



Red Científica Iberoamericana

La Red Científica Iberoamericana (RedCIbe) difunde los avances médicos y de la salud de América Latina, España y Portugal que contribuyen al progreso de las ciencias médicas de la región.

La RedCIbe, como parte integrante del programa Actualización Científica sin Exclusiones (ACISE), publica en esta sección de Salud(i)Ciencia entrevistas, artículos e informes territoriales o especializados de calificados profesionales comprometidos con la salud de Iberoamérica.

Uso de redes sociales, ansiedad, depresión e indicadores de adiposidad corporal en adolescentes

Use of social networks, anxiety, depression and indicators of body fat in adolescents

Camilo Urra Albornoz

Profesor de Educación Física, Departamento de Ciencias de la Actividad Física, Universidad Católica del Maule, Talca, Chile

Ruben Vidal Espinoza, Profesor de Educación Especial, Universidad Católica Silva-Henríquez, Santiago, Chile

Rossana Gómez Campos, Doctora en Educación Física; Departamento de Diversidad e Inclusividad Educativa, Universidad Católica del Maule, Talca, Chile

Jaime Riveros, Profesor, Departamento de Ciencias de la Actividad Física, Universidad Católica del Maule, Talca, Chile

Oswaldo Opazo, Profesor, Departamento de Ciencias de la Actividad Física, Universidad Católica del Maule, Talca, Chile

Margot Rivera Portugal, Nutricionista, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Arequipa, Perú

Luis Urzua Alul, Kinesiólogo, Escuela de Kinesiología, Facultad de Salud, Universidad Santo Tomás, Chile

Marco Cossio Bolaños, Doctor en Ciencias del Deporte, Departamento de Ciencias de la Actividad Física, Universidad Católica del Maule, Talca, Chile

Jorge Méndez Cornejo, Doctor en Ciencias de la Actividad Física, Departamento de Ciencias de la Actividad Física, Universidad Católica del Maule, Talca, Chile

Acceda a este artículo en siicsalud



Especialidades médicas relacionadas, producción bibliográfica y referencias profesionales de los autores.



www.dx.doi.org/10.21840/siic/158538



El uso de las redes sociales es un fenómeno relativamente reciente, complejo y adictivo. Se considera como principal medio de comunicación actual en niños, jóvenes y adultos en todo el mundo. Las redes sociales, como Facebook, MySpace, Bebo o Tuenti, permiten a sus usuarios desarrollar espacios compartidos, en los que interactúan con amigos que mantienen dentro y fuera de la red.¹

Durante la última década, las redes sociales en línea han causado cambios profundos en la forma en que las personas se comunican e interactúan.² Actualmente son cada vez más los usuarios que participan en las redes sociales para interactuar con otras personas. Por ejemplo, Facebook es considerado como el sitio web de redes sociales más grande; hoy tiene más de mil millones de usuarios activos y se estima que, en el futuro, este número

ro aumentará significativamente, especialmente en países en desarrollo.²

De hecho, Internet y las redes sociales ofrecen una multitud de posibilidades a los seres humanos, pero también presenta algunos riesgos relacionados con la privacidad y la adicción entre los usuarios más jóvenes.³ En ese sentido, los adolescentes y los jóvenes se encuentran entre los usuarios que más utilizan las redes sociales y pasan gran parte de su vida diaria interactuando con otros usuarios por medio de Internet⁴ y, por ende, invirtiendo tiempo en el uso de redes sociales con diversos objetivos y fines.

En consecuencia, el desarrollo de las redes sociales, así como el tiempo que los niños y adolescentes pasan frente a las pantallas de las computadoras y celulares ha aumentado significativamente en todo el mundo,² por lo que recientemente en Chile se han implementado estrategias tendientes a lograr acceso a Internet para todo el país, con el objeto de disminuir la brecha tecnológica que existe entre las diferentes regiones del país,⁵ sin embargo, no se están tomando en consideración los aspectos negativos del excesivo uso de Internet y las redes sociales, por lo que esta temática es de sumo interés para los profesionales de la salud y la educación.

La adolescencia es una etapa de transición entre la niñez y la adultez, con cambios madurativos de orden fisiológico, cognitivo, afectivo y psicosocial, factores que la predisponen a la aparición de problemáticas de carácter psicopatológico⁶ y de salud en general. Por ello, esta eta-

pa se convierte en un período de elevada vulnerabilidad para el surgimiento de ansiedad y depresión,^{7,8} la búsqueda de la identidad personal⁹ y la adquisición de múltiples comportamientos y estilos de vida.

