




Redes sociales y conducta suicida en adolescentes: un estudio de caso

Social networks and suicidal behavior in adolescents: a case study

Beltran Villarreal Aguilar^{1, a} , Gianella Romero Rojas^{1, a} ,
Juan Carlos Ocampo Zegarra^{2, 3, b} 

RESUMEN

El suicidio es la segunda causa de muerte en adolescentes, con la depresión como el trastorno más frecuentemente asociado y cuyos síntomas pueden ser explicados por la tríada cognitiva de Beck. Se presenta el caso de una adolescente de 15 años, usuaria de redes sociales como plataforma de información o expresión de síntomas depresivos y del deseo de buscar ayuda. Ella fue finalmente atendida en una sala de emergencia y hospitalizada para el manejo de un episodio depresivo con intento suicida. El caso permite describir el proceso a través del cual una red social influye de manera directa en los trastornos del ánimo y sus consecuencias.

Palabras clave: red social; depresión; intento de suicidio.

ABSTRACT

Suicide is the second cause of death in adolescents, with depression being the most frequently associated disorder, whose symptoms can be explained by Beck's cognitive triad. The case of a 15-year-old female adolescent is presented, a user of social networks as a platform for the information and manifestation of symptoms of depression, and of the desire to seek help; she was finally treated in an emergency room and hospitalized for the management of a depressive episode with suicidal attempt. This case allows to describe the process through which a social network directly influences a patient's mood disorder and its consequences.

Keywords: social networking; depression; suicide, attempted.

Citar como:

Villarreal B, Romero G, Ocampo JC. Redes sociales y conducta suicida en adolescentes: un estudio de caso. Rev Neuropsiquiatr [Internet]. 2024; 87(3): 289-299. DOI: 10.20453/rnp.v87i3.5114

Recibido: 20-12-23

Aceptado: 01-09-24

En línea: 30-09-2024

Correspondencia:

Beltran Villarreal Aguilar

Contacto:

beltranvillarreal@gmail.com



Artículo de acceso abierto, distribuido bajo los términos de la Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional.

© Los autores

© Revista de Neuro-Psiquiatría

¹ Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Sociedad Científica de Estudiantes de Medicina de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (SOCIEMUPC). Lima, Perú.

² Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú.

³ Hospital nivel IV Guillermo Almenara Irigoyen. Lima, Perú.

^a Médico cirujano.

^b Médico psiquiatra del niño y del adolescente.

INTRODUCCIÓN

La depresión es un trastorno del estado de ánimo constituido por un conjunto de síntomas, entre los cuales predominan el ánimo deprimido, la falta de energía y la disminución o pérdida del interés por las actividades, que afecta a la persona durante la mayor parte de los días; además, se presenta frecuentemente en adolescentes (1, 2). Asimismo, ocupa el primer puesto como causa de discapacidad a nivel mundial, afectando más a las mujeres, y se estima que aproximadamente el 4 % de la población a nivel mundial tiene depresión (3).

El suicidio es la segunda causa de muerte en adolescentes a nivel mundial y generalmente está asociado a algún trastorno mental, como la depresión, y a conflictos familiares (4, 5). Muchas veces los intentos de suicidio en jóvenes son desencadenados por sentimientos de estrés, confusión, desesperanza y desilusión (5).

Asimismo, en concordancia con la teoría cognitiva de Beck (6), dentro de los mecanismos para el desarrollo de síntomas depresivos se encuentra el mecanismo cognitivo, el cual está constituido por una tríada que consiste en tres visiones negativas: del yo, del mundo y del futuro. La primera consta de la percepción inadecuada, desagradable o indigna de uno mismo. La segunda abarca la percepción de injusticia y limitaciones con respecto al mundo y demás personas. La tercera consiste en la percepción de las dificultades presentes con duración indefinida, carencia de metas y penurias a futuro (7, 8).

El impacto de las redes sociales en la salud mental ha sido estudiado por diversos autores, quienes encontraron una relación entre su uso y los síntomas de ansiedad, depresión y tendencias suicidas (8, 9). Cada vez son más los niños y adolescentes influenciados por la tecnología, debido a que pasan la mayor parte del día en plataformas digitales, como las redes sociales (10). En consecuencia, estos medios digitales de contenido público y no supervisados podrían promover conductas perjudiciales para la salud. Debido al impacto de las redes sociales y su relación con la depresión, se hace apropiado este reporte desde el modelo de la tríada cognitiva de Beck, con el fin de resaltar dicho impacto.

