

## Impacto de la Infodemia sobre la Salud Mental de Jóvenes Universitarios en Temuco (Chile): Un Estudio Exploratorio.

### *Impact of the Infodemia on the Mental Health of Young University Students in Temuco (Chile): An Exploratory Study*

✉ Eduardo Sandoval-Obando<sup>1\*</sup> 

✉ Dayanne González-Navarro<sup>1</sup> 

✉ Nicolás González-Riffo<sup>1</sup> 

✉ Cristian Ortiz-Palacio<sup>1</sup> 

✉ Vicente Ortiz-Gutiérrez<sup>1</sup> 

#### Resumen

El uso de redes sociales por parte de adultos emergentes se incrementó durante la pandemia explicado en parte por la implementación de períodos prolongados de confinamiento y distanciamiento físico. Por consiguiente, el estudio tuvo como propósito comprender el impacto de la infodemia sobre la salud mental de jóvenes pertenecientes a una Universidad Privada en Temuco (Chile), mediado por el uso de redes sociales. Metodológicamente, se adoptó un enfoque cualitativo mediante un diseño exploratorio, transversal y no experimental. La muestra de tipo no probabilística e intencional quedó conformada por 16 estudiantes (62,5% mujeres y 37,5% hombres) pertenecientes a una Universidad Privada en Temuco (Chile), con una edad promedio de 22 años, residentes en contexto urbano (68,75%) y rural (31,25%) respectivamente. La recolección de datos se realizó mediante entrevistas semiestructuradas, cuyos relatos fueron sistematizados mediante análisis de contenido. Los resultados mostraron que los participantes utilizaron las redes sociales para comunicación y entretenimiento. No obstante, suelen preferir el contacto presencial por sobre la virtualidad. Además, se observó que el uso problemático de las redes sociales genera confusión y ansiedad, instalando la infodemia como fenómeno emergente. Finalmente, aquellos jóvenes que utilizaron significativamente las redes sociales reportaron sentimientos de soledad y falta de apoyo social, reafirmando la necesidad de futuras investigaciones en esta temática.

**Palabras clave:** Redes sociales, infodemia, adultez emergente, autoconcepto, salud mental.

#### Abstract

Social media use by emerging adults increased during the pandemic, explained in part by the implementation of prolonged periods of confinement and physical distancing. Therefore, the purpose of the study was to understand the impact of the infodemic on the mental health of young people belonging to a Private University in Temuco (Chile), mediated using social media. Methodologically, a qualitative approach was adopted through an exploratory, cross-sectional and non-experimental design. The non-probabilistic and intentional sample was made up of 16 students (62.5% women and 37.5% men) belonging to a Private University in Temuco (Chile), with an average age of 22 years, residing in urban (68.75%) and rural (31.25%) contexts respectively. Data collection was carried out through semi-structured interviews, whose stories were systematized through content analysis. The results showed that participants used social media for communication and entertainment. However, they usually prefer face-to-face contact over virtuality. Furthermore, it was observed that the problematic use of social media generates confusion and anxiety, establishing the infodemic as an emerging phenomenon. Finally, those young people who used social media significantly reported feelings of loneliness and lack of social support, reaffirming the need for future research on this topic.

**Keywords:** Social networks, infodemic, emerging adulthood, self-concept, mental health.

<sup>1</sup>Universidad Autónoma de Chile [Temuco, Chile]

\* Autor de correspondencia.

**Citación de este artículo:** Sandoval-Obando, E., González-Navarro, D., González-Riffo, N., Ortiz-Palacio, C. y Ortiz-Gutiérrez, V. (2025). Impacto de la Infodemia sobre la Salud Mental de Jóvenes Universitarios en Temuco (Chile): Un Estudio Exploratorio. *ReHuSo*, 10(2), 114-124. <https://doi.org/10.33936/rehuso.v10i2.6622>

**Recepción:** 10 de abril del 2024

**Aceptación:** 24 de abril del 2025

**Publicación:** 18 de julio del 2025

Este obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento 4.0 Internacional



## Introducción

En la actualidad, los jóvenes no se interesan por los medios convencionales para adquirir información (Negredo et al., 2020), sino que utilizan las redes sociales para diversos fines y tareas. Así, los periodos prolongados de confinamiento implementados durante la pandemia incidieron en un aumento en el uso de dispositivos electrónicos y redes sociales, como herramientas vitales para la vida social, escolar y profesional (Cívico et al., 2021; Armstrong-Gallegos y Sandoval-Obando, 2023). De hecho, a través de los diversos dispositivos móviles y plataformas en línea, los jóvenes consumen cotidianamente grandes cantidades de información (Sandoval-Obando, 2020). En dicho contexto, emerge la infodemia, caracterizada como información científica mezclada con datos imprecisos e incorrectos, además de rumores, datos manipulados y falsos expertos, que dificultan el procesamiento y discernimiento por parte del receptor.

Lo anterior, obstaculiza el acceso a fuentes confiables para la toma de decisiones (García et al., 2021). La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) enfatizó que la desinformación sobre la pandemia fue perjudicial, generando afectaciones en la salud física y mental, además de una mayor estigmatización e invisibilización de los avances en salud. Un ejemplo de esto ocurrió durante la pandemia en Monterrey (México), donde un grupo de personas pretendían quemar un hospital dispuesto para el tratamiento de personas contagiadas con COVID-19 debido a la falta de información y el miedo que generaba el contagio (Chio, 2020). Por su parte, Sued (2020) comprobó la existencia de contenidos desinformativos en la plataforma YouTube, específicamente en la incidencia del algoritmo que orientan los procesos de recomendación de información, lo que contribuyó a fortalecer movimientos “antivacunas” (Calvo et al., 2022).

