

PROMOCIÓN

23 AÑOS  
EL INSULAR

PUBLICA TU  
AVISO DE  
VENTA DE  
VEHÍCULO

GRATIS!  
CON NOSOTROS

PROMOCIÓN INCLUYE TEXTO Y 2 FOTOS

enviar a: [clasificadoselinsular@gmail.com](mailto:clasificadoselinsular@gmail.com)

EL INSULAR | MIÉRCOLES 31 DE ENERO DE 2024

13

## ACTUALIDAD REGIONAL

# Tesis revela “malestar psicológico” asociado al uso de redes sociales

Los jóvenes Álvaro García Caro, David de la Jara Barría y Manuel Lleucun Igor de la Escuela de Psicología de la Universidad Austral de Chile Sede Puerto Montt presentaron de manera exitosa la tesis “Malestar psicológico asociado al uso de las redes sociales en universitarios sin diagnóstico de salud mental de la Región de Los Lagos”, para optar al título profesional de Psicólogo, obteniendo nota promedio final de la defensa del seminario de 6.27.

La comisión evaluadora estuvo compuesta por los académicos del Instituto de Psicología UACH Sede Puerto Montt: el Dr. Pablo Pérez Díaz, Director del Instituto de Psicología, quien presidió esta Comisión; el Dr. Rodrigo Navarrete Saavedra, Ministro de Fe; el Dr. José Cabrera Sánchez, Profesor Patrocinante; el Mg. Jaime Fontbona Torres, Director de Escuela y Evaluador y la Dra. Alejandra Sánchez Cuevas evaluadora.

El Dr. José Cabrera Sánchez, quien fue el profesor patrocinante de este trabajo de Tesis, destacó que “este trabajo evidencia la relación entre factores sociales y tecnológicos y el malestar psicológico, lo que nos muestra la relevancia de considerar la influencia de las transformaciones históricas y sociales sobre nuestra experiencia psicológica”.

La investigación se planteó como un acercamiento para comprender si el uso de redes sociales (RRSS) podría generar algún tipo de malestar psicológico en universitarios que no tenían antecedentes de psicopatologías declaradas por parte de un especialista. Los jóvenes se centraron con su investigación de tesis específicamente en cuatro redes sociales: Instagram, WhatsApp, Tiktok y Twitter.

Para investigar esta relación intermediada por las redes sociales, se realizaron entrevistas individuales a 15 personas y un grupo focal con 6 personas. Los participantes tenían una edad de entre 18 a 25 años y eran estudiantes universitarios de la región Los Lagos. Este grupo estuvo compuesto por 3

divisiones asociadas al género y la orientación sexual, que consistía en hombres heterosexuales, mujeres heterosexuales y miembros de la comunidad LGBTIQ+.

### MALESTARES PSICOLÓGICOS ASOCIADO A LAS RRSS

Los jóvenes investigadores indicaron que: “En nuestro grupo focal nos dimos cuenta de que todos los entrevistados por lo menos en un momento de sus vidas (en la mayoría de los casos en su adolescencia) mediante el uso de las redes sociales presentaron un tipo de malestar provocado o influenciado por las RRSS. Este dato tiene relación con lo que citamos en nuestro marco teórico con respecto a que la adolescencia es la etapa de vida donde mayor cantidad de cambios en la subjetividad ocurren cambiando completamente la visión del individuo acerca del mundo que lo rodea, esta etapa en combinación con las RRSS genera aún más cambios en la subjetividad de la persona tanto como para bien como para mal (en el caso de los malestares).”

“Principalmente la fuente de malestar se asocia a la subjetivación e interpretación que uno les otorga a las interacciones dentro de las redes sociales, donde por ejemplo un “like” puede interpretarse como una traición, o la pérdida de seguidores se puede asociar a la pérdida de aceptación social, lo que se relaciona directamente a malestares de tipo ansioso, donde pueden incluir cierto tipo de conducta como la revisión de forma repetitiva de nuestras redes sociales.”



### SUPERACION DE LOS MALESTARES PSICOLÓGICOS

Respecto a la superación de los malestares psicológicos, los jóvenes indicaron que, pese a no enfocarse la investigación a este aspecto, “indirectamente se puede extraer información que permita responder esta pregunta. Existían casos que mencionan que con el paso del tiempo fueron cambiando su perspectiva o subjetividad respecto a interacciones o contenidos de las redes sociales que les generaban en su tiempo malestar psicológico, esto les permitía que ciertos aspectos de las redes sociales (que en el pasado les generaba conflictos) ya no les produjeran consecuencias negativas para su salud mental y/o que estos malestares psicológicos disminuyeran. En cambio, otros participantes expusieron que existen contenidos e interacciones virtuales que en la actualidad les generan ciertos malestares psicológicos, como es el caso del contenido violento explícito que encuentran en las redes sociales y que debido a su alto impacto les producían perturbación y miedo. Respecto a cómo lidian con estos malestares, los participantes no mencionan en profundidad estrategias que les permitan superar esta problemática. No se detectaron en la tesis adicciones respecto al uso de aparatos tecnológicos.”

Según indican los tesisistas, “sobre los algoritmos que filtran contenidos molestos en las redes sociales, los participantes mencionan que en Tik Tok el algoritmo fallaba y no detectaba imágenes de contenido violento

explícito, es decir, a los participantes les aparecían accidentalmente estas imágenes; esta experiencia le generaba malestar psicológico. A pesar de que el algoritmo se pueda condicionar a que te muestre o no cierto contenido, de manera accidental te puedes encontrar con imágenes o videos no deseados que pueden afectar a tu salud mental; y es en este punto donde gran parte de los relatos de los participantes expresaban el surgimiento de malestares psicológicos.”

Finalmente indican los psicólogos, en este aspecto de superar o enfrentar los malestares psicológicos, “existen propuestas sobre nuevas líneas de investigación relacionadas a la información de las entrevistas y el focus group; entre estas se encuentra la realización del trabajo de investigación en otras muestras, como lo sería en adolescentes debido a que se reportó que parte de los malestares psicológicos en relación al uso de redes sociales se presentaban en esta etapa de desarrollo. También se propuso indagar a través de estudios la perspectiva de la persona que realiza el acoso virtual para conocer de qué manera este tipo de violencia se desarrolla en las redes sociales al indagar sobre las interacciones que las propician. Y por último otra línea curiosa a investigar sería respecto a la hipersexualización a través de las RRSS, debido a que es un hecho su existencia, pero en nuestra investigación ninguno de los entrevistados habló sobre ello, dando a entender que existía una normalización respecto a este fenómeno.”