PRESENTACIÓN DEL CASO

Paciente de 15 años, sexo femenino, estudiante de cuarto de secundaria, procedente de San

Juan de Lurigancho, atendida por emergencia y posteriormente hospitalizada por episodio depresivo en el servicio de psiquiatría infanto-juvenil de un hospital público peruano situado en la ciudad de Lima.

La paciente es parte de una familia integrada, donde su madre y padrastro mantienen una relación simétrica con tendencia al conflicto, predominando un estilo relacional desligado con escasa preocupación por las necesidades de los otros integrantes de la familia, lo que genera una dinámica disfuncional que predispone al deterioro de la salud mental de la menor. La paciente refirió el antecedente de haber sufrido en reiteradas ocasiones violencia física provocada por su enamorado y acoso sexual por el padrastro.

La paciente es usuaria de las redes sociales con asidua frecuencia, con un promedio de uso de tres horas diarias, predominantemente en el horario nocturno y con preferencia por la red social Tik Tok. En diciembre de 2021, comenzó a publicar contenido no explícito del maltrato que sufría por el enamorado en dicha plataforma digital desde una cuenta anónima, sin el conocimiento de sus padres. Cabe resaltar que dicho contenido es de libre acceso.

En enero de 2022, continuó subiendo videos, los cuales incluían expresiones de baja autoestima, sentimientos de soledad, minusvalía, desconsuelo y hábitos nocivos, como el consumo de alcohol y otras drogas. Posteriormente, acaeció el primer intento suicida ocurrido en el mismo mes, el cual fue premeditado con cuatro pastillas de metformina y simeticona que ella misma compró en la farmacia, sin necesidad de internamiento hospitalario.

De febrero a abril del mismo año, continuó subiendo videos que referían ideación suicida, conducta purgativa, culpabilidad, desesperanza e impulsividad, con contenido sugerente sobre autolesiones en extremidades. Asimismo, durante este período, recibió atención por consultorio externo por el servicio de psiquiatría infanto-juvenil del hospital, donde recibió psicoterapia y tratamiento farmacológico con sertralina y clonazepam. A pesar de ello, un mes después, presentó un segundo intento de suicidio, ahorcándose con una correa a modo de impulso luego de una discusión con su pareja. No recibió atención médica. En los siguientes días, publicó un nuevo video haciendo alusión a que «ella solo arruina la vida de los demás».

Hospitalización

A mediados de junio de 2022, la paciente fue llevada al hospital por su madre, luego de haber ingerido aproximadamente 100 mL de detergente líquido y presentar dolor urente en el epigastrio. La madre describe que, al regresar a su domicilio, después de hacer las compras del mercado, encontró a su hija con signos de intoxicación farmacológica, posición antálgica y aparentemente con «espuma en la boca». Durante la entrevista, la paciente manifestó que actuó de esa manera porque «se quería morir». Se le realizaron exámenes de laboratorio: hemograma completo, urea, creatinina, transaminasas, electrolitos, beta-hCG, obteniendo como resultado valores normales y otras exploraciones de apoyo diagnóstico que descartaron patología orgánica. Además, se le indicó tratamiento farmacológico (ziprasidona y diazepam), condicional a agitación psicomotriz. Por consiguiente, fue hospitalizada en el servicio de psiquiatría infanto-juvenil. En los días de internamiento, se le indicó tratamiento psicofarmacológico con fluoxetina y clonazepam, y se solicitó evaluación por servicio social; asimismo, asistió a psicoterapias individuales y grupales.

Exploración psicopatológica

Paciente consciente y orientada globalmente. Aspecto adecuado. Hace contacto visual, es colaboradora y abordable. No presenta agitación psicomotriz. Pobre control de impulsos. Lenguaje en tono bajo poco fluido. Discurso coherente con ideas de minusvalía, culpa e ideación suicida poco estructurada. Hipotimia, anhedonia y poca resonancia afectiva. No se evidencian

alteraciones de la percepción. Inteligencia y memoria conservadas. Funciones biológicas: sueño alterado y disminución de apetito.

