

## Efectos de las redes sociales en la salud mental durante la pandemia de la COVID-19: una revisión bibliográfica

### Effects of social networks on mental health during the COVID-19 pandemic: a literature review

Revisiones

Belén Cambroner-Saiz<sup>a</sup>, Begoña Gómez-Nieto<sup>a</sup>, Jesús Segarra-Saavedra<sup>b</sup>

<sup>a</sup> Facultad de Empresa y Comunicación, Universidad Internacional de La Rioja, España

<sup>b</sup> Departamento de Comunicación y Psicología Social, Universidad de Alicante, España

#### Resumen

**Introducción:** paulatinamente se han publicado trabajos empíricos sobre el uso de redes sociales y salud mental, por lo que resulta fundamental conocerlos en el marco de la COVID-19 dado el uso que se hizo de las redes sociales y los problemas mentales que se derivaron de la pandemia mundial. **Objetivo:** analizar los 91 artículos empíricos indexados en PubMed y WoS que investigaron las manifestaciones de problemas de salud mental en redes sociales (RR.SS.) y su relación con la COVID-19. **Metodología:** el estudio utiliza la revisión bibliográfica y contempla el tópico de salud mental analizado, objetivo del artículo, metodología, región y país del estudio, conclusiones y su valencia. **Resultados:** Asia y Norteamérica fueron las regiones que más artículos publicaron. Las RR.SS. más estudiadas fueron Twitter (37,4%), Facebook (17,6%) y WeChat (14,3%). Twitter, Facebook o Instagram fueron valoradas positivamente como herramientas informativas (91%, 80% y 83,3% respectivamente), mientras que en WeChat y Weibo los porcentajes se reducen (45,6% y 50%). **Conclusión:** la mayoría de los artículos ha destacado el uso positivo de las RR.SS. como herramientas informativas que ayudaron a obtener información en tiempo real sobre planes y medidas gubernamentales, lo que redujo el estrés provocado por la incertidumbre de la COVID-19.

Palabras clave: comunicación científica; COVID-19; redes sociales; salud mental; trastornos mentales.

#### Abstract

**Introduction:** empirical work on the use of social networks and mental health has gradually been published, so it is essential to understand it in the context of COVID-19 given the use of social networks and the mental health problems that resulted from the global pandemic. **Objective:** to analyze the 91 empirical articles indexed in PubMed and WoS, which investigated the manifestations of mental health issues in social media and their relationship with COVID-19. **Methodology:** the study uses the literature review and includes the mental health topic analysed, objective of the article, methodology, region and country of the study, conclusions and their validity. **Results:** Asia and North America were the regions that published more articles. The most studied social media were Twitter (37.4%), Facebook (17.6%) and WeChat (14.3%). Twitter, Facebook or Instagram were rated positively as information tools (91%, 80% and 83.3% respectively), while WeChat and Weibo had lower percentages (45.6% and 50%). **Conclusion:** most articles have highlighted the positive use of social media as an information tool that helped to obtain real-time information on government plans and measures, which reduced the stress caused by the uncertainty of COVID-19.

Keywords: scientific communication; COVID-19; social networks; mental health; mental disorders.

## Introducción

### *Estado de la cuestión*

#### El uso de las redes sociales en el ámbito de la salud

Los cambios en el escenario de la comunicación derivados del uso de internet hacen cada vez más necesarios estudios que profundicen en la importancia y las implicaciones que esto supone en todas las esferas. Concretamente, en el ámbito de la salud, las redes sociales (RR.SS.), integradas en la rutina diaria de muchas personas, han cambiado el modo de aproximarse a este tema. Entre los principales beneficios de su uso se encuentran el de favorecer las interacciones con otros, permitir que la información esté más disponible, facilitar la accesibilidad a los datos, fomentar el apoyo social/emocional/de pares, servir como herramienta de vigilancia de la salud pública o incluso incrementar la capacidad de influencia de las personas en las políticas públicas sobre salud (Moorhead et al., 2013).

No obstante, el tipo de uso se ve condicionado por el propio rol de la persona al acceder a ellas. Así, podemos distinguir entre los usuarios sanos, que las emplean por la facilidad y rapidez para encontrar información preventiva (Levac & O'Sullivan, 2010); los pacientes, que además del uso informativo, encuentran redes de apoyo, soporte emocional y estima (Gage-Bouchard et al., 2018; Smailhodzic et al., 2016); y, por último, los profesionales sanitarios que, cada vez más, los emplean con fines laborales como, por ejemplo, ayudar a sus pacientes en el autocontrol de enfermedades crónicas (De Angelis et al., 2018) o intercambiar información con otros colegas (Antheunis et al., 2013).

Desde el ámbito académico, han sido también muchos los investigadores que han analizado el papel desarrollado por las redes sociales como un instrumento para la comunicación en salud (Moorhead et al., 2013; Chou et al., 2009; Cambronero & Gómez, 2021; Tian et al., 2016; Sinnenberg et al., 2017; Ballesteros, 2020). Plataformas como Twitter, Facebook, Instagram, TikTok o WeChat han sido objeto de estudio en numerosas ocasiones y desde diversos enfoques que van desde la identificación de las características sociodemográficas de los usuarios que buscan información sobre salud en RR.SS. (Chou et al., 2009), la evaluación de su utilidad en problemas de salud generales (Moorhead et al., 2013) o específicos (Tian et al., 2016; Cambronero & Gómez, 2021) o su uso como herramienta de evasión (Ballesteros, 2020), hasta los tópicos y áreas de salud con mayor presencia en RR.SS. (Sinnenberg et al., 2017).

