

Asociación entre exposición a redes sociales y salud mental en jóvenes chilenos durante 2018-2019

Gómez Valdés M^a, Sandaña Samur C^b, Vidal Gamboa C^c, Hoffmeister Arce L^c

^a Escuela de Salud Pública, Facultad de Ciencias, Universidad Mayor (Temuco), Chile

^b Superintendencia de Seguridad Social, Chile

^c Instituto de Salud Pública, Universidad Andrés Bello, Chile

Introducción

Más del 80% de la población chilena tiene acceso a redes sociales y los jóvenes utilizan en promedio 6,4 horas al día Internet (INJUV, 2019)(1). Esto repercute en el comportamiento de los individuos y su desarrollo biopsicosocial, sobre todo en adolescentes, discutiéndose si el uso de redes puede generar un tipo de adicción y/o si influyen positivamente en su bienestar o tratamiento (2). Es transversal conocer los factores que influyen en la salud mental de los jóvenes. El objetivo principal de esta investigación fue analizar la relación entre exposición a redes sociales y salud mental en jóvenes chilenos entre 15 y 29 años durante 2018 -2019

Metodología

Estudio observacional, transversal y analítico basado en la 9° Encuesta Nacional de Juventud (9.700 casos entre 15 y 29 años). Se analizaron variables de exposición a Internet, Facebook, Instagram, YouTube, auto reportes de bienestar emocional, trastornos mentales y hábitos. Se estudió la asociación a través de test de chi2 (significancia de 5%) y análisis de correspondencia múltiple.

Resultados

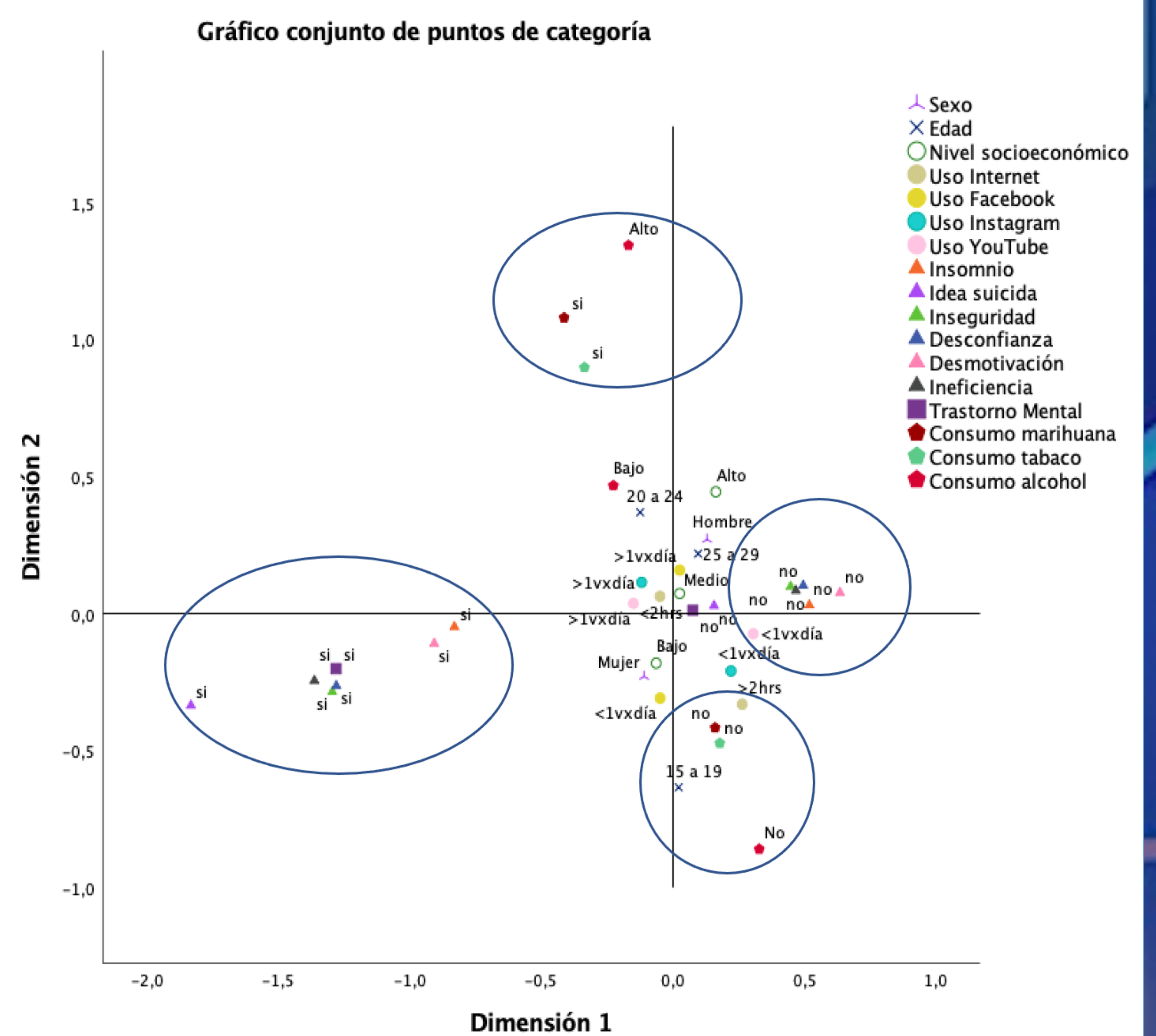
Las mujeres usan con mayor frecuencia Facebook e Instagram y los hombres YouTube e internet. Las mujeres reportan mayor prevalencia de insomnio (41,7%), desconfianza (31%), inseguridad (28,2%), ineficiencia para superar problemas (28,2%) e ideación suicida (9%).