Evolución

La paciente tuvo una evolución lenta favorable durante los 16 días que estuvo hospitalizada. Remitieron las ideas suicidas luego de la primera semana de internamiento; sin embargo, persistieron los síntomas de ansiedad, insomnio, hipobulia, hipotimia y bajo apetito. Durante la segunda semana, mejoró en cuanto a su apetito y los síntomas de ansiedad. Además, los deseos de autolesión en brazos disminuyeron significativamente. Demostró interés en realizar actividades recreativas como pintar, dibujar, completar crucigramas, lo cual mejoró su estado de ánimo. Fue dada de alta siendo consciente de su enfermedad y se le prescribió tratamiento con psicoterapias individuales, grupales y familiares con tratamiento farmacológico de fluoxetina y quetiapina.

Diagnóstico

La paciente cumple con los criterios del *Manual diagnóstico y estadístico de trastornos mentales (DSM-5)* correspondientes al trastorno de depresión mayor sin síntomas psicóticos (CIE-10; F32.2). Además, presenta el diagnóstico de problema no especificado relacionado con el grupo primario de apoyo (CIE-10; Z63.9).

Contenido audiovisual publicado en TikTok en relación con la tríada de Beck

El contenido audiovisual fue recopilado hasta el video publicado el 31 de mayo de 2022 (tabla 1).

Tabla 1. Descripción del contenido audiovisual de las publicaciones en TikTok de la paciente.

Frase descrita en el video	Fecha de publicación	Fondo del video	Fondo musical	Comentarios	Vistas	Triada de Beck
<i>Estarían decepcionados si supieran que me dejé tratar así.</i>	29/12/2021	Escena de un video donde un chico ahorca a una chica	<i>Happier</i> , de Olivia Rodrigo		190	Visión negativa de sí misma
<i>X: su relación ya no da, se hacen daño ambos. Yo: veo un por siempre en sus ojos. Yo: Me siento bien cuando veo su sonrisaaaaaaa <3</i>	29/12/2021	Fondo negro con letras blancas	<i>Dandelions</i> , de Ruth B		168	Visión negativa del futuro
<i>lo único que necesito en mi vida. son drogas. drogas. drogas. drogas. ya no necesito esta mrd de amor. amor. amor?. amor. amor? Quizas cambie como soy</i>	03/01/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Drugs</i> (feat. blackbear), de UPSAHL		49	Visión negativa de sí misma
<i>tal vez si yo fuera más linda no sería tan ireemplazable</i>	03/01/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Prom Queen</i> , de Beach Bunny		81	Visión negativa de sí misma
<i>crees que puedes hacerme sentir mal? él le dijo a ella que nunca sintió algo bonito por alguien.</i>	03/01/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Idfc</i> , de Blackbear	J: ponlo para descargar... Px: oki	1329	Visión negativa de sí misma
<i>pov: *fumas por primera vez* se siente como poder volar pero quizás esté muriendo</i>	04/01/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Dream Seet in Sea Major</i>		83	Visión negativa del futuro
<i>madre mírame que es lo que estoy haciendo sí, he perdido la cabeza. padre mírame no ves que me estoy destrozando. He cruzado la línea</i>	04/01/2022	Fondo negro con letras blancas y rojas.	<i>All the thing she said</i> , de t.A.T.u.		53	Visión negativa del mundo
<i>yo nunca voy a olvidarme como lloré por ti esa noche</i>	05/01/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Je te laisserai des mots</i>		16	Visión negativa de sí misma
<i>me siento tan cansada. cayéndome a pedazos. <3</i>	05/01/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>My kind of woman</i> , de Mc DeMarco		36	Visión negativa de sí misma
<i>las personas antes de suicidarse dan señales.</i>	05/01/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>My kind of woman</i> , de Mc DeMarco	B: ñooooo :'/	54	Visión negativa del mundo
<i>eres la persona más conchuda del mundo me estrangulaste y dices que fue mi culpa.</i>	04/03/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Ultraviolet</i> , de Natsuo Lilac	<3: si era	324	Visión negativa del mundo
<i>Me estoy DERRUMBANDO</i>	04/03/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Softcore</i> , de The Neighborhood		85	Visión negativa de sí misma

