253 de NNYA. Dentro de los tipos de estudios incluidos destacan los transversales (68,6%) y los longitudinales (60%). La red social más estudiada fue Facebook (91,4%). En el análisis de las variables de exposición a redes sociales, se destaca; la adicción a estas (67%), relaciones interpersonales (37%), *cyberbullying* (31%) y abuso de sustancias (8,6%). Con respecto a los resultados

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

negativos sobre el uso de redes, predominaron las alteraciones de la salud mental, violencia sexual, trastornos de la conducta alimentaria, autolesión e ideación suicida. Por otro lado, se reconocen efectos positivos como el de participar en una comunidad en línea que proporciona ayuda continua, apoyo social y emocional, así como para la búsqueda confiable de información sobre salud sexual. El 60% de las revisiones cumplieron > 85% de los criterios PRISMA.

Conclusiones/Recomendaciones: Las redes sociales permiten la socialización y el aprendizaje, sin embargo, su uso desregulado presenta riesgos para el desarrollo de la población, afectando su salud mental y física. Los jóvenes pueden explorar, compartir e intercambiar imágenes e información íntima relevante de forma insegura. Por tanto, debemos buscar estrategias para promover un uso equilibrado y seguro, con una supervisión adulta adecuada y educación digital, con el fin de mitigar el impacto negativo en el bienestar de NNYA.

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