

## La adicción a internet podría ser una señal de advertencia de otros problemas de salud mental,

*La dependencia excesiva de internet podría vincularse con la depresión, la ansiedad y la impulsividad, informan unos investigadores*



La adicción a internet podría ser una señal de otros problemas de salud mental en los estudiantes universitarios, según un estudio reciente.

*Los investigadores canadienses dicen que sus hallazgos podrían afectar a la forma en que los psiquiatras abordan a las personas que pasan una cantidad significativa de tiempo en línea.*

Ver Video pedagógico

### El peligro de las redes sociales

<https://youtu.be/51S22rpJHT4>

<https://www.youtube.com/watch?v=51S22rpJHT4>

### ¿SEXTING?

Piénsalo: se produce sextorsión si la imagen cae en manos de chantajistas

<https://www.youtube.com/watch?v=dtzk41Eo9gc>

**“PENSAR ANTES DE SEXTEAR. 10 razones para no realizar sexting”** tiene como principal misión la sensibilización sobre los potenciales riesgos derivados de la práctica del sexting así como fomentar el respeto a la intimidad y vida privada de otras personas. El sexting es una práctica de riesgo que puede provocarte problemas:

- Daños al honor y a la propia imagen
- Pérdida de intimidad y privacidad
- Sextorsión: personas que te chantajejan por esas imágenes
- Ciberbullying: personas que te acosan, insultan y molestan
- Implicación en delitos de pornografía infantil si eres menor de edad

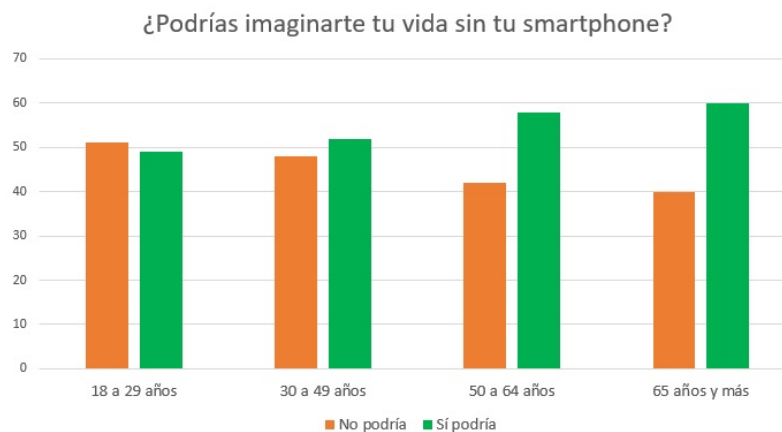
**Por eso, si alguien te quiere bien, ¿crees que puede pedirte que hagas SEXTING?**

**Por eso, si tú te quieres bien, ¿crees que deberías exponerte a los riesgos del SEXTING?**

**En el estudio, los investigadores evaluaron el uso de internet de 254 estudiantes de primer año de la Universidad de McMaster, en Ontario. Los investigadores usaron una herramienta llamada prueba de adicción a internet (Internet Addiction Test, IAT), desarrollada en 1998, además de su propia escala basada en criterios más recientes.**

"El uso de internet ha cambiado de forma radical en los últimos 18 años, debido a que un número mayor de gente trabaja en línea, la transmisión de medios de comunicación, los medios sociales, etc.

**Nos preocupaba que el cuestionario IAT quizá no estuviera detectando un uso problemático moderno de internet, o dando falsos positivos en personas que simplemente usan internet en lugar de depender en exceso del mismo", dijo el investigador principal, el Dr. Michael Van Ameringen, profesor de psiquiatría y neurociencia conductual de la McMaster.**



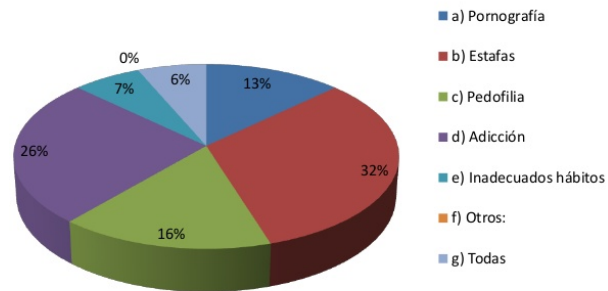
**Con la nueva herramienta de detección, 33 estudiantes cumplieron los criterios de adicción a internet, y 107 los de uso problemático de internet.**

**El equipo de Van Ameringen también evaluó la salud mental de los estudiantes, incluyendo las señales de impulsividad, depresión, ansiedad y estrés.**

**La mayoría de los adictos a internet tenían problemas para controlar su uso de los sitios de transmisión de videos y de redes sociales, además de las herramientas de mensajería instantánea, hallaron los investigadores.**

**Tenían más problemas con la gestión de sus rutinas diarias, y unas tasas más altas de depresión, ansiedad, impulsividad e inatención. También tenían problemas con la planificación y la gestión del tiempo, encontraron los investigadores.**

PRINCIPAL RIESGO DEL USO DEL INTERNET PERCIBIDO POR LOS ALUMNOS DE 2DO DE SECUNDARIA



El Dr. Jan Buitelaar es profesor de psiquiatría del Centro Médico Mijmegen de la Universidad de Radboud, en los Países Bajos. Buitelaar comentó que **"un uso excesivo de internet es un fenómeno poco estudiado que podría encubrir una psicopatología leve o grave; el uso excesivo de internet podría vincularse firmemente con la conducta compulsiva y la adicción"**.

*El estudio se presentó el domingo en la reunión anual del Colegio Europeo de Neuropsicofarmacología (European College of Neuropsychopharmacology, ECNP) en Viena, Austria. Las investigaciones presentadas en reuniones se deben considerar preliminares hasta que se publiquen en una revista revisada por profesionales.*

La nueva investigación sólo encontró una asociación entre el uso de internet y la salud mental. Van Ameringen dijo que se necesita un estudio más grande para saber si esos problemas de salud mental son una causa o un resultado del uso excesivo de internet.

**"Esto podría tener implicaciones médicas prácticas. Si se intenta tratar a alguien por una adicción cuando en realidad está ansioso o deprimido, se podría elegir el camino equivocado. Debemos comprender esto mejor, así que necesitamos una muestra más grande de una población más amplia y variada"**, comentó Van Ameringen en un comunicado de prensa del ECNP.

FUENTE:

European College of Neuropsychopharmacology, news release, Sept. 19, 2016

[https://medlineplus.gov/spanish/news/fullstory\\_161055.html](https://medlineplus.gov/spanish/news/fullstory_161055.html)