



UNIVERSIDAD PERUANA DE CIENCIAS APLICADAS

FACULTAD DE COMUNICACIONES

**PROGRAMA ACADÉMICO DE COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL Y
MEDIOS INTERACTIVOS**

**Instagram y comunicación de la salud en adultos de 18 a 39 años en Lima
Metropolitana**

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Para optar el grado de bachiller en Comunicación Audiovisual y Medios Interactivos

AUTOR(ES)

Nicolini Gonzalez, Adrian

0000-0002-4798-599X

ASESOR(ES)

Vite León, Victor Omar

0000-0002-0206-5858

Lima, 02 de febrero de 2023

RESUMEN

Instagram es la red social de ocio más usada a nivel mundial, incluso más que Facebook. Sin embargo, también es usada por motivos serios, como buscar temas sobre salud mental. En respuesta, la investigación está diseñada para analizar cómo los usuarios interactúan, comparten y reaccionan a publicaciones sobre la problemática. Además, las entrevistas se van a basar en un formato focalizado, para presentarlo desde el punto de vista del entrevistado. Aparte de ello, se va a enfocar en el paradigma interpretativo y en el enfoque social-constructivista, para que así el participante pueda construir y mostrar la realidad que vive. A través de 10 entrevistas a usuarios de Instagram, fue identificada la razón principal por la cual los usuarios interactúan en la tendencia. En base a los resultados, se concluyó que no siempre crean contenido demostrando comportamientos pesimistas, sino que también producen material con un tono de esperanza.

Palabras clave: Instagram; Salud Mental; Redes sociales; Contenido

ABSTRACT

Instagram is the most used social network on a global scale for leisure reasons, even more than Facebook. However, it is also used for serious reasons, like searching mental health topics. In response, this research is designed to analyze how users interact, share and react to posts about the topic. Also, the interviews will be based on a focalized format, to present it from the interviewee's point of view. Furthermore, it will focus on the interpretative paradigm and the social-constructivist focus, so the participant can build and show the reality he lives. Through ten interviews to Instagram users, it was identified the main reason Instagram users interact on the topic. Based on the results, it was concluded that not always create content demonstrating pessimistic behavior, but also produce material in a hopeful tone.

Keywords: Instagram; Mental Health, Social network; Content

N°8530_Nicolini González, Adrián_Instagram y comunicación de la salud en adultos de 18 a 39 años en Lima Metropolitana

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repository.nwu.ac.za Fuente de Internet	<1%
2	www.lavanguardia.com Fuente de Internet	<1%
3	titula.universidadeuropea.es Fuente de Internet	<1%
4	idoc.pub Fuente de Internet	<1%
5	repositorioacademico.upc.edu.pe Fuente de Internet	<1%

Excluir citas

Apagado

Exclude assignment
template

Activo

Excluir bibliografía

Activo

Excluir coincidencias

< 20 words

TABLA DE CONTENIDOS

1	1
1.1.	1
1.2.	2
1.2.1.	2
1.2.2.	2
1.2.3.	3
1.2.4.	3
1.3.	3
1.4.	3
1.5.	3
1.6.	3
1.7.	3
2.	5
2.1.	5
2.2.	8
2.3.	9
3.	12
3.1.	12
3.1.1.	12
3.1.2.	15
3.1.3.	17
4.	20
4.1.	20
4.2.	21
5. REFERENCIAS	
6.	27

1 PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN

1.1.Situación problemática

El Perú preserva una población con problemas de salud mental. Por ejemplo, las mujeres sufren mucho de depresión, gracias a la violencia física y sexual que sufren, la cual sucede de manera frecuente. Es más, duplican sus sensaciones de depresión. Muchos de los factores se repiten con las mujeres presas, dado que varias son agredidas y violadas. También aumenta su consumo de alcohol. Los patrones de depresión suceden con mayor frecuencia en mujeres encarceladas que en la población general peruana. Sin embargo, no solo con mujeres encarceladas, también con las que son pobres. Aquellas condiciones se deben mejorar, porque muchas mujeres suelen acudir al tráfico de drogas o, en el peor de los casos, a terminar presas de nuevo. En síntesis, la depresión en mujeres peruanas, especialmente en las encarceladas, es clara y bien documentada (Cyrus et al, 2021).

Muchas de las mujeres que llegan a ser madres, específicamente el 10%, sufren de depresión maternal. Aquella condición alarmante no solo afecta a madres, también a sus hijos: individuos en etapa de desarrollo. Puede llevar a consecuencias graves en el hijo; entre las evidencias que se pueden notar figuran el abuso psicológico y el maltrato. Se ha descubierto que está fuertemente ligada al estado económico de una familia. Con respecto al Perú, el índice es alto. Prueba de ello es la relación que existe en el país entre la depresión maternal y la baja cognición infantil. Por ende, es capaz de degradar el desarrollo infantil. Aquello es contraproducente, dado que la cognición infantil baja puede perjudicar el estatus económico de una familia. Lo que se recomienda es dirigir a las familias de bajos recursos programas de salud mental en Perú, de la misma manera que se ha logrado con éxito en otros países. Además, se ha comprobado que es un método económico. La depresión maternal afecta más en los años más jóvenes del niño, evidencia de ello es el bajo desarrollo lingüístico de los que la sufren (Bendini & Dinarte, 2020).

Por otro lado, los trabajadores del sector sanitario nacional también son afectados. Para empezar, el sistema de salud peruano presenta muchas deficiencias, principalmente gracias al alto nivel de corrupción. Durante la pandemia del COVID-19, la depresión aumentó significativamente en la salud mental de todo el territorio, pero particularmente en los trabajadores del sector de salud. Mucho tiene que ver con la abstinencia hacia relaciones amicales y familiares, gracias a las medidas de cuarentena impuestas por el gobierno. Asimismo, se ha encontrado una relación entre el trabajo en exceso con el alza de la

depresión; prueba de ello es el sistema de salud, el cual se halla extremadamente atareado gracias a la crisis sanitaria. Aquello solo se exacerbó gracias a la falta de personal. Muchos de sus trabajadores incluso han presenciado un alza en la ansiedad, algunos siendo clasificados como alta. En resumen, es importante que los hospitales monitoreen el estado mental de sus trabajadores, sobre todo en crisis sanitarias; sin embargo, aquello no se practica en el Perú (Quispe-Sancho et al., 2021).

Con respecto a los ciudadanos ordinarios, aún no se sabe el impacto psicológico que incluirá la implementación de medidas de aislamiento y distanciamiento social durante la época de la pandemia. Muchas de ellas, debido a la cuarentena, se inclinaron por consumir más comida chatarra, hecho que causó síntomas como la depresión y la ansiedad. Gracias a su mal cuidado de salud (no solo por excederse al ingerir alimentos, sino de privarse de ellos), les ha causado peor estima hacia su salud corporal. En efecto, se deprimen por factores de aquella índole. Las mujeres son más susceptibles a estar deprimidas. En consecuencia, la pandemia las pone en riesgo. Aquello se debe a síntomas iniciados por la pubertad; un ejemplo es la menstruación, la cual persiste hasta sus cuarentas. Es importante consumir frutas y verduras para combatir síntomas depresivos. A pesar de ello, no se practicó ello durante la cuarentena. No obstante, vivieron personas que sí comieron más sano durante la cuarentena; las cuales presentaron menos síntomas depresivos, al igual que menos ansiedad (León-Paucar et al., 2021).

1.2. Justificación

1.2.1. Conveniencia

Este paso se refiere a la utilidad de la investigación, de qué va a servir lo que se está investigando. Sirve para que el público se informe sobre los riesgos que pueden presentar las redes sociales hacia sus usuarios.

1.2.2. Relevancia social

Explica cómo la investigación servirá en la actualidad y para los años que vienen, de qué manera trascendental podría cambiar a la sociedad. Las redes sociales son parte importante en la sociedad actual. Instagram, siendo la más popular de todas actualmente, es un sujeto interesante de analizar; ya que sus efectos llegan hasta millones de usuarios, incluyendo a mi público objetivo.

1.2.3. Implicaciones prácticas

Indica la aplicación que se le podrá dar a diferentes problemas del día a día. La investigación ayuda a resolver la interrogante si Instagram afecta la salud mental de la juventud.

1.2.4. Valor teórico

Demuestra si ayuda a entender mejor un tema de investigación específico y, del mismo modo, cómo podría servir para realizar investigaciones sobre otros temas en el futuro. La posibilidad de identificar si Instagram causa problemas en los jóvenes, como la ansiedad, la depresión y el estrés.

1.3.Pregunta general

- ¿Cómo refleja Instagram la comunicación de la salud mental en los adultos de 18 a 39 años en Lima Metropolitana?

1.4.Preguntas específicas

- ¿Cómo comentan los usuarios de Instagram la salud mental?
- ¿Cómo los usuarios comparten contenido sobre salud mental?
- ¿Qué hashtags suelen usar los usuarios para hablar sobre salud mental?

1.5.Objetivo general

- Analizar en Instagram la comunicación de la salud mental mediante los adultos de 18 a 39 años en Lima Metropolitana.

