



**XVI**  
Congreso Nacional de  
Investigación Educativa  
CNIE-2021

## Uso de dispositivos móviles de estudiantes mexicanos durante el confinamiento

**Pedro Sánchez Escobedo**

Universidad Autónoma de Yucatán  
[psanchez@correou.uady.mx](mailto:psanchez@correou.uady.mx)

**Gloria Calderon Loeza**

Universidad Autónoma de Yucatán  
[e.gloriacalderon@correo.uady.mx](mailto:e.gloriacalderon@correo.uady.mx)

**Gloria Molina Salinas**

Instituto Mexicano del Seguro Social  
[gloria.molinas@imss.gob.mx](mailto:gloria.molinas@imss.gob.mx)

Área temática 04. Procesos de Aprendizaje y Educación.

Línea temática: Impacto de la contingencia sanitaria por la COVID-19 en el aprendizaje y el desarrollo socioemocional de los estudiantes.

Tipo de ponencia: Reporte final de investigación.



### Resumen

El presente estudio de caso describe la situación física y psicológica de un adolescente mexicano típico de educación secundaria en el estado de Yucatán México que manifiesta uso excesivo de los Dispositivos Móviles (DMs). Se pretende comprender los efectos del confinamiento por la emergencia sanitaria por COVID-19 en aspectos personales, familiares, escolares y de salud. Se colectó información mediante visitas domiciliarias con equipo de protección personal, realizando entrevistas a profundidad con miembros de la familia y observaciones. Se verificó el uso excesivo del tiempo en pantalla y se identificaron factores personales y familiares que facilitaron el uso problemático a los DMs. En algunos aspectos del participante se apreció mejora, como en la responsabilidad escolar y el autoaprendizaje. En otros, no hubo cambio, como en el persistente aislamiento social y la alta autoestima mostrados antes del confinamiento. En otros, hubo deterioro como en la convivencia social y la motivación a la instrucción a distancia. No hubo afectación por el confinamiento en aspectos emocionales, pero se identificaron algunos problemas físicos como dolores, fatiga e irritabilidad asociados al uso excesivo de los DMs. La comprensión de la situación de pandemia en estudiantes que usan excesivamente los DMs puede dar algunas bases empíricas para comprender los efectos del confinamiento en el eventual proceso de la normalidad.

**Palabras clave:** *estudiante, dispositivos móviles, pandemia, estudio de caso.*

## Introducción

En el futuro próximo muchos fenómenos educativos, psicosociales y de salud serán juzgados en etapas: antes de la pandemia por COVID-19, durante y toda vez superada esta contingencia. El presente estudio explora los efectos del uso excesivo de los dispositivos móviles (DMs) en un estudiante de secundaria durante el periodo de confinamiento por la pandemia por COVID-19.

En sintonía al estilo de vida de los niños y jóvenes con los medios electrónicos, algunos autores señalan que los medios pueden ser útiles para la vida diaria, pero también pueden propiciar el desplazamiento de actividades importantes como la interacción cara a cara, el tiempo en familia, el juego al aire libre, el ejercicio, el tiempo de inactividad desconectado, el sueño la obesidad y la depresión. (Labrador, et al., 2015; Pediatrics, 2016).

La Asociación Americana de Pediatría ha demostrado su preocupación en relación con la problemática que los DMs y la conectividad que representan para los niños y adolescentes (Pediatrics, 2020). Por lo anterior, abordar los efectos del confinamiento y el uso excesivo de los dispositivos durante la pandemia se vuelve relevante para comprender sus efectos ante el eventual retorno a la normalidad.

El propósito de este estudio es comprender a profundidad, desde un abordaje cualitativo de caso, los efectos del confinamiento en un estudiante típico de secundaria de la región de Yucatán, México.

La COVID-19 es una enfermedad viral respiratoria emergente de fácil transmisión, pandémica, que puede progresar a complicaciones graves rápidamente, es por eso que la Organización Mundial de la Salud (OMS) la consideró entre sus patógenos prioritarios y los programas gubernamentales declararon la restricción social y el confinamiento como mecanismos obligados de protección (Secretaría de Salud, 2020). Los efectos del encierro en los adolescentes necesitan ser comprendidos por la interacción innata de éstos con la tecnología (Fumero, 2016).