Por lo tanto, es común que los jóvenes duerman cerca de sus teléfonos,⁹ reflejen trastornos de ansiedad y depresión,⁷ y presenten consecuencias adversas en el desarrollo durante la adolescencia, entre las que se incluye bajo nivel educativo, abandono escolar, relaciones sociales deterioradas y mayor riesgo de abuso de sustancias, problemas de salud mental y suicidio;^{10,11} además, sumado a ello, se agrega que es un factor de riesgo significativo para trastornos cardiovasculares,¹² sobrepeso y obesidad.

Desde esa perspectiva, en una sociedad donde prevalece el sedentarismo y debido al actual estilo de vida que experimentan los adolescentes, basado en el uso desmesurado de medios electrónicos, así como la presencia de dietas deficientes y la falta de actividad física,^{13,14} es posible que el uso de redes sociales juegue un papel determinante para el incremento de la adiposidad corporal y la presencia de elevados niveles de ansiedad y estrés.

Por lo tanto, se diseñó un estudio transversal cuyo objetivo fue determinar la relación entre el uso de redes sociales y la presencia de ansiedad, depresión e indicadores de adiposidad corporal en adolescentes de ambos sexos.

Se diseñó un estudio descriptivo transversal en 148 adolescentes (70 varones y 78 mujeres) de un colegio municipal de la ciudad de Talca (Chile). La selección de la muestra fue no probabilística (accidental). El rango de edad oscila desde los 14 hasta los 17.9 años.

Se incluyeron en el estudio a los adolescentes que se encontraban en el rango de edad establecido y a los que aceptaron participar voluntariamente. Se excluyeron a los jóvenes que no completaron el total de las variables consideradas (peso, estatura, horas de uso de redes sociales e inventario de ansiedad y estrés). El estudio se llevó a cabo de acuerdo con las indicaciones de Helsinki para seres humanos. También contó con la aprobación del comité de ética de la Universidad Católica del Maule (UCM-2018).

Las variables antropométricas, la escala de ansiedad y depresión y el uso de redes sociales se evaluaron en las instalaciones del colegio. El procedimiento se efectuó en julio de 2019. Todo el procedimiento estuvo a cargo de dos de los investigadores del estudio.

Para medir el estrés y la ansiedad y el uso de redes sociales en Internet se utilizó la técnica de la encuesta. El ins-

trumento utilizado fue el inventario propuesto por Beck y Steer.¹⁵ El cuestionario consta de 21 preguntas, que proporcionan cuatro alternativas (no, leve, moderado y grave). El rango de puntuación es de 0 a 63 puntos. Se aplicó durante 20 a 30 minutos. Los puntajes más altos indican mayor ansiedad y depresión. Se preguntó por el uso de redes sociales vía Internet en h/día (1 hora, 2 horas, 3 horas, 4 horas o más). Las redes sociales consideradas fueron Facebook, Instagram, Twitter, YouTube, WeChat, entre otras, de acuerdo con lo sugerido por Khajeheian *et al.*¹⁶

Las variables antropométricas se evaluaron siguiendo las recomendaciones de Ross y Marfell-Jones.¹⁷ El peso corporal (kg) se evaluó usando una balanza electrónica (Tanita, Reino Unido), con una escala de 0 a 150 kg y con una precisión de 100 g. La estatura de pie se midió con un estadiómetro portátil (Seca GmbH & Co. KG, Hamburgo, Alemania), con una precisión de 0.1 mm, siguiendo el plano horizontal de Frankfurt. La circunferencia de la cintura (CC) se midió con una cinta métrica de metal (Seca) en milímetros, con una precisión de 0.1 cm. Se calculó el índice de masa corporal (IMC) de acuerdo con la fórmula: $IMC = \text{peso (kg)} / \text{estatura}^2 \text{ (m)}$.

Para determinar la distribución normal de los datos se realizó la prueba de Shapiro-Wilk, encontrándose que ninguna de las variables dio normalidad. La descripción de las variables se efectuó a través de su mediana y rango. Para el análisis bivariado se buscó establecer las correlaciones entre las variables de estudio, aplicándose el coeficiente de Spearman. La comparación de los indicadores según las horas de uso de redes sociales se determinó con la prueba de Kruskal-Wallis. Todos los análisis se realizaron con el programa SPSS, versión 15.0. El nivel de confianza fue del 95% ($p < 0.05$).

Resultados

Las variables que caracterizan a los adolescentes estudiados se observan en la Tabla 1. Los hombres presentaron mayor peso, estatura y CC, en comparación con las mujeres ($p < 0.05$). Por el contrario, las mujeres reflejaron mayor ansiedad y estrés que los hombres ($p < 0.05$). No hubo diferencias en cuanto a la edad y las horas en redes sociales entre ambos sexos ($p > 0.05$).