1.6.Objetivo específicos

- Analizar los comentarios de usuarios en Instagram sobre la salud mental
- Analizar cómo los usuarios comparten contenido sobre salud mental
- Identificar los hashtags que los usuarios usan para hablar sobre salud mental

1.7. Limitaciones

Una de las mayores desventajas de la metodología que estoy implementando es que es de naturaleza flexible. En efecto, me veré obligado en ocasiones a desviarme de la ruta planeada. Adicionalmente, incluso algunas preguntas ni se mencionarán, a causa que no se puede realizar de manera completa. Otro contra es que puede dirigirse a direcciones que el entrevistado no espera: direcciones causadas por el tipo de participante que interviene en el estudio. Debido a ello, la mejor opción cuando se presente dicha situación es seguirle la

cuerda, porque probablemente vas a llegar a un resultado interesante no planeado. Otra desventaja del método es que, más que verificar si una hipótesis es correcta, se encarga de crear una. Recordemos que al final de la implementación de un Multiple Case Study todo va a conducir al comienzo: el planteamiento de una hipótesis. No obstante, lo visualizo como una oportunidad perfecta para incentivar la conversación sobre la naturaleza real de la red social más adictiva actualmente (Flick, 2007; Krusenvik, 2016).

2. ESTADO DE LA CUESTIÓN

2.1. Instagram

Muchas personas, al estar deprimidas, usan las redes sociales como una forma de apoyo e información. Gran parte de la empatía que Internet contiene es la capacidad de que sus usuarios expresen anécdotas de sus vidas. Sin embargo, también promueve comportamientos nocivos, como los desórdenes alimenticios. Instagram depende de las imágenes. Por ende, no solo facilita la comunicación sobre temas de salud mental, sino que permite facilitar el apoyo entre usuarios. Su contenido es peligroso; porque es capaz de glorificar problemáticas, un ejemplo notable siendo la anorexia. En general, beneficia a la salud mental, salvo en las ocasiones que promueve la comparación social. Al igual que otras redes, cuenta con sus propias prácticas y modos de utilización. Por ejemplo, los textos en Instagram incentivan la “ideología dominante” entre sus usuarios: el equivalente a hegemonía cultural. Ahí puedes guiarte por dos formas de pensar: “posición negociada”, en donde el emisor y el receptor llegan a un acuerdo de opiniones, o una “posición oposición”, que prefieres pensar de una manera que cancele a la otra (Lindgren & Johansson, 2021).

El fin de una red social es que sus diseñadores y usuarios lleguen a compartir una idiosincrasia. Instagram no solo promueve la interacción entre sus usuarios, sino que también les presenta una cierta estética por cada publicación: cualidad que mejora sus capacidades de interacción. No obstante, la incitación de los likes promueve contenido problemático, al igual que “ideologías dominantes”. Además, no estimula mucho la retroalimentación a través del texto, prefiriendo enfocarse a las imágenes. En su lugar, lo motiva a través de la famosa configuración en Internet: el “like”. Y a pesar de presentar y promover contenido visual, prohíbe la difusión de contenido de autolesión, con el fin de no perjudicar a sus usuarios. Asimismo, permite reportar mediante el anonimato, más debes reportarlo numerosas veces: una desventaja de informar material nocivo a los desarrolladores de la plataforma. También es conocida por censurar contenido dañino, pero lamentablemente lo hace solo de manera temporal. La forma más directa en la que te ayuda es a través de la pregunta “¿Podemos ayudarte?” a la hora de buscar hashtags como #depression y #suicide. Entre todos los temas diseminados, los más preocupantes son no solo el suicidio y la autolesión, también los desórdenes alimenticios (Lindgren & Johansson, 2021).

Los preadolescentes, sean hombres o mujeres, cuentan con al menos dos cuentas de redes sociales. Mientras que los hombres pasan más tiempo en You Tube, las mujeres más en Instagram y Snapchat. Curiosamente Instagram es una de las 3 plataformas más utilizadas por jóvenes a nivel global. Sin embargo, ambos géneros expresan síntomas depresivos en ellas. No existen diferencias entre usuarios y no usuarios de Instagram con respecto a la depresión y ansiedad social; el cual no es necesariamente por el simple hecho de contar con una cuenta. Sin embargo, se presencian usuarios que reportan menos satisfacción con su cuerpo, al igual que desórdenes alimenticios. Por consiguiente, los más preocupados por su salud física les puede conducir a crear una cuenta. Es más, mientras mayor número de publicaciones de ejercicio y moda los usuarios recopilen en ella, más probable es que sufran un desorden alimenticio. Incluso Instagram motiva a los jóvenes a compartir su apariencia física (Fardouly et al., 2020).

Por otro lado, puede aumentar la depresión. Pero el tiempo invertido no necesariamente agrava la salud mental, sino cuando sucede la comparación del usuario con el material en ella. No obstante, las redes ayudan a crear sensaciones de apoyo emocional. Inclusive los introvertidos lo ven como una oportunidad para mejorar sus habilidades sociales. Debido al impacto en la salud mental en aplicaciones como Instagram, varios de sus usuarios buscan hashtags como “depresión”. Incluso llegó al punto que el Servicio nacional de salud mental del Reino Unido catalogue a Instagram como “la peor red social para la salud mental de los jóvenes”. Sin embargo, muchos buscan hashtags como una forma de autoayuda; los cuales son una evidencia de la propia salud mental de una persona, al igual que un ejemplo claro de semiótica en la tecnología. A pesar de todo ello, Instagram incita su búsqueda de aquella índole para ayudar a los jóvenes depresivos (Brailovskaia & Margraf, 2018; Fardouly et al., 2020; McCosker & Gerrard, 2021).

El mundo, sin lugar a duda, se ha familiarizado con los nuevos medios y los ha insertado eficazmente en la sociedad. Por ejemplo, los usuarios de Internet chinos pasan un promedio diario de al menos cuatro minutos en You Tube, a pesar que la plataforma está prohibida en su nación. Plataformas como Twitter incitan la conversación. Sin embargo, Instagram acude a una estrategia más efectiva: encargarse que los usuarios se identifiquen con su contenido. Además, es capaz de capturar episodios momentáneos de cada uno de sus usuarios mediante la publicación de fotos; de aquí proviene el concepto de “la caja de la historia”. También ha recibido reputación con su contribución en la política; dado que se concentra en priorizar

contenido político en sus usuarios, específicamente en épocas de elecciones. Asimismo, es capaz de motivar a usuarios femeninos a realizarse cirugía plástica; ya que se ven fuertemente influenciadas por modelos de rol a seguir, un ejemplo siendo las celebridades presentes en la plataforma (Lam & Woo, 2020; Caliandro & Graham, 2020; Di Gesto et al., 2021; Kircaburun & Griffiths, 2018).

Del mismo modo, la opción de poder consumir transmisiones en vivo hechas por los mismos usuarios ha sido identificada como una amenaza a la salud mental de sus usuarios. El éxito de las transmisiones en vivo, las cuales hereda de redes como Periscope y Twitch, se debe a la ventaja que sus usuarios puede sentir que se están escapando de la realidad. Adicionalmente, aquello ocasiona el deseo de interactuar con otros usuarios. Por otro lado, el micromarketing también estimula la sensación de escapismo en sus usuarios; puesto que se dirige a usuarios específicos, los cuales identifican cuáles clases de publicidades les gusta y cuáles les disgusta. Por ende, de la misma manera que es capaz de propagar publicidades, se ha señalado su potencial para poder diseminar contenido de salud mental en sus usuarios (Kircaburun & Griffiths, 2018; Lam & Woo, 2020).

En total existen alrededor de 800 millones de cuentas en Instagram. En consecuencia, no se puede denegar su éxito, sobretodo en el mercado de adultos jóvenes; el segmento que más lo utiliza específicamente es el demográfico de hombres y mujeres de 18 a 24 años. Debido a su uso extensivo, sus consecuencias en la salud mental han incrementado. Las complicaciones aumentan aún más si eres de aquella clase de personas que usan frecuentemente el like o los comentarios. Del mismo modo, debido a sus capacidades de publicar fotos e incluso videos, muchas mujeres del demográfico caen en la tentación de modificar su cuerpo; prueba de ello es el material multimedia que se puede contemplar. Las personas más críticas de su cuerpo pueden ser más susceptibles a este contenido, puesto que incita la comparación social. La promoción de estética corporal por parte de celebridades, asimismo, motiva a las jóvenes a modificar su cuerpo gracias a la cirugía plástica. En respuesta, varios jóvenes acuden, debido a aquellas problemáticas a educarse sobre temas de salud mental; no solo en Instagram, pero también en otras redes sociales. A diferencia de Facebook, que es bueno difundiendo contenido sobre salud mental, Instagram es mucho más efectivo lográndolo (Kircaburun & Griffiths, 2018; Caliandro & Graham, 2020; Di Gesto et al., 2021; Lam & Woo, 2020).

2.2. Comunicación de la salud mental

Las adolescentes mujeres pasan más tiempo en redes sociales que sus contrapartes varones. Sin embargo, el uso de pantalla ha sido vinculado al decremento de la autoestima. Por otro lado, también es capaz de aumentar condiciones como la ansiedad y la depresión (Coyne et al., 2020; Abi-Jaoude, Naylor & Pignatiello, 2020). Con el hecho que a los humanos se les incrementan estos síntomas durante la adolescencia, los coloca, sin importar el género, en un estado de vulnerabilidad. Además, factores como de personalidad y situacionales las exacerban. Los efectos de Facebook, por ejemplo, son más negativos en varones, particularmente en los que son introvertidos. No obstante, comienzan a desaparecer a los 18 años. Pero el 45% de los adultos igual reportan sufrir ansiedad por el simple hecho de no poder estar conectados a sus páginas web favoritas. Asimismo, existen adultos que la sienten con tan solo escuchar su teléfono vibrar (Coyne et al., 2020; Abi-Jaoude et al., 2020; Bashir & Bhat, 2017).