Antes de la pandemia, tanto el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y la Organización de las Naciones Unidas (ONU) impulsaban el uso y acceso a internet para el aprendizaje e implementar la educación en línea (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, 2017), lo cual se concretó al detonarse la pandemia en el mundo (Reimers y Schleicher, 2020), y en ese tiempo, algunos estudios señalaban un impacto positivo en el aprendizaje (Basantes et al., 2017; Calderón-Loeza y Sanchez-Escobedo, 2021); pero otros, señalaban riesgos y cambios en el comportamiento de los adolescentes (Díaz-Vicario et al., 2019).

Desde la aparición de la era digital y los DMs el promedio de uso diario de éstos ha pasado de 3 (Díaz-Vicario, et al., 2019; Kwon, et al., 2013) a 5 horas (Román, 2017) y aumenta durante los fines de semana (Díaz et al., 2019; Kwon, et al., 2013, Simón et al., 2019).

El uso excesivo o problemático del dispositivo móvil e internet, denominado de esta forma por diversos autores están en relación al tiempo prolongado y a las conductas de riesgo educativas, psicosociales y de salud, como los

reportados por Peñuela et al., (2014) y Kee, et al., (2016) quienes encontraron una asociación del uso excesivo de los DMs con la falta de atención en las clases y la disminución del rendimiento académico. Recientemente Díaz-Vicario et al., (2019) señalaron que, debido al uso excesivo de los DMs se producen efectos negativos como son la disminución de las salidas culturales y deportivas, así mismo se produce un descenso del tiempo presencial con amigos. Elhai et al., (2019) encontraron relación del uso problemático de los DMs con la depresión, la ansiedad, el estrés y la baja autoestima. Otras afectaciones reportadas son las alteraciones posturales, la contractura muscular, la visibilidad alterada, los trastornos del sueño, entre otras. (Aquino-López, 2016; Carbonell et al., 2012; Kee et al., 2016; Sánchez-Escobedo y Calderón-Loeza, 2020, 2021; Sohn et al., 2019).

Por lo que, los factores vinculados al confinamiento como son el aislamiento social y la exposición continua a los DMs por la modalidad de aprendizaje en línea pueden resultar de especial interés en el proceso investigativo de los estudiantes adolescentes.

## Desarrollo

Se realizó un estudio de caso, con enfoque cualitativo a los seis meses de inicio del confinamiento por la pandemia por COVID-19 y de la suspensión de clases presenciales por indicación del gobierno de México tanto a nivel federal como del estado de Yucatán.

El informante principal quien fue identificado en un estudio exploratorio previo (Sánchez-Escobedo y Calderón-Loeza, 2020), es un estudiante varón de 15 años quien cursa el tercer grado de una secundaria pública estatal, y refiere que utiliza los DMs más de 12 horas al día. Se incluye también a dos miembros más de la familia que viven en el hogar, madre y hermana, con la finalidad de comprender el contexto y significado familiar del uso excesivo de los DMs.

El estudio se realizó mediante la técnica de visita a domicilio, con medidas estándares de seguridad y protección personal, uso de cubrebocas, careta y guardando la distancia social reglamentaria por parte del investigador y de tres participantes de la familia.

La recolección de datos se llevó a cabo mediante grupos de enfoque, observaciones y entrevistas individuales. Las conversaciones fueron audio grabadas y transcritas para su análisis y las observaciones registradas en una bitácora. Se realizó la transcripción de la información colectada y los datos fueron registrados en el programa mediante condensación y categorizaron de la información con el apoyo del programa Atlas.ti7 versión 7.5.7. La participación de dos integrantes más de la familia, desde sus diferentes perspectivas y experiencias le dieron validez al proceso a través de la triangulación.

Todos aceptaron participar de manera voluntaria y sin compensación, firmando la carta de consentimiento informado que incluía una cláusula de confidencialidad, permisos de acceso al menor y la obligación de respetar

los protocolos de seguridad y protección a la salud por la pandemia, en el caso del menor de edad se otorgó una carta de asentimiento. A cada uno de los participantes se le otorgó un pseudónimo para conservar la confidencialidad de la información lo que se representa de la siguiente manera: Adam, será el sujeto de estudio, Cleo, la madre y Frida la hermana.

