



Trabajo Final de Grado
Manuscrito Científico
Licenciatura en Periodismo

**“Pandemia y Salud Mental: Cobertura de los Medios Argentinos
Durante el Confinamiento por COVID-19”**

Autora: Gabriela Porras

Legajo: VPER001598

Tutora: María Guadalupe Zamar Despontin

Córdoba, Argentina, noviembre 2024

Índice

Agradecimientos.....	2
Resumen y Palabras Claves.....	3
Abstract and Keywords.....	4
Introducción.....	5
Métodos.....	13
Resultados.....	16
Discusión.....	26
Referencias.....	34

Agradecimientos

A Ricky, a Courtney y a mi mamá, por su apoyo y amor incondicional, sin los cuales este manuscrito no habría sido posible.

Gracias.

Resumen

El siguiente manuscrito científico exploró el tratamiento mediático de la salud mental en Argentina durante los primeros meses de la pandemia de COVID-19 en 2020, analizando cómo los principales medios de comunicación, Clarín, La Voz del Interior y Perfil, abordaron el tema y su impacto en la percepción pública. A partir de las teorías de agenda setting y framing, se examinó cómo la cobertura noticiosa influyó en la visibilidad y comprensión de trastornos mentales como la ansiedad, depresión y estrés, exacerbados durante el confinamiento. La investigación subrayó la necesidad de una comunicación ética y equilibrada que evitara el sensacionalismo y la desinformación para no intensificar el estigma ni el malestar en la población. El análisis se desarrolló mediante un enfoque metodológico mixto, combinando métodos cualitativos y cuantitativos, como encuestas y entrevistas a expertos. Los resultados mostraron una cobertura limitada y, en algunos casos, inadecuada, con un énfasis insuficiente en el bienestar emocional de los ciudadanos. Las recomendaciones del estudio señalaron la importancia de una colaboración más estrecha entre los medios y los profesionales de la salud mental para mejorar la calidad informativa y promover un consumo saludable de noticias. El estudio concluyó que una cobertura mediática adecuada podría influir positivamente en la salud mental y proporcionar apoyo emocional.

Palabras claves

Salud mental, Cobertura mediática , COVID-19, Percepción pública.

Abstract

The following scientific manuscript explored the media treatment of mental health in Argentina during the first months of the COVID-19 pandemic in 2020, analyzing how the main media outlets, Clarín, La Voz del Interior, and Perfil, addressed the issue and its impact on public perception. Using agenda-setting and framing theories, it examined how news coverage influenced the visibility and understanding of mental health disorders such as anxiety, depression, and stress, which were exacerbated during the lockdown. The research highlighted the need for ethical and balanced communication that would avoid sensationalism and misinformation to prevent further stigma and distress in the population. The analysis was developed through a mixed-methods approach, combining qualitative and quantitative methods, such as surveys and expert interviews. The results showed limited and, in some cases, inadequate coverage, with insufficient emphasis on the emotional well-being of citizens. The study's recommendations stressed the importance of closer collaboration between the media and mental health professionals to improve the quality of information and promote healthy news consumption. The study concluded that appropriate media coverage could positively influence mental health and provide emotional support.

Keywords

Mental health, Media coverage, COVID-19, Public perception

Introducción

Argentina, en los últimos años, tuvo un avance significativo en la visualización pública de enfermedades mentales, salud mental y sus diferentes tipos y efectos. Lo que antes era un tema poco conversado se convirtió en una preocupación central para los diferentes cuerpos médicos del mundo. (Organización Panamericana de la Salud, 2022)

Términos como la ansiedad, depresión, estrés y ataques de pánico son conceptos cada vez más normalizados. Según la Organización de las Naciones Unidas, millones de personas en todo el mundo tienen problemas de salud mental y se calcula que una de cada cuatro sufrirá un problema de este tipo a lo largo de su vida.

Como transporte de masividad y viralización, los medios de comunicación y redes sociales representan un papel crucial en la normalización y educación de dichos trastornos. (Asociación Amanecer, 2023)

Los medios informativos y la educación sobre salud mental van de la mano, permiten a las personas identificar y/o reconocer algún padecimiento y esto puede llevar a un diagnóstico médico muchas veces certero. Con esto se entiende la importancia de la red informativa en el colectivo social, específicamente del bienestar psicológico. (Corrigan, Morris, Michaels, Rafacz, & Rüsçh, 2012)

En este sentido, Argentina implementó varias estrategias para abordar el tema de manera más inclusiva y accesible. La aprobación de la Ley de Salud Mental en 2010 marcó un cambio significativo, dicha ley tiene por objeto asegurar el derecho a la protección de la salud mental de todas las personas, y el pleno goce de los derechos humanos de aquellas con padecimiento mental que se encuentran en el territorio nacional (Argentina, Ley Nacional de Salud Mental, 2010, Art. 1°). A pesar de estos

avances, persisten desigualdades socioeconómicas que limitan el acceso a los servicios de salud mental, especialmente en áreas rurales.

Un momento histórico para el mundo que fusionó estos dos grandes temas, fue la pandemia de Coronavirus en 2020. Los medios eran los encargados de conectar personas totalmente aisladas a lo largo del planeta tierra y con esa gran labor informar, no solo el número de casos o fallecimientos, sino también cómo las personas en casa llevaban el confinamiento y cómo esta experiencia única afectaba su salud mental.

En base a esto se realizaron estudios sobre cómo los medios actuaron frente a la masividad de datos, cómo informaron esto a la población y los efectos de la misma en el estado psicológico de las personas.

A nivel global, el estudio "*The Mental Health Impact of Daily News Exposure During the COVID-19 Pandemic: Ecological Momentary Assessment Study*" (2022). Publicado en la página online del National Institute of Health (NIH), analizó cómo el consumo de noticias relacionadas con el COVID-19 afectó la salud mental de los individuos a lo largo del tiempo. El estudio encontró que el consumo excesivo de noticias negativas estaba asociado con mayores niveles de ansiedad, depresión y estrés. Además, los investigadores observaron que la calidad y la fuente de la información también desempeñaban un rol fundamental en la forma en que afectaba a los usuarios, con fuentes de información más confiables teniendo un impacto menos negativo en comparación con las fuentes menos verificables.

