

4. PROPUESTAS DE RESOLUCIÓN.

4.3. PROPOSICIONES NO DE LEY ANTE EL PLENO.

REFORZAR LA PROTECCIÓN DIGITAL DE LA SALUD MENTAL DE LA JUVENTUD, PRESENTADA POR EL GRUPO PARLAMENTARIO SOCIALISTA. [11L/4300-0176]

Escrito inicial.

PRESIDENCIA

La Mesa del Parlamento de Cantabria, en su sesión del día de hoy, en cumplimiento de lo dispuesto en el artículo 177 del Reglamento de la Cámara, ha acordado admitir a trámite ante el Pleno y publicar la proposición no de ley, N.º 11L/4300-0176, presentada por el Grupo Parlamentario Socialista, relativa a reforzar la protección digital de la salud mental de la juventud.

Los Grupos Parlamentarios podrán presentar enmiendas hasta las catorce horas del día anterior a la sesión en que haya de debatirse.

En ejecución de dicho acuerdo, se ordena la publicación, de conformidad con el artículo 102.1 del Reglamento de la Cámara.

Santander, 4 de noviembre de 2024

LA PRESIDENTA DEL
PARLAMENTO DE CANTABRIA,

Fdo.: María José González Revuelta

[11L/4300-0176]

"A LA MESA DEL PARLAMENTO DE CANTABRIA

El Grupo Parlamentario Socialista, en virtud del presente escrito y de conformidad con lo establecido en el artículo 176 y siguientes del vigente Reglamento de la Cámara, formula la siguiente Proposición no de Ley, solicitando su tramitación ante el Pleno del Parlamento.

EXPOSICIÓN DE MOTIVOS

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud mental como el estado de bienestar que permite a las personas hacer frente a momentos de la vida, desarrollar habilidades o contribuir a la mejora de la comunidad. No hay salud sin salud mental. En definitiva, la salud mental, según diferentes entidades, es más que la mera ausencia de trastornos mentales y sus problemas aparecen en un proceso complejo que cada persona experimenta de manera diferente.

Los trastornos mentales afectan a personas de todas las edades, géneros, niveles socioeconómicos y lugares del planeta, si bien más del 80% de las personas con trastornos mentales viven en países de ingresos bajos y medianos. Hay que señalar que la infancia y la adolescencia son edades de importante vulnerabilidad, pero también de oportunidades en materia de promoción de la salud mental.

Según la OMS, 450 millones de personas en todo el mundo se ven afectadas por un problema de salud mental que dificulta gravemente su día a día, y se calcula que una de cada ocho personas tendrá un trastorno mental. Sin embargo, hablar de ello o contar con ayuda profesional sigue siendo un tabú a pesar de los grandes avances durante la última década.

Las principales amenazas actuales a la salud mental en todo el mundo son las crisis económicas y la polarización social, las emergencias de salud pública, las emergencias humanitarias y la creciente crisis climática, pero existen otros riesgos importantes.

Varios estudios alertan del riesgo que las redes sociales generan en la autoestima y el bienestar. El contenido publicado en las plataformas digitales tiene un impacto en cómo se ve la sociedad a sí misma y, además, la cantidad de tiempo en los dispositivos y la frecuencia de su uso condiciona el impacto de las redes en la salud mental. Es innegable que este tipo de espacios ha modificado la forma en que la juventud interactúa, trabaja, estudia y obtiene información.



Las redes sociales no suelen mostrar la realidad e impactan de manera importante en la autopercepción generando graves perjuicios a los jóvenes que persiguen una forma de «vida perfecta» o estereotipos imposibles de alcanzar. Entre las mujeres más jóvenes y que dedican más de dos horas al día a una red social detectan los niveles más altos de descontento con su imagen y corporalidad, además, durante los últimos años han crecido los problemas de baja autoestima, obsesiones relacionadas con la autoimagen y complejos en más de un 500%.

El Observatorio Nacional de Tecnología y Sociedad (ONTSI), órgano colegiado de carácter consultivo de la entidad Red.es, adscrita al Ministerio de Asuntos Económicos y Transformación Digital a través de la Secretaría de Estado de Digitalización e Inteligencia Artificial, junto con el programa Digital Future Society presentaron a finales del 2023 un informe sobre el impacto del aumento del uso de Internet y las redes sociales en la salud mental de jóvenes y adolescentes.

Sus conclusiones son interesantes para plantear medidas que atajen, ahora que estamos a tiempo, los retos relacionados con el uso de tecnologías y posibles trastornos.

Aunque la OMS no considera aún como trastorno la adicción a internet, al móvil o a las redes sociales, los datos demuestran que el mal uso de los dispositivos electrónicos perjudica el bienestar y, especialmente, la salud mental de los jóvenes. Según datos del Ministerio de Sanidad en 2022 el 10,8% de la población entre los quince y los veinticuatro años decía hacer un uso problemático de internet, siendo el grupo de población más afectado.