#### Repercusiones de la COVID-19 en el uso de las redes sociales

La llegada de la pandemia supuso un cambio radical en la forma de comunicarse de los ciudadanos, incrementando todavía más el uso de las redes sociales. Según un informe del departamento de análisis de Facebook, la mensajería general aumentó un 50% en el último mes de confinamiento en la primera ola, en los países más afectados por la pandemia de la COVID-19, mientras que Messenger y las llamadas de voz y video de WhatsApp fue superior al doble (Schultz & Parikh, 2020).

A las necesidades comunicativas se les unen las necesidades informativas, donde las redes se convirtieron en una fuente de información esencial respecto a los síntomas, la evolución de la pandemia, las recomendaciones para la prevención del contagio y las medidas para su contención (Center for the Study of Traumatic Stress, 2020; World Health Organization, 2020).

Sin embargo, no hay que olvidar que la información volcada en RR.SS., y generada de manera participativa, puede implicar riesgos en salud. Estos riesgos mayoritariamente están relacionados con la imprecisión de los datos, ya que la falta de filtros puede provocar la difusión de información incierta, sesgada, basada en experiencias personales concretas o fundamentada en creencias, valores o prejuicios (Gutiérrez-Martín & Tyner, 2012). Además, también pueden contribuir a la propagación de rumores, es decir, a la viralización de información que se transmite sin haberse evaluado su veracidad (Liu et al., 2020). Ambos problemas ponen de manifiesto la importancia de una alfabetización mediática antes de poder considerar las redes sociales una herramienta de información válida para la población general.

**No hay que olvidar que la información volcada en las redes sociales, y generada de manera participativa, puede implicar riesgos en salud**

## Salud mental y redes sociales durante la pandemia de la COVID-19

Estos problemas alcanzaron su cenit durante la pandemia de la COVID-19. La situación llegó a agravarse tanto que instituciones como la OMS manifestaron su preocupación e instaron a los gobiernos a tomar medidas para evitar la circulación de noticias falsas y mitigar los efectos indeseables que estaban provocando la desinformación y los bulos sobre temas de salud (Marroquín et al., 2020; Al-Zaman et al., 2021; Obi-Ani et al., 2020; Chand, 2021; Huiling, 2020). Esta serie de bulos y de información no contrastada generó alarma social, incertidumbre y miedo colectivo respecto a diversos temas, encontrándose la población con una doble pandemia: la generada por la COVID-19 y la provocada por estas fake news (Barrientos-Báez et al., 2021).

La coyuntura mundial frente a la pandemia ha fomentado la innovación y creatividad desde diversos ámbitos como el reto que supuso la utilización de las redes sociales en el ámbito docente y la discapacidad, facilitando oportunidades como el aprendizaje y la inclusión social (Deliyore, 2021).

La situación de aislamiento, confusión e incertidumbre sobre las causas y la gravedad de la enfermedad provocó una crisis de salud mental que aumentó los diagnósticos de depresión, que ya era uno de los problemas de salud mental con mayores tasas de prevalencia y morbilidad (Rodrigues et al., 2020). Así, los casos de depresión severa que, en ausencia de pandemia, se estima que habrían sido de 193 millones (2.471 casos por cada 100.000 habitantes), se incrementaron en un 28% llegando a suponer un total de 246 millones de casos (3.153 por cada 100.000) a escala global en 2020 (Fuentes, 2021). Algunos autores incluso sostienen que la exposición a las redes sociales pudo ser un factor de riesgo para el incremento de la incidencia de este problema de salud mental por la alarma social a la que contribuyeron (Friedman & Aral, 2021).

Este hecho no significa que las plataformas sociales no hayan sido también un espacio de alivio durante el aislamiento social, ya que, gracias a ellas, tal y como apuntábamos inicialmente, las personas han podido poner en común sentimientos y experiencias (Ribot et al., 2020), convirtiéndose en una vía que contribuye a la resiliencia en el ámbito concreto de la salud mental a través de las redes de apoyo.

Además, durante este periodo la salud mental ha sido un tema frecuentemente expuesto en redes sociales, contribuyendo por tanto a su desestigmatización y poniendo en relieve la importancia del bienestar emocional y psicológico y la utilidad de las terapias para el tratamiento de dichos problemas. De esta manera, se habla de la cara y cruz de la misma moneda, es decir, de las ventajas e inconvenientes que tienen las redes sociales en la pandemia en la que han jugado un papel nuclear en este nuevo escenario sin precedentes.

El objetivo general de esta revisión bibliográfica es compilar los trabajos empíricos publicados sobre el uso de redes sociales y salud mental y su relación con la COVID-19 para poder tener una visión más amplia del papel de las redes sociales en el ámbito de la salud mental. Para ello, se establecieron como objetivos específicos, en primer lugar, identificar los principales hallazgos y, en segundo lugar, clasificar los artículos encontrados según la valencia de sus conclusiones.

### Método

Durante el mes de enero de 2022 se realizó una búsqueda en las bases de datos PubMed y WoS, escogidas por ser dos bases de datos que incluyen artículos científicos indexados en revistas con revisiones por pares en los ámbitos de medicina, ciencias del comportamiento, psicología, sistemas de atención médica y ciencias clínicas.

Para la realización de la búsqueda se aplicó el filtro de aparición en el título de las palabras clave: "COVID" y "Social Media" o "Twitter" o "Facebook" o "YouTube" o "Instagram". A todas las búsquedas se les sumó la palabra clave "Mental Health" sin aplicar ningún filtro, con el objeto de incluir así todo tipo de referencias bibliográficas a la salud mental sin discriminar por tópico específico. Tampoco se aplicó ningún filtro de fecha por lo que se revisaron todos los artículos publicados hasta enero de 2022.

