
Las adolescentes corren riesgo de padecer depresión a causa de las redes sociales

04/01/2019



Las adolescentes tienen el doble de probabilidades que los adolescentes de mostrar síntomas depresivos relacionados con el uso de las redes sociales, según los resultados de un estudio realizado por investigadores británicos.

En el estudio, publicado este viernes en la revista *EClinicalMedicine* y citada por Reuters, sus autores encontraron que de las menores de 14 años que utilizan más las redes sociales, dos quintas partes hacen uso de ellas más de tres horas al día.

La investigación también reveló que un 38% de las que hacen un excesivo uso (más de cinco horas al día) muestran signos de depresión más grave.

Los investigadores determinaron que un 40% de las adolescentes y el 25% de los menores han sufrido acoso 'online' o ciberacoso. Además, el 40% de las niñas informaron tener problemas para conciliar el sueño, en comparación con el 28% de los adolescentes. Tanto la ansiedad como la falta de sueño están vinculadas a la depresión.

Otras de las consecuencias del uso de las redes sociales es que las adolescentes también se han visto más afectadas en lo que se refiere a la imagen corporal y la autoestima, un problema menor en el caso de los niños.

Estos hallazgos son "altamente relevantes" para trazar unas directrices a la hora de utilizar las redes sociales y considerar la posibilidad de restringir el acceso a ellas para los adolescentes, instó Yvone Kelly, profesora del Instituto de Epidemiología y Salud de la University College de Londres (Reino Unido), coautora de la investigación.