Un mal uso de redes sociales se asocia a menor nivel de autoestima y más problemas de salud mental, como depresión o ansiedad, y es que un 26% de los jóvenes afirma que pasa bastante o mucho tiempo solo desde que usa dispositivos electrónicos, mientras que un 9,4% sostiene que ha recortado el tiempo que pasa presencialmente con sus amigos.

Lo más preocupante es que el 50% de la población adolescente y juvenil tenía sensación de estar decaída tras la pandemia de 2020.

El auge de la digitalización en la forma de relacionarnos afecta al ámbito académico según diversos estudios según el informe del ONTSI. Un 44,6 % de los estudiantes asegura que el uso de las nuevas tecnologías les quita tiempo que podrían emplear en el estudio y un 17 % utiliza dispositivos digitales para distraerse en clase. El fracaso y abandono escolar perjudica a la salud mental de los jóvenes, pudiendo derivar en problemas de baja autoestima o decepción. El trabajo del organismo dependiente del Ministerio de Transformación Digital concluye que pasar más de tres horas diarias en redes sociales duplica el riesgo de tener problemas de salud mental y, además, alerta de que el mal uso de las pantallas es directamente proporcional a un menor tiempo de sueño y más riesgo de sufrir ansiedad o depresión.

Según un estudio de la Fundación ANAR entre el año 2019 y el 2022 ha aumentado la implicación de las tecnologías en las conductas suicidas (del 33,5 % al 51,5 %). En ocasiones se usan como herramienta para provocar malestar o para ejercer violencia sobre otras personas (sextorsión, grooming o ciberacoso), también como medio para fomentar la ideación. Sin embargo, pueden resultar muy útiles como instrumento de visibilización, permitiendo que los jóvenes y los adolescentes se sientan escuchados o como manera de buscar y pedir ayuda.

El uso indebido de los dispositivos electrónicos no deriva únicamente en problemas de salud mental, sino también fomenta hábitos de vida no saludables, y es que conforme aumentan las horas de uso de pantallas entre menores de quince años, aumentan las probabilidades de un mayor índice de masa corporal y de obesidad.

Aunque no se haya demostrado una relación causal que confirme que las redes sociales perjudican la salud mental, es necesario implementar ciertas reformas debido al aumento de la cantidad de horas que se invierten en internet por parte de las personas jóvenes.

A lo largo de las dos últimas décadas, las grandes plataformas digitales han ido colonizando cada vez más el tiempo libre con el objetivo de mantener la atención a las pantallas para así extraer datos sobre nuestro comportamiento que después les sirve para vendernos publicidad. Esta lógica se ha cimentado en productos adjetivos como las redes sociales. La regulación de cierta información y la lucha contra la publicidad encubierta detrás de algunos mensajes harían que el uso de internet y de las redes sociales fuese más seguro. Abordar estas cuestiones requiere del trabajo y dedicación por parte de progenitores, personas cuidadoras, incluso de los propios niños y niñas, junto con muchos cambios por parte de las grandes tecnológicas que ayuden a responsabilizar a todos.

Diferentes tipos de problemas psicológicos se pueden derivar del uso de las tecnologías digitales, como Internet y las redes sociales, según las conclusiones del II Congreso Internacional sobre tendencias educativas en enfermería y Ciencias de la Salud. Estos riesgos son más susceptibles de afectar a la población adolescente y juvenil.

Cabe insistir, sin embargo, en dos cuestiones previas: la primera, que los beneficios superan a los riesgos para la mayor parte de la población, y, en segundo lugar, que algunos problemas detectados en menores y jóvenes se dan como

consecuencia de patologías ya existentes. En definitiva, es fundamental la regulación de las externalidades negativas del uso de las plataformas digitales a través de un marco regulatorio que proteja a los usuarios potencialmente vulnerables.

En este contexto, el objetivo debe ser reducir el impacto que el mal uso de las redes sociales tiene sobre la adolescencia y la juventud, ampliando el derecho digital a no ser molestado, así como asegurar que estas plataformas desarrollan productos y servicios digitales éticos por defecto, de manera que no tengan patrones opacos, ni diseños engañosos o adictivos, ni, en definitiva, utilicen técnicas de manipulación que apelan al inconsciente del usuario para tomar decisiones potencialmente perjudiciales para la protección de sus datos personales o para su salud mental.

Por ello, ante esta situación, el Grupo Parlamentario Socialista presentamos la siguiente propuesta de resolución:

"El Parlamento de Cantabria insta al Gobierno de Cantabria a reforzar la protección digital de la salud mental de la juventud a través de las siguientes acciones:

1. Puesta en funcionamiento desde Juventud, de cursos y talleres para el buen uso de las redes sociales.
2. Puesta en funcionamiento de programas de apoyo a la juventud de Cantabria que se vea afectada por el mal uso de las plataformas y redes sociales.
3. Programas de formación para las familias con el objetivo de ampliar sus capacidades en el conocimiento de los riesgos y la gestión del uso que hacen sus hijos e hijas de las redes sociales."

En Santander, a 30 de octubre de 2024

Fdo.: Pablo Zuloaga Martínez. Portavoz del Grupo Parlamentario Socialista."