

## Clinical Report. The impact of social media on children, adolescents and families

O'Keeffe GS, Clarke-Pearson K; Council on Communications and Media.

*Pediatrics* 2011, 127 (4): 800-4

La Academia Americana de Pediatría publicó recientemente un informe, que es el que da lugar a estos comentarios. En el mismo, los autores refieren los resultados de las nuevas investigaciones realizadas sobre el tema de las redes sociales y jerarquizan el rol del pediatra en la información y recomendaciones que deberían brindarse a los padres.

Destacan el beneficio de las redes sociales, en cuanto a la comunicación y socialización que las mismas permiten, pero advierten que a través de ellas, los niños pueden conectarse con personas que tienen diferentes tipos de intereses. A su vez refieren que la conexión a estas redes ha sustituido otros espacios en los que pasar el tiempo libre.

En los últimos 5 años, el número de preadolescentes y adolescentes que utilizan estos sitios se ha incrementado dramáticamente. La mayoría de ellos, cuenta con teléfonos celulares y tiene posibilidad de acceso a Facebook. Más de la mitad se conecta una vez al día y una cuarta parte lo hace diez o más veces.

Sin duda alguna, en el desarrollo emocional de esta generación, intervienen internet y los teléfonos celulares.

Las redes sociales los animan a conectarse unos con otros, expresar su creatividad, aprender, informarse sobre diferentes temas, incluidos los referidos a salud y si son portadores de enfermedades crónicas, encontrar otros niños o adolescentes con igual condición y acceder a un apoyo, que tal vez, no tendrían de otra forma.

Sin embargo, el informe advierte que estos sitios, no están exentos de riesgos. Entre estos destaca el "ciberbullying" (deliberado uso de los medios digitales para dar información falsa y hostil acerca de otra persona, sobre todo de los pares), el aislamiento, la adicción a internet, la privación de sueño y el "sexting" (enviar o recibir mensajes de contenido sexual explícito, fotografías o

imágenes a través del teléfono celular, computadora u otros dispositivos digitales).

El "ciberbullying" es una forma común de acoso que puede determinar en quien lo sufre, profundos desórdenes psicosociales, ansiedad, mayor aislamiento llegando al suicidio.

Los autores hacen referencia a lo que denominan "depresión Facebook", como un riesgo potencial de la utilización de las redes sociales, entendiendo como tal los signos clásicos de depresión que presentan los preadolescentes y adolescentes que pasan demasiado tiempo conectados a ellas. Esta situación, favorece que accedan a sitios o blogs de "ayuda", que en realidad promocionan el abuso de sustancias, prácticas de sexo no seguro, conductas de violencia y autodestructivas.

Refiriéndose a los padres, los autores destacan que muchos manejan sin dificultad las redes sociales, pero otros no lo hacen y así como no dejan que sus hijos cocinen o conduzcan un auto sin enseñarles primero, lo mismo deberían hacer con Facebook. Los padres deben saber cómo funcionan estas redes e intentar que sus hijos los tengan como "amigos" en las mismas.

Los pediatras a su vez, jerarquizan los autores, tenemos una posición única en el rol de educadores, conociendo y educando acerca de la complejidad del mundo digital, de los beneficios y los riesgos que puede acarrear su uso inadecuado.

Seremos nosotros, como pediatras, quienes debemos sugerir a los padres, tener debates abiertos con sus hijos sobre el uso de las redes sociales, trabajar en su propio desconocimiento para aprender a utilizarlas, debatir en familia los sitios a ser usados, evaluar la privacidad de los mismos y corroborar que sean adecuados para la edad que tienen sus hijos, restringiendo los que no lo son, enseñándoles la importancia de no mentir sobre la edad real con el único fin de acceder a un sitio que les pueda

interesar, pero que puede no ser adecuado para ellos , en ese momento.

Seremos nosotros también quienes debemos sugerirles ser vigilantes pero no hipervigilantes con el uso de la computadora, jerarquizando la importancia del diálogo padres-hijos y de la confianza que deben depositar en estos.

En algunos casos, será el pediatra quien recomendará a los padres la utilización de lo que se conoce como "nana en línea ", programa de software, que permite la supervisión del uso de internet en ausencia de ellos.

Finalmente, los autores sugieren a los pediatras tener sitios web o blogs, creando recursos para padres e hijos, con links de sitios apropiados para las diferentes edades de los niños.

Los pediatras deberíamos agregar otra pregunta a las que hacemos habitualmente durante la visita de niños en edad escolar y adolescentes ¿tenés Facebook? De esta forma reconocemos la importancia cada vez mayor de los medios de comunicación y las redes sociales en la vida de los mismos, abordando el tema y realizando recomendaciones para optimizar el uso beneficioso de estas.

*Dra. Alicia Fernández*  
*Presidenta de la Sociedad Uruguaya de Pediatría*

---

CON EL INTENTO DE AGILITAR Y MEJORAR LOS TIEMPOS DE PUBLICACIÓN  
DE LOS ARTÍCULOS ORIGINALES Y CASOS CLÍNICOS  
**LOS ÁRBITROS REALIZARÁN HASTA DOS CORRECCIONES Y EL PLAZO DE ENTREGA A  
LOS AUTORES Y SU DEVOLUCIÓN SERÁ DE CUATRO MESES COMO MÁXIMO**

---