Frase descrita en el video	Fecha de publicación	Fondo del video	Fondo musical	Comentarios	Vistas	Tríada de Beck
<i>aguantando todo por AMOR</i>	04/03/2022	Fondo negro con letras blancas y rojas	<i>All for us</i> , de Labrinth and Zendaya		81	Visión negativa de sí misma
<i>Él me golpeó y se sintió como un beso</i>	04/03/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Ultraviolence</i> , de Lana Del Rey		80	Visión negativa de sí misma
<i>perdóname no quise hacer eso. yo: sabes que te voy a perdonar y vas a seguir haciéndolo.</i>	04/03/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Sea, Swallow Me</i> , de Cocteau Twins y Harold Budd		95	Visión negativa de sí misma
<i>me acosté en la noche a llorar. sola y con las piernas ensangrentadas</i>	09/03/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>All I Want</i> , de Kodakline		97	Visión negativa de sí misma
<i>en serio perdóname, no te quise hacer enojar yo:</i>	09/03/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Sea, Swallow Me</i> , de Cocteau Twins y Harold Budd		81	Visión negativa de sí misma
<i>estoy tan cansada de mi misma, ya no veo una alternativa de salir de esto, no me puede ayudar nadie, ya no quiero estar aquí, sentirme como me siento, me hicieron tantas cosas, que me las guardo y me duele con el alma, quiero estar en un lugar mejor, sin incomodar a nadie, sin problemas de mis padres, del resto, y no sobrepensar tanto, las terapias no me ayudan y yo no veo un futuro en mí.</i>	09/03/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Fourth of July</i> , de Sufjan Stevens	A.HM: <i>te voy a dar un consejo que me ha ayudado a salir de eso una sonrisa es lo mejor del mundo, no será fácil, pero sé que vas a encontrar tu felicidad.</i> A.S: <i>me tomé el tiempo de ver tus videos, y solo puedo decirte que lo que te sucede lo estoy viviendo y que cada día que sucede lo enfrentas con valentía.</i>	30	Visión negativa de sí misma
<i>Todos piensan que mi relación es perfecta. POR FA VOR NO DEJES VER DETRAS DE LAS CORTINAS</i>	09/03/2022	Fondo negro con letras blancas y luego imágenes de violencia contra la mujer	<i>Dollhouse</i> , de Melanie Martinez	F: <i>no estás sola te podemos ayudar</i> Px: :(103	Visión negativa del mundo
<i>x: te fui infiel porque no te aguantaba y te lo merecías. QUE MIERDA FUE ESO.</i>	09/03/2022	Fondo negro con letras blancas y rojas	<i>Teacher's Pet</i> , de Speedy Songs		95	Visión negativa de sí misma

Frase descrita en el video	Fecha de publicación	Fondo del video	Fondo musical	Comentarios	Vistas	Tríada de Beck
<i>te veías tan feliz cuando me ahorcaban mientras me decías cosas feas, es injusto porque me rompiste en mil pedazos</i>	09/03/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Bubble Gum (chase remix)</i> , de artgirl	M.M: <i>mis mejores deseos para ti, espero que puedas salir pronto de esa situación</i> D.H: <i>ojalá puedas salir de ahí pronto</i>	106	Visión negativa del mundo
<i>me acosté con las piernas sangrando, al menos me acosté viva por ti.</i>	09/03/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>All I Want</i> , de Kodaline		91	Visión negativa de sí misma
<i>SIEMPRE REGRESO *ganas de tomar pastillas*</i>	09/03/2022	Fondo negro con letras rojas y blancas	<i>Disciple (FNAF Edition)</i> , de Polycephalus		88	Visión negativa de sí misma
<i>una lloradita y a fingir que todo está bien :)</i>	09/03/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Colapso</i> , de Kevin Kaarl		27	Visión negativa de sí misma
<i>quiero volver al tiempo donde él no me trataba así, solo tenía ojos para mi <3</i>	10/03/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Touch - Sleeping at Last</i>		53	Visión negativa del futuro
<i>cuando estoy contigo me estreso</i>	10/03/2022	Fondo negro con letras blancas	Sonido original - Miki (TikTok sounds)		81	Visión negativa del mundo
<i>lo mío fue aceptarlo todo porque te quería</i>	10/03/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Fuiste tú</i> , de Ricardo Arjona		92	Visión negativa de sí misma
<i>que regrese mi amado porque tú no eres tú:(</i>	10/03/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Imitadora</i> , de Romeo Santos		32	Visión negativa del mundo
<i>*estoy bien* deja de comer, le da asco la comida, solo quiere dormir</i>	10/03/2022	Fondo negro con letras blancas y rojas	<i>Lights are on - Sophia</i> (TikTok sounds)		101	Visión negativa de sí misma
<i>la he pasado horrible estos días, es triste porque no tengo a nadie a quien contarle.</i>	10/03/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Bubble Gum (chase remix)</i> - artgirl	M: <i>cuéntame, te escucho</i> A.M: <i>puedes confiar en mí</i> A13: <i>Cuéntamelo a mí.</i>	435	Visión negativa de sí misma
<i>Cuando alguien me amaba me sentía tan feliz, los momentos que pasamos ... los recuerdo bien, <3</i>	21/03/2022	Dos fotos con un hombre que podría ser su padre y una foto de ella de pequeña	<i>Cuando alguien me amaba</i> , de Carolina Ross		122	Visión negativa de sí misma

