

## ¿Cuáles son los principales efectos psicológicos de la COVID -19, según el social listening?

**Ansiedad, pérdida de confianza, cambio en los hábitos alimenticios y mayor creatividad son los principales efectos detectados por Atribus y Symanto. Las conclusiones obtenidas tras analizar las conversaciones con la herramienta de monitorización de la compañía coinciden con los datos de estudios de prestigiosas universidades. El social listening se posiciona como un instrumento clave para tomar el pulso de la sociedad**

Miedo, ansiedad, tristeza, ira... Durante el confinamiento, se han vivido un carrusel de emociones. Así lo muestra el barómetro del estado de ánimo de la población elaborado por Atribus, una herramienta de monitorización y escucha online, en colaboración con Symanto, compañía de Inteligencia Artificial, a partir del análisis de millones de tweets en tiempo real. Los datos, que revelan el importante impacto de la COVID-19 en la salud mental de la población, han sido refrendados por diferentes estudios realizados por universidades nacionales e internacionales.

“El confinamiento ha provocado comportamientos sociales sobre los que se ha generado un caudal de conversaciones en los medios digitales. La actividad recogida por nuestra herramienta de monitorización y escucha online evidencia que los Social Media son un reflejo de la realidad social y que la información que vierten los usuarios es veraz, tal y como muestra el hecho de que estudios de universidades de prestigio tanto dentro como fuera de nuestras fronteras coincidan con nuestro análisis”, afirma Miguel Ángel Cintas, Marketing Director de Atribus.

El barómetro sobre el estado emocional y mental de Atribus descubre que los principales efectos psicológicos durante el Estado de Alarma han sido los siguientes:

- Ansiedad. Miles de personas han reaccionado con síntomas de angustia fisiológica y han sufrido trastornos de sueño a raíz del incremento exponencial del uso de dispositivos electrónicos como smartphones.

- Pérdida de confianza y optimismo, así como falta de vitalidad y energía. Este último sentimiento lo han experimentado, sobre todo, las mujeres.

- Cambios en los hábitos alimenticios provocados por la ansiedad. Mientras unos han aumentado la ingesta calórica, otros la han disminuido. Además, se ha desencadenado todo un movimiento a favor de la comida sana, pero también una corriente en la dirección opuesta con un incremento de los alimentos procesados.

- Potenciación de la creatividad. El confinamiento ha puesto a prueba el ingenio de la población que ha hecho volar su imaginación como nunca, ideando actividades que no habría pensado si no hubiera sido por la excepcionalidad del momento.

En una sociedad de altas relaciones y de actividad social, el confinamiento ha convertido a los medios digitales en la única forma de conectarse e interactuar manteniendo la distancia. Por este motivo, no es de extrañar que los usuarios hayan volcado en las redes toda la montaña rusa de emociones que les ha generado el aislamiento obligatorio. En este sentido, “hacer una escucha activa de las redes sociales permite saber qué sienten realmente los usuarios y obtener una imagen veraz de cómo ha vivido y se ha visto afectada la población por la COVID-19”, puntualiza Cintás.

Estudios como el de la Facultad de Psicología de la Universidad Complutense de Madrid en colaboración con la Universidad de East Anglia (Inglaterra) e investigadores del King's College que han realizado una revisión de 24 estudios sobre psicología de las cuarentenas corroboran la actividad en Social Media recogida por Atribus, contrastando que miles de personas han reaccionado con ansiedad, síntomas de angustia fisiológica, de alerta y depresivos y con trastornos de sueño durante el Estado de Alarma.

En esta misma línea, un estudio de la Universidad del País Vasco, en el que además han colaborado otras cinco universidades (de Barcelona, Murcia, Elche, Granada y la UNED), refuerza la idea de que las mujeres han sido las grandes perjudicadas por la pandemia hecho que también se ve en los datos recogidos a través de Twitter. Son ellas las que han perdido la confianza, el optimismo y los sentimientos de vitalidad y energía.

Por último, la investigación internacional que lleva a cabo el Laboratorio de Emociones de la Universidad de Málaga junto al Grupo de Investigación Cognición, Emoción y Salud de la Universidad Complutense de Madrid, muestra cómo los jóvenes son los que se sienten especialmente afectados por los efectos de la pandemia, dado su estilo de vida activo, acelerado y las proyecciones de futuro que se han visto paralizadas repentinamente; sumándose a un futuro incierto hacia dónde evolucionarían sus propósitos o metas personales.

**Datos de contacto:**

Everythink Pr Boutique  
Everythink Pr Boutique  
603244136

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional Medicina Sociedad Madrid Medicina alternativa Universidades](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>