

# Burnout digital y salud mental infantil: el papel de la enfermera en atención primaria

Carmen Suárez Sánchez<sup>1</sup>, Marta Rodríguez Jaramillo<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Enfermera de Atención Primaria, Pediatría, Àrea de Salud de Zamora.

<sup>2</sup> Enfermera de Atención Hospitalaria. Complejo Asistencial de de Zamora.

VII ENCUENTRO DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL AEESME / CASTILLA Y LEÓN

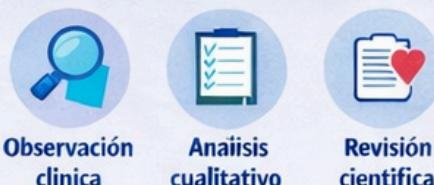
Detección precoz y prevención desde la consulta de enfermería pediátrica

**Los niños no están cansados de jugar.  
Están cansados de estímulos.**

## Introducción

- Infancia hiperconectada
- Sobreexposición a pantallas
- Malestar emocional emergente
- Papel clave de Atención Primaria

## Metodología



## Objetivos

- Visibilizar el burnout digital
- Identificar signos en consulta
- Poner en valor el rol de enfermera

## Desarrollo

### Señales detectadas



- Cefaleas y dolor abdominal
- Alteraciones del sueño
- Irritabilidad
- Baja tolerancia a la frustración
- Dificultades atencionales
- Desconexión emocional

### Papel de la enfermera



- Observación clínica
- Escucha activa
- Valoración familiar
- Educación sanitaria
- Coordinación profesional

## Conclusiones

- El burnout digital es un malestar emergente en la infancia
- La detección precoz en Atención Primaria es esencial
- La enfermera es un agente clave en la promoción de la salud mental comunitaria

## Bibliografía

- [1] Domínguez Alvarro B, et al. *An Piedisér* (Bars), 2021;9433; 173-182.
- [2] Twenge M, Campbell WK. *J Affect Disord*, 2018; 338: 89-76.
- [3] García Ron A, et al. *Rev Neyrol*, 2022, 253S; 174-180.
- [4] Orrago ealge J, et al. *Enferm Ciin*, 2002; 045(1) 45-81.
- [5] Plug L, Maree M. *Community Pract*, 2022; 6019); 24-27.