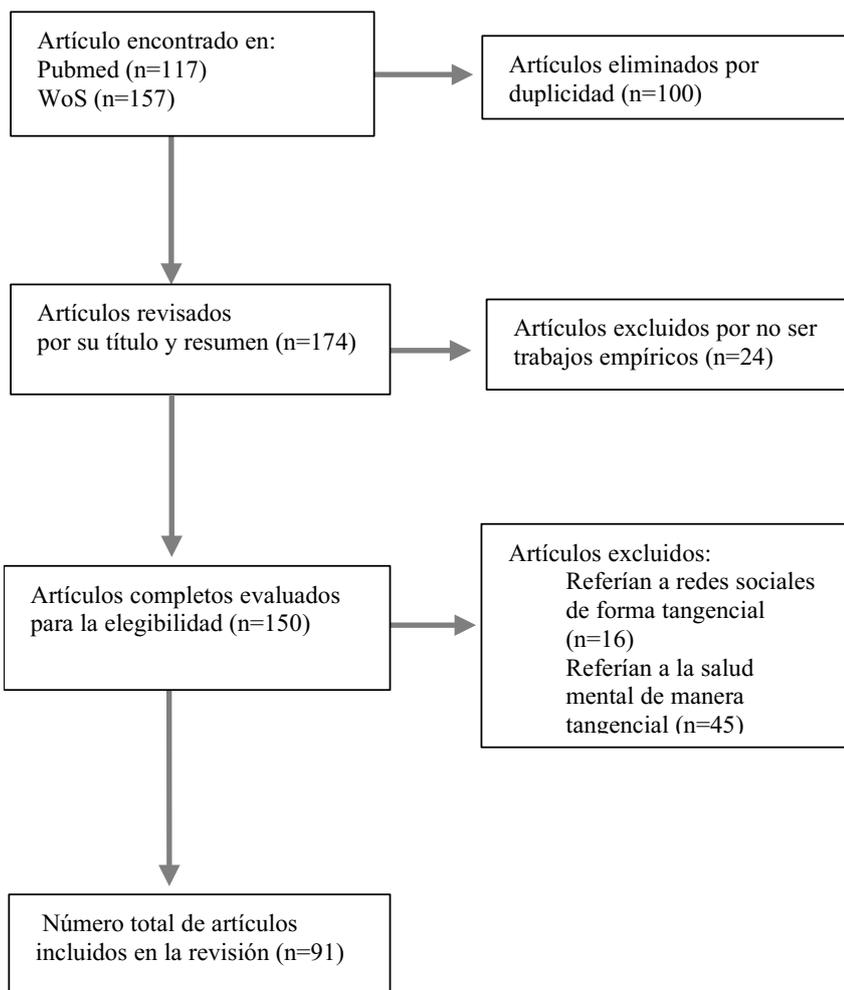
La selección se llevó a cabo por todos los autores de este manuscrito. Se obtuvo un total de 274 artículos, de los cuales 100 eran artículos que se repetían entre las diferentes bases de datos. Se revisó el título y el resumen de los 174 artículos únicos encontrados, para incluir únicamente aquellos textos centrados en los efectos de las redes sociales en la salud mental durante la pandemia de la COVID-19. Por contraste, se excluyeron aquellos artículos que 1) mencionaban la salud mental de manera tangencial, pero se centraban en otros tópicos de salud; 2) se referían a las redes sociales de manera tangencial; 3) estaban escritos en idiomas distintos al inglés o el español; 4)

no tenían abstract disponible; 5) no eran artículos originales y, por último, 6) no tenían disponible el texto completo. Finalmente, después de este segundo cribado, se realizó un análisis de contenido de los 91 artículos seleccionados (Figura 1).

De estos artículos se recogió información descriptiva relativa al año de publicación, redes sociales estudiadas, tópico-s de salud mental que se analiza, objetivo del artículo: 1) Reducir factores de riesgo (soledad, aislamiento o miedo); 2) Asociar el uso de RR.SS. y enfermedades de salud mental; 3) Identificar tendencias en los discursos en RR.SS., metodología de análisis y región y país donde se centra el estudio.

Por último, basándonos en la metodología aplicada anteriormente por Cambronero-Saiz & Gómez-Nieto (2021), también recogimos información extraída de la clasificación de los artículos en función del enfoque (información, educación y empoderamiento) y la valencia de sus conclusiones (positiva o negativa) siguiendo las definiciones establecidas en la Tabla 1.

Para garantizar la rigurosidad del análisis, dos de los autores (JS y BG) realizaron de manera individual e independiente un análisis del 20% de la muestra (33 artículos) que fue seleccionada aleatoriamente utilizando para ello la opción de generación de números aleatorios de Excel versión 16.5. Posteriormente el análisis individual se completó con un análisis de concordancia que tuvo como resultado un porcentaje de coincidencia inter-observador del 96,5%.



**Figura 1.** Diagrama de flujo para la revisión bibliográfica. Fuente: Elaboración propia.

**Tabla 1.** Enfoque y valencia de las conclusiones de los artículos incluidos en la revisión.

Uso de Twitter	Valencia positiva Descripción	Valencia negativa Descripción
Información	Proporciona información en tiempo real y contribuye a difundir información sobre planes y medidas gubernamentales y a dar a conocer las últimas noticias, lo que puede contribuir a reducir el estrés.	No existen filtros comunicativos que eviten la infodemia (OMS, 2020) y el ruido. Se difunde información incorrecta que puede generar ansiedad u otros problemas de salud mental (nivel individual).
Educación	Permite difundir medidas de prevención y contribuye a generar sensación de calma, a través del control de los rumores.	Es necesaria una mayor alfabetización digital. No contribuye a la difusión de acciones de prevención y educación en salud.
Empoderamiento	Fomenta la comunicación y las redes de apoyo. Evita las sensaciones de aislamiento y soledad, contribuye a crear resiliencia o resistencia comunitaria y contribuye al monitoreo de la salud mental.	No puede sustituir las relaciones personales directas y fomenta las emociones negativas y la alarma social (nivel comunitario).