Debido a las redes sociales y a los smartphones, los jóvenes sufren más de depresión. Aquellas son consecuencias que les puede llevar a cometer autolesiones o hasta incluso matarse. Del mismo modo, se han enviado publicaciones de odio dirigidos a minorías raciales. Aquellas pueden conducirlos a sufrir de depresión o de desorden post traumático. A pesar de ello, existen personas con problemas de salud mental las cuales usan la Internet para fines positivos. Por ejemplo, como una forma de autoayuda; un ejemplo es la comunidad LGBT. Otras personas la aprovechan para expresar sus experiencias con algún desorden mental (Abi-Jaoude et al., 2020; Naslund et al., 2020; Bashir & Bhat, 2017).

Las condiciones mentales han incrementado de manera general. Alguno de los problemas más comunes es la sensación de soledad. Sin embargo, sus síntomas suelen variar dependiendo del género y la raza del usuario. El peor problema es que propagaban la salud mental como un problema exclusivamente femenino. Por ende, las mujeres son más representadas que los hombres cuando discutimos el tema. Además, ellas se presentan de manera más refinada en redes sociales; e incluso en ocasiones expresan ansiedad social y desórdenes alimenticios, aún más que los varones. Por otro lado, los hombres suelen ser más reservados al hablar sobre salud mental, incluso si sufren depresión y ansiedad. Y a pesar de preservar capacidad para expresarlo, se topan con muchas barreras sociales las cuales impiden poder realizarlo en un primer lugar (Utter et al., 2020; Fardouly et al., 2020).

No obstante, no solo presentan factores de riesgo, también beneficios. Por ejemplo, promueven contenido de autoayuda. Por ello, varios especialistas afirman que no se debe prohibir completamente a los niños nuevas tecnologías. Por otra parte, mensajear con amigos, aunque sea por redes sociales, puede reducir las sensaciones de aislamiento. Contar con lazos amicales puede disminuir problemas causados por la Internet, como la ansiedad, la depresión, la soledad y el estrés (Abi-Jaoude et al., 2020; Naslund et al., 2020; Bashir & Bhat, 2017). Con respecto a Facebook, se le ha identificado como un generador de estrés en sus usuarios. Un ejemplo es el aumento dentro de la audiencia universitaria: razón por la cual son más propensos a sentir envidia. También son más vulnerables a presentar sensaciones de soledad y baja autoestima. A pesar de ello, también fue sujeto de efectos positivos, como el apoyo entre usuarios (Bashir & Bhat, 2017; Abi-Jaoude et al., 2020).

La salud mental en las redes sociales depende más de su composición que de la calidad de la red. Por ello, son una fuente clave para entender la salud mental en sus usuarios. Facebook ha sido evidenciado como una forma de identificar, al igual que predecir, la depresión. Su uso pasivo disminuye el bienestar en el usuario. En resumen, mientras más cuentas con apoyo, será más fácil vencer los problemas de salud mental. Sin embargo, aquellos se acrecientan más mientras cuentas con mayor número de redes sociales y compañeros con los cuales estés más emocionalmente involucrados. El apoyo online por parte de la familia también puede agravar los síntomas. Por ello, es importante que sea positivo. Adicionalmente, ver el historial de tu perfil en Internet te ayuda a lidiar con problemas de salud mental ya existentes (Xing et al., 2017; Toseeb & Inkster, 2015).

2.3. Comunicación de la salud mental en redes sociales

Los hashtags se han vuelto nuevos símbolos semiológicos que afectan desde lo que la gente discute hasta los movimientos sociales que surgen en distintos países. Todo ello es posible gracias a su idiosincrasia “ad hoc”. Una de las principales causas de su uso es el deseo de emparejarse con otras personas que compartan sus mismos significados. Aunque no incluye a las que los usan con el deseo de simplemente obtener likes. Para ello, también es recomendable analizar el comportamiento de usuarios en Instagram, para así poder predecir futuros suicidios. No obstante, Instagram es la aplicación que más claro deja si cuentan con problemas. Además, los usuarios están inadvertidos del hecho que, como en otras redes sociales, puede dejar expuestos sus problemas de salud mental de una forma muy evidente.

Incluso ha ejercido el esfuerzo de crear hashtags sobre la temática. Un ejemplo es en el año 2017, donde se idearon varios; como #imhereforyou (McCosker & Gerrard, 2021).

La investigación sobre problemas mentales en redes sociales nunca ha sido muy profundizada. En otras palabras, no ha sido sujeto de atención. Algunos problemas que, no obstante, han sido encontrados en la plataforma son sobre desórdenes alimenticios y autolesión. Por ende, una manera de analizar enfermedades mentales en usuarios es, sorprendentemente, revisando hashtags. Un ejemplo es la anorexia, la cual está extensivamente presente en Instagram. A pesar de ello, no todo el contenido dañino cuenta con un hashtag, a veces no se aplica ninguno. Por otro lado, algunos consideran que hablar sobre enfermedades mentales en Internet ayuda a desarrollar su identidad virtual. Curiosamente, no solo participan los que discuten sobre salud mental con la finalidad de crear enlaces emocionales con otros, también los que simplemente quieren informar sobre sus problemas. Aquello se debe porque perciben que, en ocasiones, la sociedad fracasa en tratar aquellos problemas de manera efectiva (McCosker & Gerrard, 2021).

Del mismo modo, debido a que es una red visual, permite explicar la depresión desde un modo más explícito e interactivo: aquello es un buen atributo que se debe aprovechar de la plataforma. En síntesis, se sugiere utilizar los hashtags como una herramienta para evaluar la salud mental de sus usuarios. Tendencias como #depressed también sirven para que las cuentas anónimas se visibilicen. Adicionalmente, la falta de cuidado que la sociedad preserva hacia la salud mental se evidencia por Instagram, específicamente gracias a la falta de cohesión entre sus publicaciones. Es recomendable entablar más investigaciones sobre la problemática mediante las redes sociales, puesto que falta aún más por descubrir. Además, la Internet es un lugar ideal, al igual que las redes sociales, para investigar la depresión, dado que su base de datos no es posible limpiarla tan fácil (McCosker & Gerrard, 2021).

Basado en diversos estudios, se ha demostrado que los usuarios prefieren presentarse de una manera perfecta en redes sociales, debido a su miedo subconsciente de promover negatividad en las plataformas. También ha sido encontrado como un obstáculo hacia la capacidad de atención de sus usuarios. Prueba de ello es la disminución del rendimiento académico en países como Noruega. Por ende, los padres de familia afirman que, de manera urgente, se debería promover contenido de redes sociales favorable a la salud mental de sus usuarios, específicamente hacia los menores de edad. Por otro lado, las redes sociales han creado en respuesta grupos virtuales para poder lidiar con usuarios que sufren de alguna enfermedad

mental. Además, a muchos usuarios en Twitter, específicamente de 18 a 65 años, les interesa ayudar a otras personas que necesitan apoyo moral en situaciones difíciles. Se debe considerar que el bajo costo de la Internet posibilita más la oportunidad de ayudar en la salud mental de sus usuarios. A pesar de ello, aún no se sabe el impacto de Facebook, Instagram y Twitter en el tratamiento de enfermedades mentales (Hietland et al., 2021; O'Reilly et al., 2018; Naslund et al., 2019).

Las redes sociales han demostrado su impacto negativo en los jóvenes. El 90% usan redes sociales: dato que alarma a la sociedad, con respecto a la salud mental general de la juventud. Se ha evidenciado que varios utilizan plataformas como Facebook, Twitter e Instagram. En base a ello, se ha contemplado aquellas como un factor determinante en desórdenes mentales, el cual es mucho mayor cuando los jóvenes acuden a tales con frecuencia. Además, muchos las aprovechan como una forma de acudir ayuda cuando sufren de alguna enfermedad mental o simplemente para ayudar a usuarios que han expresado abiertamente sufrir de una. Se ha descubierto que las redes sociales, debido a su bajo costo, puede ayudar a jóvenes a promoverles contenido de salud mental. Aparte de ello, pueden reducir la sensación de aislamiento en sus usuarios si intervienen en ellas profesionales de psicología. Asimismo, sería un factor determinante para ayudarlos a desarrollar su pensamiento crítico y, en consecuencia, un considerable progreso en su bienestar psicológico. Sorprendentemente hasta la OMS se ha preocupado por tratar con problemas de salud mental en los jóvenes mediante redes sociales. En pocas palabras, es deber de padres, tutores, profesores, medios de comunicación y organizaciones entender las consecuencias, sean estas positivas o negativas, con respecto a las consecuencias del uso de Internet en los jóvenes (Hietland et al., 2021; O'Reilly et al., 2018; Naslund et al., 2019).