La Figura 1 muestra las relaciones entre las variables estudiadas. Se observa una asociación positiva y significativa entre el uso de redes sociales y la ansiedad y depresión en adolescentes de ambos sexos ($r = 0.12$ a 0.25 ,

Tabla 1. Características de los adolescentes estudiados.

Variables	Hombres (n = 70)				Mujeres (n = 78)			
	Mediana	Min	Máx	Rango	Mediana	Min	Máx	Rango
Edad (años)	16.78	14.05	19.21	5.16	17.09	14.48	19.56	5.08
Antropometría								
Peso (kg)	67.0*	46.0	140.9	94.9	60.6	46.1	98.7	52.6
Estatura (cm)	173.0*	162.0	190.0	28.0	161.0	143.0	175.0	32.0
CC (cm)	82.0*	67.0	122.0	55.0	76.0	64.0	110.0	46.0
IMC (kg/m ²)	23.0	16.3	45.5	29.2	23.8	18.0	38.6	20.5
Redes sociales (horas/día)	3.0	1.0	4.0	3.0	3.0	1.0	4.0	3.0
Inventario								
Total Ansiedad	7.5*	3.0	42.0	39.0	18.0	3.0	50.0	47.0
Total Depresión	9.0*	3.0	38.0	35.0	17.0	3.0	51.0	48.0

IMC, índice de masa corporal; CC, circunferencia de la cintura.

*Diferencia significativa en comparación con las mujeres ($p < 0.05$).

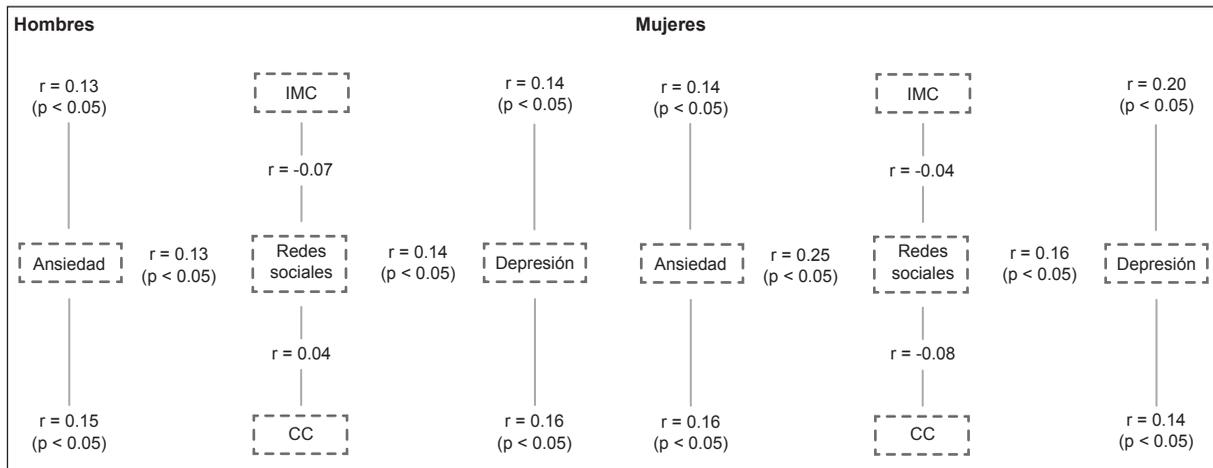


Figura 1. Relación entre redes sociales y ansiedad, depresión e indicadores de adiposidad corporal en adolescentes. IMC, índice de masa corporal; CC, circunferencia de la cintura.