Fuente: Elaboración propia.

## Resultados

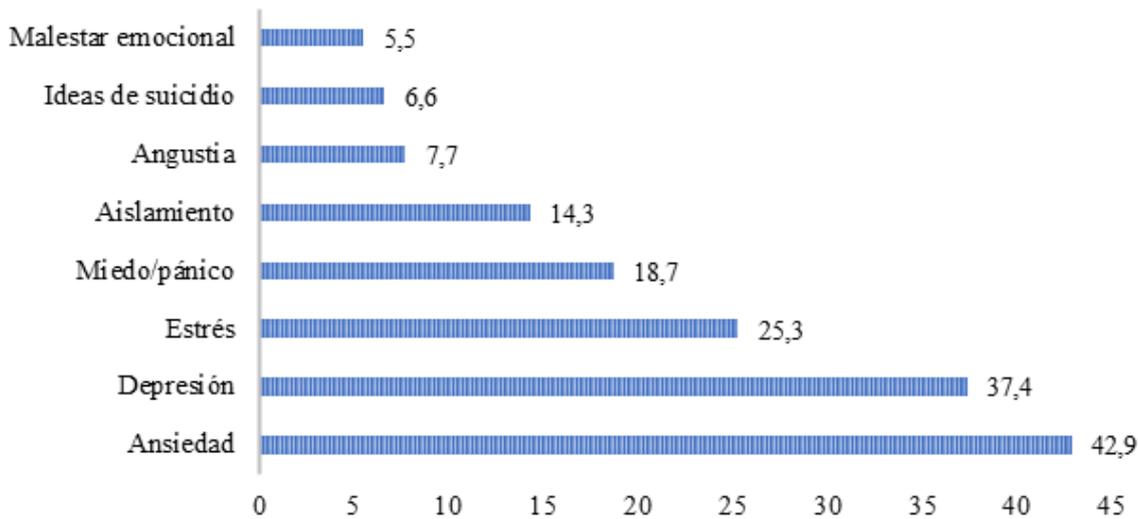
De los 91 artículos seleccionados, un 52,7% (n=48) tuvo como primer firmante una mujer y un 47,3% (n=43) a un hombre.

El principal objetivo de análisis de los artículos se centra en investigar la relación entre exposición a redes sociales y consecuencias en la salud mental (53,8%, n=49), seguido de los artículos cuyo propósito es estudiar el uso de redes sociales para mitigar la sensación de aislamiento y soledad (25,3%, n=23) y, por último, la identificación de tendencias (20,9%, n=19).

Respecto a los problemas que con mayor frecuencia se han estudiado en trabajos sobre los efectos de la COVID-19 en la salud mental, destacan fundamentalmente la ansiedad (n=39, 42,9%), la depresión (n=34, 37,4%) y el estrés (n=23, 25,3%), mientras que en menor medida también aparecen tópicos como la angustia (n=7; 7,7%), las ideas de suicidio (n=6; 6,6%) y el malestar emocional (n=5, 5,5%) (Ver Figura 2).

También un 13,2% de los artículos menciona otras enfermedades mentales no clasificadas anteriormente, como son el agotamiento (2,2%), el insomnio (2,2%), el trastorno de la conducta alimentaria (1,1%), el trastorno bipolar (1,1%) o la frustración (1,1%).

La metodología más frecuentemente utilizada fue de tipo cuantitativo (76,9%), seguido de metodología mixta (22%) y únicamente en un caso no se especifica (1,1%). Las encuestas se utilizaron mayoritariamente con el objetivo de identificar si existe asociación entre exposición a redes sociales y problemas de salud mental (61,9%, n=63), mientras la herramienta de investigación análisis de contenido de redes sociales se empleó fundamentalmente para la identificación de tendencias (44,4%, n=27) y el análisis del uso de redes sociales para mitigar la sensación de aislamiento, soledad o miedo (40,7%, n=27).



**Figura 2.** Porcentaje de problemas de salud mental que aparecen en los artículos sobre salud mental y redes sociales. Fuente: Elaboración propia.