Tabla 1. Bienestar emocional según uso de RRSS e internet en jóvenes. Chile, 2018-2019

	Facebook		Instagram	
	< 1 vez/día % (IC95%)	≥ 1 vez/día % (IC95%)	< 1 vez/día % (IC95%)	≥ 1 vez/día % (IC95%)
Insomnio	40,5 (38,0-43,1)	36,9 (35,2-38,7) *	35,0 (32,9-37,6)	40,0 (38,2-41,9) *
Desmotivación	43,0 (40,5-45,6)	38,6 (36,9-40,4) *	34,5 (32,2-36,9)	46,3 (41,8-45,5) *
Inseguridad	26,5 (24,2-28,8)	23,4 (21,9-24,9) *	21,3 (19,2-23,5)	26,3 (24,7-28,0) *
Ineficiencia	25,9 (23,8-28,2)	23,6 (22,1-25,1)	21,3 (19,3-23,6)	26,3 (24,8-27,9) *
Desconfianza	29,1 (27,0-31,4)	25,4 (23,8-27,0) *	21,0 (19,1-23,0)	30,1 (28,4-31,8) *
Ideación suicida	7,5 (6,4-8,7)	7,3 (6,4-8,3)	6,5 (5,5-7,8)	7,9 (7,0-8,9)
Satisfacción	96,0 (95,0-96,8)	95,3 (94,3-96,2)	95,0 (93,9-95,9)	96,0 (95,0-96,8)
Felicidad	97,7 (96,9-98,3)	97,8 (97,2-98,2)	97,4 (96,6-98,0)	98,0 (97,4-98,4)

	YouTube		Internet	
	< 1 vez/día % (IC95%)	≥ 1 vez/día % (IC95%)	< 2 hrs/día % (IC95%)	≥ 2 hrs/día % (IC95%)
Insomnio	31,5 (29,4-33,8)	41,8 (40,0-43,7) *	32,0 (28,8-35,5)	39,9 (38,3-41,6) *
Desmotivación	30,6 (28,5-32,8)	45,3 (43,5-47,2) *	32,1 (28,9-35,5)	42,0 (40,3-43,6) *
Inseguridad	17,7 (16,0-19,6)	28,1 (26,4-29,8) *	20,5 (17,8-23,5)	25,3 (23,9-26,8) *
Ineficiencia	17,1 (15,4-18,9)	28,3 (26,6-30,0) *	19,8 (17,2-22,8)	25,4 (24,0-26,9) *
Desconfianza	17,7 (16,0-19,5)	31,6 (29,9-33,4) *	20,7 (18,0-23,8)	28,0 (26,6-29,5) *
Ideación suicida	5,0 (4,0-6,2)	8,7 (7,7-9,7) *	6,8 (5,2-8,8)	7,4 (6,6-8,3)
Satisfacción	96,8 (95,8-97,5)	95,0 (93,9-95,8) *	95,4 (93,7-96,7)	95,7 (94,8-96,4)
Felicidad	98,0 (97,1-98,6)	97,6 (97,1-98,1)	98,1 (97,0-98,8)	97,8 (97,2-98,2)

Figura 1. Análisis de correspondencia múltiple para factores sociodemográficos, de bienestar emocional, hábitos y uso de RRSS



Conclusión

A mayor uso de Instagram, YouTube e internet disminuye el bienestar emocional en jóvenes. Se evidencia un perfil de mujeres con problemas de bienestar emocional y trastornos de salud mental, de bajo nivel socioeconómico, mientras que los hombres (20 y 29 años) tienden a consumir sustancias, tener nivel socioeconómico más alto y sin alteraciones de bienestar. Es necesario implementar estrategia nacional que mida el eventual uso problemático de redes e internet en Chile.

Referencias

1- Instituto Nacional de la Juventud. Novena Encuesta Nacional de la Juventud 2018 [Internet]. Chile: Área de Estudios Departamento de Planificación y Estudios Instituto Nacional de la Juventud; Dic 2019 [Consultado 5 agosto 2020]. Disponible en: Resultados ENCUESTA INJUV. 9° Encuesta Nacional de Juventud_2018.pdf.

2- Marino C, Gini G, Vieno A, Spada MM. The associations between problematic Facebook use, psychological distress and well-being among adolescents and young adults: A systematic review and meta-analysis. J Affect Disord. 2018 Jan 15;226:274-281. doi: 10.1016/j.jad.2017.10.007.