Existe evidencia de que el uso problemático de dispositivos tecnológicos se asocia a una amplia variedad de riesgos potenciales para la salud de niños/as y jóvenes (Rodríguez et al., 2023). Se pudo observar que, durante la última década, el uso de internet mediado a través de dispositivos móviles generó una adicción del 47,4% de los/as usuarios/as (Carbonell, 2018; Qudah et al., 2019). Igualmente, estuvo relacionado con factores de riesgo como la baja autoestima y disminución de la satisfacción con la vida, depresión y ansiedad (Błachnio y Przepiórka, 2018), aumentando el sedentarismo y la obesidad, sumado a un deterioro en la calidad de vida (Stiglic y Viner, 2019). En Brasil, Navarro (2023) encontró que el 70% de los jóvenes de entre 10 y 19 años pasaban más de dos horas al día frente a una pantalla. Mientras que en Chile, Bianchi (2022), observó que el 52,3% de los encuestados pasaba más de cinco horas al día en las redes sociales durante la pandemia de COVID-19 y el 30% usaba las redes sociales entre tres y cinco horas al día. En el 2023 las redes sociales más utilizadas por los chilenos son Tik Tok e Instagram siendo usadas por el 73,4% y 61,9% de la población (Kemp, 2023).

Por ende, la masificación de noticias falsas trajo consigo diversas problemáticas, especialmente en los jóvenes, quienes son más propensos a informarse mediante las redes sociales, incluyendo contenidos que propagan confusión y ansiedad entre los usuarios (Patel et al., 2020) provocando una pérdida del control de sí mismo, estrés, ansiedad, tristeza y soledad, con deterioro potencial de la salud mental (Vásquez et al., 2020). Por su parte, Mendiguren et al., (2020), sostienen que un 87% de los jóvenes reconoce haber dado por verídica información que no lo era.

Desde el punto de vista evolutivo, los jóvenes universitarios se encuentran cursando la adultez emergente (AE), situada entre los 18 y 29 años (Barrera y Vinet, 2017). En esta etapa, los jóvenes se encuentran en un proceso de exploración de identidad, en donde las redes sociales juegan un papel fundamental. Al respecto, Castro y Charry (2019), nos indican que el uso excesivo de estas plataformas puede influir negativamente en su autoconcepto, generando comparaciones constantes y una percepción distorsionada de la realidad. Del mismo modo, Cadena y Cardozo (2021) observaron que los individuos que estaban en situación de confinamiento y aislamiento obligatorio debido a la pandemia tuvieron una percepción más baja de su autoconcepto. Por su parte, Díaz (2019) menciona que una persona con bajo autoconcepto, usa de manera inadecuada las redes sociales ya que reducen el sentimiento de soledad e incrementan la percepción de apoyo social. A partir de lo anterior, el estudio tuvo como propósito comprender el impacto de la infodemia sobre la salud mental de jóvenes pertenecientes a una Universidad Privada en Temuco (Chile), mediadas por el uso de redes sociales, contribuyendo a la generación de saberes y experiencias relacionadas con el uso responsable de estas plataformas y la prevención de trastornos de salud mental en jóvenes universitarios situados en la sociedad de postpandemia.

## Metodología

### Paradigma

La investigación se fundamentó en el enfoque cualitativo, centrada en profundizar la comprensión del fenómeno de estudio a través de las experiencias subjetivas vividas por los sujetos en sus contextos cotidianos (Bejarano, 2016). Destaca la importancia de sistematizar las experiencias subjetivas de los participantes, utilizando un estilo narrativo que revele las complejidades de cómo la infodemia influye en la salud mental (Finol y Vera, 2020).

### Diseño del Estudio

El estudio adoptó un carácter exploratorio, transversal y no experimental, para analizar un fenómeno emergente y poco explorado (Cortés e Iglesias., 2004). En este sentido, la transversalidad es relevante para capturar la diversidad y complejidad de las experiencias y situaciones en un contexto dado, lo que resultó fundamental para comprender la amplitud y la interconexión de los factores involucrados en el objeto de estudio (Manterola et al., 2019). Igualmente, el diseño no experimental, no consideró la manipulación de variables, razón por la cual, el fenómeno fue abordado en su contexto natural (Ramos-Galarza, 2020).

### Participantes

Se recurrió a un muestreo no probabilístico de tipo intencional (Martínez, 2019), ya que permite captar las experiencias intensas de estudiantes universitarios en relación con el impacto de la infodemia sobre la salud mental de jóvenes universitarios chilenos. En palabras de Mercado y Coronado (2021), dicha técnica se justifica en la flexibilidad para identificar participantes que enriquezcan la comprensión del fenómeno, asegurando representatividad y variedad, contribuyendo a una comprensión más holística de las temáticas abordadas.

**Tabla N° 1**

*Criterios de inclusión y exclusión de los participantes*

| Criterios de inclusión                                                                    | Criterios de exclusión                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Personas situadas en un rango etario entre 20 a 29 años de edad, sin distinción de género | Personas ubicadas en un rango etario distinto al requerido en el estudio.                                                 |
| Alumnos regulares dentro de una Universidad Privada en Temuco (Chile)                     | Que no tengan la condición de alumno regular vigente en institución universitaria privada situada en Temuco (Chile)       |
| Residir en la comuna de Temuco - región de la Araucanía (Chile)                           | Residir en una comuna y/o región diferente a la requerida en el estudio.                                                  |
| Que usen al menos una red social con una frecuencia de al menos una vez a la semana.      | Que no utilicen alguna red social de manera frecuente.                                                                    |
| Condición de salud óptima durante el desarrollo de la investigación.                      | Que presenten alguna condición de salud (física o mental) moderada o grave que afecte participación regular en el estudio |
| Participación voluntaria en el estudio                                                    | Negación a participar en el estudio                                                                                       |

En lo específico, la muestra quedó conformada por 16 estudiantes (62,5% mujeres y 37,5% hombres) pertenecientes a una Universidad Privada en Temuco (Chile), con una edad promedio de 22 años, residentes en contexto urbano (68,75%) y rural (31,25%) respectivamente. Los participantes utilizan al menos una red social durante la semana en un promedio de 4 horas diarias, sin alteraciones de salud física o mental. Se excluyeron a individuos que no cumplieran con los criterios de inclusión o que tuvieran patologías o antecedentes de comorbilidad previa en materia de salud mental.