La Internet se ha vuelto el punto de acceso a contenido sobre salud mental, ya que es más accesible. Debido a su carácter de bajo costo, se ha identificado como un agente de comunicación capaz de promover contenido saludable, como buena alimentación y ejercicio. Sin embargo, ha sido reconocida por difundir mucho contenido falso. Además, los adolescentes, nativos del contenido digital, han encontrado contenido preocupante en las redes sociales, de índole amenazante siendo un ejemplo. Muchos jóvenes han expresado complicaciones al momento de afrontar contenido negativo en redes sociales. En efecto, necesitan contenido no solo el cual sea de calidad, pero también accesible: aquello incluye

los que tratan sobre salud mental. No obstante, se ha descubierto que el primer paso para propagarlo efectivamente hacia los jóvenes es diseñando de manera didáctica. Asimismo, sería una gran oportunidad para propagarlo en aquellas plataformas, a causa que se calculó que se tornará en una fuente de crecimiento económico para el 2026 (Naslund et al., 2019; O'Reilly et al., 2018; Hietland et al., 2021).

Algunos de los efectos de las redes sociales hallados en la salud mental incluyen la comparación social y la presión social. Además, muchos adolescentes sufren de cyberbullying, cuyas consecuencias ocasionan problemas de aquella índole. El cyberbullying y la salud mental es más común en hombres, conduciendolos a problemas como la ansiedad, la depresión y el uso de drogas; mientras que en las mujeres solo se presenta el uso de drogas. Las escuelas son agentes críticos en la salud mental en los adolescentes, mas su aporte es deficiente. Con respecto a jóvenes mayores, muchas universidades cuentan con servicios de salud mental, pero aún así también son inefectivos. Prueba de ello son las citas por parte de jóvenes hacia psicólogos de su campus; donde muchos mencionan problemas de índole académico, mas no a temas relacionados a los amigos o a la vida social. En consecuencia, muchos jóvenes, sean adolescentes o adultos, acuden a redes sociales como consuelo cuándo están tristes o necesitan informarse sobre salud mental. Se puede deducir que las redes sociales contribuyen como factor clave en el cuidado psicológico. Asimismo, mientras su consumo incrementa, los problemas de salud mental subirán mucho más, sin importar el género del usuario. Adicionalmente, es importante señalar que la ausencia de desórdenes mentales no necesariamente signifique que se contemple salud mental (Hietland et al., 2021; Schodt et al., 2021; O'Reilly et al., 2018; Saha et al., 2022).

3. MARCO TEÓRICO

3.1.Instagram y salud mental

3.1.1. Instagram

Lindgren & Johansson (2021) concordaron que una red social funciona si es que los usuarios y sus creadores comparten una cultura, la cual se puede materializar en lo que ofrece. De aquel concepto, las redes sociales, siendo Instagram un ejemplo, consiguen animar a los usuarios a participar a través de una estética adictiva. Sin embargo, mencionan que su

imaginería la cual promociona es nociva, ya que incita comportamientos como la anorexia. Aseguran que motiva la denominada “ideología dominante”: opiniones de la sociedad que predominan; asimismo, es nutrida aún más gracias a su función de poder darle un like a una publicación. Instagram podría incitarlo a través de los comentarios, pero el like, debido a su naturaleza pasiva, es una herramienta más efectiva. También clasificaron los tipos de posiciones en Instagram: “posición negociada”, que creas un acuerdo para llegar a una opinión común, o “posición oposición”, donde cada usuario mantiene su opinión. En síntesis, mientras que promueva la comparación social va a seguir siendo peligrosa.

Fardouly et al. (2020) evidencia que las mujeres invierten más tiempo en Instagram que los varones. Sin embargo, ambos géneros expresan en igual cantidad la depresión mediante la plataforma. Además, que los adolescentes la usan más que los preadolescentes. También señalaron que a diferencia de otras redes sociales, sus usuarios expresaron insatisfacción con su cuerpo. Es más, de alguna manera, al igual que otros síntomas como la depresión, son fomentados gracias a las respectivas configuraciones de la plataforma, los likes siendo un ejemplo. Incluso los usuarios que siguen a cuentas de ejercicio, moda o alimentación es más probable que padezcan de algún desorden alimenticio. Asimismo, se ha descubierto que los usuarios preocupados en ello son propensos a crearse una cuenta pronto. Hasta el software influye a los jóvenes a difundir su apariencia física mediante la opción de publicaciones (o incluso por los reels).

Braiolvskaia & Margraf (2018) afirman que las redes sociales son una forma de socializar. Prueba de ello es por qué extrovertidos se atreven a crearse una cuenta, mientras que los introvertidos la ven como una oportunidad para socializar; pero usualmente los perfiles de Instagram están conformados por personas extrovertidas. No obstante, asociaron el uso de Internet y redes sociales con la autoestima baja. A pesar de ello, han incentivado a difundir una cultura de apoyo social, aunque no es del todo efectiva. Por consiguiente, la depresión ha incrementado considerablemente, y empeorará aún más gracias a su naturaleza adictiva, motivada principalmente gracias a los algoritmos. McCosker & Gerrard (2021) revelaron que, debido al impacto de Instagram en la salud mental, varios usuarios buscan hashtags como “depression”. Prueba de ello es que el Servicio Nacional de Salud Mental del Reino Unido la denominó como “la peor red social para la salud mental en los jóvenes”. En resumen, para identificar los problemas en salud mental los hashtags son una de las maneras más eficaces (Braiolvskaia & Margraf, 2018; McCosker & Gerrard, 2021).

McCosker & Gerrard (2021) explican que los jóvenes se auto-consuelan mediante aquel método porque perciben que se están ayudando a sí mismos. En efecto, se podría deducir que es una manera para analizar la salud mental de un adolescente en particular. Todo ello se debe a que los hashtags funcionan mediante una mentalidad “ad hoc”, la cual quiere decir “algo en específico”. En consecuencia, dado que buscan tendencias relacionadas a temas de enfermedades mentales sienten que se están comprendiendo a sí mismos. Del mismo modo, les sirven para compartir experiencias con usuarios que sufren de problemas similares, aunque las conversaciones a través del anonimato no son recomendables. Pero los casos no solo suceden en Instagram, se repiten, adicionalmente, en otras redes sociales como Tumblr. A pesar de ello, Instagram es la que evidencia más que otras plataformas el hecho de que un usuario sufra de alguna enfermedad mental, puesto que pueden dejar evidencia fotográfica.

Lam & Woo (2020) revelaron que varios ciudadanos chinos sufren de psicosis. Por ende, a pesar que está prohibido en su país, acuden a plataformas como Instagram y You Tube anónimamente (se ha calculado que el usuario de Internet chino promedio pasa un tiempo usual de 4 minutos al día en You Tube). Instagram posee un potencial en particular, porque es capaz de promover contenido de salud mental a través de sus algoritmos; prueba de ello son sus capacidades de micromarketing. Mientras Facebook es bueno diseminando contenido de salud mental en sus usuarios, Instagram es mucho más eficaz esparciéndolo. Prueba de ello es el éxito que han conseguido mostrando sus publicidades; se recomienda que de la misma manera se difunda contenido de salud mental.

Caliandro & Graham (2020) analizaron que por cada 1000 publicaciones 7 de ellas son selfies. Debido a ello no cabe duda que ha ocasionado un impacto irreversible en la industria fotográfica. Además, el periodismo en Instagram, por parte influenciado gracias a su fotografía, está cambiando la manera en cómo se reporta las noticias, al punto que le quita espacio a los periódicos. Todo ello es prueba que se está volviendo una “caja de memorias”, dado que te permite retroceder hacia hechos los cuales han sucedido años atrás, sean fotografías o noticias. Por consiguiente, muchas personas se desplazan de cuenta en cuenta: aquello se le denomina como “nómadas digitales”. Las nuevas tendencias dentro de la plataforma también están conduciendo a la promoción de diferentes subculturas, siendo algunos ejemplos la hipster y la hip-hop. Concluyeron que la plataforma es más usada por adultos jóvenes; en otras palabras, adultos de 18 a 24 años. Aquello se debe porque, a diferencia de otras redes, se esfuerza por conseguir que sus usuarios se identifiquen con su

contenido. Prueba de ello son sus sistemas de algoritmos, los cuales presentan publicidades más personalizadas a sus usuarios. No hay lugar a duda que varias redes sociales están replicando el modelos de afiliación hacia sus usuarios de Instagram debido a su innegable efectividad.

Di Gesto et al. (2021) confirmó que las mujeres acuden frecuentemente a la cirugía plástica para lucir bien. Aquello se debe a la influencia de celebridades, las cuales se hallaron que incluso son más motivadoras a la hora de decidir aplicarse cirugía plástica que las amigas. Ello se explica gracias a un factor crítico: los estándares socioculturales vigentes, porque las celebridades los siguen de manera efectiva. A través del análisis de material en la plataforma, se ha evidenciado que las celebridades promueven la cirugía plástica, sea de manera directa o indirecta. Asimismo, es importante resaltar que la mujer se la introducirá dependiendo de la seguridad que ella tiene consigo misma, la cual a su vez es incitada por redes sociales como Instagram. La autoestima también influye, prueba de ello es el impacto que puede dejar factores como la familia, profesores y medios de comunicación.