## Resultados

Adam expresa que utiliza hasta 19 horas al día sus DMs, siendo frecuente la combinación de éstos, aproximadamente de la siguiente manera: laptop 6 horas, consola de videojuegos 10 horas y teléfono inteligente 3 horas.

Su primer contacto con los dispositivos electrónicos fue a la edad de 3 años, cuando comenzó con videojuegos digitales usando ocasionalmente el celular de su madre, hasta que, a la edad de 8 años recibe su primer teléfono inteligente el cual usaba mayormente para entretenimiento, ya que era cuidado por la abuela. A los 9 años, Adam recibe de su tío, como regalo de navidad su primera consola de videojuegos.

Adam refiere que entre sus deseos laborales en un futuro sería trabajar en una industria como Microsoft. Se considera muy hábil para hacer las cosas y poder lograr sus objetivos. Afirma “Puedo hacer casi cualquier cosa, considero que soy bueno en todo. Por ejemplo, cuando agarré la guitarra aprendí bien rápido los acordes de una canción”.

Adam señala que el uso de los DMs lo ha aprendido de manera empírica y no recibió ninguna capacitación o adiestramiento para el uso de las plataformas electrónicas que usan en su escuela. Expresa gusto y dedicación para los videojuegos. La hermana Frida, quién refiere conocer todos los videojuegos y hasta juega con Adam, expresa: “Una vez consiguió un juego que le daba miedo y no lo dejó dormir durante un tiempo”.

**Aprendizaje.** Adam refiere que el cambio de modalidad de clase en línea ha traído beneficios. Aunque las clases en sí, no le generan ningún aprendizaje, le ha dado tiempo de consultar e investigar otros intereses enfocados a la tecnología computadoras y sobre todo técnicas y estrategias para jugar mejor, y expresa “No estoy aprendiendo nada de la escuela, pero me da tiempo para investigar otras cosas”.

Sus materias favoritas son matemáticas y español, sin embargo, el atribuye su falta de interés que le tiene a la escuela a los maestros. Adam comenta: “Me gustan las matemáticas y un poco español. Lo que pasa es que los maestros lo hacen aburrido”.

Sin embargo, reconoce que un solo maestro ha marcado diferencia: “Una vez en un día nos enseñó tres cosas distintas y eso estaba padre”.

Adam evalúa su desempeño escolar como bajo y se lo atribuye a la falta de concentración. A este comentario interviene Cloe: “No es que no se concentre, es que no le interesa”.

Adam afirma que algunas veces sus profesores le han platicado sobre los riesgos del internet y niega que le hayan enseñado a usar los DMs, las redes sociales, la ley sobre el uso correcto del internet, aplicaciones de geolocalización y juegos educativos.

Los tres integrantes de la familia reconocen el término cyberbullying. Adam en especial señala que han tenido experiencias al respecto, su participación fue como buleador de los profesores, lo cual fue reafirmado por Cleo y Frida quienes complementan la experiencia. Las repercusiones fueron hacia el llamado de atención y la exclusión de los grupos de la escuela. Cleo comenta: “Una vez me llamaron de la escuela porque Adam no solo enviaba, creaba stickers de los maestros entre sus compañeros”.

A este suceso, Cleo complementa con experiencias previas de violencia escolar en las que Adam se ha involucrado desde la primaria al referir que golpeó a un niño que lo estaba fastidiando y fue reportado por la escuela.

## Discusión

En este estudio se identifican 19 horas de uso de los DMs que excede el tiempo promedio de uso de 5.5 horas reportado en otros estudios locales (Sánchez-Escobedo y Calderón-Loeza, 2020) y de 6 horas en estudios internacionales (Simón et al., 2019). Además, este uso es consistente y cotidiano, a diferencia de otros estudios donde reportan mayor uso los fines de semana (Díaz et al., 2019; Kwon, et al., 2013). Lo anterior ubica a nuestro participante, sujeto de estudio, en la categoría de uso excesivo o problemático a los DMs.