## **Técnica de recolección de datos**

La estrategia de recolección de datos se basó en entrevistas semi estructuradas (Puga y García, 2022), permitiendo a los participantes expresar sus experiencias y perspectivas. Dicha técnica brindó flexibilidad en la conversación y la obtención de información detallada (Arias y Covinos, 2021). Del mismo modo, generó un ambiente positivo para fomentar la entrega de información, y las entrevistas individuales se eligieron para obtener una recopilación más profunda y personalizada de datos (Arias y Covinos, 2021). La elección de esta técnica se fundamenta en la necesidad de obtener una comprensión profunda y enriquecedora de las experiencias y perspectivas de los participantes, posibilitando que puedan expresar libremente sus sentimientos, deseos, opiniones y emociones en relación con la problemática investigada (Martínez, 2019; Lopezosa, 2020; Ríos, 2019).

En lo procedimental, se empleó un guión estructurado durante las entrevistas para asegurar la consistencia y relevancia en la obtención de datos (Lopezosa, 2020). Dicho guión fue sometido a un proceso de validación de pares expertos, además de una revisión sistemática en términos semánticos y léxico-culturales. Complementariamente, las entrevistas tuvieron una duración promedio de 40 minutos aproximadamente con cada participante.

## **Estrategia de Análisis**

En este estudio, se recurrió al análisis de contenido por su eficacia en explorar las complejidades de las comunicaciones. Se enfoca en clasificar elementos explícitos en categorías, permitiendo identificar ideas implícitas y comprendiendo las relaciones entre emisor y receptor. Es esencial para describir tendencias y semejanzas en el discurso, facilitando una exploración profunda del fenómeno estudiado (Barredo Ibáñez, 2015).

Procedimentalmente, se realizó una codificación para organizar y seleccionar los segmentos del relato que tienen mayor relevancia para el estudio. Luego, los códigos fueron organizados entre sí, mediante criterios semánticos, temáticos y de repetición. Posteriormente, y tras un proceso de comparación constante y saturación teórica de los datos, emergieron las macro categorías, posibilitando una comprensión más profunda de las experiencias y relatos aportados por los sujetos.

## **Criterios Éticos y de Calidad**

El protocolo de investigación se desarrolló de acuerdo con los principios éticos de la Declaración de Helsinki (1964) y lo sugerido por la American Psychological Association (2017). Específicamente, se utilizó consentimiento informado, propiciando rigurosamente la confidencialidad y la minimización de riesgos para los participantes (Viorato y Reyes, 2019). Dichos aspectos son cruciales para garantizar la integridad y la ética en la investigación, protegiendo los derechos y el bienestar de los participantes.

Los criterios de rigor científico que orientaron el estudio fueron la credibilidad, la que se aseguró mediante transcripciones precisas y notas de campo detalladas, permitiendo una comprensión profunda de los datos recopilados. Para garantizar la confirmabilidad, se mantuvo la neutralidad de los investigadores durante todo el proceso y se utilizó un instrumento de investigación apropiado, asegurando así la objetividad en la sistematización e interpretación de los datos. En cuanto a la transferibilidad, se propició una descripción exhaustiva de la población estudiada y el contexto de la investigación, permitiendo a otros investigadores evaluar la aplicabilidad de los hallazgos en otros contextos, grupos y poblaciones (Viorato y Reyes, 2019).

## **Resultados**

Los resultados de esta investigación se obtuvieron a partir de la realización de 16 entrevistas semiestructuradas a estudiantes pertenecientes a una Universidad Privada en Temuco (Chile). Tras un proceso de análisis e interpretación de los datos, emergieron un total de 55 códigos, los que, a su vez, fueron organizados en 15 categorías. Posteriormente, tras un proceso de saturación teórica en los datos, se obtuvieron un total de 4 macro categorías.



En cuanto a la primera macro categoría, “Implicancias del uso de redes sociales”, estuvo conformada por 8 categorías y 25 códigos, en donde estas categorías hacen referencia a motivos por los cuales se comenzó a utilizar las plataformas de redes sociales, forma de uso, el tiempo dedicado a cada una de estas o si los entrevistados consideran que el tiempo invertido es un problema para ellos, de igual manera, explora la percepción que tienen las personas sobre la veracidad y confiabilidad de la información que se difunde en redes sociales.

“La primera fue WhatsApp como aplicación de mensajería instantánea. Porque bueno, todo el mundo lo estaba usando en ese momento, era la manera más fácil y rápida de comunicarme con mis compañeros de colegio en ese entonces, combinando llamadas de audio y video” (C.C, 04/08/23) “Yodiría que en ese tiempo estaba muy de moda, un juego que se llamaba Pet Society. La principal razón para crearme Facebook fue ese juego”. (J.N, 06/08/24)

Un rasgo relevante, manifestado por los estudiantes fue la marcada tendencia de utilización tanto de WhatsApp (como sistema de mensajería instantánea) e Instagram y Facebook como las redes sociales más utilizadas durante la pandemia. Todos los entrevistados las empleaban para comunicarse con sus conocidos, uso al que le dedicaban varias horas al día, al respecto, comentaban que en un principio existieron dificultades al momento de generar un control, a pesar de esto, manifiestan encontraron un equilibrio que, desde su percepción, les permitió mantener un uso adecuado, ya no significando un problema para su vida diaria:

“Todo el mundo usa WhatsApp para contactar con la familia, es más fácil. Instagram amigos, que, aunque no tengan cierto interés en común, todo el mundo usa Instagram, entonces, ahí es más fácil contactarlos” (C.C, 12/07/2023). “Yo creo que los lapsos donde más usaba el teléfono era cuando conversaba con mis amigos. Yo creo que unas 4 horas o 5 horas (en la pandemia)” (J.N, (06/08/24).

En cuanto a la información a la que suelen acceder los universitarios dentro de estas plataformas, se evidenció que los jóvenes cuando ven noticias suelen triangular la información avistada buscando diferentes puntos de vista, mediante la comparación con páginas existentes en redes sociales o acudiendo a otras fuentes más especializadas, tales como el periódico digital, con la finalidad de identificar si esta información es real o falsa:

“Mire, hoy yo no veo televisión, pero quizá es por lo mismo, porque en las redes sociales y en quizás en Youtube u otro tipo de plataforma hay harta información y en realidad si uno busca bien está toda la información que uno necesita, si es cosa de que uno tenga las ganas de buscarlo y puede encontrar cosas específicas” (M.S, 05/08/2023).