Frase descrita en el video	Fecha de publicación	Fondo del video	Fondo musical	Comentarios	Vistas	Tríada de Beck
<i>él ya cansado de mi :(llévame al lugar donde nos dijimos te amo por primera vez :(</i>	23/03/2022	Fondo negro con letras blancas y rojas	<i>The Night We Met</i> , de Lord Huron		91	Visión negativa de sí misma
<i>cuando solo quiere salir contigo para tener sexo nada más.</i>	23/03/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Sparks</i> , de Coldplay	AC: :0 eso duele C: Pero te dejas usar porque también lo quieres usar EK: :(4453	Visión negativa del mundo
<i>cuando te vi con esa chica sentí como mi corazón se partió.</i>	28/03/2022	Fondo negro con letras blancas	Sonido original - Juanita (TikTok sounds)		111	Visión negativa del mundo
<i>vómitos, cortes, golpes, solo tengo 15 años</i>	28/03/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Cigarette Daydreams</i> , de Cage the Elephant		105	Visión negativa de sí misma
<i>llámame amiga, pero mantenme cerca <3 cerca tuyo <3</i>		Fondo negro con letras blancas y rojas	<i>When the Party's Over</i> , de Billie Eilish		142	Visión negativa de sí misma
<i>pov: tus amig@s ven tus estados, videos, fotos y cuanto te ven no te abrazan fuerte.</i>	16/04/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Drowning</i> , de Erline		426	Visión negativa del mundo
<i>no podemos obligar a alguien a amarnos <3</i>	17/04/2022	Un video de ella llorando	<i>Mind Over Matter</i> , de Young the Giant	U2022: tarde o temprano pasará, no te preocupes. C: ya va a pasar, te mando las mejores vibras! SNMF: vamos sonríe!!!!	218	Visión negativa de sí misma
<i>tal vez solo arruine la vida de los demás</i>	05/05/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>One More Try</i> , de Poshtherapper		44	Visión negativa de sí misma
<i>él solo te quiere para sexo, pero dile lo que sientes, ya no es divertido</i>	05/05/2022	Fondo negro con letras blancas y rojas	<i>Seventeen</i> , de Ladytron		111	Visión negativa de sí misma
<i>x: ¿no entiendes? el aún ama a su ex...NOOOOO, yo hice de todo Para enamorarlo, yo llegué a darle todo</i>	15/05/2022	Fondo negro con letras blancas y rojas	<i>The other Woman</i> , de Lana del Rey		388	Visión negativa del mundo

Frase descrita en el video	Fecha de publicación	Fondo del video	Fondo musical	Comentarios	Vistas	Tríada de Beck
<i>éramos inseparables. hasta que un día nos separaron su familia. mi alegría sigue rota. se apagaron las luces en el parque de pelotas, ya no queda casi nadie aquí, a veces ya no quiero estar aquí.</i>	16/05/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>René</i> , de Residente		208	Visión negativa del mundo
<i>ya no me lastimes más, palabras que no entendí.</i>	22/05/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Wish You were Gay</i> , de Billie Eilish		227	Visión negativa de sí misma
<i>ME ENAMORE DE TI EN SEPTIEMBRE DEL 2020 AHORA JUNIO DEL 2022, Y SIGO ENAMORADA DE TI.</i>	31/05/2022	Fondo negro con letras blancas	<i>Mind Over Matter</i> , de Young the Giant		182	Visión negativa del mundo

Los videos publicados en la plataforma digital TikTok fueron subidos desde una cuenta anónima creada por la paciente y habilitada públicamente sin ninguna restricción. La mayoría consiste en un fondo negro. La primera publicación corresponde al día 29 de diciembre de 2021, la cual muestra un video explícito de un hombre ahorcando a una chica, acompañado del siguiente texto sugestivo: «Estarían decepcionados si supieran que me dejé tratar así». Otro video con 1329 vistas contiene el siguiente texto: «¿Crees que puedes hacerme sentir mal?, él le dijo a ella que nunca sintió algo bonito por alguien». Ambas publicaciones representan la visión negativa de sí misma desde el modelo cognitivo de Beck y fueron publicadas previamente al primer intento suicida.