Esta tendencia tiene tres explicaciones: el origen temprano del uso, la falta de reglas en el hogar y la gratificación del uso de éstos.

Adam comienza desde los 8 años a utilizar un móvil, dos años antes en promedio que el resto de los niños mexicanos (Ramírez-Rodríguez, 2017) y escala a la utilización combinada de varios dispositivos, similar a lo reportado por Díaz-Vicario et al., (2019).

Las reglas para el uso de los DMs son nulas en el contexto familiar, en contraste un 63% de la población presenta reglas en casa (Ramírez y Rodríguez, 2017). Lo anterior resalta el papel de los padres en la gestión de normas de uso de los DMs en casa para optimizar su uso para fines de aprendizaje y desarrollo (Grané, 2015). La gestión de reglas en el uso de dispositivos también coadyuva a establecer hábitos saludables que fomenten la actividad física, convivencia familiar, cuidado personal, quehaceres del hogar, tiempo libre y sueño (Pediatrics, 2016). Así como la prevención del daño que los DMs pudieran ocasionar (Lancheros et al., 2014).

Finalmente, se aprecia gratificación y conformidad con el uso excesivo de los DMs, lo cual reafirma la generación de nuevos hábitos descritos por Prensky, (2010) respecto a los cambios consecuentes al uso excesivo de los dispositivos en las formas de aprender y comunicarse con los demás. En confinamiento, refiere, por ejemplo,

tener más tiempo para explorar nuevos juegos e invertir tiempo en sus propios intereses que en los contenidos escolares, y no haber sido afectado por la disminución de oportunidad de convivir con otros, ya que antes de la pandemia no lo hacía.

Otros aspectos referidos en el presente estudio fueron el dolor de cabeza, cansancio, la irritabilidad e insomnio, este último se evaluó con el puntaje más alto, similar a lo reportado por Aquino, (2016) quien afirma que el dolor de cabeza, la fatiga y el insomnio se agudizan ante entrega de trabajos finales en la escuela; sin embargo, para el caso de Adam los síntomas son continuos y persistentes.

## Conclusiones

El tiempo en pantalla de Adam sobrepasa lo recomendado, y afecta el desarrollo de otras actividades diarias como con las tareas del hogar, actividad física y el tiempo de sueño. Por lo que Adam puede considerarse un adolescente con uso excesivo o problemático a los DMs. Lo que constituye un factor de riesgo para su salud (Pediatrics, 2020) y rendimiento académico.

Sin embargo, la afectación es mayor sobre factores físicos en comparación con los psicológicos. Se distinguen las zonas corporales más dañadas por el uso de los DMs la región tenar y articular de primer dedo de la mano dominante, la columna cervical y dorsal, y las piernas. Por otro lado, en cuanto al aspecto emocional, paradójicamente su uso excesivo de los DMs previa al confinamiento, resultó ser un factor protector, ya que la vida social y emocional del adolescente no cambió.

## Referencias

- Aquino López, Hilde Eliazar. (2016). Condiciones de salud de jóvenes universitarios y aprendizaje somático, La autoconsciencia a través del movimiento, Método Feldenkrais. En Torres Hernández R (Ed.). Memoria electrónica del Congreso Nacional de Investigación Educativa. *Comie.org.mx*, 1-14.  
<http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/1847.pdf>
- Asensi Díaz, Jesús. (2003). La violencia en las instituciones escolares. *Tendencias Pedagógicas*, 8(8), 89-98.  
<https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:ywmUZ8sF50YJ:https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/1831/1939+&cd=2&hl=es-419&ct=clnk&gl=mxhttps://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/1831>
- Basantes, Andrea, Naranjo, Miguel, Gallegos, Mónica, y Benítez, Nhora. (2017). Los dispositivos móviles en el proceso de aprendizaje de la facultad de educación ciencia y tecnología de la universidad técnica del norte de Ecuador. *Formación Universitaria*, 10(2), 79-88. <https://doi.org/10.4067/S0718-50062017000200009>
- Calderón-Loeza, Gloria Yaneth y Sanchez-Escobedo Pedro. (2021). Impacto del uso de dispositivos móviles en el aprendizaje de estudiantes adolescentes. *Emerging Trends in Education*, 3(6), 31-50. <https://doi.org/10.19136/etie.a3n6.4040>