Con respecto a la motivación inicial que llevó a los jóvenes a utilizar las redes sociales, la mayoría señaló que comenzó a usarlas para socializar y evitar sentirse excluidos o distanciados de la comunidad. Se debe agregar que, en las redes sociales existen ciertos fenómenos, por ejemplo, la mayoría de las personas notó que los usuarios de estas plataformas se comparan en términos físicos y materiales, incluso algunos manifestaron que, esta comparación les generaba o les había generado inseguridad al medir sus vidas en comparación con la de los demás:

“La verdad es que sí lo he hecho. Cuando suelo ver una noticia que realmente es de mi interés, la abro, leo y suelo buscar en todo lo que es Internet, tal vez más en páginas académicas. Más información respecto a eso. No me gusta cómo quedarme como con solo lo que veo ahí, sino que tal vez buscar más” (A.M, 14/07/2023). “Intento investigar un poco más para ver si eso, lo que dicen es verdad.” (G.M, 04/08/2023).

Con respecto a la macro categoría “Contexto de pandemia”, esta se conformó mediante la unión de 2 categorías, las cuales tienen como nombre “Percepción y necesidades identificadas de los adultos emergentes que estudiaron a través de la educación en línea” y “Estrategias de afrontamiento de los adultos emergentes y su visión sobre las medidas epidemiológicas implementadas en contexto de pandemia”, en donde se profundiza en las apreciaciones de los entrevistados respecto a su grado de adaptación a los cambios implementados para suplir las necesidades del contexto pandemia, principalmente en el ámbito académico, así también, conocer sus opiniones respecto a las medidas epidemiológicas impuestas y su impacto en la forma que manejan redes sociales:

“A ver cómo lo digo, aprendo mucho mejor estando frente a mi profesor de manera en la que yo pueda interactuar más” (A.C, 06/08/2023). “Entonces hay hartos contenidos ahí que yo los vi de manera online y



a lo mejor no, no, no los incorporé, de la manera en como lo habría hecho, si las hubiese tenido presencial. Entonces ahí igual tenía que seguir repasando... creo que eso puede ser perjudicial o dejar vacíos en la formación profesional al corto plazo" (D.U, 14/07/2023).

De esta forma, se obtuvieron opiniones divididas respecto a las medidas epidemiológicas implementadas durante la pandemia. Por un lado, cierta actitud de resistencia y porfía respecto a las restricciones, y en otros casos, una actitud de obediencia y respeto. No obstante, con respecto a las necesidades académicas durante la pandemia, aflora la necesidad de interacción social presencial como un factor clave para el desarrollo académico y profesional de los participantes, ya que los jóvenes sostienen que no sólo van a estudiar, sino también a relacionarse con sus amigos:

"Aquí en Carahue tampoco había tantas restricciones y si había Igual tampoco era que la respetara mucho" (G.M, 04/08/2023). "También porque no es solo clase y estudio y aprender. También es socializar, quizás ver a las personas cara a cara, ver la forma como interactúan con las demás personas y también como profesor, uno también tiene que adoptar ciertas habilidades y formas de comunicarse con la gente" (G.M, 04/08/2023).

En otro ámbito, la macrocategoría "Aspectos sociodemográficos y relaciones sociales" la cual se construyó mediante cuatro categorías que abordan diferentes temáticas como "Identificación de los adultos emergentes", "Principales relaciones sociales y de apoyo que sostienen los adultos emergentes", "Autoconcepto de los adultos emergentes y la relación que existe con su perfil de redes sociales" y "Principales actividades que los participantes realizan para recrearse y gestionar el estrés", donde se describieron antecedentes personales de los jóvenes desde su propia visión, abarcando temáticas como su contexto familiar y redes de apoyo, actividades personales, pasatiempos, actividad laboral y académica. Respecto a la imagen que los adultos emergentes tenían de sí mismos, se denota una opinión y/o definición vaga sobre su propia persona, destacando la común repetición de su rol universitario y edad por sobre otras características personales; respecto a las redes de apoyo se solía mencionar familiares y amistades, sin hacer alusión a otras redes:

"Eh, hola buenas mi nombre es M.S, tengo 23 años, estoy estudiando en la carrera de nutrición y dietética de una Universidad Privada en Temuco (Chile), y eso no, no hablo mucho de mí, la verdad" (M.S, 05/08/2023). "Respecto a las redes de apoyo. Principalmente cuando tengo algún problema, recorro a lo que es amistades, tengo una mayor cercanía con ellos y más confianza que con respecto a mi familia. También en ocasiones a familiares más cercanos con los que tengo más afinidad" (M.S, 05/08/ 2023).

Por otra parte, la macro categoría "Participación en redes sociales", se compuso de un total de 3 categorías y 12 códigos, las cuales van desde "Principales usos que los adultos emergentes le asignan a las redes sociales y cuáles son aquellas de las que forman parte en calidad de usuario", "Vías de interacción y preferencias al comunicarse de los adultos emergentes en contexto de la era digital" y por último "Métodos de comunicación e información a los que acudirían ante la ausencia de redes sociales", en donde se abarcaron las preferencias de vías de contacto que tienen los jóvenes, comprendiendo el abanico de opciones existentes en estas redes, conocer el propósito por el cual comparten contenido, y cómo interactúan en ellas, lo que permitió explorar el grado de exposición de sus vidas personales en estas plataformas:

"Lo mismo, porque ya estamos hablando del pasado donde había otro tipo de plataforma para volver a escuchar radios, tal vez el diario, pero eso ya sería más engorroso. Yo creo que en lo personal no soy como muy fan de estar siempre pendiente de las noticias, entonces creo que tal vez cuando lo necesitara podría acudir a algunas de las mencionadas para buscar información.". (A.M, 04/08/2023). "Yo creo que tendríamos que recurrir nuevamente a... A lo de la televisión, empezar nuevamente a ver noticias por la tele. O también recurrir nuevamente a la radio" (M.J, 06/08/2023).