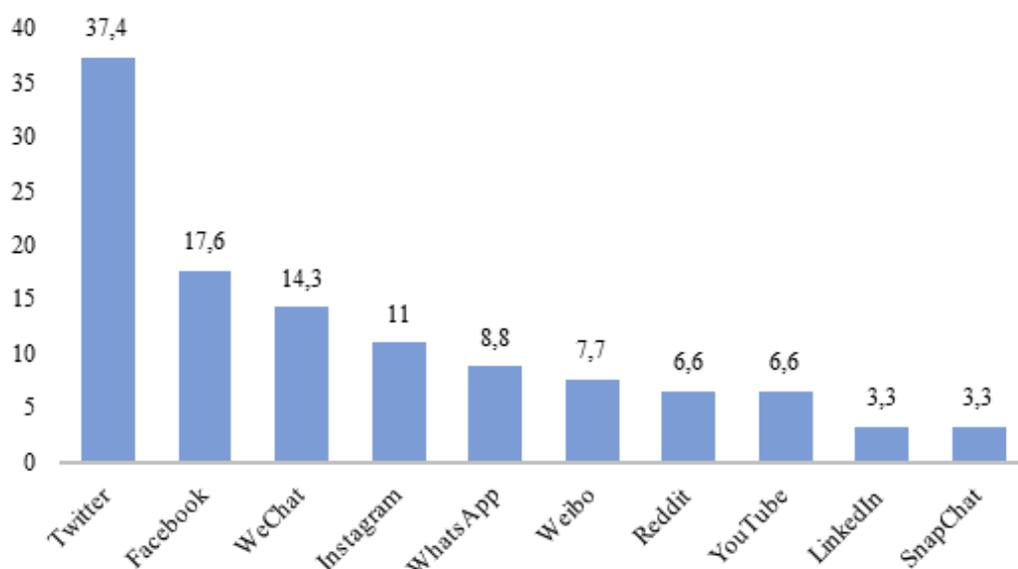
En términos globales, la región de Asia fue la que estudió con mayor frecuencia los efectos de la COVID-19 y la exposición a RR.SS. en la salud mental de la población, siendo China el principal país de estudio (27,5%). En segundo lugar destaca el alto número de trabajos que analizan al menos dos o más países, y en tercer lugar se encuentra la región de Norteamérica, siendo EE.UU. (13,2%) el país en el que se centró la mayoría de los artículos (ver Figura 3).

Los países europeos también publicaron artículos sobre este tópico (n=10) siendo Alemania (n=2) y Reino Unido (n=2) los de mayor producción (40%), a pesar de que también lo hicieron otros como Irlanda, Grecia, Rumanía y Bélgica. En Latinoamérica, Argentina (50%) y Colombia (50%) fueron los dos países con mayor presencia.

Las redes sociales que con más frecuencia se analizan fueron Twitter (n=34, 37,4%), Facebook (n=16; 17,6%) y WeChat (n=13; 14,3%), mientras que YouTube (n=6; 6,6%) y SnapChat (n=3; 3,3%) son las que aparecen en menor medida (ver Figura 4).



**Figura 3.** Frecuencia de producción de artículos por regiones. Fuente: Elaboración propia.

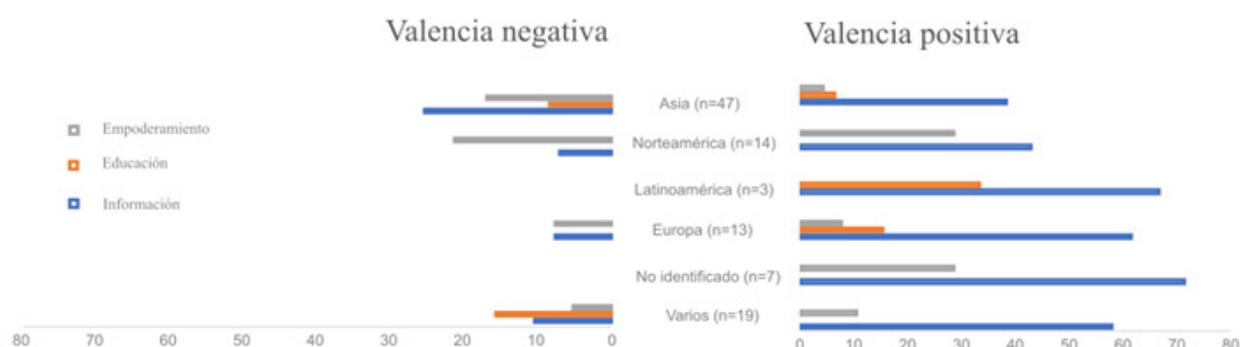


**Figura 4.** Porcentaje de redes sociales que aparecen en los artículos sobre redes sociales y salud mental. Fuente: Elaboración propia.

Respecto a las principales conclusiones (no excluyentes) ( $n=102$ ) se encuentra que en términos globales un 54,9% ( $n=50$ ) de los artículos concluyó afirmando que las redes sociales son una herramienta útil para informarse (información/valencia positiva). Además de esta conclusión, otras de las conclusiones que aparecen con mayor frecuencia son: 1) inexistencia de filtros comunicativos que eviten el ruido y la infodemia (información/valencia negativa) ( $n=16$ ); 2) imposibilidad de las redes sociales de sustituir las relaciones personales (empoderamiento/valencia negativa) ( $n=13$ ); 3) capacidad de las redes sociales de fomentar la alarma social (empoderamiento/valencia negativa) ( $n=13$ ); 4) utilidad de las redes sociales para la creación de redes de apoyo y la monitorización de problemas de salud (empoderamiento/valencia positiva) ( $n=11$ ).

En menor medida también aparecen conclusiones relacionadas con la educación: un 6,6% de los artículos ( $n=6$ ) destaca que es necesaria una mayor alfabetización (educación/valencia negativa), mientras que un 7,7% de ellos ( $n=7$ ) afirma que son útiles para difundir medidas de prevención (educación/valencia positiva).

Centrándonos en las conclusiones relacionadas con difusión de la información a través de las redes sociales, vemos cómo hay claras diferencias entre regiones. Así, mientras que en Asia son un 60% de los artículos los que concluyen asignándole una valencia positiva a esta afirmación, en el caso de Europa y Norteamérica el porcentaje de artículos es mucho más alto ( $n=88,9\%$ ,  $n=9$  y  $85,7\%$ ,  $n=7$  respectivamente) (ver Figura 5 o Tabla 2).