Cerca de la fecha del segundo intento de suicidio, publicó otro video con la frase «cuando solo quiere salir contigo para tener sexo nada más», con la canción de fondo *Sparks*, de Coldplay, y tuvo una repercusión de 4453 visitas, donde podemos observar la visión negativa del mundo. Previo al tercer intento, aumentó la frecuencia de publicaciones y aquellas con contenido relacionado a la visión negativa de sí misma, mostrando frases como «no podemos obligar a alguien a amarnos», «tal vez solo arruine la vida de los demás», «... mi alegría sigue rota... ya no quiero estar aquí», «ya no me lastimes». La mayoría de los videos publicados tienen como fondo musical canciones melancólicas con versos que expresan sentimientos de tristeza y desesperanza.

DISCUSIÓN

El uso de las redes sociales se ha convertido en una parte integral de la vida diaria de muchas personas, especialmente entre los jóvenes. Sin embargo, existe una creciente preocupación por su impacto en la salud mental, evidenciada por la asociación entre el uso de redes sociales y un aumento en los síntomas depresivos y tendencias suicidas (8, 10). En los últimos años, se ha observado un incremento notable en las tasas de suicidio entre jóvenes de 13 a 18 años, predominantemente en el sexo femenino (11). Este aumento ha sido relacionado con el uso de nuevas tecnologías como las redes sociales y los dispositivos electrónicos (11, 12).

Además, hay cada vez más evidencias que respaldan la relación entre el uso de redes sociales y los trastornos de salud mental como un factor de riesgo significativo para la transición y el mantenimiento del estado depresivo (13). Por ejemplo, Karim et al. (14), en una revisión sistemática, encontraron que diversos estudios muestran que el uso de redes sociales tiene un efecto perjudicial en la salud psicológica, aumentando hasta en un 70 % los síntomas depresivos, correlacionados positivamente con el tiempo invertido en estas plataformas (14). Así también, estudios sobre la relación entre Facebook y el estado de ánimo negativo han demostrado que el uso frecuente de esta red social genera síntomas negativos en el estado de ánimo. Al dejar de usar Facebook y realizar otras actividades fuera de las redes sociales, se observó una mejoría de los síntomas depresivos (15-17).

En 2021, en Perú, se realizó un estudio con el objetivo de evaluar la asociación entre la adicción a redes sociales y las consecuencias en la salud mental de los estudiantes universitarios. Se encontró que el riesgo de síntomas depresivos en estudiantes con alta y media adicción a redes sociales fue 99 % y 59 % mayor, respectivamente, en comparación con aquellos que tenían bajo nivel de adicción (18).

Del mismo modo, es importante considerar la influencia de redes en la conducta autolítica en adolescentes. En una revisión sistemática en EE. UU., realizada por Memon et al. (19), se hallaron datos que respaldan la hipótesis de que los jóvenes que se autolesionan y tienen ideación suicida son más activos en redes sociales, las cuales predisponen a una mayor exposición y participación en el comportamiento autoagresivo debido a que los usuarios reciben mensajes negativos que promueven, emulan y adoptan prácticas de autolesión por medio de videos y mensajes. Además, se demostró que pasar más tiempo en redes sociales provoca una mayor angustia psicológica, necesidad insatisfecha de apoyo, disminución de autoeficacia en relación con sus problemas y un aumento de ideas suicidas (19).

En un estudio realizado por Corbitt-Hall et al. (20), se encontró que entre el 25 % y el 33 % de jóvenes escribían sus sentimientos y problemas en las redes sociales, y, con el pasar de los días, los usuarios «aumentaban» cada vez más la gravedad del contenido de sus publicaciones en línea, en un esfuerzo por obtener ayuda, como en el caso presentado. Así también, las personas con depresión o ansiedad son más propensas a sentir angustia personal al ver contenido suicida en los medios de comunicación, incentivando de esta manera la ideación suicida, reduciendo la entrega de apoyo y aumentando la negatividad hacia uno mismo.