En lo específico, se logró identificar que la mayoría de los participantes tienden a preferir un contacto presencial, por sobre el contacto a través de redes sociales, debido a que consideran existe una mayor fidelidad a la hora interpretar los mensajes, por factores como el lenguaje no verbal, haciendo que la comunicación presencial sea de mayor calidad bajo su percepción, en contraste, consideran que en las redes sociales se tiende a limitar y/o tergiversar el mensaje.

Otro punto importante, es el propósito por el cual comparten contenido en las redes sociales, los cuales han sido muy variados, desde propósitos laborales a simple entretención, pese a esto, mencionan que le otorgan una baja importancia

a las reacciones o interacciones que tengan sus pares sobre estas publicaciones:

“No, o sea, no sé si tanto, pero sí se entiende como a veces cómo van a interpretar los mensajes, la forma que lo que la interpretación que le daban los mensajes no es la misma que contacto presencial, por ejemplo, nos en los gestos, la forma de decir las cosas en redes sociales como todo más plano y depende mucho del receptor en la interpretación que le da el mensaje. Entonces, esto en presencial, obviamente no basta, entonces por eso son más cómodos de tener como una comunicación más efectiva” (P.G, 02/08/2023).

## Discusión

El estudio sobre el impacto de la infodemia en la salud mental de estudiantes universitarios en Temuco (Chile), revela diversas dinámicas relacionadas con el uso de redes sociales y su influencia en el bienestar emocional. En primer lugar, se identificó que aunque los jóvenes tienden a triangular la información de redes sociales con fuentes oficiales (por ejemplo: medios de prensa digital), una parte significativa no profundiza en los contenidos revisados, limitándose a la primera fuente que encuentran en las plataformas que cotidianamente emplean. Este hallazgo contrasta con estudios en España, donde se reporta que la mayoría de los usuarios no distingue adecuadamente entre noticias verdaderas y rumores, debido a la dificultad inherente para diferenciar entre información veraz y desinformación (Asociación de Internautas, 2018).

Asimismo, el uso intensivo de redes como Instagram y TikTok se asoció con sentimientos de soledad y falta de apoyo social. Pérez y Quiroga-Garza (2019) ya habían señalado que las personas con mayor sensación de soledad recurren al uso excesivo de redes como un mecanismo de afrontamiento temporal, lo que puede afectar su capacidad a futuro para lidiar con el malestar emocional. Este uso excesivo se vincula con una disminución de la felicidad, satisfacción vital y autoestima, además de un aumento de síntomas relacionados con la ansiedad, depresión, y en algunos casos, riesgo de ideación suicida (Romero y Aznar, 2019; Orlowski, 2020; Chai et al., 2019; Huang, 2020).

Otro hallazgo cualitativa emergente es el fenómeno de la comparación entre pares en redes sociales, especialmente en plataformas como Instagram y TikTok. Aunque Restrepo y Quirama (2020) afirman que estos sentimientos no se ven afectados por la soledad, sino por el bienestar percibido en relación con la aprobación de la propia imagen, Otálvaro Muñoz (2022) afirma que las mujeres son más propensas a compararse en términos físicos, estéticos y sociales, lo que afecta su bienestar. El fenómeno de comparación, que también afecta a los hombres aunque en menor medida, está relacionado con la percepción de la autoimagen y el bienestar general que usualmente adquiere relevancia durante la adultez emergente.

En el contexto de la pandemia, se observó un aumento significativo en el uso de redes sociales, atribuido a la búsqueda de información, clases online, juegos en línea y compras por internet (Ochoa y Barragán, 2022; Iglesia et al., 2020). No obstante, el uso de redes también puede ofrecer beneficios, como la sensación de conexión social, apoyo percibido y reducción de la soledad, especialmente en individuos con ansiedad ante la interacción social (Pertegal et al., 2019). Estas plataformas han sido reconocidas como un espacio de socialización y entretenimiento por los jóvenes, quienes no perciben su uso intermitente como problemático, sino como una herramienta funcional para la comunicación diaria (Del Prete y Pantoja, 2020; González, 2022).

En segundo lugar, y en lo relacionado a los términos de acceso a información académica, los estudiantes reportaron utilizar plataformas como Scielo y Google Académico. Sin embargo, Quiróz (2020) advierte que estas fuentes pueden ofrecer contenido personalizado pero no siempre confiable. La propagación de información errónea en la era digital, a través de rumores y teorías de conspiración, ha generado ansiedad entre los jóvenes, particularmente durante la pandemia (Van Bavel et al., 2020; Basterra y Cabrera, 2021). Este fenómeno puede ser el resultado de un uso inadecuado de las redes sociales, que afecta la salud mental de los adultos emergentes.

En tercer lugar, el estudio identificó dificultades entre los participantes para hablar de sí mismos, lo que El-Khoury et al. (2021) vinculan con el uso intensivo de redes sociales, baja autoestima, autoconocimiento disminuido y síntomas depresivos. Dichos resultados concuerdan con estudios previos que asocian el uso frecuente de redes sociales con una autoimagen negativa y problemas de salud mental (Kaparounaki et al., 2020; Liu, Wright y Hu, 2018; Yeomans et al., 2021).

Sin embargo, es importante destacar que el presente estudio no empleó instrumentos clínicos para evaluar el estado socioemocional de los jóvenes, limitando así la precisión de los hallazgos en este ámbito.

En cuarto lugar, el uso excesivo de redes sociales también ha generado tensiones en las relaciones familiares, debilitando el vínculo entre padres e hijos (Abi-Jaoude et al., 2020). Además, las mujeres parecen ser más vulnerables a los efectos negativos de las redes, como el estrés y la ansiedad (Jakobsson et al., 2018; Fernández y Peña, 2020), lo que contribuye al desarrollo de una autoimagen negativa y refuerza la complejidad de las emociones suscitadas por el uso de redes sociales (O'Reilly et al., 2020).