**Figura 5.** Porcentaje de artículos según la valencia de sus conclusiones diferenciada por región.

**Tabla 2.** Conclusiones, valencias y regiones.

Variable/ Valencia	Información/ positiva n(%)	Información/ negativa n(%)	Educación/ positiva n(%)	Educación/ negativa n(%)	Empoderamiento/ positiva n(%)	Empoderamiento/ negativa n(%)
Europa (n=13)	8 (61,5)	1(7,7)	2 (15,4)	0	1 (7,7)	1 (7,7)
Latinoamérica (n=3)	2 (66,7)	0	1 (33,3)	0	0	0
Norteamérica (n=14)	6 (42,9)	1 (7,1)	0	0	4 (28,6)	3 (21,4)
Asia (n=47)	18 (38,3%)	12 (25,5%)	3 (6,4%)	4 (8,5)	2 (4,3%)	8 (17%)
Varios (n=19)	11 (57,9)	2 (10,5)	0	3 (15,8)	2 (10,5)	1 (5,3)
No identificado (n=7)	5 (71,4)	0	0	0	2 (28,6)	0
Total	50 (100)	16 (100)	5 (100)	7 (100)	11 (100)	13 (100)

Estos resultados coinciden al estudiar la diferencia por redes sociales. Así, al comparar los resultados de Twitter, Facebook o Instagram como herramientas informativas, la valencia es positiva en un 91% (n=22) en el caso de Twitter, en un 80% (n=10) en el caso de Facebook y en un 83,3% (n=6) en el caso de Instagram. Por el contrario, cuando nos centramos en WeChat y Weibo los porcentajes son del 45,6% (n=11) y del 50% (n=6) respectivamente.

## Discusión

La compilación de los trabajos empíricos publicados sobre el uso de redes sociales y salud mental y su relación con la COVID-19 nos ha permitido cumplir con los objetivos de identificar los principales hallazgos y clasificarlos según la valencia de sus conclusiones.

La incertidumbre y el aislamiento han sido dos de los elementos clave que más han contribuido al incremento de la incidencia de problemas de salud mental, siendo los más diagnosticados el estrés, la ansiedad y la depresión (Santomauro, et al., 2020). Coincidiendo con ello, nuestros resultados demuestran cómo también estos tres problemas han sido los que más se han estudiado en los artículos revisados poniendo el foco en el papel de las redes sociales para mitigarlos o potenciarlos.

Concretamente, los artículos sobre la COVID-19, redes sociales y salud mental se han centrado fundamentalmente en investigar la relación entre exposición y desarrollo de problemas de salud mental, y en menor medida en los usos relacionados con su capacidad para mitigar factores de riesgo o en evaluar la validez de las RR.SS. como herramientas para la detección de tendencias en salud mental que faciliten la identificación de problemas y el desarrollo de estrategias de intervención.

Respecto al enfoque de las conclusiones, se evidencia que los aspectos informativos y empoderadores tuvieron mayor presencia que el uso educativo de las RR.SS. en materia de salud mental. Concretamente, en el aspecto relativo a la información sobre la COVID-19, tal y como ya señalaban trabajos anteriores, los resultados muestran que las redes sociales pueden servir tanto para apoyar como para obstaculizar la salud mental (Ulvi et al., 2022). Si bien es cierto que la mayoría de los artículos concluyen destacando de forma positiva el uso de las redes como fuentes de información todavía un alto número de ellos destaca su papel en la generación de infodemia y las consecuencias que puede tener para la salud mental. Todo ello a pesar del esfuerzo que redes sociales como Facebook, Twitter y Weibo hicieron para eliminar cualquier publicación que contribuyese a la difusión de bulos o a la propagación de información falsa a través de sus plataformas (Wu et al., 2020).

Otro de los enfoques más frecuentes tiene relación con la capacidad de empoderamiento de las redes sociales estando muy polarizadas las conclusiones de los artículos. La obligatoriedad de aislamiento de la población empujó a muchos usuarios a emplear las redes para mitigar la sensación de aislamiento y soledad y compartir a través de ellas inquietudes y preocupaciones. No obstante, este uso puede ser, por un lado, un factor protector para la

salud mental, cuando a través de las RR.SS. se crean redes de apoyo y, por otro lado, un factor de riesgo, cuando contribuyen a la exposición de noticias negativas o alarmantes. Es en este último punto donde más importancia adquiere el uso de las redes sociales para la monitorización de la salud de la población, como ya han destacado estudios anteriores (Skaik & Inkpen, 2020), ya que a través del análisis de las conversaciones se pueden detectar tendencias, identificar problemas y desarrollar estrategias de intervención.

No han sido muchos los artículos centrados en evaluar el potencial de las redes sociales para difundir información educativa con el objetivo de hacer públicas medidas preventivas ni aquellos que han mencionado la necesidad de una mayor alfabetización.

A pesar de que Twitter y Facebook han sido las redes sociales más estudiadas, también Weibo o WeChat han sido analizadas con frecuencia debido al alto número de artículos que se han centrado únicamente en China. En este sentido, es interesante destacar que mientras que en el caso de Twitter, Facebook o Instagram la mayoría de los artículos han concluido afirmando que son herramientas de información útiles para reducir el estrés, el porcentaje se reduce casi a la mitad en el caso de Weibo o WeChat. Esta diferencia puede depender del propio uso que se hace de las redes sociales en cada contexto sociocultural, ya que estudios previos han determinado que mientras que las publicaciones relacionadas con la COVID-19 en Twitter estaban más centradas en temas políticos y sociales, en el caso de Weibo se tendía a tratar fundamentalmente cuestiones relativas a la propia enfermedad o al cuidado de la salud (Chen et al., 2021), lo que puede implicar un incremento del estrés o la ansiedad si los datos son negativos (Su et al., 2021).

