



## Likes, psiquiatras y antidisturbios

Iván Carabaño Aguado

Sección de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Infantil. Hospital Universitario 12 de Octubre.  
Madrid. España.

Publicado en Internet:  
20-diciembre-2021

Iván Carabaño Aguado:  
[carabano1975@hotmail.com](mailto:carabano1975@hotmail.com)

Quizá no lo queremos ver, pero tenemos un problema. Lo tenemos como pediatras, como padres y como miembros de una sociedad civil seriamente dañada. ¿Cuál es el problema? Una parte de nuestros adolescentes necesita recurrir demasiado a tres cosas: *likes*, psiquiatras y antidisturbios.

Empecemos por los *likes*. Pocos objetos han dejado una impronta tan poderosa en nuestras vidas como el *smartphone*. Gracias a él, podemos sacar un billete de avión, leer el periódico, consultar una revista científica o transportar el pasaporte COVID a nuestro destino vacacional. Su utilidad es incuestionable, al igual que son indudables sus peligros. En especial, entre los adolescentes.

Casi el 70% de los niños españoles de edad comprendida entre los 10 y los 15 años tienen su primer teléfono<sup>1</sup>. Eso incluye que, a partir de dicha edad, comenzarán a frecuentar las redes sociales, las cuales conocen sobradamente a través de sus padres. La normativa estatal establece la edad de apertura libre de perfiles, sin necesidad de autorización de sus progenitores, en los 14 años (antes, incluso, en Twitter y YouTube). Previo a ese dintel de edad también se pueden abrir un perfil, siempre y cuando medie el advenimiento paternal<sup>2</sup>.

Yo no quiero demonizar, ni mucho menos, las redes sociales. Sería hipócrita por mi parte, pues soy activo en varias de ellas, y defiendo su utilización, al menos en determinados contextos. Twitter, por ejemplo, jugó un papel importante en la transmisión de informaciones “útiles”, especialmente durante las primeras oleadas de la pandemia, donde hubo un intercambio de información científica intenso e interesante<sup>3</sup>. Más allá de su utilidad documental, en el caso de los adolescentes, la sensación de estar interconectados durante fases de aislamiento sirvió como atenuante parcial de los sentimientos de soledad.

Pero no todo son luces en este complejo mundo cibernético, donde a partes iguales conviven realidad y ficción, mentiras y verdades. Los adolescentes buscan allí su reafirmación personal, su cuota de popularidad y la aceptación de su físico. Porque esas son las expectativas de la mayor parte de las publicaciones adolescentes: que lo que se diga, o se muestre, sea aceptado y guste. Cuanto más guste, mejor. Cuantos más *likes*, mejor. ¿Qué ocurre a ese respecto? Un informe interno, aireado por una exdirectiva de Facebook, expuso que “Instagram hacía que las adolescentes con mala percepción de su propia imagen se sintieran peor”. Por otro lado,

Cómo citar este artículo: Carabaño Aguado I. Likes, psiquiatras y antidisturbios. Rev Pediatr Aten Primaria. 2021;23:347-9.

se decía allí que “las adolescentes culpan a Instagram de los aumentos en la tasa de ansiedad y depresión”<sup>4</sup>. Me permito añadir a estas dos patologías, el grupo heterogéneo de los trastornos de la conducta alimentaria. Mi papel como pediatra no es señalar con un dedo acusador a esta red social (ni a otras, como TikTok), pero sí al menos instar a una investigación rigurosa sobre este hecho. Pues es mandatorio comprender las razones exactas del crecimiento de la demanda de los servicios de salud mental infantojuvenil, más allá de la obviedad de que el confinamiento supuso un estrés adicional a un colectivo predispuesto a los problemas emocionales.

El contexto estresante de la pandemia ha agravado los problemas de salud mental de nuestra población infantojuvenil, pero el problema ya venía de antes. Dos de cada diez adolescentes españoles de entre 10 y 19 años padecían problemas de salud mental en 2019 (sobre todo ansiedad y depresión), el porcentaje más elevado de los 33 países europeos analizados por Unicef en su informe *Estado Mundial de la infancia 2021*. De ellos, las mujeres son las que presentan estas enfermedades en mayor proporción. Problemas sociofamiliares como la inestabilidad laboral, el alto índice de paro, la falta de perspectiva de futuro, el horizonte de la emigración para conseguir un desarrollo profesional, pueden ser alguno de los factores que subyacen a esta pandemia indirecta, además de la ya expuesta frustración derivada de un mal uso de las redes sociales<sup>5</sup>.