Kircaburun & Griffiths (2018) enfatizaron que Instagram, con alrededor de 800 millones de cuentas activas y extensivamente usado por adultos de 18 a 24 años, ha sido calificada, al igual que Facebook, YouTube y Twitter, como adictiva. En efecto, varios analistas han intentado evaluar su impacto hacia la salud mental: descubrieron que la adicción generada se debe principalmente a los likes y comentarios. Los comentarios y likes, pero particularmente los segundos, ayudan a que el usuario se escape de la realidad, la cual a su vez incita el deseo por parte de sus usuarios de interactuar con otros. Sin embargo, lo consigue a través de un factor: la estimulación de las emociones. Por otro lado, las transmisiones en vivo, una de sus mayores configuraciones, se ha relacionado con el efecto en la salud mental de sus usuarios.

3.1.2. Comunicación de la salud mental

Coyne et al. (2019) revelaron que las adolescentes femeninas son más susceptibles a deprimirse, gracias a que pasan más tiempo que los masculinos en redes sociales. Además, afirman que los factores de personalidad y situacionales exacerbaban la depresión. A pesar de ello, los síntomas en la adolescencia incrementan igual en hombres y mujeres hasta que cumplen 18 años. Abi-Jaoude et al. (2020) vincularon el incremento de las condiciones

mentales con los smartphones y las redes sociales. Asimismo, las actividades que involucran alguna pantalla disminuyen la autoestima. Pero los smartphones no solo bajan el ánimo del individuo, también reducen sus horas de sueño. Bashir & Bhat (2017) hallaron que el 45% de los adultos presentan ansiedad con tan solo conectarse a sus redes sociales favoritas; incluso se estresan con solamente escuchar su celular vibrar. Prueba de ello son Facebook y Twitter: plataformas identificadas como generadores de ansiedad (Coyne et al., 2019; Abi-Jaoude et al., 2020; Bashir & Bhat, 2017).

La manera en cómo la persona durante su juventud use las redes sociales determinará cómo se va a sentir el resto de sus vida. Por ello, los autores recomiendan que mensajear con amigos dentro de aquellas plataformas disminuye las sensaciones de aislamiento. Xing et al. (2017) revelaron que la salud mental en las redes sociales dependen en su composición más que en la calidad de su contenido. No obstante, mencionaron que con más apoyo social cuentas, más te ayudará a enfrentar los problemas psicológicos. Por consiguiente, es importante que el apoyo de la familia sea positivo, dado que sino puede incrementar las sensaciones de depresión. Naslund et al. (2020) clasifica los efectos de la Internet como positivos o negativos. Entre los negativos figuran, por ejemplo, la discriminación racial. Por otro lado, los factores positivos incluyen desde la forma de conseguir ayuda gratuita y accesible, como lo hacen la comunidad LGBT y las personas que sufren de depresión, hasta la capacidad de poder expresar el padecimiento de alguna enfermedad, siendo un ejemplo la ansiedad (Xing et al., 2017; Naslund et al., 2020).

Utter et al. (2020) explica la fuerte brecha de género que existe en la Internet para poder expresar problemas de salud mental. Los varones, debido a los estereotipos que existen en la sociedad con respecto a que se esperan que sean recios y duros, no pueden expresar problemas de salud mental. Incluso si pudieran existen muchas brechas que les impiden lograrlo. En consecuencia, se ha creado la sensación a través de varios sitios web que es un problema exclusivamente femenino. Sin embargo, a pesar de los obstáculos presentes, aún existen muchas personas, incluyendo a gente masculina, expresándose con diferentes hashtags sobre temas de salud mental. Un ejemplo es la tendencia #mentalhealth. Toseeb & Inkster (2015) descubrieron que las redes sociales, como Facebook, sirven para detectar problemas de salud mental en sus usuarios. Además, no solo son útiles para predecir problemas de salud, también para lidiar con los actuales. Asimismo, la actividad no es la misma en hombre como en mujeres. Las mujeres se les encuentra a través de un uso pasivo

de ellas, mientras que en los hombres es más activo (Utter et al., 2020; Toseeb & Inkster, 2015).

3.1.3. Comunicación de la salud mental en redes sociales

Hjetland et al. (2021) explican que el impacto en las redes sociales en los jóvenes no solo es claro, también complejo de entender. La comparación social y la presión social dentro de ellas afirman que son comunes. Muchas personas cumplen con los estándares impuestos por redes sociales; aquello se ha relacionado con un aumento en la depresión y la baja autoestima. En las redes sociales existe un esfuerzo adicional por presentarse bien, puesto que cunde el miedo a presentar contenido negativo dentro de ellas. Es importante resaltar que, con respecto a la salud mental, es capaz de fomentar una sensación psicológica de aceptación si las publicaciones causan resultados positivos, mientras que de rechazo en situaciones negativas. La comprensión de las diferencias generacionales es importante, ya que la manera en que los padres de hoy entienden la tecnología, como inmigrantes digitales, no sucede de la misma manera en jóvenes, considerados nativos digitales. Incluso a los adultos con mayor edad se les vuelve más complicado enseñar sobre tecnología a los jóvenes, puesto que son parte de los inmigrantes digitales. Se calcula que la consecuencia más notoria es la impotencia de no poder enseñar a los chicos sobre los beneficios que las nuevas tecnologías brindan.

O'Reilly et al. (2018) encontró que el 10% de los jóvenes conviven con algún problema de salud mental, como la ansiedad y la depresión. No obstante, Facebook y Twitter han sido reconocidas por contener ciertos efectos positivos en el bienestar psicológico de los adolescentes. Del mismo modo, las redes sociales son capaces de ayudar a reducir las sensaciones de aislamiento y de desarrollar el pensamiento crítico, si ellas son aprovechadas por psicólogos: aquello sería oportuno, a causa que se van a convertir en una fuente de desarrollo económico para el 2026. Las escuelas han demostrado su deficiencia tratando con enfermedades mentales de sus alumnos. En respuesta, la OMS ha decidido tomar su lugar para ayudar a solucionarlos. Para ello, se ha recomendado que las redes sociales sean usadas para promover contenido de salud mental, a causa que su costo es gratuito. Por ende, de aquí parte la sugerencia de cómo debería ser el aporte de la OMS. Adicionalmente, los padres apoyan esta estrategia, porque el contenido que sus hijos deberían consumir, sobretodo los que aún están cursando la primaria, debería ser de índole positiva.

O'Reilly et al. (2018) calculó que el 90% de los jóvenes usan redes sociales: dato que resulta alarmante cuando hablamos sobre su salud mental. Por ende, es recomendable usar las redes sociales como arma para promover contenido saludable en sus usuarios. Aquello podría incluir desde programas de alimentación hasta de ejercicio. Además, los adolescentes han afirmado que son medios muy didácticos para aprender sobre la vida. También se ha garantizado que sería una buena estrategia, porque los sistemas tradicionales, como la televisión y la radio, son muy deficientes presentan contenido didáctico a las generaciones más jóvenes; ya que no son capaces de comprender sus periodos de atención. Prueba de ello es que el autor señaló que, para promover contenido de salud eficaz en un primer lugar, se debe diseñarlo de manera didáctica. Asimismo, sería útil durante momentos que los jóvenes se encuentren tristes, debido a que son una causa del incremento de su uso de redes sociales. En síntesis, las redes sociales juegan un factor clave cuando hablamos sobre la salud mental en los adolescentes. Y con contenido accesible sobre salud mental en plataformas como Facebook e Instagram permitirá que la juventud los termine consumiendo, en lugar de rechazarlo.

Saha et al. (2022) confirmaron que, debido a su bajo costo, las redes sociales son consideradas por psicólogos como un “sensor pasivo” para analizar enfermedades mentales en sus usuarios, incluyendo al segmento universitario. Se ha descubierto que utilizan redes sociales más seguido durante su semestre académico, debido a la deficiencia que presentan los servicios mentales en sus respectivos campus. Evidencia de ello es que, cuando asisten a servicios de psicología, expresan más seguido problemas de índole académica que sociales. Incluso, más que aumentar su depresión y ansiedad, han incrementado su ideación suicida: un dato alarmante. Lamentablemente muchas universidades cuentan con servicios de salud mental, aunque son deficientes. Aquello explica porque acuden en su lugar a redes sociales durante sus épocas de crisis, los cuales correlacionan positivamente con momentos en los cuales han asistido a un servicio de psicología en su campus, en donde no consiguen ayuda efectiva.

Schodt et al. (2021) expuso que el cyberbullying no solo afecta psicológicamente a las víctimas, también a sus agresores. Adicionalmente, revelaron que, mientras que los usuarios femeninos sufren más de desórdenes emocionales, los hombres más de problemas conductuales. También hallaron que el cyberbullying afecta a la salud mental en los varones mediante el uso de drogas, la ansiedad y la depresión, mientras que en las mujeres solamente

a través del uso de drogas. Puede ser que el cyberbullying no podría suceder si no fuera gracias a la Internet, pero las redes sociales involuntariamente las diseminan aún más. Del mismo modo, aquellas han ocasionado el aumento de la ansiedad. En síntesis, las son peligrosas, puesto que influyen en problemas sociales, como los previamente mencionados.

