

En estudio comunal de salud mental: redes sociales se imponen como espacio de influencia emocional

La inédita investigación realizada por la Universidad UNIACC y la Municipalidad de Ñuñoa, y en la que participaron más de 3.300 estudiantes de 16 establecimientos municipales de la comuna, detectó altos niveles de ansiedad, presión por la percepción del logro académico y una sensación de falta de escucha por parte de los adultos y apoderados.

Una investigación realizada por la Municipalidad de Ñuñoa y la Universidad UNIACC, en la que participaron más de 3.300 estudiantes de 16 establecimientos municipales de la comuna, reveló una preocupante radiografía sobre el bienestar emocional adolescente. El estrés y la ansiedad aparecen hoy como el principal problema de salud mental entre los jóvenes.

El estudio detectó, además, que las redes sociales y medios digitales tienen hoy una presencia de 3,05 puntos en la vida emocional de los adolescentes, superando a profesores (2,94), profesionales de salud mental (2,58), colegios y convivencia escolar (2,57) e incluso barrios y organizaciones comunitarias (2,51).

Otro dato que encendió las alertas es que 3 de cada 4 jóvenes nunca ha recibido atención en salud mental, pese a que la mayoría reconoce sentirse afectado por situaciones de estrés, presión social y ansiedad. La investigación también mostró importantes diferencias de género. Las mujeres adolescentes reportan niveles considerablemente mayores de estrés y ansiedad que los hombres (3,76 versus 3,07), además de una mayor presión asociada a estereotipos físicos, expectativas

sociales y rendimiento académico.

El alcalde de Ñuñoa, Sebastián Sichel, aseguró que los resultados del estudio permitirán diseñar políticas públicas concretas y herramientas más efectivas para apoyar a los estudiantes. “Durante demasiado tiempo hablamos de salud mental desde la intuición o desde la emergencia. Hoy tenemos un diagnóstico serio, construido escuchando a los propios jóvenes, y eso nos va a permitir tomar mejores decisiones y entregar mejores herramientas a nuestros estudiantes. Nuestro foco son los resultados académicos, claro que sí, pero esos resultados nunca se van a conseguir si antes no nos hacemos cargo del bienestar físico y mental de quienes están en las salas de clases”, afirmó el jefe comunal.

Sichel agregó que “cuando las redes sociales empiezan a tener más influencia emocional que el colegio, los profesores o incluso los espacios comunitarios, lo que tenemos es una señal de alerta que no podemos normalizar. La salud mental dejó de ser un tema secundario, es una urgencia educativa y social”.

El estudio también identificó que muchos adolescentes sienten falta de escucha y validación por parte de los adultos, además de convivir con situaciones de acoso, presión social y miedo al fracaso académico. Desde la Universidad UNIACC, la decana de la Facultad de Psicología, Lorena Ramírez, sostuvo “nuestro estudio muestra que los propios adolescentes valoran la salud mental como un tema central en sus vidas y aspiran una buena vida que integren la dimensión personal, familiar, escolar y comunitaria”.

Ramírez agregó que “estos hallazgos deben formar parte de la discusión actual sobre políticas públicas en salud mental y educación, porque diseñar estrategias a partir de evidencia construida con la propia población objetivo es condición necesaria para pertinencia, efectividad y sostenibilidad en el tiempo.

La investigación fue desarrollada mediante técnicas cuantitativas y cualitativas y es considerada uno de los primeros estudios comunales en Chile que aborda la salud mental adolescente a partir de las propias experiencias y relatos de los estudiantes.