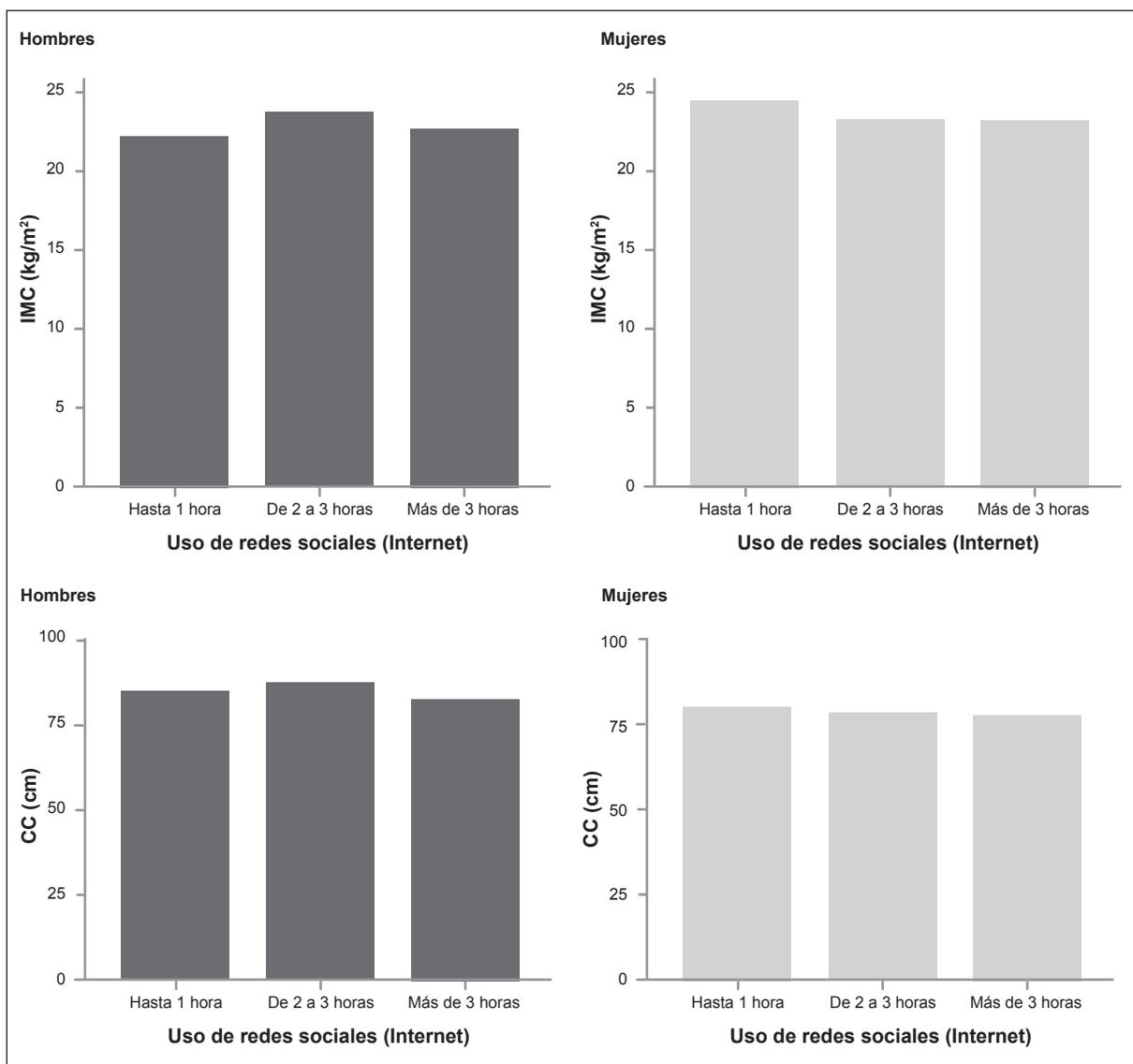


Figura 2. Comparación de las medianas de adiposidad (IMC y CC) según horas de uso de redes sociales en ambos sexos.

$p < 0.05$), así como entre IMC y CC y ansiedad y depresión en ambos sexos ($r = 0.12$ a 0.20 , $p < 0.05$), excepto en las mujeres al considerar la relación entre la CC y la ansiedad ($r = -0.05$). No hubo relación entre el uso de

redes sociales y los indicadores de adiposidad en ambos sexos ($r = -0.4$ a 0.8 , $p > 0.05$).

Las diferencias entre los indicadores de adiposidad corporal (IMC y CC) en función del uso de redes sociales

