

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

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

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

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

VII ENCUENTRO DE ENFERMERIA 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



Observación  
clínica



Análisis  
cualitativo



Revisión  
científica

## Objetivos

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

## Desarrollo

### Señales detectadas



Cefaleas y dolor abdominal



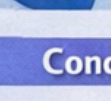
Alteraciones del sueño



Irritabilidad



Baja tolerancia a la frustración



Dificultades atencionales

Desconexión emocional

### Papel de la enfermera



Observación clínica



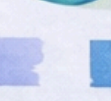
Escucha activa



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] Domingues, Alvariz B, et al. I. An Pediatr (Bars), 2021;94(3): 173-182.
- [2] Twenge M, Campbell WK. J Affect Disord, 2018; 338: 89-76.
- [3] García Ron A, et al. Rev Neurol, 2022; 253(5): 174-180.
- [4] Orrago ealege J et al. Enferm Ciin, 2002; 04(5): 45-81.
- [5] Plug L, Maree M. Community Prac, 2022; 60(19): 24-27.



Acceso al póster digital