



no donde se amplifican dinámicas pre-existentes.

Restringir sin alternativas puede aumentar el aislamiento, especialmente en quienes ya enfrentan dificultades para vincularse.

Además, estas medidas desplazan la responsabilidad hacia las plataformas, evitando discutir el rol de los adultos y la educación digital. Más que prohibir, el desafío es enseñar un uso seguro y acompañado. Sin políticas integrales, el riesgo es caer en soluciones simplistas y poco efectivas. Y esta podría ser una de ellas.

*Camila Navarrete, académica
Facultad de Psicología Universidad
Uniac*

Limitar el acceso a redes sociales

● La discusión sobre limitar el acceso de menores de 16 años a redes sociales parece, a primera vista, una medida protectora, pero preocupa que se instale como solución a un problema más complejo. Reducir su uso a un riesgo invisible visibiliza factores clave en la salud mental: vínculos, entorno familiar, contexto escolar y desigualdades. Estas plataformas no son el problema, sino un entor