Una de las principales limitaciones de este estudio es que solo se ha evaluado el uso de las redes sociales y la COVID-19 en relación con problemas de salud mental. Sería interesante evaluar otras fuentes de información más allá de las redes sociales, para tener una visión holística sobre el impacto que la información a través de otros medios online y offline han podido tener en la salud mental de la población. Además, también podrían desarrollarse futuras revisiones que explorasen el uso de las redes sociales en relación con otros tópicos, como por ejemplo arquetipos de belleza, y su relación con el desarrollo de problemas de salud mental.

**No han sido muchos los artículos centrados en evaluar el potencial de las redes sociales para difundir información educativa**

## Conclusiones

Los artículos estudiados sobre salud mental, redes sociales y la COVID-19 se han centrado en el uso informativo de las RR.SS. Concretamente, uno de los aspectos más destacados es su utilidad para obtener información en tiempo real sobre noticias o planes y medidas gubernamentales, lo que contribuye a la reducción del estrés provocado por la incertidumbre en relación a la COVID-19. No obstante, hay que tener en cuenta que, aunque en menor medida, también son muchos los autores que concluyen que el uso de Twitter también puede ser causa de ruido y de difusión de información incorrecta que puede generar ansiedad u otros problemas de salud mental, enfatizando en la importancia de la alfabetización mediática de los usuarios.

### Contribuciones de los autores

Quienes firmamos este texto hemos participado igualmente en la elaboración del manuscrito y aprobaron la versión final presentada.

### Financiación

Proyecto Producción y consumo de información sobre salud mental en redes sociales. Análisis de aspectos periodísticos, psicológicos, éticos y sociales (MINDHEALTHMEDIA) financiado por MCIN/AEI / PID2022-136425OB-I00/ y por FEDER “Una manera de hacer Europa”.

### Declaración de disponibilidad de datos

Los datos presentados en este estudio pueden ser solicitados al autor de correspondencia.

### Conflicto de interés

Quienes firmamos este texto declaramos que no existe ningún conflicto de intereses.

## Referencias bibliográficas

- Al-Zaman, S. (2021). COVID-19-Related social media fake news in India. *Journalism and Media*, 2(1), 100–114. <https://doi.org/10.3390/journalmedia2010007>
- Antheunis, M. L., Tates, K., & Nieboer, T. E. (2013). Patients' and health professionals' use of social media in health care: motives, barriers and expectations. *Patient education and counseling*, 92(3), 426-431. <https://www.doi.org/10.1016/j.pec.2013.06.020>
- Barrientos-Báez, A., Martínez Sala, A. M., Altamirano, V. P., & Caldevilla Domínguez, D. (2021). Fake News: La pandemia de la COVID-19 y su cronología en el sector turístico. *Historia y Comunicación Social*, 26(Especial), 135-148. <https://doi.org/10.5209/hics.74248>
- Cambronero Saiz, B., & Gómez Nieto, B. (2021). The use of social networks and their implication for health communication. A bibliographic review on the use of Twitter and cancer. *Revista Interdisciplinaria De Estudios De Comunicación Y Ciencias Sociales*, (33), 377-392. <https://doi.org/10.31921/doxacom.n33a868>
- Center for the Study of Traumatic Stress. (CSTS) (2020). *Taking care of patients during Coronavirus outbreak: A guide for Psychiatrists*. Bethesda, USA: Center for the Study of Traumatic Stress. <https://bit.ly/3tlyYB7>
- Chand, A. A. (2021). Abuse of social media during COVID-19 pandemic in Fiji. *International Journal of Surgery*, 92, 106012. <https://doi.org/10.1016/j.ijssu.2021.106012>
- Chen, S., Zhou, L., Song, Y., Xu, Q., Wang, P., Wang, K., Ge, Y., & Janies, D. (2021). A novel machine learning framework for comparison of viral COVID-19-Related Sina Weibo and Twitter Posts: Workflow Development and Content Analysis. *Journal of medical Internet research*, 23(1), e24889. <https://www.doi.org/10.2196/24889>
- Chou, W. Y. S., Hunt, Y. M., Beckjord, E. B., Moser, R. P., & Hesse, B. W. (2009). Social media use in the United States: implications for health communication. *Journal of medical Internet research*, 11(4), e1249. <https://www.doi.org/10.2196/jmir.1249>
- Deliyore Vega, M. R. (2021). Redes como espacio de comunicación para la educación virtual de estudiantes con discapacidad en Costa Rica en tiempos de pandemia. *Historia y Comunicación Social*, 26(Especial), 75-85. <https://dx.doi.org/10.5209/hics.74243>
- De Angelis, G., Wells, G. A., Davies, B., King, J., Shallwani, S. M., McEwan, J., Cavallo, S., & Brosseau, L. (2018). The use of social media among health professionals to facilitate chronic disease self-management with their patients: A systematic review. *Digital Health*, 4, 2055207618771416. <https://www.doi.org/10.1177/2055207618771416>
- EPIDAT (2014). *Ayuda de Concordancia y consistencia*. Disponible en: <https://bit.ly/3G34gdX>
- Friedman, S. R., & Aral, S. (2001). Social networks, risk-potential networks, health, and disease. *Journal of Urban Health*, 78(3), 411-418. <https://www.doi.org/10.1093/jurban/78.3.411>
- Fuentes, V. (2021). La pandemia aumentó los trastornos depresivos y la ansiedad en todo el mundo. *Agencia SINC (Servicio de Información y Noticias Científicas)*. <https://bit.ly/3iGARZQ>
- Gage-Bouchard, E. A., LaValley, S., Warunek, M., Beaupin, L. K., & Mollica, M. (2018). Is cancer information exchanged on social media scientifically accurate?. *Journal of Cancer Education*, 33(6), 1328-1332. <https://doi.org/10.1007/s13187-017-1254-z>
- Ballesteros Herencia, C. (2020). La propagación digital del coronavirus: Midiendo el engagement del entretenimiento en la red social emergente TikTok. *Revista Española de Comunicación en Salud*, 171-185. <https://doi.org/10.20318/recs.2020.5459>
- Levac, J., & O'Sullivan, T. (2010). Social media and its use in health promotion. *Interdisciplinary Journal of Health Sciences*, 1(1), 47-53. <https://doi.org/10.18192/riss-ijhs.v1i1.1534>
- Liu, Q., Zheng, Z., Zheng, J., Chen, Q., Liu, G., Chen, S., Chu, B., Zhu, H., Akinwunmi, B., Huang, J., Zhang, C. J. P., & Ming, W. K. (2020). Health communication through news media during the early stage of the COVID-19 outbreak in China: Digital topic modeling approach. *Journal of Medical Internet Research*, 22(4), e19118. <https://doi.org/10.2196/19118>