A pesar de los efectos adversos señalados, las redes sociales también pueden mejorar la percepción de apoyo social y fortalecer los lazos de asociatividad, aumentando la autoestima de los usuarios (Zeeni et al., 2018). Este uso positivo se relaciona con un mejor funcionamiento de regiones cerebrales asociadas con el aprendizaje y la memoria, como el hipocampo y el sistema límbico, lo que sugiere que las redes sociales no siempre generan efectos negativos (Fernández y Peña, 2020). Por otra parte, el contexto de la pandemia llevó a los jóvenes a utilizar las redes sociales como una forma de mantener interacciones sociales, facilitando la creación de vínculos de amistad y apoyo mutuo entre pares (Lavalle et al., 2020).

Estas plataformas también permitieron descubrir recursos de aprendizaje y compartir ideas con sus pares, favoreciendo su progresión universitaria (Hadjipanayis et al., 2019; Miranda-Moreno y Sandoval-Obando, 2024). Sin embargo, aunque las redes sociales ofrecen un método de interacción social a distancia, los participantes del estudio prefirieron el contacto presencial, debido a la mayor capacidad de expresión y cercanía emocional que ofrece (Agar, 2019). Este hallazgo es consistente con estudios previos en Chile, donde un 64% de los usuarios utilizaban internet como método de comunicación, pero priorizaban el contacto presencial (Zabaleta, 2017).

En otro ámbito, se resalta que, aunque los jóvenes reconocen el valor de las redes sociales como herramienta de interacción y entretenimiento (Martín y Medina, 2020), no las consideran un medio adecuado para construir relaciones interpersonales estables. Más bien, las perciben como complementarias a las interacciones cara a cara, aun cuando paradójicamente continúan siendo preferidas por su inmediatez y capacidad de satisfacer las necesidades emocionales (Boulianne y Theocharis, 2020; Calva et al., 2019). Igualmente, el estudio devela la complejidad del impacto de las redes sociales en la salud mental de los jóvenes universitarios durante la pandemia, subrayando tanto sus riesgos como sus beneficios. Si bien las redes pueden fomentar el establecimiento de redes de apoyo social entre pares, su uso excesivo está vinculado con efectos potencialmente negativos en el bienestar emocional, particularmente en términos de comparación social, ansiedad y soledad.

Con respecto a las limitaciones del estudio, tienen relación con el tamaño limitado de la muestra, razón por la cual no es posible generalizar los resultados a otros grupos, poblaciones y contextos. Asimismo, no se utilizaron instrumentos clínicos de valoración del autoconcepto, destacando la necesidad de incorporar escalas más precisas y reconocidas en estudios posteriores. Del mismo modo, esta investigación adquiere pertinencia y valor social en la sociedad de postpandemia, al abordar una temática escasamente investigada en el contexto local - regional. Finalmente, el estudio devela un conjunto de posibilidades para futuras investigaciones relacionadas con fenómenos emergentes tales como cyberbullying, caracterización de la identidad digital y autoconcepto en adultos emergentes, las implicaciones del uso problemático de las redes sociales sobre la salud mental, etc.

## Referencias Bibliográficas

- Abi-Jaoude, E., Naylor, T., y Pignatiello, A. (2020). Smartphones, social media use and youth mental health. *Cmaj*, 192(6), 136-141. <https://doi.org/10.1503/cmaj.190434>
- Agar N. (2019). *How to Be Human in the Digital Economy*. MIT Press.
- Arias, J., y Covinos, M. (2021). Diseño y metodología de la investigación [Archivo PDF]. [https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias\\_S2.pdf](https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf)
- Armstrong-Gallegos, S. y Sandoval-Obando, E. (2023). Inteligencia emocional y competencias para la atención a la diversidad en docentes chilenos durante la pandemia. *Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales (ReHuSo)*, 8(2), 17-40. Epub 05 de diciembre de 2023. <https://doi.org/10.33936/rehuso.v8i2.5751>