- Carbonell, Xavier, Fúster, Hector, Chamarro, Andrés y Oberst, Ursula. (2012). Adicción a internet y móvil: Una revisión de estudios empíricos Españoles. *Papeles Del Psicólogo*, 33(2), 82–89. <http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/2096.pdf>
- Díaz-Vicario, Anna, Mercader, Juan y Gairín Sallán, Joaquín. (2019). Uso problemático de las TIC en adolescentes. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 21(1), 1–11. <https://doi.org/10.24320/redie.2019.21.e07.1882>
- Elhai, Jon, Dvorak Robert, Levine Jason, y Hall Brian. (2017). Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of Affective Disorders* 207, 251–259. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.030>
- Gómez, Alejandro y Hernández, Susana. (2015). Violencia hacia docentes: la otra cara de la violencia escolar. En memoria electrónica: XIII Congreso Nacional de Investigación Educativa, 13, 1–13. <http://explora.ajusco.upn.mx:8080/jspui/handle/123456789/881>
- Grané Mariona. (2015). Infancia y pantallas, crecer con las TIC. En Roca, G. (Coord.) *Las nuevas tecnologías en niños y adolescentes. Guía para educar saludablemente en una sociedad digital*. Sant Joan de Déu Barcelona (ed) 47–63. <http://faros.hsjdbcn.org>
- Guerrero, Lucy Mónica, Ugarriza, Leonor Lenia Indra, y Ysidro, Alicia Patricia. (2017). Asociación entre los trastornos musculoesqueléticos, tendinitis de Quervain y la tenencia del smartphone en pobladores de la comunidad cristiana Agua Viva del distrito de Los Olivos. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Sedes Sapientiae, Facultad de Ciencias de la Salud, Perú] <http://repositorio.ucss.edu.pe/handle/UCSS/203>
- Kee, In-Kyung, Byun, Jin-Seok, Jung, Jae-Kwang y Choi, Jae-Kap. (2016). The presence of altered craniocervical posture and mobility in smartphone-addicted teenagers with temporomandibular disorders. *Journal of Physical Therapy Science*, 28(2), 339–346. <https://doi.org/10.1589/jpts.28.339>
- Kim, Hyo-Jeong y Kim, Jin-Seop. (2015). The relationship between smartphone use and subjective musculoskeletal symptoms and university students. *Journal of Physical Therapy Science*, 27(3), 575–579. <https://doi.org/10.1589/jpts.27.575>
- Labrador, Francisco, Requesens, Ana, y Helguera, Maité. (2015). Guía para padres y educadores sobre el uso seguro de internet, móviles y videojuegos. *Fundación Gaudium*, (39) p 1-72. <https://doi.org/10.3916/C40-2013-03-03>
- Lancheros Maldonado, Marcy Jeanette, Amaya Mancilla, Maria Alexandra y Baquero Buitrago, Luz Ángela. (2014). Videojuegos y adicción en niños - adolescentes: una revisión sistemática. *Revista Electrónica de Terapia Ocupacional Galicia*, 11(20), 1-22. <http://www.revistatog.com/num20/pdfs/revision2.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y la Cultura. (2017). Informe de los objetivos de desarrollo sostenible 2018. Informe de los objetivos de desarrollo sostenible 2017. Nueva York. [https://doi.org/10.18356/70388b69-eshttps://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/37139/1/S1420568\\_es.pdf](https://doi.org/10.18356/70388b69-eshttps://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/37139/1/S1420568_es.pdf)
- Pediatrics American Academy. (2016). Council on Communications and Media. Media and young minds . (2016). *Pediatrics*. 138(5), 1-20. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2593>
- Pediatrics American Academy (2020). Recomendaciones para el consumo mediático de los niños. *Healthy Children.Org*. <https://www.healthychildren.org/Spanish/news/Paginas/aap-announces-new-recommendations-for-childrens-media-use.aspx>
- Peñuela Epalza, Martha, Paternina del Rio, Juan, Moreno Santiago, Diana, Camacho Pérez, Laura, Acosta Barrios Laura, y De León, Laura. (2014). El uso de los smartphones y las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios en la ciudad de Barranquilla (Colombia). *Salud Uninorte*, 30(3), 335–346. <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/salud/article/viewFile/5787/7015>