- Marroquín, B., Vine, V., & Morgan, R. (2020). Mental health during the COVID-19 pandemic: Effects of stay-at-home policies, social distancing behavior, and social resources. *Psychiatry Research*, (293), 113419. <https://www.doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113419>
- Gutiérrez-Martín, A., & Tyner, K. (2012). Media education, media literacy and digital competence. *Comunicar. Media Education Research Journal*, 20(1), 31-39. <http://dx.doi.org/10.3916/C38-2012-02-03>
- Huiling, Z. (2020). El papel irremplazable de los nuevos medios de comunicación en China en respuesta al COVID-19. *Historia y comunicación social*, 26(Especial), 53-59. <https://dx.doi.org/10.5209/hics.74241>
- Moorhead, S. A., Hazlett, D., Harrison, L., Carroll, J. K., Irwin, A., & Hoving, C. (2013). A new dimension of health care: systematic review of the uses, benefits, and limitations of social media for health communication. *Journal of medical Internet research*, 15(4), e1933. <https://www.doi.org/10.2196/jmir.1933>
- Obi-Ani, N. A., Anikwenzé, C., & Isiani, M. C. (2020). Social media and the covid-19 pandemic: observations from Nigeria. *Cogent Arts & Humanities*, 7(1), 1799483. <https://doi.org/10.1080/23311983.2020.1799483>
- Ribot Reyes, V. C., Chang Paredes, N., & González Castillo, A. L. (2020). Efectos de la Covid-19 en la salud mental de la población. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 19(1). <https://bit.ly/3sWvjRa>
- Rodrigues Abjaude, S. A., Borges Pereira, L., Barboza Zanetti, M. O., & Leira Pereira, L. R. (2020). How do social media influence mental health?. *SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog*, 16(1), 1-3. <https://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2020.0089>
- Santomauro, D. F., Herrera, A. M. M., Shadid, J., Zheng, P., Ashbaugh, C., Pigott, D. M., & Ferrari, A. J. (2021). Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to the COVID-19 pandemic. *The Lancet*, 398(10312), 1700-1712. [https://www.doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)02143-7](https://www.doi.org/10.1016/S0140-6736(21)02143-7)
- Schultz, A., & Parikh, J. (2020). Keeping our services stable and reliable during the COVID-19 outbreak. *Meta*. <https://bit.ly/35JJQqu>
- Sinnenberg, L., Buttenheim, A. M., Padrez, K., Mancheno, C., Ungar, L., & Merchant, R. M. (2017). Twitter as a tool for health research: a systematic review. *American Journal of Public Health*, 107(1), e1-e8. <https://www.doi.org/10.2105/AJPH.2016.303512>
- Skaik, R., & Inkpén, D. (2020). Using social media for mental health surveillance: a review. *ACM Computing Surveys (CSUR)*, 53(6), 1-31. <https://doi.org/10.1145/3422824>
- Smailhodzic, E., Hooijmsma, W., Boonstra, A., & Langley, D. J. (2016). Social media use in healthcare: a systematic review of effects on patients and on their relationship with healthcare professionals. *BMC health services research*, 16(1), 1-14. <https://doi.org/10.1186/s12913-016-1691-0>
- Su, Z., McDonnell, D., Wen, J., Kozak, M., Abbas, J., ŠegaĽo, S., Li, X., Ahmad, J., Cheshmehzangi, A., Cai, Y., Yang, L., & Xiang, Y. T. (2021). Mental health consequences of COVID-19 media coverage: the need for effective crisis communication practices. *Globalization and Health*, 17(1), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s12992-020-00654-4>
- Tian, X., Yu, G., & He, F. (2016). An analysis of sleep complaints on Sina Weibo. *Computers in Human Behavior*, (62), 230-235. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2016.04.014>
- Ulvi, O., Karamehic-Muratovic, A., Baghbanzadeh, M., Bashir, A., Smith, J., & Haque, U. (2022). Social Media Use and Mental Health: A Global Analysis. *Epidemiologia*, 3(1), 11-25. <https://doi.org/10.3390/epidemiologia3010002>
- World Health Organization. (2020). *Mental health and psychological considerations during the COVID-19 outbreak*. Geneva: World Health Organization. <https://bit.ly/3Mz2IsN>
- Wu, Y., Deng, M., Wen, X., Wang, M., & Xiong, X. (2020). Statistical analysis of dispelling rumors on Sina Weibo. *Complexity*, 2020. <https://doi.org/10.1155/2020/3176593>