Otra investigación relevante es "*Social Media Use and Mental Health during the COVID-19 Pandemic: Moderator Role of Disaster Stressor and Mediator Role of Negative Affect*" (2022). Realizada por Nan Zhao para la Universidad de Beijing, este estudio se centró en cómo la exposición a medios de comunicación durante la pandemia contribuyó a la respuesta al estrés de las personas. Se analizó cómo diferentes tipos de medios (noticias, redes sociales, etc.) afectaron la percepción del riesgo y el bienestar emocional de los individuos. El estudio reveló que la exposición excesiva a desastres en las redes sociales puede desencadenar efectos negativos, lo cual a su vez puede contribuir a problemas de salud mental.

En el contexto argentino, diversos estudios abordaron el impacto de la pandemia en el bienestar psicológico de la población, aunque de manera fragmentada y con enfoques variados. Uno de los estudios más significativos fue "*Salud Mental, Pandemia y Políticas Públicas*" (2021) realizado por el Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET). Exploró cómo la crisis sanitaria afectó la salud mental de la población, incluyendo el aumento de trastornos como la ansiedad, la depresión y el estrés y examinó las respuestas de políticas públicas frente a los desafíos de salud mental durante dicho contexto, y cómo estas medidas se implementaron para apoyar a la población afectada. De igual forma, propuso recomendaciones para mejorar las políticas públicas relacionadas con la salud mental y el manejo de las plataformas de comunicación como fieles influyentes de la sociedad.

En este contexto de confinamiento y masividad de información se sumó también la proliferación de noticias falsas sobre tratamientos no probados y teorías de

conspiración que complicaron los esfuerzos para controlar el virus. Un estudio de la Universidad de Oxford encontró que las redes sociales fueron un caldo de cultivo para la desinformación, con plataformas como Facebook y Twitter luchando para moderar el contenido inexacto (Brennen et al., 2020). Los medios tradicionales tuvieron que enfrentar el reto de desmentir estos mitos y proporcionar información verificada.

A lo largo del 2020, los medios desempeñaron un papel crucial en la comunicación de las políticas de salud pública. Según un estudio publicado por Oxford University Press, la coordinación entre los organismos de salud y los medios fue vital para garantizar que el público recibiera mensajes coherentes y basados en evidencia (Abel & McQueen, 2021). Los medios ayudaron a amplificar las directrices de organizaciones como la OMS y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.

En Argentina, las medidas estrictas de cuarentena implementadas para frenar la propagación del virus exacerbaron estos desafíos, generando un ambiente propicio para un incremento de trastornos mentales como la ansiedad, la depresión y el estrés, aumentando incluso el consumo de medicación psiquiátrica (Observatorio de Psicología Social Aplicada, Universidad de Buenos Aires, 2020). Los medios de comunicación, como vehículos de información y opinión, jugaron un rol clave en la manera en que la población percibió y manejó estos problemas durante la este contexto.

La forma de comunicar, qué comunicar y a quién comunicar, son algunos de los cuestionamientos que los medios tuvieron que enfrentar ante dicha situación y, aunque

son temas diarios para una plataforma informativa, en el contexto de una emergencia sanitaria mundial conseguir las respuestas a esas preguntas se complicó enormemente.

El problema de investigación propuesto en este manuscrito científico se centra en analizar y comprender el tratamiento mediático de la salud mental durante la pandemia de Coronavirus en Argentina, especialmente a lo largo de los meses marzo, abril, mayo y junio del confinamiento estricto en 2020.

La investigación busca complementar la literatura existente en Argentina sobre este tema, dando así una visión detallada y contextualizada de cómo los medios brindaron y manejaron la información sobre salud mental durante el periodo mencionado. Esto no solo ayudará a comprender mejor el impacto de las plataformas informativas en el estado mental, sino que también ofrecerá recomendaciones para mejorar la cobertura mediática en futuras crisis sanitarias.

En términos teóricos, esta investigación se enmarca en las teorías de la comunicación, tales como la teoría de la agenda setting, desarrollada por Maxwell McCombs y Donald Shaw en 1972, que sostiene que los medios de comunicación no solo informan al público sobre lo que sucede, sino que también influyen en la importancia que se le da a ciertos temas. En el contexto psicológico, esta teoría es fundamental para entender cómo los medios priorizaron algunos aspectos de la pandemia y otros no. (McCombs & Shaw, 1972).

También es tomada en cuenta la teoría del framing, o encuadre, que se refiere a cómo las plataformas informativas estructuran y presentan la información. Erving Goffman introdujo esta teoría, y Robert Entman la aplicó a los estudios de comunicación. En el caso propuesto, es crucial analizar cómo los medios enmarcan las

noticias sobre trastornos mentales en el transcurso de la epidemia, y cómo esto afecta la percepción pública y la estigmatización de la misma (Goffman, 1974; Entman, 1993).

Estos enfoques teóricos son esenciales para comprender las dinámicas de poder y las narrativas que los medios de comunicación utilizan al tratar temas relacionados al equilibrio psicológico en medio de una crisis sanitaria mundial.

El problema de investigación propuesto en este proyecto no ha sido ampliamente estudiado en el contexto local argentino. Aunque hay investigaciones que abordan aspectos parciales del problema, como el impacto de la emergencia de salud mundial en la bienestar mental o el papel de los medios de difusión en tiempos de crisis, estas no se han centrado específicamente en el análisis combinado de salud mental, plataformas de información y el contexto de la cuarentena por COVID-19. Por lo tanto, es necesario complementar estos estudios para obtener una visión más integral.

Los estudios existentes han tendido a enfocarse en aspectos clínicos y epidemiológicos, dejando un vacío en la comprensión de cómo los canales de comunicación informaron temas psicológicos y sus diferentes narrativas. Este vacío es particularmente relevante, dado que los medios desempeñan un papel crucial en la formación de opiniones y comportamientos de la sociedad, y de igual forma pueden influir significativamente en la percepción y el manejo de problemas de salud mental, lo que a su vez puede afectar el bienestar general de la población.

Hay resultados contradictorios entre diferentes investigaciones sobre el mismo aspecto del problema de investigación. Algunas investigaciones sugieren que los medios han jugado un papel positivo al sensibilizar sobre la salud mental, mientras que otras indican que han contribuido a aumentar la ansiedad y el miedo en la población

(American Psychological Association, 2020). Estas discrepancias resaltan la necesidad de un análisis crítico y contextualizado en el ámbito argentino.

También hay diferencias en la teorización de algunos conceptos, variables y categorías relacionados con el problema de investigación. Por ejemplo, las definiciones operativas de salud mental y su tratamiento en los medios pueden variar significativamente entre estudios, lo que dificulta la comparación directa de resultados.