Naslund et al. (2019) demostraron que los jóvenes menores de 35 años ya están implementando redes sociales, como Instagram y Snapchat, al socializar. Algunos especialistas concuerdan que aquello está influenciando de forma positiva, en una manera, en las vidas de las personas. Prueba de ello son las confesiones que los pacientes expresaron a sus doctores, en donde les mencionan sobre las formas positivas en que las aplican en sus vidas. Un ejemplo son en las personas obesas, las cuales han incluido programas de ejercicio en sus celulares con la finalidad de bajar de peso, mientras aquellas se complementan con redes sociales. No obstante, existen aún varios usuarios jóvenes que sufren de problemas mentales gracias a ellas. En general, la Internet, sorprendentemente, es una plataforma que sirve para tratar enfermedades mentales. Se recomienda que los psicólogos la utilicen para difundir su contenido y, de aquel modo, ayudar, a pacientes de depresión por ejemplo, a trabajar sus problemas de salud mental.

Naslund et al. (2019) ha afirmado que la Internet, al igual que las redes sociales, han vuelto el contenido de salud mental más accesible. Ellos reiteran que se debe principalmente a su estructura de bajo costo. Prueba de ello son sus usuarios, los cuales la utilizan para ayudar a otros que sufren de alguna enfermedad, o simplemente para expresar las suyas. Asimismo, se han creado en varias plataformas, siendo un ejemplo Facebook, varios grupos dirigidos a pacientes de enfermedades como la depresión para que, de esa manera, puedan ser atendidos y ayudados. Hasta en Twitter muchos de sus usuarios pertenecientes al segmento de adultos de 18 a 65 están interesados en ayudar a personas que sufren de alguna condición mental. A pesar que ya se han creado grupos para solucionar varios tipos de desórdenes, igual no se ha podido garantizar la efectividad de las redes sociales que las promueven, siendo algunos ejemplos Facebook, Instagram, e incluso Twitter.

4. METODOLOGÍA

4.1. Técnicas de producción de datos

El diseño se va a basar en la investigación de estudio de caso, puesto que estoy investigando sobre cómo los usuarios de Instagram perciben la depresión. Entre los tres tipos de estudios de casos, me he decidido enfocar en el “Multiple Case Study”, puesto que me voy a concentrar en varios entrevistados para la investigación. Aquello se debe porque quiero conseguir una mirada más amplia del problema. Además, la modalidad es la más apropiada, porque se puede trabajar con varias fuentes: creando una mirada más vasta del tema. La ventaja es que me va a permitir revisarlo a profundidad, lo cual me conviene para formular una hipótesis con la mayor precisión posible. Como menciona Crowe et al. (2011) en su estudio: “sirve para explicar y describir un fenómeno”; en su caso, la percepción de la depresión en Instagram: un problema que incluso es probable que lo esté generando involuntariamente (Creswell & Poth, 2018; Crowe et al, 2011).

La guía de la entrevista va a tener tres secciones: Instagram, percepción de la depresión y salud mental en redes sociales. Sin embargo, antes va a contener dos preguntas para romper el hielo. Luego seguirá la categoría de Instagram, la cual contiene tres preguntas (las dos anteriores también son parte de la sección de Instagram; por ende, técnicamente son un total

de cinco preguntas en la primera categoría). Seguido de ello, se encuentran percepción de la depresión y salud mental en redes sociales. Cada una de las dos secciones contienen un total de cinco preguntas. Se formularon un total de 24 preguntas, pero solo se van a preguntar diez; las seleccionadas se eligieron basado en un simple criterio: su relevancia con respecto al tema. Finalmente, concluirá con la oportunidad a que el participante exprese alguna idea más que desee agregar.

Debido a que es un estudio cualitativo, me basaré en los resultados de cinco entrevistados, puesto que es un “Multiple Case Study”. Los usuarios deben ser, en el caso de mi estudio, individuos que usen Instagram con regularidad, en donde son observadores de lo que sucede en la plataforma. Del mismo modo, deben vivir en Lima Metropolitana y ser adultos jóvenes, debido que aquel segmento de la población son más propensos a utilizar Instagram. En consecuencia, la mejor estrategia de muestreo sería la homogénea, porque permite ampliar un poco más el alcance de mi hipótesis. Además, es capaz de analizar qué se asimila y diferencia varios de los casos que estoy analizando (a diferencia del case study simple, el cual solo examina un caso). Incluso es el más ideal para predecir resultados, ya que me permitirá predecir las consecuencias positivas y negativas que mi hipótesis implica, una vez verificada (Hernández et al., 2010; Gustaffson, 2017).

De las tres técnicas, he decidido utilizar la entrevista focalizada; dado que sigue un carácter subjetivo, la cual se relaciona con el tono de mi investigación. Asimismo, la manera en cómo se realizan las preguntas es de manera flexible, la cual genera una mayor confianza con el entrevistado. Del mismo modo, permite mayor comunicación, que es al final es el ámbito del estudio: las comunicaciones. Adicionalmente, con el hecho que los participantes deben presentar las competencias necesarias para contribuir al estudio, será más preciso los resultados que este brinde. Instagram es actualmente la plataforma virtual más utilizada en el planeta. La entrevista focalizada es una técnica usada extensivamente al revisar retroalimentación a esta clase de canales. Lo que ayudará aquella técnica es documentar las respuestas a la tendencia emitidas por usuarios alrededor del mundo. Otra característica importante de resaltar es que me va a permitir interpretar: método que va a ser de gran ayuda al aplicar el estudio (Flick, 2007).

4.2.Estrategia operativa

El paradigma elegido para el estudio es el interpretativo, ya que se intentará analizar cómo los usuarios de Instagram perciben la depresión. El fin es, debido a que va a explicar cómo

se comunica ahí la depresión, conseguir una mirada que aclare las dudas sobre cómo se suele interpretar en ella. Por ende, es necesario que siga una naturaleza subjetiva, a causa que se encarga de analizar múltiples realidades y, por consiguiente, también que la mejor manera de entablarlo es a través de la investigación cualitativa; es más, sería lo más adecuado a la hora de entender el fenómeno conocido como la percepción de la depresión. La relación entre mi participante también va ser relevante, dado que, siendo yo una persona que le gusta crear química con el entrevistado, me va a servir para que entremos en confianza y podamos entender, de la manera más precisa posible, el fenómeno (Corbetta, 2007; González, 2001).

El estudio se va a basar en el enfoque social-construccionista. La idea es que el participante construya su realidad y, en base a lo que escucho, interpretar una realidad objetiva basado irónicamente en una mirada subjetiva, en este caso sería sobre la percepción de la depresión en Instagram. Cada participante va a contar su caso y, debido a que propongo implementar un “Multiple Case Study”, la mirada hacia lo que sucede será plasmada de una manera más amplia y clara. Además, a pesar de no ser una investigación narrativa, la narración jugará un rol fundamental; a causa que necesitan contar su caso en base a relatos de su vida. Asimismo, es importante recalcar que los significados, de acuerdo a los argumentos de aquel enfoque, se construyen socialmente. En otras palabras, no están grabados a fuego, sino que lo construyen a través de sus experiencias de vida. Por consiguiente, comunicarse con los participantes va a ser fundamental (Flick, 2007; Hernández et al., 2010; Agudelo & Estrada, 2012).

5. REFERENCIAS

- Abi-Jaoude, E., Naylor, K.T., & Pignatiello, A. (2020). Smartphones, social media use and youth mental health. *CMAJ*, *192*(6), 136-141. doi: 10.1503/cmaj.190434
- Agudelo, M.E., & Estrada, P. (2012). Constructivismo y construccionismo social: Algunos puntos comunes y algunas divergencias de estas corrientes teóricas. *Prospectiva*, (17), 353-378. <https://www.redalyc.org/pdf/5742/574261387015.pdf>
- Bashir, H., & Bhat, S. A. (2017). Effects of Social Media on Mental Health: A Review. *International Journal of Indian Psychology*, *4*(3), 125-131. doi:10.25215/0403.134
- Bendini, M., & Dinarte, L. (2020). Does Maternal Depression Undermine Childhood Cognitive Development? Evidence from the Young Lives Survey in Peru. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2020, *17*(7248), 1-18. doi:10.3390/ijerph17197248
- Brailovskaia, J., & Margraf, J. (2018). What does media use reveal about personality and mental health? An exploratory investigation among German students. *PLoS ONE*, *13*(1), 1-16. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0191810>
- Caliandro, A., & Graham, J. (2020). Studying Instagram Beyond Selfies. *Social Media + Society*, *2020*, 1-7. <https://doi.org/10.1177/205630512092477>
- Corbetta, P. (2007). *Metodología y Técnicas de Investigación Social*. McGraw-Hill
- Coyne, S.M., Rogers, A.A., Zurcher, J.D., Stockdale, L., & Booth, M. (2019). Does time spent using social media impact mental health?: An eight year longitudinal study. *Computers in Human Behavior*, *104*, 106-160. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.106160>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry & Research Design. Choosing Among Five Approaches*. SAGE.
- Crowe, S., Cresswell, K., Robertson, A., Hubby, G., Avery, A., & Sheikh, A. (2011). The case study approach. *BMC Medical Research Metodology*, *11*(100), 1-9. <https://link.springer.com/content/pdf/10.1186/1471-2288-11-100.pdf>
- Cyrus, E., Sanchez, J., Madhivanan, P., Lama, J.R., Bazo, A.C., Valencia, J., Leon, S.R., Villaran, M., Vagenas, P., Sciaudone, M., Vu, D., Coudray, M.S., &