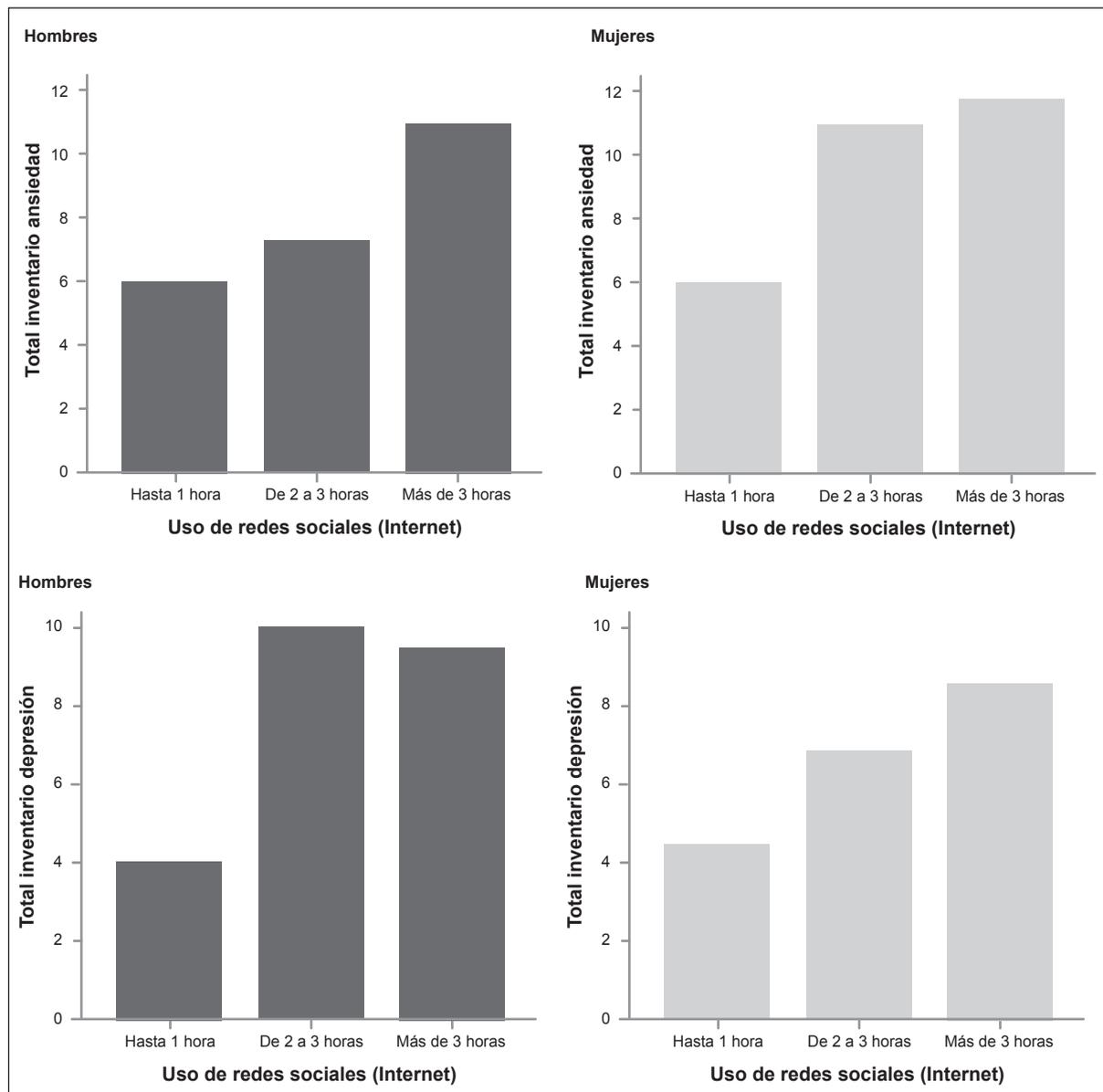


Figura 3. Comparación de ansiedad y estrés, según horas de uso de redes sociales en ambos sexos.

se observa en la Figura 2. No hubo diferencias significativas en el IMC y la CC cuando se comparó en función de las tres categorías de uso de redes sociales en ambos sexos ($p > 0.05$). Los valores de IMC oscilaron entre 2.4 y 3.8 kg/m², mientras que los de CC variaron entre 0.22 y 3.4 cm, respectivamente. Las comparaciones entre ansiedad y depresión de acuerdo con las tres categorías del uso de redes sociales se pueden observar en la Figura 3. No hubo diferencias entre la categoría del uso de redes de 2 a 3 horas con los adolescentes que las utilizan más de 4 h/día y entre aquellos que las usan menos de 1 h/día y los que lo hacen entre 2 y 3 h/día ($p > 0.5$). Sin embargo, sí se registraron diferencias entre los adolescentes que emplean poco (menos de 1 h/día) las redes sociales con y aquellos que lo hacen más de 4 h/día ($p < 0.05$).

Discusión

El objetivo de la investigación fue determinar la relación entre el uso de redes sociales y la presencia de ansiedad, depresión e indicadores de adiposidad corporal en adolescentes de ambos sexos. Los resultados han puesto de

manifiesto una relación positiva entre el uso de las redes sociales y la ansiedad y depresión; estas últimas, incluso, se asociaron positivamente con los indicadores de adiposidad corporal en ambos sexos, excepto en mujeres en cuanto a la relación entre la CC y la ansiedad.

También se ha demostrado que los adolescentes que hacen uso de las redes sociales en menor proporción, reflejan menor nivel de ansiedad y depresión en ambos sexos, en comparación con sus contrapartes que utilizan las redes sociales durante mayor cantidad de horas.

