



Juventud en crisis: discursos, expectativas y realidades en Medellín.

Daniel Alejandro Uribe García

Trabajo de grado presentado para optar al título de Antropólogo

Asesor

Simón Puerta Domínguez, Doctor (PhD) en Filosofía

Universidad de Antioquia
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Antropología
Medellín, Antioquia, Colombia
2025

Cita

(Uribe García, 2025)

Referencia

Uribe García, D. A. (2025). *Juventud en crisis: discursos, expectativas y realidades en Medellín* [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.

Estilo APA 7 (2020)



Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

Agradecimientos

A quienes abrieron su tiempo, su voz y su historia para dar vida a estas páginas, les agradezco profundamente. Sus palabras, cargadas de saberes y memorias, fueron hilos con los que se tejió este conocimiento. Gracias por su generosidad al compartir, por su apertura al diálogo y por permitir que, a través de sus narrativas, nacieran nuevas formas de entender y sentir el mundo.

Agradezco profundamente al profesor Simón Puerta Domínguez por su paciencia, dedicación y comprensión. Sin su guía y apoyo, este camino no habría sido posible de completar. Agradezco con el corazón a mi padre, Juan Daniel; a mi madre, Cilenia María; a mi hermana, Oriana; y a mi hermano, Santiago, por creer siempre en mí y en este proyecto. En especial, a mi hermana, por su paciencia infinita y su inquebrantable escucha en las noches más confusas.

Agradezco de corazón a mis amistades Hannah, Isabella, Isabela, Daniela, Daniela, Juliana, Evelin, Estefanía y Daniel por creer siempre en mí y por estar ahí para ayudarme en momentos de dudas y desesperación. A la final en este mundo aterrador, todo lo que tenemos son las conexiones que hacemos.

Por último, pero no menos importante, deseo agradecer a la música y al cine que me acompañaron e inspiraron en este camino. A los discos *Closer* de Joy Division, *Disintegration* de The Cure, *Dark Side of the Moon* de Pink Floyd, *A Love Supreme* de John Coltrane, *Bocanada* de Gustavo Cerati, *OK Computer* de Radiohead, *Películas* de La Máquina de Hacer Pájaros, *Vagabundo* de Robi Draco Rosa, *Damnation* de Opeth, *Blackstar* de David Bowie, *Sextant* de Herbie Hancock, *The Fragile* de Nine Inch Nails, *Anastasis* de Dead Can Dance, *666* de Aphrodite's Child, *Soundtracks for the Blind* de Swans, *Homogenic* de Björk, *Rid of Me* de PJ Harvey, *The Dreaming* de Kate Bush, *Luciferian Towers* de Godspeed You! Black Emperor y *SINNER GET READY* de Lingua Ignota.

También a las películas *La Grande Bellezza* de Paolo Sorrentino, *Adaptation* de Spike Jonze, *I'm Thinking of Ending Things* de Charlie Kaufman, *Barton Fink* de los hermanos Coen e *Ikiru* de Akira Kurosawa, que no solo alimentaron mi imaginación, sino que me dieron el valor para elegir y llevar a cabo este trabajo de grado.

Tabla de contenido

Resumen	8
Abstract	9
Introducción	10
1 Metodología	14
1.1 Tipo de Investigación	14
1.2 Enfoque	15
1.3 Estrategia.....	16
1.4 Técnicas aplicadas.....	17
1.5 Aspectos éticos	18
2 Salud mental de los jóvenes en Medellín	19
2.1 ¿Qué es la salud mental?	19
2.2 Estigmas sobre la salud mental	20
2.3 Visión institucional	21
2.4 Retos actuales de los jóvenes en Medellín	22
2.5 Drogas recreativas	24
2.6 Incertidumbre laboral	25
2.7 Crisis inmobiliaria y espacio	27
3 Redes Sociales: Entre la Conexión y la Alienación	29
3.1 ¿Qué es un meme?.....	29
3.2 ¿Cómo se comunican los jóvenes en redes sociales de la ciudad de Medellín?	31
3.3 Geraldine Fernández y el anhelo de reconocimiento	36
3.4 Caso de Catalina Gutiérrez Zuluaga y Johan Sebastián Castellanos	45
3.5 Alternativa de ingresos frente a empleos tradicionales	53
3.6 Información falsa.....	54

3.7 Alienación y escape de la realidad	56
3.8 Relación entre redes sociales, salud mental.....	57
4 Hallazgos.....	62
4.1 Caracterización de las personas entrevistadas.....	62
4.2 Sobre la salud mental	64
4.3 Estado y salud mental.....	66
4.4 Imaginarios sobre Medellín replicados en redes sociales.	68
4.5 Jóvenes y su experiencia habitando Medellín	71
4.6 Precarización laboral	74
4.7 Drogas y juventud	78
4.8 Estigmas relacionados a la salud mental	80
4.9 Gentrificación y crisis de vivienda.....	82
4.9 Discursos de odio	84
4.10 Migración	85
4.11 Influencers	87
5 Discusión.....	90
Conclusiones	94
Referencias	97

