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 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