- Atuce, F.L. (2021). Prevalence of Intimate Partner Violence, Substance Use Disorders and Depression among Incarcerated Women in Lima, Perú. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2021, 18(21), 1-14. <https://doi.org/10.3390/ijerph182111134>
- Di Gesto, C., Nerini, A., Policardo, G. R., & Matera, C. (2021). Predictors of Acceptance of Cosmetic Surgery: Instagram Images-Based Activities, Appearance Comparison and Body Dissatisfaction Among Women. *Aesth Plast Surg*, 46, 502-512. <https://doi.org/10.1007/s00266-021-02546-3>
- Fardouly, J., Magson, N.R., Rapee, R.M., Johnco, C.J., & Oar, E.L. (2020). The Use of Social Media by Australian Preadolescents and Its Links With Mental Health. *Journal of Clinical Psychology*, 76(7), 1304-1326. doi: 10.1002/jclp.22936
- Flick, U. (2007). *Introducción a la investigación cualitativa*. Morata.
- Fiske, M., Kendall, P. L., & Merton, R. K. (1998). Propósitos y criterios de la entrevista focalizada. *Empiria. Revista de Metodología de ciencias sociales*, (1), 215-227. https://scholar.google.es/scholar?cluster=7304418683909942547&hl=es&as_sdt=0,5
- Gustafsson, J. (2017). Single case studies vs. multiple case studies: A comparative study. *Halmstad University*, 12(1), 1-15. <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1064378/FULLTEXT01.pdf>.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M.P. (2010). *Metodología de la investigación*. Mc-Graw Hill.
- Hjetland, G.J., Schønning, V., Aasan, B.E.V., Hella, R.T., & Skogen, J.C. (2021). Pupils' Use of Social Media and Its Relation to Mental Health from a School Personnel Perspective: A Preliminary Qualitative Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(17), 1-15. <https://doi.org/10.3390/ijerph18179163>
- Kircaburun, K., & Griffiths, M.D. (2018). Problematic Instagram Use: The Role of Perceived Feeling of Presence and Escapism. *INT J Ment Health Addiction*, 17, 909-921. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9895-7>
- Krusenvik, L. (2016). Using case studies as a scientific method. Advantages and disadvantages. *Halmstad University, School of Business, Engineering and*

- Science*, 1-15. <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1054643/FULLTEXT01.pdf>
- González, J. (2001). El paradigma interpretativo en la investigación social y educativa: nuevas respuestas para viejos interrogantes. *Cuestiones pedagógicas*, 15, 227-246. https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/12862/file_1.pdf
- Lam, N.H.T., & Woo, B.K.P. (2020). Efficacy of Instagram in Promoting Psychoeducation in the Chinese-Speaking Population. *Health Equity*, 4(1), 114-116. doi: 10.1089/heq.2019.0078.
- León-Paucar, S.D., Calderón-Olivos, B.C., Calizaya-Milla, Y.E., & Saintila, J. (2021). Depression, dietary intake, and body image during coronavirus disease 2019 quarantine in Peru: An online cross-sectional study. *SAGE Open Medicine*, 9, 1-9. doi: 10.1177/20503121211051914
- Lindgren, S., & Johansson, A. (2021). Getting Better? Hegemonic, Negotiated and Oppositional Uses of Instagram for Mental Health Support. *Journal of Communication Inquiry*, 0(0), 1-23. DOI: 10.1177/01968599211042581
- McCosker, A., & Gerrard, Y. (2021). Hashtagging depression on Instagram: Towards a more inclusive mental health research methodology. *New Media and Society*, 23(7), 1-21. <https://doi.org/10.1177/1461444820921349>
- Naslund, J.A., Aschbrenner, K.A., McHugo, G.J., Unützer, J., Marsch, L.A., & Bartels, S.J. (2019). Exploring Opportunities to Support Mental Health Care Using Social Media: A Survey of Social Media Users with Mental Illness. *Early Interv Psychiatry*, 13(3), 405-413. doi:10.1111/eip.12496.
- Naslund, J.A., Bondre, A., Torous, J., & Aschbrenner, K.A. (2020). Social Media and Mental Health: Benefits, Risks, and Opportunities for Research and Practice. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 5, 245-257. <https://doi.org/10.1007/s41347-020-00134-x>
- O'Reilly, M., Dogra, N., Hughes, J., Reilly, P., George, R., & Whiteman, N. (2018). Potential of social media in promoting mental health in adolescents. *Health Promotion International*, 24(5), 981-991. doi: 10.1093/heapro/day056
- Quispe-Sancho, A., Chambi-Macedo, K.L., Laurel-Vargas, V., Huamani-Merma, E., Cuzcano-Gonzales, K.V., Huaita-Rocha, M.A., Mendoza-Guillen, L., Sanchez-Choquepata, A.D., Fuentes-Casani, J., Bandeira, A., Tovani-Palone,

- M.R., & Mejia, C.R. (2021). Depression, Anxiety, and Stress in Health Professionals Working During the COVID-19 Pandemic in Peru: An Analytical Cross-Sectional Study. *Electronic Journal of General Medicine*, 18 (6), 1-6. <https://doi.org/10.29333/ejgm/11210>
- Saha, K., Yousuf, A., Boyd, R.L., Pennebaker, J.W., & De Choudhury, M. (2022). Social Media Discussions Predict Mental Health Consultations on College Campuses. *Scientific Reports*, 12(123), 1-11. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-03423-4>
- Schodt, K.B., Quiroz, S.I., Wheeler, B., Hall, D.L., & Silva, Y.N. (2021). Cyberbullying and Mental Health in Adults: The Moderating Role of Social Media Use and Gender. *Frontiers in Psychiatry*, 12(674298), 1-14. doi: 10.3389/fpsy.2021.674298
- Toseeb, U., & Inkster, B. (2015). Online social networking sites and mental health research. *Frontiers in Psychiatry*, 6(36), 1-4. doi: 10.3389/fpsy.2015.00036
- Utter, K., Waineo, E., Bell, C.M., Quaal, H.L., & Levine, D.L. (2020). Instagram as a Window to Societal Perspective on Mental Health, Gender, and Race: Observational Pilot Study. *JMIR Mental Health*, 7(10). doi: 10.2196/19171
- Xing, C., Zhang, X., & Cheng, S.T. (2017). Would more social partners leads to enhanced health? The paradox between quantity and quality. *PsyCh Journal*, 6(3), 219-227. <https://doi.org/10.1002/pchj.181>

6. ANEXOS

Problema de investigación	Preguntas de investigación	Objetivos ²	Categorías	Metodología
Instagram y la percepción de la depresión en adultos de 18 a 39 años en Lima Metropolitana.	Pregunta de investigación general ¿Cómo representa Instagram la percepción de la depresión en los adultos de 18 a 39 años en Lima Metropolitana?	Objetivo general Analizar en Instagram la percepción de la depresión mediante los adultos de 18 a 39 años en Lima Metropolitana.	Categoría A Instagram Categoría B Percepción de la depresión	Paradigma Interpretativo Enfoque Cualitativo Diseño Fenomenológico Técnicas de recolección de datos Entrevista a profundidad Instrumentos Guía de la entrevista a profundidad Muestra 18 a 39 años
	Preguntas de investigación específicas ¿Cómo influyen las redes sociales? ¿Cómo se diferencia los efectos entre los adultos jóvenes dependiendo de su género? ¿Cómo influye la salud mental en sus usuarios?	Objetivos específicos Analizar la influencia de las redes sociales... Comparar los efectos en los adultos jóvenes según su género... Analizar la salud mental en sus usuarios...	Subcategorías B Redes sociales Adultos jóvenes Salud mental	

Guía de entrevista¹

Nombres: Adrián Nicolini González

Edad: 22

Sexo: Masculino

Fecha: 4/7/2022

Profesión u Ocupación: Estudiante/Cineasta

Buenos días/tardes/noches, mi nombre esAdrián Nicolini González....., soy estudiante de la carrera deAudiovisuales y Medios Interactivos..... de la Facultad de Comunicaciones de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC), como parte de mi proyecto de investigación tituladoInstagram y comunicación de la salud en adultos de 18 a 39 años en Lima Metropolitana....., estoy realizando una investigación cuyo objetivo esAnalizar en Instagram la comunicación de la salud mediante los adultos de 18 a 39 años en Lima Metropolitana.....

Al mismo tiempo, hago de tu conocimiento que la información brindada en esta entrevista es de carácter confidencial y solo será utilizada para los propósitos de esta investigación. El tiempo de duración aproximado de la entrevista se estima en ...20 ... minutos.

Agradezco anticipadamente tu participación y colaboración totalmente voluntaria; si deseas puedes culminarla en cualquier momento. A continuación, iniciaremos con las preguntas.

¿Aceptas ser entrevistado? Sí No

¿Aceptas ser grabado? Sí No

Preguntas:

Realizar al menos dos preguntas para romper el hielo.

1. ¿Qué tan seguido usas Instagram?
2. Nombra 3 posts que te hayan gustado

Categoría A: Instagram

3. ¿Qué tipo de publicaciones encuentras en Instagram?
4. ¿Qué tienen en común los diferentes tipos de publicaciones?
5. ¿Qué tipo de publicaciones te gusta y cómo reaccionas?
- 6.
7. ¿Revisas posts sobre salud en Instagram? ¿Por qué?