Lista de tablas

Tabla 1 Estrato socioeconómico.....62

Tabla 2 Género63

Tabla 3 Nivel educativo63

Tabla 4 Ocupación o labor64

Lista de figuras

Figura 1 Ejemplo de meme	30
Figura 2 Ejemplo de meme	30
Figura 3 Captura de pantalla de Facebook	33
Figura 4 Captura de pantalla de Facebook	34
Figura 5 Referencia al beso de Gustav Klimt	35
Figura 6 Charla de Geraldine Fernández en la universidad Sergio Arboleda.....	39
Figura 7 Entrevista de Geraldine para El Heraldó	40
Figura 8 Usuarios de X se dan cuenta del engaño	41
Figura 9 Usuarios de X se dan cuenta del engaño	42
Figura 10 Memes sobre el engaño de Geraldine	42
Figura 11 Memes sobre el engaño de Geraldine	43
Figura 12 Debate en redes sobre el caso de Catalina	46
Figura 13 Debate en redes sobre el caso de Catalina	47
Figura 14 Reacción de usuarios de X.....	50
Figura 15 Reacción de usuarios de X.....	50
Figura 16 Avisos en contra de la gentrificación.....	61

Resumen

Este trabajo analiza las condiciones de vida de los jóvenes en Medellín, abordando problemáticas clave como la salud mental, la precarización laboral, el acceso a la vivienda y el impacto de las redes sociales. Desde una perspectiva crítica, se examina cómo las dinámicas históricas y estructurales de la ciudad han moldeado la experiencia juvenil, evidenciando la relación entre desigualdad, violencia y exclusión social. La investigación destaca la necesidad de políticas públicas integrales que prioricen el bienestar juvenil, el acceso a la educación y el empleo, al tiempo que fomenten la participación ciudadana activa. Además, cuestiona las narrativas dominantes que perpetúan el realismo capitalista, invisibilizando las raíces estructurales de estos problemas. Se señala el papel ambivalente de las redes sociales, que funcionan tanto como plataformas de expresión y activismo como mecanismos de alienación y comparación irreal. En este contexto, se enfatiza la importancia de crear espacios físicos y simbólicos donde los jóvenes puedan apropiarse de la ciudad, afirmar sus identidades y contribuir activamente a su transformación social.

Palabras clave: juventud, ciudad, salud mental, redes sociales, alienación, realismo capitalista, anhelo de reconocimiento.

Abstract

This study explores the living conditions of young people in Medellín, addressing critical issues such as mental health, labor precarization, housing access, and the profound impact of social media. By adopting a critical perspective, the research examines how historical and structural dynamics of the city have shaped youth experiences, emphasizing the deep connections between inequality, violence, and social exclusion. The study highlights the urgent need for comprehensive public policies that prioritize youth well-being, education, and employment opportunities while fostering active civic participation. Furthermore, it challenges dominant narratives that perpetuate capitalist realism, which often obscure the systemic roots of these issues. Social media emerges as a double-edged sword—both a platform for self-expression and activism, yet also a mechanism of alienation and unrealistic social comparison. This research underscores the necessity of physical and symbolic spaces where young people can freely engage with their urban environment, reclaim their identities, and actively contribute to the social transformation of Medellín.

Keywords: youth, city, mental health, social media, alienation, capitalist realism, longing for recognition.

Introducción

La crisis de salud mental entre los jóvenes ha crecido de manera alarmante en las últimas décadas, aunque sigue siendo un problema invisibilizado. Los diagnósticos de ansiedad, depresión, Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) y Trastorno Límite de la Personalidad (TLP) han aumentado significativamente, reflejando una realidad que muchas veces es ignorada o minimizada.

A lo largo de los años, la salud mental de los jóvenes ha sido un tema de creciente preocupación, pero la pandemia del Covid-19 aceleró y visibilizó aún más esta crisis. Los datos recientes revelan una alarmante realidad: los trastornos como la ansiedad y la depresión han aumentado significativamente, y las cifras de suicidio y de intentos autoinfligidos siguen en ascenso.

Esta crisis no es nueva; durante décadas, la juventud de la ciudad ha enfrentado problemáticas estructurales como la explotación sexual y el consumo elevado de drogas. De acuerdo con cifras recientes, 1 de cada 8 personas padece algún trastorno mental, y tras la pandemia, estos diagnósticos aumentaron en un 25%. En 2023, se reportaron 207 suicidios en Medellín, mientras que en el primer trimestre de 2024 se registraron 745 intentos de suicidio, evidenciando una tendencia alarmante que subraya la necesidad de atender con urgencia la salud mental de esta población (Concejo de Medellín, 2024). Además de esto, el modelo de “joven” en Medellín no responde a ese imaginario creado por la industria cultural estadounidense o europea, responde a un contexto de altos índices de desigualdad atravesado por un contexto de ciudad muy violento, y por ende, a muchos tipos de juventudes y sujetos (Blanco Arboleda, D et al., 2021)

Uno de los principales inconvenientes en muchos análisis sobre la salud mental juvenil es la falta de una perspectiva histórica y social que permita comprender la problemática en su complejidad. En Medellín, estas dificultades no pueden abordarse de manera aislada, ya que están profundamente ligadas a factores estructurales como la explotación sexual, el consumo de drogas y la precariedad social. Ignorar estas dimensiones implica dejar de lado las raíces del problema y limitar la efectividad de cualquier solución. A los problemas históricos que han marcado a Medellín, como la explotación sexual y el consumo de drogas, se suman nuevas dificultades que agravan la situación de los jóvenes, entre ellas, la creciente inaccesibilidad a la vivienda. El aumento en los precios de los inmuebles, los bajos salarios y la especulación inmobiliaria han

convertido el acceso a una vivienda digna en un privilegio, profundizando la precariedad y la sensación de incertidumbre sobre el futuro.

