



# Jenna Ortega confessa que les xarxes socials afecten la seva salut mental

[inicentrareport]Les xarxes socials poden arribar a ser molt tòxiques. Tant que a vegades preferiries no tenir-ne. Però, **què passa si la teva feina t'obliga a estar present a les xarxes?**

Això és el que li passa a l'actriu Jenna Ortega, protagonista de la sèrie *Miércoles*. Ella explicava a *Variety* que "quan era més jove ens duïen a classes de comunicació: Disney 101 o alguna cosa així. Va ser una experiència lletja. Ens deien: **'posareu posts tres cops al dia. Així és com aconseguir i capteu seguidors i promocióneu la nostra sèrie'**".

**"Entraves en un càsting o a una reunió i et preguntaven quants seguidors tens"**, confessava l'actriu. I és que en el món del cinema, es busca el màxim rendiment possible i, si veuen que no tens gaire moviment a Instagram o pocs *followers*, ja no els interessen.

L'actriu també parla sobre el mal que li fan les xarxes socials a la seva salut psicològica i emocional. "Les xarxes socials, el que fan a la gent de la nostra edat, **és un joc competitiu i de comparació, influeixen en la mentalitat popular, manipulen**", deia a una entrevista amb *Fanning*.

A més, admetia que no se sent còmode a les xarxes. **"Després de la sèrie em posa nerviosa compartir o dir alguna cosa sobre el que sigui, o ser jo mateixa"**. A ella li agradaria preservar la seva intimitat, però no pot perquè als càstings li demanen que sigui coneguda.

[ficentrareport]