Lin et al. (21) hallaron que el uso de redes sociales estaba asociado significativamente con el aumento de depresión en los jóvenes de entre 19 y 32 años. Solicitaron a los participantes que cuantifiquen el tiempo total por día que pasan en redes sociales y encontraron que el 44,5 % tuvo depresión en la última semana, y el tiempo total medio de uso de redes sociales fue de 61 min/día con predominio del sexo femenino con bajo nivel educativo. Concluyeron que la exposición a contenido de las redes sociales puede provocar sentimientos de envidia y distorsionar el concepto de felicidad y éxito, trayendo consigo una sensación de inferioridad y depresión por parte del espectador.

En el presente caso, una de las ventajas de estudiar el comportamiento de las personas y su psicología por medio de las redes sociales es la posibilidad de tener un registro exacto de fechas en las cuales se subió contenido a la plataforma, permitiendo la recreación de una línea del tiempo de la historia de la paciente y así identificar los factores de riesgo asociados a la conducta suicida. Asimismo, según lo descrito, la paciente subió a TikTok contenido sugerente de síntomas depresivos durante los meses de enero, mayo y junio, en los días previos a sus intentos suicidas, con frases alusivas a un estado depresivo.

En este sentido, se usó la tríada cognitiva de Beck, que describe una visión negativa de uno mismo, del mundo y del futuro, para analizar y comprender, a través de un marco teórico, cómo el uso de redes sociales puede contribuir a la depresión (22). Estas plataformas digitales fomentan comparaciones sociales que pueden disminuir la autoestima, exponiendo a los jóvenes a críticas y acoso que refuerzan una visión negativa de sí mismos. Además, la constante exposición a contenido negativo y la falta de apoyo genuino pueden llevar a una percepción más pesimista del mundo. Por otro lado, la desesperanza alimentada por las comparaciones y las interacciones negativas puede provocar que los jóvenes anticipen un futuro sombrío, perpetuando un ciclo de pensamientos depresivos. Este marco ayuda a explicar por qué el uso intensivo de redes sociales está asociado con mayores síntomas depresivos y tendencias suicidas en los estudios revisados.

Finalmente, la limitación más importante del presente estudio fue no contar con la información sobre la cantidad de tiempo exacto en que la paciente usó aparatos electrónicos para entrar a las redes sociales.

CONCLUSIONES

La evidencia del caso abordado sugiere una fuerte correlación entre el uso de redes sociales y la salud mental, con un impacto significativo en los síntomas depresivos y la conducta suicida, especialmente en jóvenes. Estos hallazgos resaltan la necesidad de desarrollar estrategias para la promoción de salud y prevención de problemas de salud mental para mitigar los efectos negativos de las redes sociales, promoviendo un uso más saludable y consciente de estas plataformas. Futuros estudios deberían enfocarse en intervenciones específicas que puedan reducir estos riesgos y mejorar la salud mental en poblaciones vulnerables. Por último, luego de haber revisado la bibliografía, se recomienda registrar la cantidad de tiempo en minutos y/o horas que pasa el paciente en redes sociales.

Conflicto de intereses: Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

Financiamiento: Autofinanciado.

Aprobación ética: El presente reporte de caso se llevó a cabo de acuerdo con los principios bioéticos. Se solicitó el consentimiento y asentimiento informado, garantizando el anonimato de la paciente.

Agradecimientos: Al Dr. Alonso Garrido Pinzas, médico psiquiatra, por contribuir con la revisión del artículo.

