



## Uso de Internet en Adolescentes: Riesgos, Consecuencias y Vínculos con el Consumo de Sustancias y el Juego



**Dr. Nicolás Poliansky**

Psicólogo. Investigador.  
Capacitador Global en Prevención y  
Tratamiento de Reducción de la Demanda  
de Drogas (UNODC-ISSUP-CICAD).



**Dra. María Eugenia Fernández**

Prof. Adjunto. Departamento de Psicología,  
Universidad Católica del Uruguay.  
Dra. En Psicología y Ciencias de la  
Educación. Investigador.



**Dr Roberto Canay Mg. Ph.D.**

Moderador.  
Doctor en Psicología.  
Director del ITTC Argentina.



**Martes, 29 de octubre de 2024**



**12:00 PM Hora de Argentina**



<https://attendee.gotowebinar.com/register/4214012896270978652>

# Contexto

Departamento de Psicología

Línea de Investigación en  
Psicopatología y Bienestar  
Psicológico

- Aumento del uso de internet y redes sociales en adolescentes a nivel mundial.
  - Creciente preocupación por los efectos del uso excesivo y problemático en la salud mental y conductual de los adolescentes.
  - Relación con el consumo de sustancias como un fenómeno emergente en la región de LATAM.
-

## Uso Problemático de Internet y Redes Sociales

- Uso problemático de internet: cuando el uso de internet interfiere con las actividades diarias, relaciones sociales, y bienestar mental.
- Uso compulsivo de plataformas como Instagram, Facebook, TikTok, y otras.
- Diferencia entre uso recreativo y uso problemático.
- Factores psicológicos de riesgo involucrados en uso problemático de internet: refuerzos inmediatos, dopamina, ansiedad social.

# Factores de Riesgo

## Individuales

- **Rasgos de Personalidad:** adolescentes con altos niveles de impulsividad, baja autoestima, o necesidad de validación externa tienen mayor riesgo.
- **Antecedentes de Salud Mental:** ansiedad, depresión o trastornos del estado de ánimo son más propensos al UPI.

## Contexto (Familiares y sociales)

- Altas prevalencia de ansiedad y depresión en adolescentes de la región contribuye al uso problemático de internet.
- Factores familiares: falta de supervisión parental, conflictos familiares o baja comunicación con los padres.
- Entorno social: la presión de pares y el uso socialmente incentivado de redes contribuyen a la adicción.

# Relación entre Uso Problemático de Internet y Consumo de Sustancias

- **Relación bidireccional:** adolescentes con un uso problemático de internet tienen más probabilidades de consumir sustancias, y viceversa.
- **Mecanismos compartidos:** ambos activan los circuitos de recompensa en el cerebro, asociados con la búsqueda de sensaciones y la evasión de la realidad.

# Consecuencias Psicológicas del Uso Problemático de Internet

- **Problemas de salud mental:** síntomas de ansiedad y depresión, trastornos del sueño, aislamiento social.
- **Problemas de autoestima:** los adolescentes que pasan mucho tiempo en redes sociales suelen compararse negativamente con otros.

## Consecuencias Académicas y Sociales:

- Mayor susceptibilidad a la presión social y el bullying virtual.
- **Desempeño académico:** baja concentración, reducción del rendimiento escolar y aumento de las tasas de abandono.
- **Relaciones sociales:** deterioro de las relaciones interpersonales cara a cara, aumento del aislamiento social y dependencia emocional de las redes.

## Otras Conductas de Riesgo Asociadas

- Conductas sexuales de riesgo: los adolescentes con uso problemático de internet son más propensos a involucrarse en conductas sexuales de riesgo.
- Uso de internet para el acceso a sustancias: plataformas en línea se utilizan para adquirir drogas, facilitando el acceso en adolescentes.

## Desafíos: Investigación y Regulación

- **LATAM:** más estudios de investigación sobre el uso problemático de internet en adolescentes y su relación con el consumo de sustancias.
- **Uruguay:** necesidad de mejorar la regulación de las plataformas digitales y el acceso de menores a contenido riesgoso.
- **Desafíos regulatorios:** el acceso generalizado a plataformas sin suficientes barreras para adolescentes.

## Proyecto Global Kids Online

- Busca generar evidencia comparada sobre el uso de internet por parte de niñas, niños y adolescentes en el mundo, para fomentar sus derechos en la era digital.
- Impulsado por el Centro de Investigación Innocenti de Unicef, London School of Economics and Political Science y la Red Europea de Kids Online
- 2017 primer estudio nacional sobre niñas, niños y adolescentes en el entorno digital uruguayo, sirvió de insumo para la mejora de las políticas públicas en la temática.

Kids Online  
2022  
Uruguay  
UNICEF

- Estudio:
- Estudiantes de entre tercer año de educación primaria y sexto año de educación media en centros de educación formal urbanos de todo el país, lo que equivale al 96% de los nna entre 9 y 17 años.
- Se aplicó una encuesta presencial y auto-administrada mediante dispositivos digitales en los centros educativos.
- Dos encuestas complementarias, una para referentes y otra para docentes.
- 8 grupos focales con adolescentes y referentes.

# Grupos focales

Kids Online

2022

Uruguay

UNICEF

- Los grupos focales con padres y madres (o adultos referentes), se realizaron para comprender las estrategias de mediación que despliegan en el acompañamiento y supervisión del acceso y uso de Internet por parte de los menores.
- Se indagó en sus percepciones y conocimiento sobre el acceso y el uso de Internet de sus hijos e hijas adolescentes, así como en sus estrategias de mediación del uso de Internet (y las creencias que las sustentan), foco en las potenciales diferencias según género y lugar de residencia.

Kids Online  
2022  
Uruguay  
UNICEF

- La mitad de las y los adolescentes sostuvieron haber tenido algún problema en el sueño o la alimentación, en sus vínculos o en el estudio a raíz del tiempo que pasan en Internet.
- Problemas por el tiempo que pasan en Internet:
  - 26% Dejó de comer o dormir
  - 29% Tuvo problemas con mi familia o amigos
  - 29% Bajaron rendimiento escolar

Los riesgos asociados a las redes pueden tener distintos tipos de atributos asociados a:

- La agresividad
- La sexualidad
- Los valores
- La privacidad y los datos personales
- Los riesgos físicos y psicológicos
- Diversas formas de discriminación

## Conductas de riesgo asociadas a las redes:

- El maltrato en línea proviene de 45% amigos 29% compañeros 26% desconocidos de su edad 15% desconocidos más grandes
- 1 de cada 4 ha recibido mensajes con contenido sexual
- 1 de cada 10 ha enviado mensajes con contenido sexual

# Kids Online 2022 Uruguay UNICEF

- **Juegos online y género:**
- Las chicas que juegan en línea manifiestan que son discriminadas por su género.
- Los adolescentes perciben que el entorno digital es más agresivo y violento con las adolescentes mujeres que con los varones.
- Uno de cada tres nna declara haber sufrido algún episodio negativo en Internet durante el último año.
- Porcentajes son mayores entre las mujeres y entre quienes no se identifican como varones o mujeres.

Gracias!

Contacto:

- Universidad Católica del Uruguay-Departamento de Psicología
- Dra. Ma. Eugenia Fernández  
[meugenia.fernandez@ucu.edu.uy](mailto:meugenia.fernandez@ucu.edu.uy)