Teniendo elegidos los medios de comunicación a analizar y el período, la investigación consiste principalmente en evaluar la frecuencia y el enfoque de las noticias relacionadas con la salud mental, identificar los principales temas y narrativas utilizadas en la cobertura mediática y analizar el impacto percibido de esta cobertura en la opinión pública sobre el bienestar y salud psicológica.

La investigación se desarrolla a través de un análisis del contenido de los artículos publicados en los periódicos mencionados anteriormente. Se utiliza un enfoque metodológico que incluye la identificación de temas y narrativas recurrentes relacionados con la salud mental, el COVID-19 y la cuarentena. La selección de estos periódicos se basa en su influencia y alcance en el país, asegurando así una representación adecuada de la cobertura mediática del tema en cuestión durante los meses críticos del confinamiento.

Importancia de la investigación

Radica en su potencial para influir en la manera en que los medios de información abordan temas de salud mental en el futuro. Al identificar buenas prácticas y áreas problemáticas en la cobertura mediática en contexto de pandemia, este estudio puede

contribuir a la mejora de las estrategias de comunicación en situaciones de crisis, con el objetivo de promover un mejor equilibrio psicológico.

Objetivo General

Analizar el tratamiento de la salud mental en los principales medios de comunicación argentinos durante los meses de cuarentena en 2020 y en base a eso, definir mejoras en la práctica de informar en medio de una posible crisis sanitaria futura.

Objetivos Específicos

- Analizar la frecuencia de los artículos relacionados al tema.
- Evaluar el impacto potencial de las mismas en la percepción pública del bienestar mental en Argentina.
- Proponer mejores prácticas y técnicas para aplicar en un escenario mundial similar.

El estudio se guía por las siguientes preguntas de investigación: ¿Cómo han tratado los periódicos argentinos el tema de la salud mental a lo largo de la crisis sanitaria de COVID-19 y la cuarentena de 2020? ¿De qué manera la cobertura mediática ha influido en la percepción pública de la salud mental en Argentina durante la pandemia? ¿Cómo los medios pueden tratar de mejor forma el tema de bienestar mental en una futura crisis sanitaria?

A través de este análisis, se brinda una comprensión clara y fundamentada del tratamiento de información en este periodo en los diarios más importantes del país y el impacto de la misma en la población argentina.

Métodos

El presente estudio adoptó un estilo de investigación mixto, combinando enfoques cualitativos y cuantitativos para explorar el comportamiento de los medios de comunicación. Este diseño permitió una comprensión integral de cómo los medios trataron y manejaron la información sobre la salud mental en dicho período.

El enfoque cuantitativo se centró en la recopilación y análisis de datos de las publicaciones en los diarios digitales relacionados al tema de estudio y a través de una encuesta, mientras que el enfoque cualitativo se enfocó en la interpretación profunda de las respuestas para captar matices y perspectivas detalladas. Por otro lado, la entrevista a la psicóloga Daniela Soria, Licenciada en psicología, matrícula 14819 del Colegio de Psicólogos de la Provincia de Córdoba que permitió ampliar el enfoque médico del objetivo de estudio.

Diseño

El diseño de la investigación se definió como no experimental transeccional. El objetivo fue identificar patrones y tendencias en las publicaciones en los diarios digitales sobre el tema, las percepciones de los ciudadanos acerca de los canales de información y su interpretación de los datos e información brindada sobre el tema de estudio. Este enfoque permitió comprender tanto la extensión del impacto como la naturaleza de las experiencias y percepciones individuales en un periodo específico.

Ámbito de estudio

El ámbito de estudio presenta varias particularidades. En primer lugar, la pandemia generó un contexto sin precedentes, con una cobertura mediática intensa y constante sobre la crisis sanitaria, las medidas de confinamiento y las estadísticas de casos y muertes. Este flujo constante de información, a menudo alarmista, afectó profundamente la percepción pública y el equilibrio mental de los ciudadanos.

En segundo lugar, la cobertura de la prensa en Argentina en los meses seleccionados fue diversa y en ocasiones contradictoria, con diferentes medios presentando la información de maneras distintas. Esta variabilidad influyó en cómo los ciudadanos interpretaron la información y manejaron su salud mental.

Además, existen desigualdades en el acceso y la calidad de la información entre diferentes segmentos de la población. Las personas en áreas con menor acceso a medios confiables podrían haber dependido de fuentes menos verificables, lo que pudo haber afectado su bienestar emocional de manera diferente.

Los cambios en el comportamiento mediático a lo largo del brote mundial también son significativos. La forma en que las personas consumían noticias y cómo los medios reportaban la información experimentaron modificaciones importantes, lo que puede haber influido en la percepción pública.

La investigación consideró los efectos a largo plazo y la adaptación a la nueva realidad post-pandemia. La influencia de la cobertura mediática en la adaptación de las personas a la nueva normalidad y los efectos duraderos en su estabilidad emocional son aspectos clave para una comprensión completa del ámbito de estudio.

Muestras de Estudio

La muestra de estudio se compuso por los tres diarios más grandes del país que permiten tener una visión más completa del comportamiento de los medios en contexto de crisis sanitaria. Los diarios elegidos, Clarín, La Voz del Interior y Perfil, son medios de comunicación con plataformas tanto impresas como digitales pero el análisis se centró en las publicaciones de sus formatos online ya que ese era el medio predominante de los lectores para llegar a la información en contexto de confinamiento.

De igual forma, se tomó una muestra de población argentina de diferentes provincias, géneros y edades para rescatar datos de percepciones generales ante las noticias sobre salud mental publicadas en el periodo mencionado y analizar sus impactos con datos actualizados.

Sumado a esto, se realizó una entrevista a la Psicóloga Daniela Soria, quién ofreció información desde una perspectiva profesional y eso permitió reunir datos con enfoque médico más específicos.

Materiales e instrumentos

Para llevar a cabo esta investigación, se emplearon varios materiales e instrumentos clave. En primer lugar, se llevó a cabo una revisión exhaustiva de los portales online de los tres medios argentinos elegidos para la investigación. Esta revisión se centró en las publicaciones realizadas durante los meses de marzo, abril, mayo y junio del año 2020, permitiendo un análisis detallado de cómo estos medios informaron temas de salud mental durante la pandemia, la cantidad de artículos y/o noticias que realizaron y la frecuencia. Esto se realizó mediante técnicas y herramientas de búsqueda avanzada en Google, siendo este el buscador más usado por la mayoría de los argentinos.