Esta crisis habitacional no es exclusiva de Medellín, sino que responde a una problemática global en la que el acceso a la vivienda se ha convertido en un desafío estructural. En la ciudad, la especulación inmobiliaria y la precarización laboral han limitado cada vez más las posibilidades de los jóvenes de acceder a una vivienda propia.

A estos problemas estructurales se suma otro desafío contemporáneo: la comunicación a través de las redes sociales. Si bien estas plataformas no son inherentemente negativas, su uso excesivo y desregulado puede convertirse en un espacio absorbente y alienante, intensificando los problemas de salud mental y contribuyendo a una sensación de aislamiento y ansiedad entre los jóvenes. Las redes sociales pueden intensificar los problemas de salud mental al ofrecer una versión distorsionada de la realidad. En estos espacios, las personas tienden a mostrar solo los aspectos positivos de sus vidas, omitiendo dificultades y momentos de vulnerabilidad. Esto genera una comparación constante con imágenes idealizadas de éxito, viajes y estabilidad económica, lo que puede alimentar sentimientos de insuficiencia, ansiedad y frustración en quienes no logran alcanzar esos estándares irreales.

Todo esto ha llevado a que muchos jóvenes experimenten una sensación persistente de "no futuro" o de futuros perdidos. La imposibilidad de acceder a una vivienda, la precarización laboral y la presión constante de las redes sociales han contribuido a un estado de incertidumbre y desorientación, donde el porvenir parece inalcanzable o carente de significado.

Por lo tanto, este trabajo tiene como objetivo explorar las diversas perspectivas de los jóvenes que habitan la ciudad de Medellín respecto a los problemas mencionados anteriormente. A través de su mirada, se busca comprender cómo experimentan y enfrentan estas dificultades, así como las estrategias que han desarrollado para sobrellevarlas en su vida cotidiana.

Se hace énfasis en investigaciones como la liderada por el profesor Darío Blanco Arboleda de Mundos de vida entre los jóvenes de Medellín, que se centra en lo que significa ser joven y habitar en Medellín. Se aborda las distintas formas en que los jóvenes se relacionan con el espacio físico y simbólico de Medellín, la manera en que habitan y perciben su entorno urbano y lo fundamental que son estas para entender sus identidades.

Los espacios públicos, la vida nocturna y las interacciones sociales juegan un papel crucial en la construcción de su identidad, por eso se retoma a Henri Lefebvre en *Le droit à la ville* (El

derecho a la ciudad). El filósofo retoma la idea de desconexión que sienten los habitantes respecto a su entorno urbano, especialmente en contextos de gentrificación y urbanización acelerada como está pasando actualmente en Medellín.

Se profundiza en el malestar presente en la juventud sobre por falsas promesas de un futuro que no existe o es difícil de imaginar, por medio de Mark Fisher en *Realismo capitalista*. ¿No hay alternativa? Se aborda la cultura del consumo y la competitividad; esta crea presiones adicionales sobre los jóvenes, quienes deben navegar un mercado laboral cada vez más exigente y volátil, La presión por destacarse puede llevar a altos niveles de estrés y ansiedad. Otro punto importante es la incertidumbre laboral. En el contexto neoliberal, los empleos se han vuelto más inestables y temporales, lo que contribuye a una creciente inseguridad laboral. Esta precariedad se traduce en contratos temporales, trabajo a tiempo parcial y la falta de beneficios laborales, lo que afecta directamente la calidad de vida de los trabajadores jóvenes.

Por medio de Judith Butler en *Cuerpos que importan: Sobre los límites materiales y discursivos del «sexo»* y en *Deshacer el género*, se hace un análisis del anhelo de reconocimiento que cada vez tiene más fuerza en la juventud y es perpetuado por estándares en redes sociales, este anhelo se relaciona con la búsqueda de validación externa, donde la cantidad de interacciones se convierte en una medida de su valía personal. Esta necesidad no es exclusiva de la era digital, pero las redes sociales han amplificado su alcance y visibilidad, intensificando la búsqueda de aceptación. Este comportamiento surge del deseo de aparentar felicidad y éxito, lo que puede llevar a los jóvenes a adoptar actitudes y hábitos que buscan proyectar una buena imagen ante los demás.

