



ADOLESCENTES EN RED: ¿CÓMO QUIEREN QUE SEA UN RECURSO ONLINE DE SALUD?

Guillamón, N., Martínez, M., Hernández, E., Alarcón, I., & Cervera, C.
Grupo de investigación PSiNET- Open University of Catalonia.

**II International Congress of Clinical and Health Psychology with Children
and Adolescents**

Barcelona, 17-19 de Noviembre 2016

Nuestro proyecto: Adolescents en Xarxa.

Objetivos:

1. Explorar el uso de Internet y las redes sociales para la salud en adolescentes.
2. Conocer sus necesidades en relación con la salud y su percepción de necesidad de ayuda.
3. Diseñar un recurso online de salud dirigido a adolescentes para la prevención de problemas de salud mental.

Análisis de necesidades.

Análisis de necesidades

Encuesta

Entrevistas

Datos sociodemográficos
Uso de Internet
Redes sociales
Salud y percepción de necesidad de ayuda
Preferencias recurso online de salud

2801 estudiantes de 12 a 18 años
(1º-4º ESO, 1-2 BACH)

52% ♀ 48% ♂ (M = 14,2 años; DT = 1,65)

70 estudiantes 12-18 años

¿Cómo quieren los adolescentes que sea un recurso online de salud?

Sincero

Actualizado

Privado

Serio

Fiable

Ellos lo tienen claro

Rápido

Dinámico

Sencillo

Fácil

Anónimo

Seguro

Confidencial

El análisis y las categorías...

Análisis cualitativo de las entrevistas y de un ítem abierto de la encuesta. Método deductivo a partir de unas categorías previas:

Tipo de recurso: general o específico

Contenido / Temática

Estructura del recurso

Estética

Lenguaje

Moderación

Accesibilidad / registro

Localización

Tipo de recurso: general o específico

En función de la edad: los mayores prefieren un recurso específico sobre salud

‘pienso que es mejor una web específica para el tema, que siempre se centra más en esto’ (Chica, 15 años)

‘Me gusta más una página donde se tratan muchos temas’ (Chico, 12 años)

Contenido / Temática

Como engordar o adelgazar de forma saludable, moda, estar en forma

‘temas concretos: sexualidad, acné, maquillaje, motos, drogas, salud, tristeza’ (Chica, 16 años)

‘consultaría sobre temas de estudio, como no ponerte nervioso en los exámenes y así...’(Chico, 12 años)

Estructura del recurso

- ❑ Con apartados diferentes para temas diferentes
- ❑ Chat privado con experto y foro público para compartir entre iguales
- ❑ Blog, videos, juegos, música, fotos, ejemplos y testimonios
- ❑ Enlaces a otras páginas de interés

‘...con diferentes apartados, con un foro para que la gente comente lo que crea. También con preguntas particulares, quiero decir sin que nadie vea las preguntas que envíes al psicólogo. Un link con un chat para hablar con el psicólogo.’(Chico, 12 años)

‘Tendría que tener un consultorio, pero a la vez una especie de muro, tipo el del FB, sí...donde la gente pudiera hacer preguntas anónimamente. O sea, ya no sólo el consultorio sino que si tu tienes una pregunta que crees que puede importarle a otra gente pues que directamente lo puedas hacer anónimamente y que se presente ahí”. “ o incluso en el propio consultorio, el poder marcar una casilla o algo para decir que sí, que esa pregunta se puede publicar en el muro.’ (Chica, 15 años)

Estética

Colorida, llamativa

‘Colores que hagan sentir más feliz, colores vivos. P.ex. el naranja y el amarillo’ (Chico, 12 años)

‘De color, un verde oliva, que fuera vistoso, o rojo.’ (Chico, 13 años)

‘Que de estética llame la atención’ (Chico, 16 años)

‘que sea atractiva a la vista con colores vivos, con el título grande de como se llama la web (...). La información con muestras, imágenes y videos donde la gente hable.’ (Chico, 15 años)

Lenguaje

Que la información sea:

- Fiable
- Sincera
- Actualizada
- Seria
- Poca letra y clara

‘Me gustaría que la información se pudiera entender. Que esté explicada para gente de nuestra edad porque si está explicada para gente mayor hay cosas, palabras que no entendemos.’ (Chico, 12 años)

‘Simple, lenguaje no técnico’(Chico, 16 años)

‘Lenguaje y tratamiento más suave, que no hunda a la gente’ (Chica, 16 años)

Moderación

- Sí
- Por un psicólogo

‘Importante saber quién es el profesional y la titulación que tiene (...) entraría si supiera que hay un psicólogo experto detrás.’ (Chica, 16 años)

‘Yo crearía un foro anónimo donde todos pueden preguntar los problemas que tienen y que la gente pueda responder. Entonces que el psicólogo borrara los comentarios que pudieran ser perjudiciales para el joven que ha preguntado, es decir, que antes que el foro acepte la respuesta que un psicólogo acepte.’ (Chica, 15 años)

‘Anónima, fácil de acceder, que los comentarios que hacen daño se puedan borrar por algún responsable.’ (Chica, 13 años)

Accesibilidad / registro

El recurso debe ser:

- Anónimo
- Confidencial
- Privado
- Seguro

‘Si, tu preguntas en alguna página que sepa todo el mundo la gente puede saber tu problema y que pongas tu nombre y también puede entrar algún hacker y saber quién eres y después puede colgarte en alguna página y reírse todo el mundo de ti.’ (Chico, 13 años)

‘...que para participar o hacer algo que se tenga que registrar, pero para mirarlo e informarse que sea más...quien quiera ir que vaya (...) para lo de mirarlo y ver y aconsejarse, quien entre en la página que lo vea y ya está’ (registrarse sólo si quieres participar) (Chico, 15 años)

Localización

¡¡¡Fuera de facebook!!!

‘...nunca en una red social porque puede haberlo escrito gente que no sabe o que sepa menos que otros. A una red social en este caso no (...) Una web específica de salud mejor que FB.’ (Chico, 13 años)

A modo de conclusión...

- Recursos específicos para adolescentes, no adaptar los existentes para adultos, tener en cuenta la edad y el género.
- Poca letra y más imágenes, píldoras de información, fácil, breve y estructurada.
- Cuando necesitan ayuda no les importaría consultar online a un profesional experto. Y piden confidencialidad.



**Muchas gracias.
nguillamon@uoc.edu**