- Prensky, Marc. (2001). Nativos Digitales, Inmigrantes Digital Por Marc Prensky On the Horizon, 9(5): 1-5. [https://www.marcprensky.com/writing/Prensky-NATIVOS E INMIGRANTES DIGITALES \(SEK\).pdf](https://www.marcprensky.com/writing/Prensky-NATIVOS E INMIGRANTES DIGITALES (SEK).pdf)
- Ramírez Rodríguez, Ilse Alejandra y Cruz Sancho, Lorena. (2017). Uso excesivo del teléfono celular por adolescentes, aspectos contraproducentes. [Tesis para obtener las materias de seminario de titulación I, seminario de titulación II y proyecto final de la investigación, Universidad Maya, Centro de formación profesional de Chiapas Maya, Tapachula, Chiapas, México]
- Reimers Fernando. M. y Schleicher, Andreas. (2020). A framework to guide an education response to the COVID - 19 Pandemic of 2020. Oecd, 1–40. [https://www.hm.ee/sites/default/files/framework\\_guide\\_v1\\_002\\_harward.pdf](https://www.hm.ee/sites/default/files/framework_guide_v1_002_harward.pdf)
- Rico Maria Nieves, Rodríguez Jorge, Trucco Daniela, Hopenhayn Martín, González Alemán Joaquín, Jun Hai Kyung y Mefalopulos Paolo. (2014 septiembre). Derechos de la infancia en la era digital. Desafíos: Boletín de la infancia y adolescencia sobre el avance de los objetivos de desarrollo del milenio. Unidad de distribución CEPAL, UNICEF- Oficina Regional para América Nátoma y el Caribe. Santiago de Chile 18:1-12
- Sánchez Escobedo, Pedro y Calderón Loeza, Gloria Y. (2020). Uso del Dispositivos Móviles en estudiantes de secundaria de Yucatán. In Innovation & Practice in Education (Ciata.org) [https://www.researchgate.net/publication/343040982\\_Tecnologia\\_Innovacion\\_y\\_Practica\\_Educativa](https://www.researchgate.net/publication/343040982_Tecnologia_Innovacion_y_Practica_Educativa)
- Sánchez Escobedo, Pedro y Calderón Loeza, Gloria Y. (2021). Uso y efectos del Dispositivo Móvil en Universitarios de Yucatán (in press). In Memorias XI CIDU.
- Secretaria de Salud, Gobierno de México. (2020). Lineamiento para la atención de pacientes por COVID-19. [https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/04/Lineamiento\\_Clinico\\_COVID-19\\_CCINSHAE\\_14022020.pdf](https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/04/Lineamiento_Clinico_COVID-19_CCINSHAE_14022020.pdf)
- Simón Laura, Aibar Alberto, García-González Luis, Abós Ángel y Sevil Javier. (2019). “Hyperconnected” adolescents: Sedentary screen time to gender and type of day. European Journal of Human Movement, 43(1), 49–66. [https://www.researchgate.net/publication/338422394\\_HYPERCONNECTED\\_ADOLESCENTS\\_SEDENTARY\\_SCREEN\\_TIME\\_ACCORDING\\_TO\\_GENDER\\_AND\\_TYPE\\_OF\\_DAY](https://www.researchgate.net/publication/338422394_HYPERCONNECTED_ADOLESCENTS_SEDENTARY_SCREEN_TIME_ACCORDING_TO_GENDER_AND_TYPE_OF_DAY)
- Sohn, Samantha, Rees, Phillipa, Wildridge, Bethany, Kalk, Nicola J. y Carter, Ben. (2019). Correction to: Prevalence of problematic smartphone usage and associated mental health outcomes amongst children and young people: A systematic review, meta-analysis and GRADE of the evidence. BMC Psychiatry, 19(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2393-z>