Estos hallazgos son relevantes, dado que un excesivo uso de las redes sociales podría afectar la salud mental de los adolescentes analizados. De hecho, los resultados obtenidos en este estudio son coincidentes con los de otras investigaciones efectuadas en adolescentes.^{18,19}

El uso de redes sociales puede aumentar la exposición a interacciones sociales negativas (por ejemplo, al cibercoso), lo que puede ir en contra del estado de ánimo y la salud mental de los jóvenes.^{20,21}

Otros estudios destacan que el uso de redes sociales e Internet puede servir como factor protector de enferme-

dades mentales, ya que apoyan y permiten la interacción social y la conexión entre grupos; además, se generan ambientes de expresión de identidad y emociones, los que pueden ser relevantes para su vida y experiencia,^{22,23} tanto personal como social y de salud física y mental, entre otros aspectos.

Los trastornos afectivos como la depresión y la ansiedad tienen interacciones bidireccionales con el entorno social, puesto que influyen en el camino de inicio y la persistencia de las enfermedades mentales,²⁴ especialmente si hacen uso excesivo de Internet y las redes sociales. Por ello, es pertinente presentar a los adolescentes una posible oportunidad de intervención para desarrollar y fortalecer las redes sociales de apoyo para individuos especialmente vulnerables.¹⁹ Esto podría ayudar a direccionar el uso desmesurado de las redes sociales hacia beneficios positivos, evitando dependencias, sobre todo en una etapa tan relevante como a adolescencia.

Por otro lado, la adiposidad corporal se relacionó positivamente con la ansiedad y depresión en los adolescentes investigados. De hecho, algunos informes han indicado que la obesidad aumenta el riesgo de ansiedad y depresión,²⁵⁻²⁷ puesto que un mayor uso de las redes sociales podría traer consigo trastornos en el sueño, mayor consumo de alimentos y, consecuentemente, un incremento en el peso corporal.

Se destaca también en este estudio la ausencia de correlación entre los indicadores de adiposidad y el uso de redes sociales, aunque algunas investigaciones respaldan que el empleo de las redes sociales desempeña un papel relevante en la aparición de sobrepeso y obesidad;²⁸⁻³⁰ sin embargo, en este estudio los adolescentes no reflejaron esta relación positiva, quizá debido al menor número de horas promedio por día (3.0 ± 1.0 h/día), en relación con otros trabajos que han informado mayor número de ho-

ras. Por ejemplo, desde 2012 hasta 2016 el uso de redes sociales se ha incrementado al doble en cuanto al total de h/día;³¹ en un día típico, los adolescentes estadounidenses pasan en promedio 6 horas y media al día utilizando redes sociales.³²

De esta forma, la ansiedad y la depresión tienen consecuencias adversas en el desarrollo de los adolescentes, no solo debido al aumento de la adiposidad corporal y al uso desmesurado de redes sociales, sino también (como sugieren algunos estudios recientes) incluyen bajo nivel educativo, abandono escolar, relaciones sociales deterioradas y mayor riesgo de abuso de sustancias tóxicas, problemas de salud mental y suicidio,^{10,33} así como el surgimiento de conductas adictivas.³⁴

Es necesario resaltar que este estudio no evaluó el nivel de actividad física y los hábitos de alimentación; además, el número de sujetos incluidos limita la investigación al contexto abordado, por lo que los resultados deben ser analizados con precaución. Sin perjuicio de lo anterior, se destaca que es un primer estudio efectuado en la región del Maule (Chile), por lo que los resultados obtenidos pueden servir de línea de base a los profesionales e investigadores de las ciencias de la salud y educación.

En conclusión, este estudio demostró que la ansiedad y la depresión están relacionadas estrechamente con elevados índices de adiposidad corporal y, al mismo tiempo, con mayor uso de redes sociales por parte de adolescentes de ambos sexos. Sin embargo, los indicadores de adiposidad corporal no se asociaron con el uso de redes sociales.

Estos hallazgos sugieren que los adolescentes con un elevado número de horas en las redes sociales adoptan estilos de vida que perjudican principalmente su salud mental. Se necesitan más investigaciones para confirmar estos hallazgos.

Copyright © Sociedad Iberoamericana de Información Científica (SIIC), 2021
www.siic.salud.com

Los autores no manifiestan conflictos de interés.

Bibliografía

1. Durán M, Guerra JM. Usos y tendencias adictivas de una muestra de estudiantes universitarios españoles a la red social Tuenti: La actitud positiva hacia la presencia de la madre en la red como factor protector. *An Psicol* 31(1):260-267, 2015.
2. Pantic I. Online social networking and mental health. *Cyberpsychol Behav Soc Netw* 17 (10): 652-657, 2014.
3. Caldevilla D. Las redes sociales. Tipología, uso y consumo en las redes sociales 2.0 en la sociedad digital actual. *Documentación de las Ciencias de la Información* 33:45-68, 2010.
4. Ahn J. The effects of social network sites on adolescent's social and academic development: Current theories and contro-

versies. *Journal on the American Society for Information Science and Technology* 62(8):1435-1445, 2011.