La presente investigación tiene como objeto de estudio los jóvenes y la ciudad, dos ejes que no se abordan en un capítulo específico, sino que atraviesan de manera transversal todos los temas. El trabajo inicia con un análisis sobre la salud mental, en el que se define el concepto, se examina la perspectiva de los entes gubernamentales y las estrategias implementadas para su abordaje, y, finalmente, se exploran los principales factores que desencadenan problemas de salud mental en la población joven.

El siguiente capítulo se centra en el papel de las redes sociales en la vida de los jóvenes. Se inicia con una explicación sobre qué es un meme y cómo estas plataformas funcionan como medios de comunicación entre ellos. Posteriormente, se analizan los casos de Geraldine Fernández, Catalina Gutiérrez Zuluaga y Johan Sebastián Castellanos para reflexionar sobre el anhelo de reconocimiento y la presión ejercida por el sistema sobre la juventud. Luego, se aborda el fenómeno

de las redes como un nuevo mercado y su papel en la generación de ingresos. También se examinan problemáticas como la difusión de información falsa y los discursos de odio, así como la alienación y el escapismo que pueden generar estos espacios. Finalmente, se explora la relación entre el uso de redes sociales y el impacto en la salud mental de los jóvenes.

En el próximo capítulo se presentan los hallazgos más relevantes de las entrevistas, destacando las percepciones de los jóvenes sobre la ciudad de Medellín, el impacto de las redes sociales, el uso del espacio urbano, la gentrificación y otros aspectos clave. A través de sus testimonios, se exploran sus experiencias, preocupaciones y reflexiones en torno a estos temas, permitiendo comprender cómo viven y enfrentan los cambios en su entorno.

El texto concluye con una discusión final en la que se contrastan y analizan los resultados de las entrevistas a la luz del marco teórico desarrollado a lo largo de la investigación. En este apartado, se reflexiona sobre las percepciones de los jóvenes en relación con los problemas abordados, permitiendo un diálogo entre la teoría y la realidad vivida. Esta discusión no solo busca evidenciar los puntos de convergencia y divergencia, sino también aportar nuevas perspectivas para futuras investigaciones sobre la juventud y su relación con la ciudad, las redes sociales y la salud mental.

1 Metodología

1.1 Tipo de Investigación

Esta investigación se desarrolló empleando un enfoque cualitativo, una herramienta esencial en el ámbito antropológico. Este enfoque permite formular problemas y preguntas y obtener información veraz sobre los temas investigados desde una inmersión en el contexto cultural estudiado. De este modo, se posibilita explorar la salud mental, la alienación urbana y las transformaciones sociales en Medellín desde múltiples enfoques, lo que contribuye a identificar las convergencias en los discursos de las personas entrevistadas, las narrativas identificadas y los casos profundizados.

La investigación se llevó a cabo con un total de 30 participantes: 28 jóvenes, con edades comprendidas entre los 18 y 30 años, y 2 psicólogas que acompañaron procesos como los escuchaderos o la línea amiga de la alcaldía de Medellín.

El método principal de investigación fue la entrevista semiestructurada, una herramienta clave que combina un esquema básico de preguntas con la flexibilidad necesaria para explorar aspectos específicos que surgen a medida que la conversación avanza. De este modo, facilita plantear la misma pregunta en distintas formas y en diferentes momentos, lo cual resulta fundamental para contrastar las respuestas y lograr mayor claridad en ellas.

Inicialmente, se optó por realizar las entrevistas de manera presencial; sin embargo, debido a dificultades para coordinar horarios durante el periodo de entrevistas (octubre – diciembre de 2023), se recurrió en varias ocasiones a entrevistas mediante plataformas de videollamada. Los participantes se dividieron en dos grupos según la población. El primero estuvo compuesto por jóvenes, definidos por un rango de edad de 18 a 30 años. Aparte de esta categoría, no se incluyó ninguna otra dentro del grupo de jóvenes. El objetivo principal fue investigar la percepción de los jóvenes de la ciudad de Medellín sobre temas como salud mental, oportunidades laborales, acceso a la vivienda, drogas y su visión sobre el Estado. El segundo grupo estuvo formado por psicólogos que trabajaban con la alcaldía, con el fin de conocer su perspectiva sobre los jóvenes y los entes gubernamentales involucrados en estos procesos. Además del requisito de contar con un título en psicología, no se incluyó ninguna otra categoría para este grupo.

El trabajo de campo se complementó con la revisión de dos casos surgidos en la red social X (anteriormente conocida como *Twitter*). Se recopilaron tweets y memes relacionados con el caso de Geraldine Fernández, y se llevó a cabo la recolección de tweets sobre los casos de la internista Catalina Gutiérrez Zuluaga y el estudiante de medicina Johan Sebastián Castellanos.

Se eligió esta plataforma debido a que, a diferencia de *Instagram* o *TikTok*, tiene una política de censura menos estricta. Inicialmente, se consideró recopilar información de *Instagram* y *TikTok*, pero en varias ocasiones, al revisar el material, se descubrió que había sido eliminado por infringir ciertas normas de seguridad, como el uso de lenguaje inapropiado o porque la red social lo identificaba como spam.