Para realizar la encuesta, se usó la red social Instagram, lo que facilitó el envío y acceso a los participantes, permitiéndoles responder de manera sencilla a seis preguntas cerradas. Esto dio lugar a obtener una interpretación general del público argentino a través de porcentajes y resultados precisos.

Análisis de Datos

La revisión de los medios fue sometida a un análisis de contenido. En esta etapa, se procedió con el análisis de las respuestas y publicaciones, identificando y etiquetando temas y patrones recurrentes.

Posteriormente, se llevó a cabo la categorización, organizando los códigos en grupos coherentes para facilitar la interpretación. Finalmente, se obtuvieron los resultados al analizar cómo estos temas se relacionan con los datos cualitativos recogidos, proporcionando una visión detallada sobre cómo la cobertura mediática trató temas de salud mental.

Resultados

En la revisión y análisis de los tres diarios seleccionados sobre la frecuencia y cantidad de noticias relacionadas con la salud mental durante los meses críticos de confinamiento en la pandemia de 2020 (marzo, abril, mayo y junio), se obtuvieron los siguientes resultados.

- **Diario Clarín:** Con más de 5 millones de lectores mensuales en su versión digital y una tirada diaria de alrededor de 150.000 ejemplares, Clarín es el diario de mayor alcance en Argentina. Además, su base de más de 500.000 suscriptores digitales refuerza su liderazgo como medio de comunicación en español a nivel

mundial. En el siguiente cuadro se observa los patrones de búsqueda en este diario.

Mes	Noticias de Salud	Noticias de Salud Mental
<i>Marzo</i>	2.480	141
<i>Abril</i>	3.650	143
<i>Mayo</i>	1.740	66
<i>Junio</i>	3.000	128
Total	11.230	478

Fuente: Elaboración propia.

La mayoría de las publicaciones no trataron temas de bienestar psicológico (Figura 1). Utilizando el concepto de frecuencia relativa, se calculó que 1 de cada 41 artículos en Clarín fue sobre salud mental.

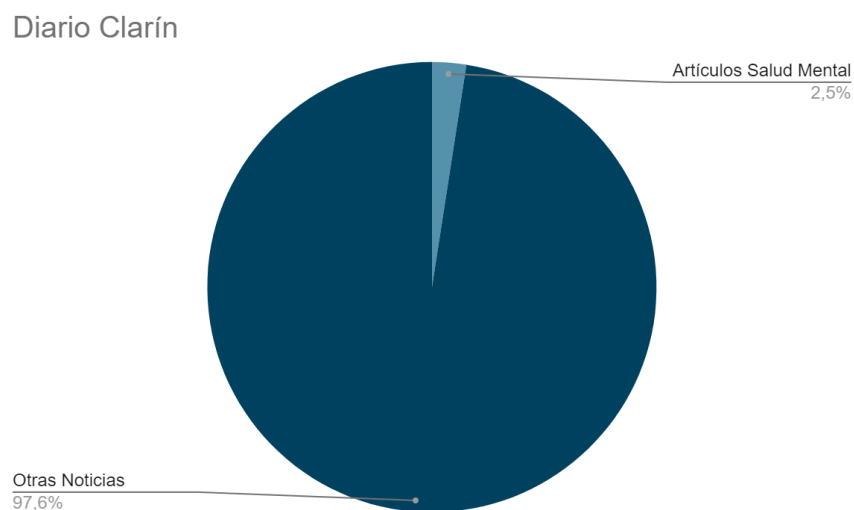


Figura 1.

- La Voz del Interior: Este diario permitió incluir una perspectiva regional. Con sede en Córdoba y una tirada de 64.567 ejemplares diarios, que asciende a 100.000 los domingos, este diario es el más importante del interior del país, alcanzando un estimado de 400.000 lectores los domingos.

Su presencia en varias provincias, además de Córdoba, como Santa Fe y San Luis, y su crecimiento en suscripciones digitales, que en 2020 superaron los 25.000 suscriptores, lo consolidaron como un medio clave para entender la información fuera del ámbito capitalino. Tras su análisis se obtuvieron los siguientes resultados.

Mes	Noticias de Salud	Noticias de Salud Mental
<i>Marzo</i>	963	7
<i>Abril</i>	1.170	3
<i>Mayo</i>	728	8
<i>Junio</i>	1.270	5
Total	4.131	23

Fuente: Elaboración propia.

El porcentaje de noticias relacionadas con la salud mental es mucho menor en comparación con otros temas (Figura 2). Se calculó que 1 de cada 137 artículos fue sobre salud mental.

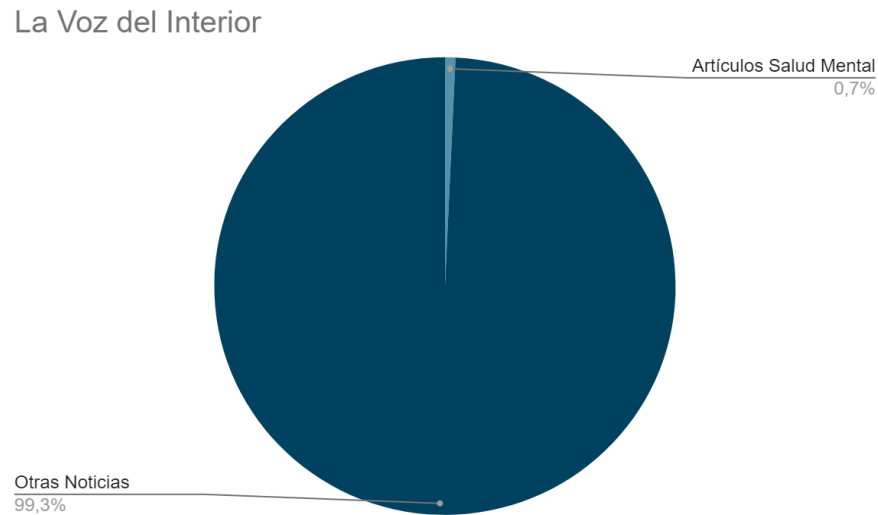


Figura 2.

- Perfil: También con sede en Buenos Aires, fue seleccionado por su enfoque editorial crítico y analítico, el cual aportó una visión distinta a la de Clarín. Aunque su tirada impresa es más reducida, con aproximadamente 50.000 ejemplares en circulación, y su número de suscriptores digitales es menor, sigue siendo un medio influyente en la capital.