5. Arab El, Díaz A. Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Rev Med Clin Condes* 26(1):7-13, 2015.

6. Rodríguez Puentes AP, Fernández-Parra A. Relación entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes colombianos. *Acta Colombiana de Psicología* 17(1):131-140, 2014.

7. Stansfeld S, Clark C, Bebbington P, King M, Jenkins R, Hinchliffe S. Chapter 2: Common mental disorders. In McManus S, Bebbington P, Jenkins R, Brugha T (Eds.); 2016.

8. McLaughlin KA, King K. Developmental trajectories of anxiety and depression in early adolescence. *J Abnorm Child Psychol* 43:311-323, 2015.
9. Lemola S, Perkinson-Gloor N, Brand S, Dewald-Kaufmann J, Grob A. Adolescents' electronic media use at night, sleep disturbance, and depressive symptoms in the smartphone age. *J Youth Adolescence* 44:405-418, 2015.
10. Copeland WE, Angold A, Shanahan L, Costello EJ. Longitudinal patterns of anxiety from childhood to adulthood: The Great Smoky Mountains Study. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry* 53(1):21-33, 2014.
11. Hetrick SE, Cox GR, Witt KG, Bir JJ, Merry SN. Cognitive behavioural therapy (CBT), third-wave CBT and interpersonal therapy (IPT) based interventions for preventing depression in children and adolescents. *Cochrane Database of Systematic Reviews (Online)* 9:8, 2016.
12. Wancata J, Friedrich F. Depression: A diagnosis aptly used? *Psychiatr Danub* 23:406-411, 2011.
13. Keating XFD, Guan JM, Pinero JC, Bridges DMA. Meta-analysis of college students' physical activity behavior. *J Am Coll Health* 54:116-125, 2005.
14. Pelletier JE, Graham DJ, Laska MN. Social norms and dietary behaviors among young adults. *Am. J. Health Behav* 38:144-152, 2014.
15. Beck A, Steer R. Beck anxiety inventory manual. San Antonio, United States: The Psychological Corporation; 1990.
16. Khajeheian D, Colabi AM, Ahmad Kharman Shah NB, Bt Wan Mohamed Radzi C, Jenatabadi HS. Effect of social media on child obesity: application of structural equation modeling with the Taguchi method. *Int J Environ Res Public Health* 15(7):1343, 2018.
17. Ross WD, Marfell-Jones MJ. Kinanthropometry. In: MacDougall JD, Wenger HA, Geeny HJ (Eds.). *Physiological testing of elite athlete*. London: Human Kinetics; 1991. Pp. 308-314.
18. Michl LC, McLaughlin KA, Shepherd K, Nolen-Hoeksema S. Rumination as a mechanism linking stressful life events to symptoms of depression and anxiety: longitudinal evidence in early adolescents and adults. *J Abnorm Psychol* 122(2):339-352, 2013.
19. Seabrook LM, Kern ML, Rickard NS. Social networking sites, depression, and anxiety: a systematic review. *JMIR Ment Health* 3(4):e50, 2016.
20. Steger MF, Kashdan TB. Depression and everyday social activity, belonging, and well-being. *J Couns Psychol* 56(2):289-300, 2009.
21. Best P, Manktelow R, Taylor B. Online communication, social media and adolescent wellbeing: a systematic narrative review. *Child Youth Serv Rev* 41:27-36, 2014.
22. Back MD, Stopfer JM, Vazire S, Gaddis S, Schmukle SC, Egloff B, Gosling S. Facebook profiles reflect actual personality, not self-idealization. *Psychol Sci* 21(3):372-374, 2010.
23. Ellison NB, Boyd DM. Sociality through social network sites. In: Dutton WH (Ed). *The Oxford Handbook of Internet Studies*. Oxford: Oxford University Press; 2013. Pp. 51-172.
24. Marroquín B. Interpersonal emotion regulation as a mechanism of social support in depression. *Clin Psychol Rev* 31(8):1276-1290, 2011.
25. Kroenke K, Spitzer RL, Williams JB, Monahan PO, Löwe B. Anxiety disorders in primary care: prevalence, impairment, comorbidity, and detection. *Ann Intern Med* 146(5):317-325, 2007.
26. Sinha R, Jastreboff AM. Stress as a common risk factor for obesity and addiction. *Biol. Psychiatry* 73(9):827-835, 2013.
27. Lindberg L, Hagman E, Danielsson P, Claude M, Persson M. Anxiety and depression in children and adolescents with obesity: a nationwide study in Sweden. *BMC Med* 18:30, 2020.
28. Christakis NA, Fowler JH, Christakis NA, Fowler JH. The spread of obesity in a large social network over 32 years. *N Engl J Med* 357(4):370-379, 2007.
29. Powell K, Wilcox J, Clonan A, Bissell P, Preston L, Peacock M, Holdsworth M. The role of social networks in the development of overweight and obesity among adults: a scoping review. *BMC Public Health* 15: 996, 2015.
30. Mazur A, Caroli M, Radziewicz-Winnicki I, Nowicka P, Weghuber D, Neubauer D, et al. Reviewing and addressing the link between mass media and the increase in obesity among European children: The European Academy of Paediatrics (EAP) and The European Childhood Obesity Group (ECOG) consensus statement. *Acta Paediatr* 107:568-576, 2018.
31. Twenge JM, Martin GN, Spitzberg BH. Trends in U.S. adolescents' media use, 1976 –2016: the rise of digital media, the decline of TV, and the (near) demise of print. *Psychol Pop Media Cult* 8(4):329-345, 2019.
32. Common Sense Media (CSM). *The common sense census: media use by tweens and teens*. Delaney Family Fund; 2015. Disponible en: https://www.commonsensemedia.org/sites/default/files/uploads/research/census_researchreport.pdf. Accessed 15/06/2020
33. Morgan C, Webb R, Carr MJ, Kontopantelis E, Green J, Chew-Graham CA, Ashcroft DM. Incidence, clinical management, and mortality risk following self harm among children and adolescents: Cohort study in primary care. *BMJ (Online)* 359, 2017. Doi: 10.1136/bmj.j4351
34. Christakis DA, Moreno MM, Jelenchick L, Myaing MT, Zhou C. Problematic internet usage in US college students: a pilot study. *BMC Med* 22(9):77, 2011.