1.2 Enfoque

Dado que la antropología se basa en la observación directa y la participación en el contexto social de los sujetos de estudio, se empleó un enfoque etnográfico. Este permitió observar de cerca cómo los jóvenes interactúan en su entorno físico y digital, cómo construyen su identidad en línea y cómo las plataformas sociales influyen en sus dinámicas sociales cotidianas.

Según Rosana Guber (2001), el enfoque etnográfico es una concepción y práctica de conocimiento que busca comprender los fenómenos sociales desde la perspectiva de los propios actores, es decir, desde el punto de vista de los "nativos". Este enfoque implica una inmersión profunda en el contexto social que se estudia, con el objetivo de captar la complejidad y la riqueza de las prácticas, creencias y valores de los grupos humanos en su entorno natural.

Al diseñar sus preguntas, el investigador configura el contexto en el cual las respuestas de los participantes serán comprendidas y valoradas. Este contexto, que conecta las ideas de los informantes con los objetivos del estudio y la perspectiva del investigador, se manifiesta en la selección de los temas a abordar y en la manera en que se plantean las preguntas.

El desarrollo del trabajo etnográfico con enfoque en el análisis fenomenológico para analizar las entrevistas y un enfoque de análisis del discurso para analizar el contenido de X permite no solo realizar una aproximación precisa de las vivencias de cada individuo, sino, contrastarlo con el contenido de X e identificar cómo construyen narrativas sobre reconocimiento, deshumanización y alienación.

1.3 Estrategia

Dado que los jóvenes están profundamente inmersos en el mundo de las redes sociales, se intentó inicialmente generar contacto a través de estas plataformas. Sin embargo, la estrategia no resultó eficaz, debido a la falta de claridad en la comunicación del objetivo del estudio, que en un principio se enfocaba completamente en el tema del suicidio. Ante esto, se optó por una estrategia de acercamiento basada en el "voz a voz" y el efecto "bola de nieve". Se comenzó a preguntar entre personas cercanas si conocían a jóvenes de entre 18 y 30 años dispuestos a participar en una breve entrevista. Este método fue clave para acceder de manera directa a los jóvenes, quienes, al explicarles las intenciones del trabajo, mostraron interés en el tema y en compartir sus experiencias, lo que permitió generar un espacio para desmitificar y arrojar luz sobre sus percepciones e interacciones tanto con el mundo físico como con el digital.

Inicialmente, intenté acercarme a los psicólogos a través de las redes sociales, contactando las páginas de Facebook e Instagram de la Alcaldía de Medellín y la Secretaría de la Juventud. Sin embargo, no fue posible agendar una entrevista, posteriormente, me dirigí al escuchadero de la Casa de la Cultura del Ávila, ubicada en la comuna 9 de la ciudad, pero me informaron que sin cita previa no podían atenderme. Solicité una cita, pero el psicólogo no accedió a ser entrevistado, argumentando que el espacio no estaba destinado para ello. Luego de este intento, un joven entrevistado me puso en contacto con una psicóloga que había trabajado en la Junta de Acción Comunal de la comuna 9, quien, a su vez, me conectó con otra psicóloga que había trabajado en la línea amiga de la Alcaldía de Medellín, les expliqué las intenciones del trabajo y ambas aceptaron ser entrevistadas. Este espacio de diálogo me permitió contrastar las vivencias y experiencias de los jóvenes con el discurso institucional.

Se utilizaron como estrategias principales para la recolección de información las entrevistas presenciales y virtuales, principalmente mediante grabación de audio. Antes de cada entrevista, se informó a los participantes sobre el uso del dispositivo, destacando su importancia para poder regresar a la conversación y revisar con mayor detenimiento los temas clave. Esta metodología facilitó un análisis exhaustivo del discurso y de los relatos de vida, permitiendo una comprensión detallada de los momentos y experiencias significativas de los jóvenes.

1.4 Técnicas aplicadas

En el marco de la investigación cualitativa, es fundamental implementar técnicas que faciliten la interacción directa con los interlocutores, permitiendo obtener información y comprender su percepción a partir de dicha interacción. Por esta razón, en el presente trabajo investigativo se ha utilizado como técnica principal la entrevista, optando específicamente por la modalidad semiestructurada. Esta herramienta ha sido seleccionada por su capacidad para recopilar información relevante y flexible, adaptándose a las particularidades de cada participante, lo que contribuye al cumplimiento de los objetivos de la investigación.

Según Rosana Guber (2001), la entrevista semiestructurada se caracteriza por ser una técnica que combina elementos de estructura con flexibilidad en la interacción. En este tipo de entrevista, el investigador utiliza un guion o un conjunto de preguntas predefinidas, pero también permite que el diálogo fluya libremente para capturar información adicional que pueda surgir durante la conversación.

Guber (2001) destaca la importancia de la "atención flotante" en este tipo de entrevistas, lo que significa no privilegiar de antemano ningún punto del discurso del entrevistado. Esto permite que el investigador siga la estela del pensamiento del entrevistado, generando un clima de confianza que facilita la obtención de relatos detallados y significativos sobre su realidad social.

