

## **Influencia de las Redes Sociales en el Fenómeno de las Autolesiones entre Jóvenes**

En la última década, se ha observado un alarmante incremento de las autolesiones entre jóvenes. En España, la Fundación ANAR reportó en su Informe Anual 2023 que las solicitudes de asistencia por parte de adolescentes se han multiplicado por 6.91 en cinco años, con un crecimiento del 592% respecto a períodos anteriores, pasando de 484 casos en 2019 a 3348 en 2023. De igual forma, la Fundación Manantial (2023) informó en su estudio "#Rayadas" que el 11.7% de los jóvenes entre 16 y 24 años se autolesionan de forma recurrente y un 10% lo ha hecho al menos una vez.

En este fenómeno, las redes sociales juegan un rol crucial dado que son espacios donde comparten preocupaciones y buscan apoyo. Weinstein (2018) señala que las redes sociales pueden ser tanto negativas como positivas, ya que, aunque pueden aislarlos, simultáneamente pueden proporcionarles un apoyo significativo entre pares. En esta misma línea, Pretorius et al. (2022) señala que el consumo de contenido sobre salud mental en redes sociales puede ser positivo, aunque en ocasiones puede tener el efecto contrario y reforzar comportamientos problemáticos como los trastornos en la conducta alimentaria (Arseniev-Koehler et al., 2016) o la autolesión no suicida (Martínez-Pastor et al., 2023a, 2023b; Moreno et al., 2016).

En el caso de las autolesiones, hay estudios que muestran que las y los jóvenes a menudo están interesados en aprender cómo proporcionar el apoyo necesario en respuesta a las publicaciones de sus pares sobre problemas de salud mental en las redes sociales (Szlyk et al., 2023). La investigación de Shanahan et al. (2019) destaca aspectos positivos, como *influencers* y otras personas que se han autolesionado compartiendo sus experiencias de recuperación, así como el impacto positivo de iniciativas de ayuda en línea y concienciación.

El objetivo de este estudio es analizar el papel de las redes sociales en el conocimiento y la difusión de contenido relacionado con comportamientos autolesivos. Para ello, se ha adoptado una metodología mixta. Por un lado, se ha realizado un cuestionario a 968 jóvenes (72% se identifican como mujeres, el 27% como hombres y el 1% como no binario o trans la formación) para medir el grado de conocimiento de las autolesiones y su relación con los medios. Además, para conocer el contenido presente en redes sociales, se empleó una metodología de análisis de contenido cualitativa. La unidad de análisis es la publicación en TikTok y Twitter (video y texto). Para la recopilación de datos se ha utilizado las APIs de TikTok y Twitter, complementada por interacciones a través de una cuenta de usuario simulada ("@aiko3135") diseñada para involucrarse con contenido de autolesiones. La muestra final analizada son 2351 post.

Los resultados del cuestionario muestran que el 99% de las personas encuestadas conocía las autolesiones. El 84% declara no haberse autolesionado frente a un 12% que sí reconoce haberlo hecho. Un 3% prefiere no contestar a la pregunta. La principal fuente de conocimiento proviene en el 46% de los casos de algún caso del entorno más próximo, siendo en el 50% un amigo/a, en el 37% un conocido/a. Únicamente en el 9% de los casos se trataba de un familiar y el 4% era una persona desconocida, pero sobre la que tenía el conocimiento de que se autolesionaba.

El 31% del grupo encuestado manifiesta que su principal fuente de información sobre el fenómeno de las autolesiones no suicidas son las redes sociales. Este dato alerta sobre la necesidad de conocer en profundidad cómo las redes sociales están impactando en la salud mental y en la diseminación de prácticas autolesivas, cuyos contenidos acaban formando parte de la construcción tanto de la identidad individual como de la identidad grupal de personas con problemas para gestionar las emociones.

En relación a los resultados del análisis de contenido de los posts, los resultados revelan que los usuarios emplean un lenguaje propio para eludir los controles de la plataforma. Una metalengua y

expresiones codificadas entre los usuarios de TikTok y Twitter permiten una interacción más fácil en las discusiones sobre automutilación, promoviendo la identificación y cohesión comunitaria.