REFERENCIAS

- Organización Mundial de la Salud. Trastornos mentales [Internet]. OMS; 2022, 8 de junio. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- Petito A, Pop TL, Namazova-Baranova L, Mestrovic J, Nigri L, Vural M, et al. The burden of depression in adolescents and the importance of early recognition. *J Pediatr* [Internet]. 2020; 218: 265-267. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2019.12.003>
- Organización Mundial de la Salud. Depresión [Internet]. 2023, 31 de marzo. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- American Academy of Child & Adolescent Psychiatry. Suicide in Children and Teens [Internet]. Washington, D. C.: AACAP; 2024, mayo. Disponible en: https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/Teen-Suicide-010.aspx
- Cavelti M, Kaess M. Adolescent suicide: an individual disaster, but a systemic failure. *Eur Child Adolesc Psychiatry* [Internet]. 2021; 30(7): 987-990. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s00787-021-01834-2>
- Beck AT. *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. New York: International University Press; 2010.
- Marchetti I, Pössel P. Cognitive triad and depressive symptoms in adolescence: specificity and overlap. *Child Psychiatry Hum Dev* [Internet]. 2023; 54(4): 1209-1217. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s10578-022-01323-w>
- Berryman C, Ferguson CJ, Negy C. Social media use and mental health among young adults. *Psychiatr Q* [Internet]. 2018; 89(2): 307-314. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s11126-017-9535-6>
- O'Reilly M, Dogra N, Whiteman N, Hughes J, Eruyar S, Reilly P. Is social media bad for mental health and wellbeing? Exploring the perspectives of adolescents. *Clin Child Psychol Psychiatry* [Internet]. 2018; 23(4): 601-613. Disponible en: <https://doi.org/10.1177/1359104518775154>
- Reid YL, Radesky J, Christakis D, Moreno MA, Cross C; Council on Communications and Media, et al. Children and adolescents and digital media. *Pediatrics* [Internet]. 2016; 138(5): e20162593. Disponible en: <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2593>
- Twenge JM, Joiner TE, Rogers ML, Martin GN. Increases in depressive symptoms, suicide-related outcomes, and suicide rates among US adolescents after 2010 and links to increased new media screen time. *Clin Psychol Sci* [Internet]. 2018; 6(1): 3-17. Disponible en: <https://doi.org/10.1177/2167702617723376>
- Vidal C, Lhaksampa T, Miller L, Platt R. Social media use and depression in adolescents: a scoping review. *Int Rev Psychiatry* [Internet]. 2020; 32(3): 235-253. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/2F09540261.2020.1720623>
- Kelley SW, Gillan CM. Using language in social media posts to study the network dynamics of depression longitudinally. *Nat Commun* [Internet]. 2022; 13: 870. Disponible en: <https://doi.org/10.1038/s41467-022-28513-3>
- Karim F, Oyewande AA, Abdalla LF, Ehsanullah RC, Khan S. Social media use and its connection to mental health: a systematic review. *Cureus* [Internet]. 2020; 12(6): e8627. Disponible en: <https://doi.org/10.7759/2Fcureus.8627>
- Kross E, Verduyn P, Demiralp E, Park J, Lee DS, Lin N, et al. Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PLoS ONE* [Internet]. 2013; 8(8): e69841. Disponible en: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0069841>
- Tromholt M. The Facebook experiment: quitting Facebook leads to higher levels of well-being. *Cyberpsychol Behav Soc Netw* [Internet]. 2016; 19(11): 661-666. Disponible en: <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0259>
- Shakya HB, Christakis NA. Association of Facebook use with compromised well-being: a longitudinal study. *Am J Epidemiol* [Internet]. 2017; 185(3): 203-211. Disponible en: <https://doi.org/10.1093/aje/kww189>
- Otero-Carrillo F, Picoy-Romero PR, Espinoza-Rojas R, De La Cruz-Vargas J. Impact of addiction to social networks on the mental health of human

- medicine students, in times of COVID-19. *Rev Fac Med Hum* [Internet]. 2023; 23(4): 62-72. Disponible en: <https://doi.org/10.25176/RFMH.v23i4.5920>
19. Memon AM, Sharma SG, Mohite SS, Jain S. The role of online social networking on deliberate self-harm and suicidality in adolescents: a systematized review of literature. *Indian J Psychiatry* [Internet]. 2018; 60(4): 384-392. Disponible en: https://doi.org/10.4103%2Fpsychiatry.IndianJPsychiatry_414_17
 20. Corbitt-Hall DJ, Gauthier JM, Troop-Gordon W. Suicidality disclosed online: using a simulated Facebook task to identify predictors of support giving to friends at risk of self-harm. *Suicide Life Threat Behav* [Internet]. 2019; 49(2): 598-613. Disponible en: <https://doi.org/10.1111/sltb.12461>
 21. Lin LY, Sidani JE, Shensa A, Radovic A, Miller E, Colditz JB, et al. Association between social media use and depression among U.S. young adults. *Depress Anxiety* [Internet]. 2016; 33(4): 323-331. Disponible en: <https://doi.org/10.1002/da.22466>
 22. Le M. Cognitive mechanisms underlying the relationship between social media use and depressive symptoms [tesis de doctorado en Internet]. Philadelphia: Philadelphia College of Osteopathic Medicine; 2021. Disponible en: https://digitalcommons.pcom.edu/psychology_dissertations/572/