La entrevista semiestructurada es una herramienta valiosa en la etnografía porque permite al investigador explorar temas en profundidad mientras mantiene un enfoque flexible que se adapta a la dinámica de la conversación. Este enfoque es particularmente útil para comprender las perspectivas y experiencias subjetivas de los participantes de manera rica y contextualizada.

Se complementa la entrevista con una permanente observación participante, que permite corroborar la información que se obtuvo por medio de entrevistas. Guber (2001) define la observación participante como una técnica de investigación cualitativa que implica dos actividades principales: observar y participar. Esta técnica permite al investigador familiarizarse estrechamente con un grupo de individuos y sus prácticas culturales a través de una participación en su entorno social.

Guber (2001) destaca que la observación participante pone énfasis en la experiencia vivida por el investigador, quien busca "estar adentro" de la sociedad estudiada. Esto implica aprender a

realizar actividades y comportarse como los miembros del grupo, lo que facilita el acceso a información valiosa y permite una comprensión más profunda de los procesos socioculturales.

Toda la información proporcionada por los jóvenes y psicólogos se complementa con el análisis del discurso aplicado a los datos recopilados en la red social X. Según Van Dijk (2001), el análisis del discurso es una perspectiva teórica y metodológica que estudia la conversación y el texto en contexto, considerando el discurso como una práctica social que se produce y recibe en condiciones sociales específicas, destaca que el análisis del discurso puede abarcar diferentes enfoques, desde el análisis de textos escritos hasta el estudio de conversaciones, y puede ser teórico, descriptivo, aplicado o crítico.

En el contexto de la investigación cualitativa, el análisis del discurso se centra en comprender cómo el lenguaje se utiliza para construir significados, realizar acciones sociales y producir efectos en diversos entornos. Van Dijk (2001) enfatiza la importancia del contexto en la producción y comprensión del discurso, destacando que los usuarios del lenguaje son actores sociales con capacidad estratégica para producir y comprender discursos situados.

1.5 Aspectos éticos

Durante muchos años, la salud mental no fue considerada un tema prioritario; sin embargo, recientemente ha ganado relevancia en diversos ámbitos. Inicialmente, las personas que decidieron participar en la investigación mostraron cierto recelo respecto al tema del suicidio. Tras realizar ajustes en el enfoque, estas reservas desaparecieron y no se presentaron obstáculos para su participación. Se les informó que el documento no incluiría nombres propios ni pseudónimos, limitándose a señalar si la información provenía de un joven o de una profesional en psicología. Se recomendó generar como evidencia de confidencialidad un documento escrito, el cual descartaron porque lo consideraron innecesario.

2 Salud mental de los jóvenes en Medellín

2.1 ¿Qué es la salud mental?

La salud mental se define como un estado dinámico de bienestar que permite a los individuos utilizar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para adaptarse a la vida cotidiana y contribuir a su comunidad (Romero-Acosta, 2019; Cuellar Rivas, L. X. 2019). Va más allá de la ausencia de trastornos mentales, abarcando la capacidad de hacer frente a los estresores normales y trabajar productivamente (Romero-Acosta, 2019).

Según Begoña Olabarría, especialista en Psicología Clínica y Psicoterapeuta Sistémica, la salud mental tiene que hacer hincapié en el bienestar físico, mental y social completo, destacando la inseparabilidad de la salud mental de los aspectos físicos y sociales; concretamente, no se puede desligar el concepto de los factores culturales y económicos (1983). Lina Ximena Cuellar (2019) concluye algo afín a Olabarría, al mencionar ciertos factores que influyen en la salud mental, entre estos características individuales, sociales, culturales, económicas, políticas y ambientales. Además de esto, aboga por una atención que respete la identidad y las particularidades de cada individuo.

El concepto de salud mental ha sufrido grandes cambios a través de la historia. Inicialmente se enfocaba en la ausencia de la enfermedad mental. Carrazana (2003) critica esta visión, porque la psiquiatría ha intentado homogeneizar salud y enfermedad mentales, lo que ha llevado a una visión reduccionista que prioriza el diagnóstico y tratamiento de síntomas sobre el fomento del bienestar integral. Propone cambiar a un enfoque más holístico que valora la calidad de vida y el potencial humano. Este cambio de perspectiva tiene como objetivo promover la salud mental en sí misma, en lugar de limitarse a prevenir las enfermedades mentales.

Esta transformación en la comprensión de la salud mental no solo implica un cambio teórico, sino también un desafío en la manera en que la sociedad percibe y trata a quienes enfrentan dificultades psicológicas. Sin embargo, a pesar de los avances en el discurso, persisten estigmas que limitan el acceso a una atención digna y refuerzan prejuicios sobre quienes viven con trastornos mentales.

2.2 Estigmas sobre la salud mental

Los estigmas sobre la salud mental hacen referencia a una serie de prácticas discriminatorias que enfrentan las personas con trastornos o condiciones mentales. Pueden venir de familiares, amigos y compañeros de trabajo; a su vez pueden convertirse en una barrera que dificulta la calidad de vida de las personas afectadas. Estos estigmas surgen de representaciones simplificadas o reduccionistas de ciertos tipos de comportamientos, su origen puede estar en series, películas o creencias populares (Delgado, 2021).

