

Depresión adolescente

● Las redes sociales forman parte inseparable de la vida adolescente. Sin embargo, cuando la validación digital se transforma en el principal termómetro del valor personal, el riesgo para la salud mental aumenta de manera silenciosa.

La adolescencia es una etapa de construcción identitaria. En ese proceso, la opinión de los pares adquiere un peso significativo. Hoy, esa mirada se amplifica en el mundo virtual, donde likes, comentarios y silencios se interpretan como señales de aceptación o rechazo. Para muchos jóvenes, no recibir respuestas o ser excluidos de un grupo digital puede resultar tan doloroso como una agresión directa.

La evidencia muestra que no sólo el tiempo de uso es relevante, sino el tipo de interacción que se establece en redes sociales. El consumo pasivo, la comparación constante y la búsqueda de aprobación externa pueden erosionar la autoestima y favorecer síntomas depresivos, que no siempre se manifiestan como tristeza, sino como irritabilidad, ansiedad o aislamiento. Frente a este escenario, el rol de adultos significativos es fundamental. Familias y colegios no pueden limitarse a controlar; deben acompañar. Escuchar, abrir espacios de conversación y

promover una mirada crítica sobre los contenidos digitales son acciones protectoras. También lo es fomentar actividades fuera de pantalla que fortalezcan la identidad desde experiencias reales y significativas. Cuidar la salud mental de los adolescentes implica comprender que las redes sociales no son un fenómeno superficial, sino un entorno que impacta profundamente en su mundo emocional. Acompañar a tiempo puede marcar una diferencia decisiva.

Miriam Pardo

Mercado inmobiliario

● Por un lado, el alza de la UF, que durante el mes de abril superará los 40 mil pesos. Por otro, las tasas de créditos hipotecarios han caído a niveles no vistos desde fines de 2021.

Las señales que está dando el mercado son variadas, incluso a veces contradictorias, y quienes hoy necesitan comprar, vender o arrendar una vivienda muchas veces quedan paralizados ante esta alta incertidumbre.

Es en estos momentos donde el valor de la asesoría en el corretaje de propiedades cobra especial relevancia. Este profesional debiera acompañar durante todo el proceso de com-