- Barredo Ibáñez, D. (2015). El análisis de contenido. Una introducción a la cuantificación de la realidad. *Revista San Gregorio*, 26-31. <https://doi.org/10.36097/rsan.v0i0.113>
- Barrera, A., y Vinet, E. (2017). Adultez Emergente y características culturales de la etapa en universitarios chilenos. *Scielo*, 35(1), 47-56. [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071848082017000100005&script=sci\\_arttext&lng=pt](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071848082017000100005&script=sci_arttext&lng=pt)
- Basterra, M., y Cabrera, L. (2021). Las redes sociales y su influencia en trastornos como la depresión en los jóvenes. [Tesis de grado]. Repositorio institucional Universidad de La Laguna. <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/23966>
- Bejarano, M. (2016). La investigación cualitativa. *INNOVA Research Journal*, 1(2), 1-9. <https://doi.org/10.33890/innova.v1.n2.2016.7>
- Blachnio, A., y Przybylska, A. (2018). Facebook intrusion, fear of missing out, narcissism, and life satisfaction: A cross-sectional study. *Psychiatry Research*, 259, 514-519. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.11.012>
- Boulianne, S. y Theocharis, Y. (2020). Young people, digital media, and engagement: A meta-analysis of research. *Social Science Computer Review*, 38(2), pp. 111-127. <https://doi.org/10.1177/0894439318814190>
- Calvo, D., Cano-Orón, L., Llorca-Abad, G. (2022). COVID-19 vaccine disinformation on YouTube: analysis of a viewing network. *Communication & Society*. 35 (2), 223 - 238. <https://doi.org/10.15581/003.35.2.223-238>
- Calva, D., Galarza, A., y Sare, F. (2019). Las redes sociales y las relaciones interpersonales de las nuevas generaciones de ecuatorianos. *Revista Conrado*, 15(66), 31-37. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1990-86442019000100031](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000100031)
- Carbonell, X. (2018). La Supuesta Adicción a las Redes Sociales. In *Estudos sobre as Dependências: Contributos para a Prática* (pp. 219-238). Axioma - Publicações da Faculdade de Filosofia. [https://doi.org/10.17990/axi/2018\\_9789726973027\\_219](https://doi.org/10.17990/axi/2018_9789726973027_219)
- Castro, M., y Charry, S. (2019). Autoconcepto y uso de Instagram en estudiantes universitarios. *Universidad EAFIT*, 1(1), 1-23. <http://hdl.handle.net/10784/15885>
- Cívico, A., Cuevas, N., Colomo, E., y Gabarda, V. (2021). Jóvenes y uso problemático de las tecnologías durante la pandemia: una preocupación familiar. *Hachetepe. Revista científica De Educación Y Comunicación*, (22), 1204. <https://doi.org/10.25267/Hachetepe.2021.i22.1204>
- Chio, Y. (2020, abril 6). Queman en NL hospital cedido para atender casos de Covid-19. *La jornada*. <https://www.jornada.com.mx/noticia/2020/04/06/estados/queman-hospital-en-nl-cedido-a-atender-casos-de-covid-19-6383>
- Cortés, M., e Iglesias, M. (2004). Generalidades sobre metodología de la Investigación. [Archivo PDF]. [http://www.unacar.mx/contenido/gaceta/ediciones/metodologia\\_investigacion.pdf](http://www.unacar.mx/contenido/gaceta/ediciones/metodologia_investigacion.pdf)
- Del Prete, A., y Pantoja, S. R. (2020). Las redes sociales virtuales: Espacios de socialización y definición de identidad. *Psicoperspectivas*, 19(1). <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol19-issue1-fulltext-1834>
- El-Khoury, J., Haidar, R., Kanj, R., Bou, L., y Majari, G. (2021). Characteristics of social media 'detoxification' in university students. *Libyan Journal of Medicine*, 16(1). <https://doi.org/10.1080/19932820.2020.1846861>
- Fernández, M., y Peña, R. (2020). Percepción y uso de las redes sociales por adolescentes. *RqR Enfermería Comunitaria*, 8(1), 18-30. <https://ria.asturias.es/RIA/handle/123456789/13166>
- Finol, M., y Vera, J. (2020). Paradigmas, enfoques y métodos de investigación: Análisis teórico. *Revista Mundo Recursivo*, 3(1), 1-24. <https://atlantic.edu.ec/ojs/index.php/mundor/article/view/38>
- González, F. (2022). El uso de las redes sociales digitales en la trayectoria académica de las y los estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Valparaíso [Tesis de pregrado]. Repositorio Institucional Universidad de Valparaíso. <https://repositoriobibliotecas.uv.cl/handle/uvscl/12702>
- Hadjipanayis, A., Efstathiou, E., Altortjai, P., Stiris, T., Valiulis, A., Koletzko, B., y Fonseca, H. (2019). Social media and children: what is the paediatrician's role?. *European journal of pediatrics*, 178(10), 1605-1612. <https://doi.org/10.1007/s00431-019-03458-w>
- Huang, C. (2020). A meta-analysis of the problematic social media use and mental health. *International Journal of Social Psychiatry*. <https://doi.org/10.1177/00207640209784>
- Jakobsson, M., Josefsson, K., Jutengren, G., Sandsjö, L., y Högberg, K. (2019). Sleep duration and sleeping difficulties among adolescents: exploring associations with school stress, self-perception and technology use. *Scandinavian journal of caring sciences*, 33(1), 197-206. <https://doi.org/10.1111/scs.12621>



- Kaparonaki, C., Patsali, M., Mousa, D., Papadopoulou, E., Papadopoulou, K., y Fountoulakis, K. (2020). University students' mental health amidst the COVID-19 quarantine in Greece. *Psychiatry research*, 290, 113111. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113111>
- Kemp, S. (2023). Digital 2023: Chile. Datareportal. <https://datareportal.com/reports/digital-2023-chile>
- Liu, D., Wright, K., y Hu, B. (2018). A meta-analysis of social network site use and social support. *Computers & Education*, 127, 201-213. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2018.08.024>
- Lopezosa, C. (2020). Entrevista semiestructuradas con NVivo: pasos para un análisis cualitativo eficaz. En Lopezosa, C., Díaz-Noci, J., Codina, L. (Ed). *Anuario de Métodos de Investigación en Comunicación Social*, n. 1 (88-97). Barcelona. <https://repositori.upf.edu/handle/10230/44605>
- Manterola, C., Quiroz, G., Salazar, P., y García, N. (2019). Metodología de los tipos y diseños de estudio más frecuentemente utilizados en investigación clínica. *Revista médica clínica las condes*, 30(1), 36-49. <https://doi.org/10.1016/j.rmcl.2018.11.005>
- Martín, D., y Medina, M. (2021). Redes sociales y la adicción al like de la generación z. *Revista de comunicación y salud*, 11, 55-76. <https://doi.org/10.35669/rcys.2021.11.e281>
- Mercado, J., y Coronado, J. (2021). Manual de Temas Nodales de la Investigación Cuantitativa. Un abordaje Didáctico. (1.a ed., Vol. 1). Universidad Pedagógica de Durango. <http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/Nodales.pdf>
- Miranda-Moreno, V. M., & Sandoval-Obando, E. (2024). La educación expandida en contextos educativos formales e informales. *Región Científica*, 3(2), 2024321. <https://doi.org/10.58763/rc2024321>
- Navarro, R. (2023). The Average Screen Time and Usage by Country. ElectronicsHub. <https://www.electronicshub.org/the-average-screen-time-and-usage-by-country/>
- Ochoa, F., y Barragán, M. (2022). El uso en exceso de las redes sociales en medio de la pandemia. *Academio (Asunción)*, 9(1), 85-92. [http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2414-89382022000100085](http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2414-89382022000100085)
- O'Reilly, M. (2020). Social media and adolescent mental health: the good, the bad and the ugly. *Journal of Mental Health*, 29(2), 200-206. <https://doi.org/10.1080/09638237.2020.1714007>
- Otálvaro Muñoz, A. (2022). Comparación social en redes sociales virtuales, ¿asunto de género?. [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia. <https://hdl.handle.net/10495/32263>
- Pérez, M. G. P., y Quiroga-Garza, A. (2019). Compulsive use of networking sites, feeling of loneliness and social comparison in young people. *REDES: Revista Hispana para el Análisis de Redes Sociales*. <https://doi.org/10.5565/rev/redes.809>
- Pertergal, M., Oliva, A., y Rodríguez, A. (2019). Revisión sistemática del panorama de la investigación sobre redes sociales: Taxonomía sobre experiencias de uso. *Comunicar*, 60, 81-91. <https://doi.org/10.3916/C60-2019-08>
- Puga, J. V., y García, M. C. (2022). La aplicación de entrevistas semiestructuradas en distintas modalidades durante el contexto de la pandemia. *Revista Científica Hallazgos*21, 7(1), 52-60. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8474986>
- Qudah, M., Albursan, I., Bakhiet, S., Hassan, E., Alfnan, A., Aljomaa, S., y AL-khadher, M. (2019). Smartphone Addiction and Its Relationship with Cyberbullying Among University Students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17(3), 628-643. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-0013-7>
- Quiróz, P. Q. (2020). Fiabilidad de fuentes de internet asociado a la veracidad del conocimiento, en estudiantes. UDELAS, Chiriquí [Tesis de maestría, Universidad Especializada de las Américas]. <http://repositorio2.udelas.ac.pa/handle/123456789/365>
- Ramos-Galarza, C. (2020). Alcances de una investigación. *CienciAmérica*, 9(3), 1-6. <https://doi.org/10.33210/ca.v9i3.336>
- Restrepo, J., y Quirama, T. (2020). Riesgo de trastorno de la conducta alimentaria y uso de redes sociales en usuarias de gimnasios de la ciudad de Medellín, Colombia. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 49(3), 162-169. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-74502020000300162](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502020000300162)
- Ríos, K. (2019). La entrevista semi-estructurada y las fallas en la estructura. La revisión del método desde una psicología crítica y como una crítica a la psicología. *Caleidoscopio - Revista Semestral De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 23(41), 65-91. <https://doi.org/10.33064/41crscsh1203>
- Rodríguez, J., Cárdenas, M., Fraile, M., y Ruge, L. (2023). Efectos del uso de dispositivos tecnológicos en las niñas y los niños entre los 8 y 10 años en el barrio Betania (Bosa) [Trabajo de grado profesional]. Universidad El Bosque. <http://hdl.handle.net/20.500.12495/11541>