El estigma hacia la salud mental en Colombia presenta una barrera significativa para acceder a los servicios de salud mental. El gasto en salud mental en el país es muy limitado, por lo que muchas personas no tienen los recursos para costear tratamientos y/o medicamentos. Asimismo, la distribución de los servicios de salud se concentra principalmente en áreas urbanas, lo que también dificulta el acceso para quienes viven en zonas rurales o apartadas (Campo Arias et al., 2014). Existe un fuerte estigma asociado a las enfermedades mentales, lo que lleva a muchas personas a evitar buscar ayuda. Este es alimentado por la falta de educación y sensibilización sobre la salud mental, y se caracteriza por factores sociales y estéticos, lo que lleva a la negativa de atención médica, vergüenza y etiquetado (Acosta et al., 2021; Campo Arias et al., 2014).

El conflicto armado del contexto nacional también ha dejado profundas huellas en la salud mental de la población civil, incluyendo trastornos como el estrés postraumático, ansiedad y depresión. Las víctimas no solo sufren por la violencia directa, sino también por el impacto indirecto que el conflicto tiene en su vida cotidiana y su bienestar emocional. Las víctimas del conflicto armado interno de Colombia, particularmente, enfrentan un fuerte estigma debido al desplazamiento. Este estigma se ve exacerbado por la percepción social sobre la responsabilidad de su situación, lo cual agrava su sufrimiento emocional y limita su búsqueda de ayuda (Campo-Arias & Herazo, 2014).

A pesar de algunos avances legislativos, el acceso a servicios de salud mental de calidad sigue siendo un desafío en Colombia. La atención es a menudo insuficiente, y muchas veces se centra en el tratamiento farmacológico en lugar de un enfoque integral que incluya apoyo psicológico y psicosocial. Esta situación se agrava por el estigma social que enfrentan, lo que dificulta su acceso a servicios de salud mental y su reintegración social.

Mariana Pinto (2020) en su investigación sobre la estigmatización hacia las enfermedades mentales, destaca cómo este fenómeno se convierte en una barrera crítica para el acceso a servicios de salud mental, especialmente en un país donde el conflicto ha exacerbado problemas psicológicos y sociales. Ella realizó una caracterización sobre la estigmatización de la salud mental en la ciudad de Bogotá, y los resultados evidenciaron que el estigma es más prevalente entre hombres mayores de 60 años y aquellos en ocupaciones como obreros y servicio doméstico. La mayoría de los encuestados mostraron actitudes autoritarias y menos benevolentes hacia las personas con enfermedades mentales, lo que se traduce en conductas de rechazo social.

La implementación de servicios integrados de salud mental en entornos de atención primaria puede ayudar a reducir el estigma y mejorar el acceso al tratamiento (Acosta et al., 2021). Para abordar este problema, se necesitan programas estructurados de concienciación y educación que promuevan la comprensión de los trastornos mentales y apoyen la rehabilitación basada en la comunidad, implementar programas que lleven atención de salud mental a comunidades rurales y apartadas (Campo Arias et al., 2014). Es crucial implementar políticas que reconozcan y aborden las necesidades específicas de salud mental de las víctimas del conflicto armado, garantizando que los servicios sean accesibles y de calidad, fomentar la investigación sobre el impacto del conflicto en la salud mental y evaluar continuamente la efectividad de las intervenciones implementadas. Además, un proceso de desarrollo social inclusivo es crucial para reducir los múltiples estigmas y garantizar la salud mental de las víctimas desplazadas del conflicto armado (Campo-Arias & Herazo, 2014).

En este contexto, es fundamental que las políticas públicas en salud mental no solo se centren en la atención individual, sino que también consideren factores sociales, económicos y culturales que influyen en el bienestar de la población. En Medellín, la Secretaría de Salud ha adoptado un enfoque que busca integrar estos aspectos, reconociendo que la salud mental es un elemento clave en la calidad de vida y en la construcción de una sociedad más equitativa.

2.3 Visión institucional

La Secretaría de Salud de Medellín define la salud mental como un estado de bienestar que afecta cómo las personas se relacionan con su entorno y enfrentan las demandas diarias. Este enfoque incluye no solo el bienestar emocional, sino también aspectos sociales, culturales y

económicos que influyen en la calidad de vida de los ciudadanos. La política pública de salud mental en Medellín se actualiza periódicamente para adaptarse a las necesidades de la población, con un enfoque en la atención comunitaria y el trabajo interdisciplinario (Secretaría de Salud. s.f.).¹

La alcaldía de Medellín tiene varios programas para el acompañamiento de la salud mental como la línea amiga y el «código dorado», que consiste en:

un servicio de atención a la comunidad a través de distintos medios de comunicación como la línea telefónica, el chat, el correo electrónico; donde se escucha y orienta en temas relacionados con salud mental, adicciones, prevención del suicidio, salud familiar y salud sexual y reproductiva; también se brinda información específica de los programas y proyectos de la secretaría de la salud, sus campañas y también como beneficiarse de ellos. (Secretaría de Salud, s.f, párrafo 1)

Además de la línea amiga, la alcaldía, desde el año 2020, habilitó ciertos espacios en diversos puntos de la ciudad donde brindan asesoría y acompañamiento gratuito por el creciente aumento de intentos de suicidio (Secretaría de Salud. s.f.). No obstante, estos esfuerzos institucionales resultan insuficientes frente a los múltiples desafíos que enfrenta la juventud en Medellín. Las condiciones estructurales de la ciudad, marcadas por la violencia, la precarización laboral y las desigualdades en el acceso a la educación, siguen configurando un panorama adverso para los jóvenes.