Su estilo periodístico, orientado hacia el análisis profundo y la crítica, complementó la diversidad de perspectivas, proporcionando un contrapunto valioso. El estudio realizado arrojó los siguientes resultados.

Mes	Noticias de Salud	Noticias de Salud Mental
<i>Marzo</i>	1.240	2
<i>Abril</i>	1.370	3
<i>Mayo</i>	728	8
<i>Junio</i>	1.320	8
Total	4.658	21

Fuente: Elaboración propia.

Se verificó que las noticias sobre salud mental son mínimas frente a la cantidad de artículos relacionados a otros temas. (Figura 3) . Se calculó que 1 de cada 96 artículos en Perfil fue sobre bienestar psicológico durante esos cuatro meses.

Perfil

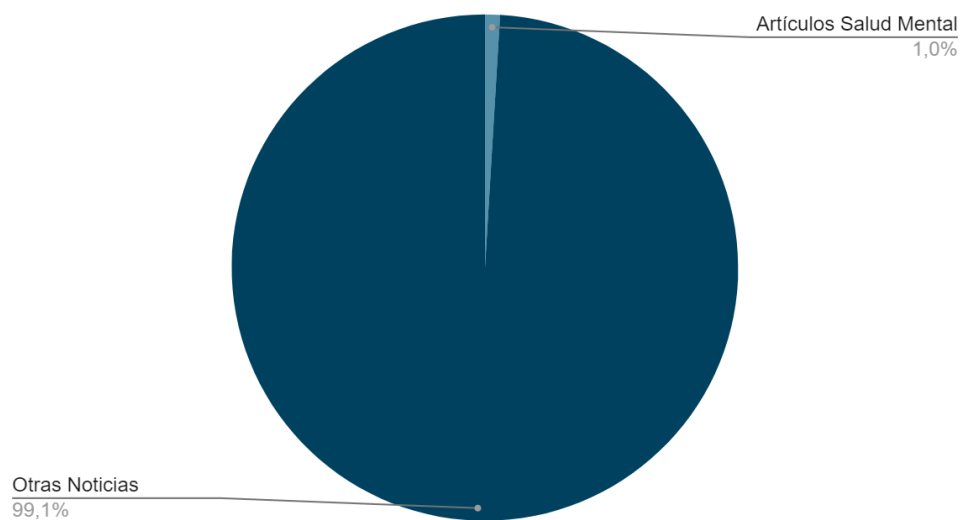


Figura 3.

Como otra parte importante de la investigación, se llevó a cabo una entrevista con la Licenciada en Psicología Daniela Soria, egresada de la Universidad Nacional de Córdoba y matriculada con el número 14819 en el Colegio de Psicólogos de la Provincia de Córdoba. Durante la entrevista, se abordaron diversas preguntas y a partir de sus respuestas, se extrajeron los resultados, organizados en los siguientes ejes temáticos específicos:

Impacto de la cobertura de salud mental en el bienestar emocional

La forma en que los medios cubren temas de salud mental puede influir significativamente en el bienestar emocional de las personas, con efectos tanto positivos como negativos. En cuanto a los efectos negativos, se observa que la cobertura exagerada de casos extremos puede aumentar el miedo y la ansiedad en la audiencia, distorsionando la percepción de los problemas de salud mental y reforzando estereotipos negativos. Esto puede llevar a una mayor discriminación y aislamiento social, empeorando el bienestar de quienes sufren trastornos psicológicos. Además, la difusión de información incorrecta o incompleta puede causar frustración y desesperanza en quienes buscan ayuda.

Impacto de las noticias sobre eventos traumáticos en la salud mental

Las noticias sobre eventos traumáticos, como la pandemia de COVID-19, han demostrado tener un impacto considerable en la salud mental de los espectadores. La exposición constante a noticias negativas puede aumentar la ansiedad y el estrés, especialmente cuando los eventos son impredecibles o prolongados. Esto también puede llevar a sentimientos de desesperanza y desánimo, así como a una sobrecarga

emocional. La exposición excesiva a estas noticias puede afectar el sueño y llevar a comportamientos de evitación o negación de la realidad.

Rol de los medios en Argentina en la difusión de información sobre salud mental

La cobertura de salud mental en los medios de Argentina ha mostrado una variabilidad considerable. Por un lado, los medios responsables han aumentado la visibilidad y la conciencia sobre la importancia de la salud mental, promoviendo una discusión más abierta y destacando recursos y líneas de ayuda. Por otro lado, algunos medios, como es el caso de la noticia titulada “Michael Jackson volvió del más allá con una advertencia sobre el coronavirus” (Crónica, 2020), han caído en la exageración y el sensacionalismo, utilizando un lenguaje inapropiado y ofreciendo datos que contribuyen a la desinformación. La falta de responsabilidad en la selección de titulares generó una atmósfera de incertidumbre y temor en la población. Ejemplos como el titular “Las angustiantes fotos que muestran cómo se prepara el cementerio más grande de Brasil para enterrar a los muertos por coronavirus” (Infobae,2020) reflejan cómo algunas noticias acentuaban la ansiedad y el miedo.

Importancia de la colaboración entre medios y profesionales de la salud mental

La colaboración entre medios de comunicación y profesionales de salud mental es crucial para proporcionar información precisa y útil. Los profesionales pueden asegurar la precisión científica y evitar la propagación de mitos, ofreciendo un contexto equilibrado y utilizando un lenguaje adecuado. Esta colaboración también ayuda a tratar a las personas con dignidad y respeto, evitando errores críticos y proporcionando información valiosa sobre prevención y manejo de crisis. La educación y la

concientización sobre salud mental son aspectos esenciales que se benefician de esta colaboración.

Recomendaciones para periodistas y creadores de contenido

Los periodistas y creadores de contenido deben abordar los temas de salud mental con responsabilidad y precisión. Es fundamental educar sobre salud mental, consultar con profesionales para obtener información adecuada y utilizar un lenguaje respetuoso. Evitar términos estigmatizantes y ofrecer una perspectiva equilibrada contribuirá a una cobertura más ética y útil. La colaboración con expertos puede enriquecer el contenido y proporcionar recomendaciones prácticas y útiles para el público. En Argentina, existen manuales de ética periodística como el “Manual de Ética Periodística” de la Asociación de Entidades Periodísticas Argentinas (ADEPA), que enfatizan la necesidad de tratar estos temas con cuidado. Además, organizaciones como el Foro de Periodismo Argentino (FOPEA) ofrecen capacitaciones para periodistas en la cobertura de salud mental, promoviendo un enfoque responsable y respetuoso. Estas herramientas son clave para garantizar una comunicación adecuada y sensible en temas tan delicados.