- Sandoval-Obando, Eduardo. (2020). Caracterización del trastorno por videojuegos: ¿Una problemática emergente?. *Pensamiento Psicológico*, 18(1), 87-102. <https://doi.org/10.11144/javerianacali.ppsi18-1.ctvp>
- Stiglic, N., y Viner, R. (2019). Effects of screentime on the health and well-being of children and adolescents: a systematic review of reviews. *BMJ Open*, 9(1). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-023191>
- Sued, G. (2020). El algoritmo de YouTube y la desinformación sobre vacunas durante la pandemia de COVID-19. *Dialnet*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7718834>
- Van Bavel, J., Baker, K., Boggio, P., Capraro, V., Chichocka, A., Cikara, M., Crockett, M., Crum, A., Douglas, K., Druckman, J., Drury, J., Dube, O., Ellemers, N., Finkel, E., Fowler, J., Gelfand, M., Han, S., Haslam, A., Jetten, J., Kitayama, S., Mobbs, D., Napper, L., Packer, D., Pennycook, y Willer, R. (2020). Using social and behavioral science to support COVID-19 pandemic response. *Nat Hum Behav* 4(5), 460-471. <https://www.nature.com/articles/s41562-020-0884-z>
- Vásquez, G., Urtecho, Ó., Agüero, M., Martínez, M., Paguada, R., Varela, M., y Echenique, Y. (2020). Salud mental, confinamiento y preocupación por el coronavirus: Un estudio cualitativo. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 54(2), e1333-e1333. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8147194>
- Viorato, N., y Reyes, V. (2019). La ética en la investigación cualitativa. *Revista CuidArte*, 8(16). <https://doi.org/10.22201/fesi.23958979e.2019.8.16.70389>
- Yeomans, M., Martínez, J., y Silva, A. (2021). Emotional exhaustion in Chilean higher education students during the pandemic: analysis by gender. *Psychol Educ*, 2021, 1. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.22627.89127>
- Zabaleta, F. (2017, marzo 31). Estudio revela alta dependencia de los adolescentes chilenos con internet y las redes sociales. Pontificia Universidad Católica de Chile. <https://www.uc.cl/noticias/estudio-revela-alta-dependencia-de-los-adolescentes-chilenos-con-internet-y-las-redes-sociales/>
- Zeeni, N., Doumit, R., Abi Kharma, J., y Sanchez, M. (2018). Media, technology use, and attitudes: Associations with physical and mental well-being in youth with implications for evidence-based practice. *Worldviews on Evidence-Based Nursing*, 15(4), 304-312. <https://doi.org/10.1111/wvn.12298>

### Contribución de autoría

1. Conceptualización: Dayanne González Navarro
2. Curación de datos: Nicolás González Riffo
3. Análisis formal: Dayanne González Navarro, Cristián Ortiz Palacio.
4. Adquisición de fondos: No aplica.
5. Investigación: Nicolás González Navarro; Vicente Ortíz Gutiérrez; Dayanne González Navarro;
6. Metodología: Dayanne González Navarro; Eduardo Sandoval-Obando.
7. Administración del proyecto: Eduardo Sandoval-Obando.
8. Recursos: No aplica.
9. Software: Nicolás González Navarro; Vicente Ortíz Gutiérrez; Dayanne González Navarro; Cristián Ortiz Palacio.
10. Supervisión: Eduardo Sandoval-Obando.
11. Validación: Nicolás González Riffo.
12. Visualización: Vicente Ortiz Gutiérrez; Cristián Ortiz Palacio.
13. Redacción – borrador original: Eduardo Sandoval-Obando; Dayanne González Navarro.
14. Redacción – revisión y edición: Eduardo Sandoval-Obando.