Las representaciones autolesivas de manera directa son más frecuentes en Twitter que en TikTok, no obstante, es más común ver cortes ficticios o que representan el acto de cortes autolesivos que heridas reales. Lo más común es la representación de heridas ya cicatrizadas y la representación de personas reales en los videos. Además, se puede sumar la muestra de utensilios. Todo esto configura una estructura muy similar tanto en los textos como en las imágenes: contenidos sugestivos, sutiles y hasta originales que escapan de la morbosidad y de los controles de la red social, y que hacen alusiones que insinúan comportamientos más que representarlos.

Las y los jóvenes que se autolesionan a menudo se unen a estos espacios en línea para sentirse comprendidos y encontrar un sentido de pertenencia. Si bien estas plataformas pueden proporcionar apoyo, también presentan riesgos al validar comportamientos autodestructivos. El uso de símbolos y lenguaje únicos refuerza la identidad grupal y puede crear barreras para la intervención externa.

En conclusión, los resultados de esta investigación subrayan el profundo impacto de plataformas digitales como TikTok y Twitter en la formación de identidades colectivas y en el apoyo a redes para individuos que enfrentan desafíos de salud mental en línea. Los resultados destacan la compleja interacción entre la salud mental de los y las jóvenes, la autorregulación comunitaria promovida por las redes sociales y la vulnerabilidad de los usuarios en estos espacios digitales.

#### Referencias bibliográficas

- Arseniev-Koehler, A., Lee, H., McCormick, T., y Moreno, M. A. (2016). # Proana: Pro-eating disorder socialization on Twitter. *Journal of Adolescent Health*, 58(6), 659–664. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2016.02.012>
- Fundación Manantial (2023). “#Rayadas. La salud mental de la población joven en España”» (2022). <https://www.fundacionmanantial.org/informe-rayadas-la-salud-mental-de-la-poblacion-joven-en-espana/>
- Fundación ANAR (2023) “Informe anual. Teléfono/Chat Anar” (2023). “Evaluación y manejo clínico de las autolesiones en la adolescencia: protocolo basado en la evidencia” (2022). <https://www.anar.org/informe/informe-anual-telefono-chat-anar-2023/>
- Martínez-Pastor, E., & Gaete-Salgado, C. (2023a). Jóvenes creadores de contenidos en torno a las autolesiones: identificación de metalenguajes en X (Twitter) [Young content creators around self-harm: identifying metalanguages on X (Twitter)]. *Revista Panamericana De Comunicación*, 5(2), 55–70. <https://doi.org/10.21555/rpc.v5i2.2984>
- Martínez-Pastor, E., Atauri-Mezquida, D., Nicolás-Ojeda, M. Á., & Blanco-Ruiz, M. (2023b). Visualización e interpretación de las interacciones en los mensajes de autolesiones no suicidas (ANS) en Twitter [Visualising and interpreting interactions in non-suicidal self-harm (NSA) messages on Twitter]. *Redes. Revista hispana para el análisis de redes sociales*, 34(2), 238–253. <https://doi.org/10.5565/rev/redes.996>
- Moreno, M. A., Ton, A., Selkie, E., & Evnssi, Y. (2016). Secret society 123: Understanding the language of self-harm on Instagram. *Journal of Adolescent Health*, 58(1), 78–84. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2015.09.015>
- Pretorius, C., McCashin, D., & Coyle, D. (2022). Mental health professionals as influencers on TikTok and Instagram: What role do they play in mental health literacy and help-seeking? *Internet Interventions*, 30, Article 100591, <https://doi.org/10.1016/j.invent.2022.100591>

- Shanahan, N., Brennan, C., & House, A. (2019). Self-harm and social media: thematic analysis of images posted on three social media sites. *BMJ open*, 9(2), Article e027006. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-027006>
- Szlyk, H. S., Li, X., Kasson, E., Peoples, J. E., Montayne, M., Kaiser, N., & Cavazos-Rehg, P. (2023). How do teens with a history of suicidal behavior and self-harm interact with social media?. *Journal of adolescence*, 95(4), 797–810. <https://doi.org/10.1002/jad.12154>
- Weinstein, E. (2018). The social media see-saw: Positive and negative influences on adolescents' affective well-being. *New media & society*, 20(10), 3597–3623. <https://doi.org/10.1177/1461444818755634>