Recomendaciones para un consumo saludable de noticias

Para consumir noticias impactantes de manera más saludable, se recomienda limitar el tiempo de consumo, estableciendo horarios específicos para ver las noticias y evitando la exposición constante. Seleccionar fuentes confiables y equilibrar el consumo de noticias con contenidos positivos o neutrales puede ayudar a mantener el equilibrio emocional. Es crucial observar cómo afecta el contenido a los sentimientos personales y ajustar el consumo según sea necesario. Además, buscar información específica y relevante puede ayudar a reducir la sensación de estar abrumado.

Además de toda la información previa, se obtuvieron hallazgos importantes a través de una encuesta compuesta por cinco preguntas cerradas, realizada a un público de diversas edades, géneros y localidades. Los principales resultados fueron los siguientes:

Apoyo emocional por parte de los medios

De los 77 encuestados, el 83% (64 votos) manifestó que los medios de comunicación no brindaron suficiente apoyo emocional durante la pandemia, mientras que solo el 17% (13 votos) consideró que sí lo hicieron.

Abordaje del impacto del confinamiento

En cuanto a la manera en que los medios abordaron el impacto del confinamiento en la salud mental, el 88% (67 votos) de los participantes expresó que la cobertura fue inadecuada, frente a un 12% (9 votos) que consideró que se trató adecuadamente este tema. Se obtuvieron un total de 76 respuestas a esta pregunta.

Ansiedad causada por la cobertura mediática

Sobre la posible relación entre la cobertura mediática del COVID-19 y el aumento de la ansiedad, el 91% (69 votos) de los encuestados señaló que la constante exposición a noticias incrementó su nivel de ansiedad durante la cuarentena de 2020. Por otro lado, solo el 9% (7 votos) no percibió este efecto. En total, respondieron 76 personas.

Efectividad de las recomendaciones de salud mental

Cuando se preguntó si las recomendaciones de salud mental compartidas por los medios de comunicación durante la cuarentena habían sido de ayuda, el 78% (58 votos)

afirmó que no les fueron útiles, mientras que un 22% (16 votos) indicó que sí recibieron algún beneficio de estos consejos. Un total de 74 personas respondieron esta pregunta.

Preocupación por los efectos en la salud mental

Finalmente, el 74% (56 votos) de los participantes expresó que les preocupaba que la exposición constante a las noticias sobre el COVID-19 pudiera afectar su salud mental, mientras que el 26% (20 votos) manifestó que no tuvo tal preocupación. Esta pregunta fue respondida por 76 personas. Las personas encuestadas, en su mayoría, tuvieron una apreciación negativa respecto a la información brindada por las plataformas comunicativas durante el periodo estudiado, así como sobre la utilidad de los artículos publicados por los medios. (Figura 4)

Percepción del público hacia la cobertura de los medios de comunicación

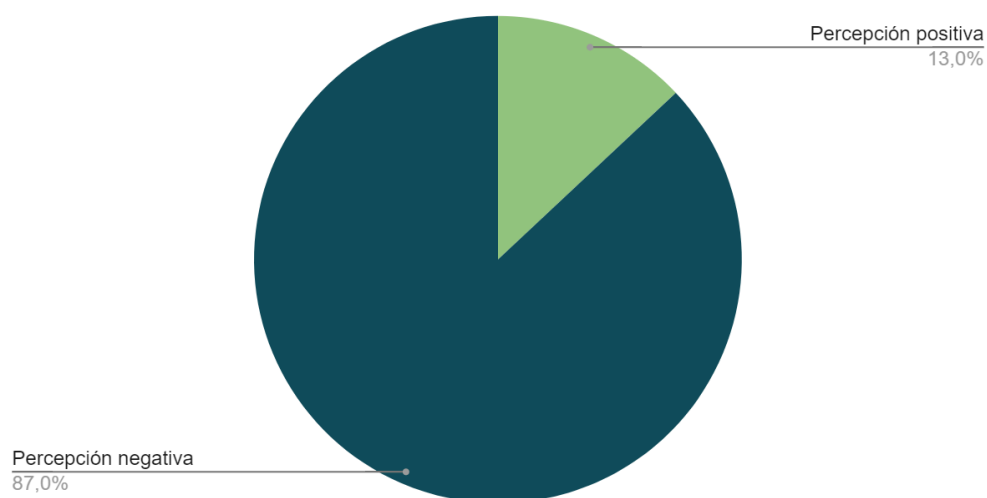


Figura 4.

Discusión

En este apartado se analiza el tratamiento de la salud mental en tres de los principales medios de comunicación argentinos durante los meses críticos de cuarentena en 2020, destacando cómo este enfoque ha influido en la percepción pública del bienestar mental en el país. A partir de este análisis, se evalúa la frecuencia con la que se publicaron artículos relacionados a ese tema y el impacto potencial que dicha cobertura ha tenido en la comprensión y manejo de esta cuestión en la sociedad. Además, se proponen mejores prácticas para optimizar la cobertura mediática en situaciones de crisis sanitarias futuras, con el objetivo de fomentar una información más efectiva y sensible en torno al equilibrio emocional.

Iniciando con la revisión de las temáticas publicadas por cada diario y su frecuencia en los cuatro meses seleccionados, se puede determinar que hay una tendencia clara y diferenciada de los tópicos que fueron prioridad para los diarios. Aunque se podría esperar que, dada la gravedad de la situación y el impacto psicológico del confinamiento, los medios priorizaran este aspecto, los datos muestran que la atención al mismo fue insuficiente. Esto sugiere que el bienestar mental no fue percibido como un tema de primera línea por parte de los principales diarios argentinos.

En el caso de Clarín, la baja proporción de artículos sobre salud mental demuestra una inclinación a destacar otros aspectos de la salud física o el desarrollo general de la pandemia. A pesar de su vasto alcance y la capacidad de influir en la percepción pública, el tratamiento del bienestar psicológico quedó opacado por otras coberturas. Esta falta de énfasis en el tema podría haber dejado a un gran segmento de la población

sin información adecuada para enfrentar las consecuencias emocionales del confinamiento.

En este diario, se observa una amplia cobertura de temas generales, con un total de 17.100 noticias que no abordaban ni la salud ni la salud mental. Estos espacios se dedicaron principalmente a recetas, consejos para el hogar y fútbol, con un enfoque adaptado a la realidad del confinamiento. Esto indica que estos temas recibieron mayor atención y relevancia que las 11.708 noticias relacionadas con la salud y la salud mental, reflejando una priorización informativa que dejó en segundo plano aspectos cruciales durante la pandemia.