Información relevante

Uso de redes sociales, ansiedad, depresión e indicadores de adiposidad corporal en adolescentes

Respecto a la autora

Camilo Urra Alborno. Profesor de educación física, Magister en educación física y actualmente estudiante de Doctorado en el programa de Doctorado de Ciencias de la Actividad Física de la Universidad Católica del Maule, Talca, Chile. Docente de la Universidad Santo Tomás, Talca, Chile. Cuenta con experiencia en el área de actividad física y salud.

Respecto al artículo

Este estudio demostró que la ansiedad y la depresión están relacionadas estrechamente con elevados índices de adiposidad corporal y, al mismo tiempo, con mayor uso de redes sociales en adolescentes de ambos sexos. Sin embargo, los indicadores de adiposidad corporal no se asociaron con el uso de redes sociales. Estos hallazgos sugieren que los adolescentes con un elevado número de horas en redes sociales, adoptan estilos de vida que perjudican principalmente su salud mental.

La autora pregunta

El uso de redes sociales, la ansiedad y depresión se encuentran relacionados con los indicadores de adiposidad corporal en los adolescentes.

¿Qué tipo de relación existe entre las variables de adiposidad corporal y la depresión, la ansiedad y el uso de redes sociales?

- A** Existe una relación estrecha entre las variables de adiposidad corporal y la depresión, la ansiedad y el uso de redes sociales
- B** Existe una relación moderada entre las variables.
- C** Existe escasa relación entre las variables.
- D** No existe relación entre las variables.
- E** No es clara la relación.

Corrobore su respuesta: www.siicsalud.com/dato/evaluaciones.php/158538

Palabras clave

redes sociales, adiposidad, ansiedad, depresión, adolescentes

Keywords

social networks, adiposity, anxiety, depression, adolescents

Lista de abreviaturas y siglas

IMC, índice de masa corporal; CC, circunferencia de la cintura.

Cómo citar

Urta-Alborno, C, Vidal Espinoza R, Gómez Campos R, Riveros J, Opazo O, Rivera Portugal M, Urzua Alul L, Cossio Bolaños M, Méndez Cornejo J. Uso de redes sociales, ansiedad, depresión e indicadores de adiposidad corporal en adolescentes. *Salud i Ciencia* 24(6):338-44, May-Jun 2021.

How to cite

Urta-Alborno, C, Vidal Espinoza R, Gómez Campos R, Riveros J, Opazo O, Rivera Portugal M, Urzua Alul L, Cossio Bolaños M, Méndez Cornejo J. Use of social networks, anxiety, depression and indicators of body fat in adolescents. *Salud i Ciencia* 24(6):338-44, May-Jun 2021.

Orientación

Epidemiología

Conexiones temáticas