¹ Elaborado por Eliana Gallardo Echenique (profesora investigadora la Facultad de Comunicaciones de U

8. ¿Has visto alguna cita textual en un post sobre algún tema de salud que recuerdes?
9. ¿Generalmente qué imágenes sueles ver en publicaciones de salud?
10. ¿Alguna vez has comentado a una publicación sobre salud? ¿Por qué?
11. ¿Recuerdas alguna publicación sobre salud que se haya vuelto viral en Instagram?
12. ¿Alguna vez has publicado contenido de salud en Instagram? Cuando lo has hecho, ¿tenías alguna razón en específico?

Categoría B: Salud

13. ¿Los posts de salud suelen ser muy visuales o poco visuales? ¿Por qué crees que es así?
14. ¿La discusión sobre problemas de salud en Instagram es positivo o negativo?
15. ¿Alguna vez has notado que algún problema de salud se ha vuelto tendencia en Instagram?
16. ¿Recuerdas que comentaban la gente en publicaciones sobre salud?
17. ¿Sientes que Instagram es una plataforma confiable para expresar problemas de salud? ¿Te hace sentir mejor o peor el feedback?
18. ¿Los usuarios se suelen expresar más en temas de salud por los stories, reels o publicaciones?

Categoría C: Salud en redes sociales

19. De las redes sociales que usas, ¿cómo sus respectivos usuarios interactúan y discuten en posts sobre salud?
20. Nombra una publicación en una red social que no sea Instagram en donde hayas visto una discusión sobre salud
21. ¿Sientes que mucho texto en las publicaciones sobre salud ayuda a que la gente responda o los desmotiva a responder?
22. Entre los comentarios positivos y negativos sobre salud, ¿qué argumentos usan cada lado?

El número de las preguntas dependerá de las preguntas u objetivos de investigación

23. ¿Algo más que desees agregar?

Muchas gracias por su participación.



Consentimiento Informado de Participación en Proyecto de Investigación¹

Mediante la presente, se le solicita su autorización para participar del estudio o Proyecto de investigación "Instagram y Salud Mental", conducido por el(la) profesor(a) (o Estudiante, asesor) Omar Vite Leon, perteneciente a la Facultad de Comunicaciones de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC) (En caso aplique a su estudio, colocar las otras instituciones que participan en el proyecto).

Este estudio/proyecto tiene como objetivo principal analizar en Instagram la percepción de la depresión. (Agregar el objetivo lo más claramente posible para el participante).

Al colaborar usted con esta investigación deberá explicar sus experiencias en Instagram grabación de audio (Describir la actividad a la que se le invita), lo cual se realizará mediante especificaciones, tales como grabación, fotografía, etc.). Dicha actividad durará aproximadamente 20 minutos. (Señalar la duración de la actividad; y si corresponde, indicar que se realizará en más de una ocasión) y será realizada en Lima (Lugar), durante jornada laboral. (Señalar si es durante la jornada laboral, escolar, etc.)

Riesgos:

No existe ningún riesgo al participar de este trabajo de investigación. Sin embargo, algunas preguntas le pueden causar incomodidad. Usted es libre de responderlas o no.

Beneficios:

Se informará de manera confidencial los resultados que se obtengan de la encuesta/entrevista/focus group/observación. (Los beneficios deben ser directamente para el participante, en caso no existan beneficios directos, deberán indicarlo o buscar una alternativa como brindar una capacitación sobre el tema estudiado)

Costos y compensación

No deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole, sólo una compensación por gastos de transporte y/o un refrigerio por el tiempo brindado.

Confidencialidad:

Todos los datos que se recojan, serán estrictamente anónimos y de carácter privados. Además, los datos entregados serán absolutamente confidenciales y sólo se usarán para los fines científicos de la investigación. (En el caso de que la información se recolecte de forma anónima, deberá explicar que no existe forma de identificar al participante). El responsable de esto, en calidad de custodio de los datos, será el Investigador Responsable del proyecto, quien tomará todas las medidas necesarias para cautelar el adecuado tratamiento de los datos, el resguardo de la información registrada y la correcta custodia de estos (Incluir procedimiento de custodia de datos que se utilizará). Además, quienes participen en el focus group, se comprometen a

¹ Adaptado por Eliana Gallardo Echenique (profesora investigadora la Facultad de Comunicaciones de UPC)



mantener absoluta confidencialidad respecto a los dichos y declaraciones de las demás personas con quienes interactúen en la discusión grupal. (Eliminar esto último, si la actividad no corresponde a un focus group)

Derechos del participante:

Usted puede hacer todas las preguntas que desee antes de decidir si desea participar o no, las cuales responderemos gustosamente. Si, una vez que usted ha aceptado participar, luego se desanima o ya no desea continuar, puede hacerlo sin ninguna preocupación, no se realizarán comentarios, ni habrá ningún tipo de acción en su contra.

Si decide participar en el estudio, puedes retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin daño alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte o llame al (Nombre completo del investigador principal y/o Director de Carrera), al correo electrónico y teléfono

Una copia de este consentimiento informado le será entregada.

94-1105056
exadmu@
gmail.com

Cordialmente,

Adrián Nicolini González
(Colocar los nombres y apellidos del investigador)
Investigador Prncipal



Lugar, Fecha 4/7/2022

Yo Guillermo Roca Aylós, con DNI No. 71224363 en base a lo expuesto en el presente documento, acepto voluntariamente participar en la investigación "Instagram y Salud Mental", conducida por el/la profesor(a) (o Estudiante, asesor) Adrián Nicolini, perteneciente a la Facultad de Comunicaciones de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC).

He sido informado(a) de los objetivos de este estudio y de las características de mi participación. Reconozco que la información que provea en esta investigación es estrictamente confidencial y anónima. Además, esta no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio.

He sido informado(a) de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin tener que dar explicaciones ni sufrir consecuencia alguna por tal decisión.

De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar al Adrián Nicolini González (Nombre completo del investigador principal y/o Director de Carrera), 944905056 (email; teléfono/celular)

Entiendo que una copia de este documento de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando este haya concluido. Para esto, puedo contactar al Investigador Responsable del proyecto al correo electrónico examnu@upc.edu.pe o al teléfono 944905056.

Guillermo Roca Aylós Celly 04/07/2022

Nombre y Apellidos Participante Firma Fecha

Nombre y Apellidos del Testigo (si el participante es analfabeto) Firma Fecha

Adrián Nicolini González Adrián 4/7/2022

Nombre y Apellidos Investigador Firma Fecha

PLANTILLA DE VALORACIÓN

Marque con una X el valor otorgado a cada ítem, de acuerdo al grado de suficiencia, claridad, coherencia y relevancia.

(1) = No cumple con el criterio (2) = Sí cumple con el criterio

Categorías	Ítem	Suficiencia	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observación
Categoría/ Sub categoría 1	1. Instagram	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	NO CORRESPONDE A UNA CATEGORÍA
	2. Percepción de la depresión	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	
	3. Salud mental en redes sociales	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	NO ES REDES SOCIALES, ES INSTAGRAM
	4. ¿Qué tipo de publicaciones te gusta y cómo reacciones?	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	
Instagram	5. ¿Alguna vez te ha preocupado algo sobre Instagram?	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	EL TEMA ES LA DEPRESIÓN EN INSTAGRAM
	6. ¿Qué tipo de publicaciones encuentras en Instagram?	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	
	7. Nombra opiniones en Instagram que hayas visto sobre la depresión	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	
Percepción de la depresión	8. ¿Cómo sientes cuándo alguien en Instagram expresa sobre depresión?	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	
	9. ¿El hashtag #depression lo consideras como algo bueno o malo?	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	(1) <input type="checkbox"/> (2) <input checked="" type="checkbox"/>	

	10. ¿Cómo los usuarios que sigues consideran la depresión?	<input checked="" type="checkbox"/> (1) <input type="checkbox"/> (2)	<input checked="" type="checkbox"/> (1) <input type="checkbox"/> (2)	<input checked="" type="checkbox"/> (1) <input type="checkbox"/> (2)	<input checked="" type="checkbox"/> (1) <input type="checkbox"/> (2)	
Salud mental en redes sociales	11. Nombra comentarios sobre depresión en diferentes redes sociales	<input checked="" type="checkbox"/> (1) <input type="checkbox"/> (2)	<input checked="" type="checkbox"/> (1) <input type="checkbox"/> (2)	<input checked="" type="checkbox"/> (1) <input type="checkbox"/> (2)	<input checked="" type="checkbox"/> (1) <input type="checkbox"/> (2)	
	12. ¿Sientes que tratar sobre salud mental en redes sociales crea debates intensos?	<input type="checkbox"/> (1) <input checked="" type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1) <input checked="" type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1) <input checked="" type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1) <input checked="" type="checkbox"/> (2)	
	13. ¿Has aprendido algo en redes sociales sobre cómo la gente habla de salud mental?	<input type="checkbox"/> (1) <input checked="" type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1) <input checked="" type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1) <input checked="" type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1) <input checked="" type="checkbox"/> (2)	
	14. ¿Sientes que la percepción de la salud mental es más memorable a través de posts visuales o de audio?	<input checked="" type="checkbox"/> (1) <input type="checkbox"/> (2)	<input checked="" type="checkbox"/> (1) <input type="checkbox"/> (2)	<input checked="" type="checkbox"/> (1) <input type="checkbox"/> (2)	<input checked="" type="checkbox"/> (1) <input type="checkbox"/> (2)	