Por otro lado, La Voz del Interior, con su cobertura regional, presenta una desconexión aún mayor respecto a los temas de salud mental. Esto podría reflejar un menor reconocimiento de la relevancia del tema en las zonas fuera de la capital, donde tal vez el foco se centró más en las preocupaciones económicas y/o sociales inmediatas. No obstante, esta omisión subraya una falta de visibilidad del bienestar psicológico en medios que podrían haber ayudado a sensibilizar y educar a comunidades locales, que también sufrieron los efectos del confinamiento, incluso en mayor medida que la capital.

Las noticias de temáticas variadas en este diario desempeñaron un papel claramente secundario en términos de frecuencia de publicación, con solo 115 artículos dedicados a temas generales en comparación con las 4.131 noticias centradas en la salud física, excluyendo la salud mental. Este desequilibrio en la cobertura refleja una clara priorización de los aspectos biomédicos de la pandemia, mientras que los temas cotidianos o de interés general quedaron relegados.

Finalmente con respecto a Perfil, el tratamiento de la salud mental en su cobertura fue mínimo. Esto resalta una visión editorial que, aunque valiosa en términos de análisis, no favoreció la problemática psicológica derivada de la pandemia. Esto puede evidenciar una falta de alineación entre la complejidad de la situación y las temáticas abordadas por los medios, lo que refuerza la idea de que el equilibrio mental no fue visto como un pilar crucial durante la cobertura del COVID-19.

Este diario presenta un resultado particularmente llamativo, ya que solo se publicaron cuatro noticias sobre temas no relacionados con la salud o la salud mental durante los meses seleccionados para el estudio. Esto sugiere que, en el contexto de la pandemia, la agenda informativa de este medio estuvo casi exclusivamente centrada en asuntos vinculados a la crisis sanitaria, dejando muy poco espacio para otros temas de interés público. Este enfoque monotemático refleja una estrategia editorial que priorizó la cobertura de la emergencia de salud, lo cual puede haber respondido a la necesidad de mantener a la audiencia informada sobre los efectos inmediatos del COVID-19.

Por otro lado, el análisis de la entrevista destaca importantes perspectivas sobre el impacto de la cobertura mediática en la percepción pública de la salud mental durante la pandemia. Uno de los hallazgos clave es que los medios, al centrar su cobertura en casos extremos o eventos traumáticos, contribuyeron a un aumento del miedo y la ansiedad en la audiencia.

Además, la exposición constante a noticias negativas, especialmente durante eventos traumáticos como la pandemia, tuvo efectos perjudiciales en el equilibrio emocional de los espectadores, exacerbando la ansiedad, el estrés y sentimientos de desesperanza, tal como lo explica el diario Página 12 en su artículo “De cómo el exceso

de noticias afecta la salud mental” (2023). Este patrón de información negativa y repetitiva podría haber empeorado el estado emocional de la población, que se enfrentaba ya a un contexto de incertidumbre.

Asimismo, la falta de profundidad y precisión en algunos medios argentinos refleja una oportunidad perdida para educar y sensibilizar adecuadamente a la sociedad. La escasa colaboración entre medios y profesionales de la salud mental resulta en la propagación de mitos y la desinformación, afectando directamente la comprensión pública del bienestar emocional. Sin embargo, la entrevista también señala que algunos medios sí lograron aumentar la visibilidad de estos temas y promover recursos de ayuda, lo que subraya el potencial positivo que una cobertura adecuada podría haber tenido.

Asimismo, la encuesta realizada revela un panorama preocupante en torno al rol de los medios de comunicación y su potencial impacto en la percepción de las personas. Uno de los hallazgos más significativos es la impresión generalizada de que los medios no brindaron suficiente apoyo emocional. La mayoría de los encuestados considera que la cobertura mediática no fue efectiva en abordar el impacto del confinamiento.

El hecho de que una abrumadora mayoría asocie la cobertura mediática con un aumento de la ansiedad es un indicador claro del impacto negativo que tuvo la exposición constante a noticias alarmantes. Esto pone en evidencia que los medios no solo estuvieron ausentes en la oferta de herramientas efectivas para la gestión del estrés y la ansiedad, sino que, en algunos casos, podrían haber exacerbado estos problemas. La falta de utilidad percibida en las recomendaciones sobre salud mental divulgadas por los

medios refuerza que hubo una desconexión entre lo que se comunicaba y lo que la audiencia realmente necesitaba para cuidar su bienestar emocional.

Es notable que una gran parte de los encuestados expresaron preocupación por los efectos de la cobertura mediática en su salud psicológica. Esta preocupación subraya una sensibilidad creciente hacia el impacto emocional de los medios, lo que plantea la necesidad de un enfoque más cuidadoso y responsable en futuras crisis.

En base a la interpretación de todos los resultados cualitativos y cuantitativos, se define que una de las principales recomendaciones para que los medios mejoren su enfoque en el bienestar mental en futuras crisis sanitarias es aumentar la visibilidad de este tema en sus coberturas.

Además, los medios deben colaborar más estrechamente con profesionales de la salud mental para asegurar la precisión y el rigor en los contenidos que difunden. Contar con la participación de psicólogos y otros especialistas no solo ayuda a evitar errores, sino que también contribuye a desmitificar los trastornos mentales y ofrecer recursos útiles para la audiencia, fomentando una discusión más abierta y constructiva.

Es esencial que los medios ofrezcan recomendaciones prácticas y accesibles que puedan ser aplicadas por la audiencia. La encuesta reveló que las recomendaciones que se ofrecieron durante la pandemia no resultaron útiles para la mayoría de las personas. En futuras crisis, los medios deben trabajar en brindar consejos específicos, bien fundamentados y contextualizados para ayudar a las personas a gestionar su salud mental. Esto incluye no solo guías o técnicas, sino también la promoción activa de recursos como líneas de ayuda, terapias online y otros servicios de apoyo emocional.

Así, se puede promover un consumo más saludable de noticias y contribuir de manera efectiva al bienestar de la población.

Los resultados del análisis sobre la salud mental relacionada a los medios de comunicación apoyan la evidencia señalada en los distintos estudios previos sobre el mismo tema. Dichos estudios advierten que una mayor exposición diaria a las noticias sobre COVID-19 se asocia con una mayor preocupación por la pandemia el mismo día y al día siguiente. Los aumentos en la preocupación específicamente por el virus se asociaron a su vez con una mayor desesperanza y preocupación general. (National Institute of Health, 2022).