La violencia juvenil también está en auge. Uno no puede leer los diarios de septiembre y octubre de 2021 sin estremecerse. Y no caigo gratuitamente en lo apocalíptico. Igual que existen diferencias ideológicas en función de cada comunidad autónoma, a los españoles nos han unido la brutalidad de unos disturbios juveniles inéditos hasta el momento en el marco de los botellones y las fiestas callejeras improvisadas. En Madrid, en Bilbao, en Murcia, en San Sebastián, en Zaragoza y en un interminable etcétera se han acumulado apuñalamientos, detenciones, agresiones sexuales, robos y altercados policiales como nunca antes se había

visto. El elemento diferenciador ahora es que, estas reuniones multitudinarias no responden ni siquiera a la presencia policial disuasoria. Necesitan del concurso de los antidisturbios, y muchas veces sus cargas ni siquiera consiguen otra cosa que iniciar batallas campales que se saldan con imágenes que deberían avergonzarnos a todos<sup>6</sup>. Y es que vivimos una crisis de autoridad, que se extiende desde los padres a los profesores; que se prolonga hacia una clase política desgastada y tahúr, que ha perdido el respeto de la ciudadanía; desde los intelectuales, cuya voz ha pasado a formar parte del arcón del olvido; hasta las fuerzas del orden, que ahora son poco menos que objetos de burla para los adolescentes que se suben a sus furgones. De esta crisis de autoridad, por cierto, no nos libramos los sanitarios. Y eso que tenemos reciente la pequeña gloria de los aplausos de los balcones.

¿Qué podemos hacer ante este panorama complejo? En primer lugar, ser conscientes de que existe: no negarlo, no mirar para otro lado, no refugiarnos en el *smartphone*, que es nuestro agujero de avertruz donde esconder la cabeza. En segundo lugar, y quizá lo más importante: buscar salidas al problema. Se me ocurre una: reconocer y recompensar a los muchos adolescentes (en realidad, la *mayoría invisible*) que a buen seguro van a inventar un mundo mejor. Empoderando el buen hacer se consiguen muchas cosas. Igual que en los itinerarios formativos se va a ofrecer la gracia de no tener que repetir curso, puede ser beneficioso motivar al brillante, al comprometido, al trabajador, al que se lo merece.

Pero no solo nos podemos quedar ahí. Hemos de solicitar el amparo de la clase política, y no solo para robustecer la Salud Mental, un imperativo tan obvio que casi avergüenza recordarlo; sino para que nuestros jóvenes sean capaces de ver en nuestro país un horizonte próspero, y no un Estado cortoplacista, desprovisto de referentes morales, y que colapsa calamitosamente si el turismo, la hostelería y la construcción zozobran. Ya no como eslogan, sino como imperativo: tenemos que salir mejores de esta. No podemos dejar a toda una generación navegando sin rumbo.

## BIBLIOGRAFÍA

---

1. Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de información y comunicación en los hogares, año 2019. En: Instituto Nacional de Estadística [en línea] [consultado el 17/12/2021]. Disponible en [www.ine.es/prensa/tich\\_2019.pdf](http://www.ine.es/prensa/tich_2019.pdf)
2. Fernández de Marcos LD. Menores en internet y redes sociales: derecho aplicable y deberes de los padres y centros educativos. En: Agencia Española de Protección de Datos [en línea] [consultado el 17/12/2021]. Disponible en [www.aepd.es/sites/default/files/2019-10/menores-en-internet.pdf](http://www.aepd.es/sites/default/files/2019-10/menores-en-internet.pdf)
3. Juste M. La pandemia dispara el uso de las redes sociales, un 27% más que hace un año. En: Expansión [en línea] [consultado el 17/12/2021]. Disponible en [www.expansion.com/economia-digital/innovacion/2021/02/10/6022c89de5fdea59448b459b.html](http://www.expansion.com/economia-digital/innovacion/2021/02/10/6022c89de5fdea59448b459b.html)
4. Facebook knows Instagram is toxic for teen girls. Company documents show. En: The Wall Street Journal [en línea] [consultado el 17/12/2021]. Disponible en [www.wsj.com/articles/facebook-knows-instagram-is-toxic-for-teen-girls-company-documents-show-11631620739](http://www.wsj.com/articles/facebook-knows-instagram-is-toxic-for-teen-girls-company-documents-show-11631620739)
5. En mi mente: promover, proteger y cuidar la salud mental de la infancia. En: Unicef [en línea] [consultado el 17/12/2021]. Disponible en [www.unicef.es/publicacion/estado-mundial-infancia-salud-mental](http://www.unicef.es/publicacion/estado-mundial-infancia-salud-mental)
6. Peiró P. 55 detenciones, un apuñalamiento y una denuncia por agresión sexual en los botellones de madrugada de Madrid. En: El País [en línea] [consultado el 17/12/2021]. Disponible en <https://elpais.com/espana/madrid/2021-10-10/55-detenciones-un-apuñalamiento-y-dos-denuncias-de-agresion-sexual-en-los-botellones-de-madrugada-en-madrid.html>