

# Adicción a las redes sociales

**Enrique Echeburúa y Ana Requesens**

Pirámide. Madrid, 2012. Precio:14 euros

Las tecnologías de la información y de la comunicación (TIC) han facilitado a los niños y adolescentes un horizonte de conocimientos y experiencias que son, en general, beneficiosas para su desarrollo personal y social. Sin embargo, hay una preocupación creciente por los riesgos que estas oportunidades traen consigo.

Este libro es una guía práctica en la que se describen las características de las nuevas tecnologías, se plantean los principales peligros de las redes sociales para los adolescentes y se marcan estrategias de actuación al alcance de los educadores. En el texto se explica el atractivo que las nuevas tecnologías -en particular las redes sociales- suscitan en los adolescentes y jóvenes en función del significado emocional que las relaciones sociales tienen en este período evolutivo de la vida. Las características de esta etapa evolutiva, la facilidad de acceso y las ventajas que encuentran en su uso convierten a este grupo de edad un colectivo especialmente vulnerable. Los autores señalan con precisión los riesgos de adicción y otras posibles consecuencias negativas asociadas al abuso de las redes sociales -contenidos inadecuados, acoso sexual, ciberacoso y comisión de delitos. Asimismo, se explican de forma práctica los indicadores que alertan del paso de una afición a una adicción y se detallan los principales factores de riesgo y de protección para los jóvenes a nivel psicológico, familiar y social. Por último, se facilitan algunas indicaciones útiles relativas al uso adecuado de las nuevas tecnologías en función de la edad y se señalan las principales vías de actuación para conseguir una prevención eficaz.

Esta guía está diseñada para educadores, incluidos los padres, y otros profesionales que están en contacto directo con los adolescentes. Se hace hincapié en el carácter aplicado del texto y los autores han utilizado dibujos, ejemplos y metáforas para hacer más inteligibles y directos sus contenidos.