En el mismo sentido, un estudio realizado por la Universidad de Beijing coincide en que una mayor exposición a noticias sobre desastres a través de las redes sociales se asoció con un mayor nivel de depresión en los participantes con niveles altos (pero no bajos) del factor estresante relacionado con el desastre de la pandemia.(Zhao, N., 2022)

La presente investigación cuenta con varias limitaciones que pueden afectar la interpretación de los resultados. En primer lugar, la investigación se centra únicamente en la cobertura mediática de la salud mental en tres diarios específicos, lo que podría no reflejar la totalidad de la realidad en Argentina, limitando así la generalización de los hallazgos.

Además, la muestra de la encuesta se basó en un número relativamente pequeño de participantes, lo que podría influir en la representatividad de las percepciones sobre el apoyo emocional brindado por los medios y su impacto en el bienestar mental.

De igual forma, presenta fortalezas que enriquecen su validez y relevancia. El enfoque en la cobertura mediática permite abordar un tema de gran pertinencia social, facilitando la comprensión de cómo los medios influyen en la percepción pública del bienestar mental. Además, la combinación de análisis cuantitativos, como la encuesta, y cualitativos, a través de entrevistas con expertos, proporciona una perspectiva más completa. Asimismo, la identificación de áreas específicas de mejora en la cobertura mediática ofrece recomendaciones prácticas para los medios de comunicación, lo que puede promover una discusión más informada y consciente sobre la salud mental. Estas fortalezas no solo aportan valor académico, sino que también tienen el potencial de influir en políticas y prácticas futuras en el tratamiento de temas de salud mental en los medios, aspecto que constituye uno de los objetivos de esta investigación.

En conclusión, esta investigación pone de manifiesto la necesidad de una transformación en la forma en que los medios abordan la salud mental, especialmente en tiempos de crisis como la pandemia de COVID-19. Los resultados evidencian que una cobertura responsable y empática puede convertirse en el camino hacia el bienestar emocional de la población. Al reconocer el profundo impacto que tiene la exposición a noticias sobre salud mental, se abre la puerta a la posibilidad de que la comunicación se convierta en un aliado, en lugar de un adversario.

Las recomendaciones para futuras investigaciones en este ámbito se centran en la realización de estudios longitudinales que permitan examinar el impacto a largo plazo de la cobertura mediática sobre la salud mental, así como la implementación de metodologías mixtas que integren tanto datos cuantitativos como cualitativos. Además, se sugiere explorar la eficacia de diferentes enfoques comunicativos y el lenguaje

utilizado en la cobertura de temas de salud mental, evaluando su impacto en la percepción pública y en la reducción del estigma.

También sería valioso investigar cómo la colaboración entre profesionales de la salud mental y los medios de comunicación puede mejorar la calidad de la información y el apoyo emocional brindado a la audiencia. Por último, se recomienda fomentar la educación mediática entre la población para que los individuos desarrollen habilidades críticas en el consumo de noticias, permitiéndoles navegar de manera más saludable por la información relacionada con la salud mental.

Referencias

- [Argentina. \(2010\). Ley Nacional de Salud Mental, Ley N.º 26.657, Capítulo I, Art. 1º.](#)
- <https://www.paho.org/es/noticias/2-3-2022-pandemia-por-covid-19-provoca-aumento-25-prevalencia-ansiedad-depresion-todo>
- [National Institute of Health. \(2022\). *The mental health impact of daily news exposure during the COVID-19 pandemic: Ecological momentary assessment study.* National Institute of Health.](#)
- [Zhao, N. \(2022\). *Social media use and mental health during the COVID-19 pandemic: Moderator role of disaster stressor and mediator role of negative affect.* Universidad de Beijing.](#)
- [CONICET. \(2021\). *Salud mental, pandemia y políticas públicas.*](#)
- [Brennen, S., Simon, F., Howard, P., & Nielsen, R. \(2020\). *Types, sources, and claims of COVID-19 misinformation.* Reuters Institute for the Study of Journalism.](#)
- [Abel, T., & McQueen, D. \(2021\). *Critical health literacy in pandemics: The special case of COVID-19.* Health Promotion International. Oxford University Press.](#)
- [Etchevers, M. J., Garay, C. J., Putrino, N., Grasso, J., Natalí, V., & Helmich, N. \(2020\). *Salud Mental en Cuarentena. Relevamiento del impacto psicológico a los 7-11, 50-55 y 115-124 días de cuarentena en población argentina.* Buenos](#)

[Aires, Argentina: Observatorio de Psicología Social Aplicada, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires.](#)

- McCombs, M. E., & Shaw, D. L. (1972). The agenda-setting function of mass media. *Public Opinion Quarterly*, 36(2), 176–187.
- [Asociación Amanecer](#)
- <https://es.statista.com/grafico/25428/encuestados-que-afirman-haber-tenido-problemas-de-salud-mental-en-los-ultimos-12-meses/>
- [Thornicroft, G., Rose, D., Kassam, A., & Sartorius, N. \(2007\). *Stigma: Ignorance, prejudice or discrimination?*. The British Journal of Psychiatry, 190\(3\), 192-193.](#)
- Goffman, E. (1974). *Frame Analysis: An Essay on the Organization of Experience*. Harvard University Press.
- Entman, R. M. (1993). Framing: Toward Clarification of a Fractured Paradigm. *Journal of Communication*, 43(4), 51–58
- [Asociación Estadounidense de Psicología \(American Psychological Association\)](#)
- [Diario Clarín](#)
- [Diario La Voz del Interior.](#)
- [Diario Perfil](#)
- [Cómo Clarín se convirtió en el diario en español con más suscriptores digitales del mundo](#)
- https://es.wikipedia.org/wiki/La_Voz_del_Interior
- <https://www.elespectador.com/opinion/lectores/cartas/el-manana-no-lo-sabemos-columna/>

- <https://www.minutoneuquen.com/espectaculos/2020/3/24/de-terror-michael-jackson-envia-un-mensaje-de-consciencia-por-el-coronavirus-como-es-posible-199133.html>
- <https://adepa.org.ar/>
- <https://fopea.org/codigo-de-etica/>
- <https://www.pagina12.com.ar/613276-de-como-el-exceso-de-noticias-afecta-la-salud-mental>