2.4 Retos actuales de los jóvenes en Medellín

El reciente libro coordinado por Darío Blanco (2021) expone muchos de los problemas de los jóvenes en Medellín, muchos de ellos asociados al tema de esta investigación. Los jóvenes navegan por complejas construcciones identitarias, propuestas culturales y espacios sociales, a menudo enfrentados con estereotipos y estigmas. La violencia, tanto directa como indirecta, sigue siendo un problema significativo. Los jóvenes son a menudo víctimas de la violencia urbana y del conflicto armado, lo que impacta su seguridad y salud mental. El desempleo es un reto crítico.

¹ Para más información sobre la línea amiga, visitar el siguiente enlace <https://goo.su/WW9p4>

Muchos jóvenes enfrentan dificultades para acceder a trabajos bien remunerados, lo que alimenta la frustración y puede llevar su involucramiento en actividades delictivas. Aunque el acceso a la educación ha mejorado, la calidad de esta sigue siendo un problema, muchos jóvenes no reciben la formación necesaria para competir en el mercado laboral.

La investigación de Piedad Escobar Arango *Relaciones familiares actuales y aspiraciones frente a la construcción de familia en los jóvenes de Medellín* (2020) destaca varios desafíos que enfrentan los jóvenes en Medellín, como lo son las relaciones familiares, que juegan un papel crucial en la vida de los jóvenes; señala que la calidad de la comunicación y la relación con los padres influye en su desarrollo emocional y en la capacidad de los jóvenes para tomar decisiones sobre su vida, en algunos casos, la imposición de opiniones por parte de los padres genera conflictos y distancia, lo que puede afectar negativamente la autoestima y la autonomía de los jóvenes.

Los jóvenes de Medellín experimentan una situación de moratoria social (Estrada Arango, P. 2020), un período en el que están en proceso de definir su identidad y sus aspiraciones. La autora destaca que muchos jóvenes sienten una presión por cumplir con expectativas sociales y familiares, lo que puede generar ansiedad y confusión sobre su futuro. Los retos son complejos y multifacéticos, en su mayoría relacionados con las relaciones familiares, la estigmatización de la salud mental, la desigualdad social, la falta de oportunidades laborales y la violencia. Abordar estos desafíos requiere un enfoque integral que involucre a la comunidad, el gobierno y diversas organizaciones para crear un entorno más propicio para el desarrollo de los jóvenes.

Se identificaron diversas áreas clave que afectan la calidad de vida de los jóvenes. Las principales son la estigmatización y los estereotipos: los jóvenes son marcados por estereotipos que intervienen en su vida sin reconocer sus experiencias y contextos particulares. Categorías como "generación X", "presentismo juvenil", "cultura de la violencia", "generación light" y "generación de cristal" posicionan imágenes de juventud que no logran captar la diversidad de manifestaciones juveniles. Se logra identificar la escasez de espacios recreativos y culturales que limitan las oportunidades y evita que los jóvenes se desarrollen y participen en actividades constructivas, contribuyendo a la desmotivación. Los principales afectados son los estratos económicos más bajos; esto genera frustración y desmotivación. (Blanco Arboleda, D et al., 2021; Garcés Montoya, Á et al., 2007).

La pandemia de COVID-19 exacerbó los desafíos para la juventud de Medellín, lo que llevó al desempleo, al abandono escolar y al estrés psicosocial. Sin embargo, los jóvenes demostraron

formas de resistencia tanto pasivas como activas. A pesar del aislamiento, muchos encontraron diversas formas de adaptarse a la nueva realidad, utilizando herramientas digitales para mantener el contacto social y continuar con sus estudios, incluyendo alternativas creativas para hacer frente a estas dificultades. Otro campo de acción importante fue el uso de redes sociales; las plataformas digitales se convirtieron en espacios clave para la participación política y social de los jóvenes, a través de ellas, pudieron organizarse, compartir información y expresar sus preocupaciones sobre la situación actual (López García, M., & Manco Quintero, S. 2023). Estos estudios enfatizan colectivamente la naturaleza multifacética de los desafíos que enfrentan los jóvenes de Medellín y sus diversas respuestas a estos temas. Este panorama de participación digital y movilización juvenil revela la capacidad de los jóvenes para articularse en torno a diversas problemáticas sociales. Sin embargo, más allá de la organización y el activismo en redes, existen otros desafíos que impactan directamente su bienestar. Uno de ellos es el consumo de sustancias psicoactivas, una problemática que ha ido en aumento en los últimos años y que responde a múltiples factores emocionales, sociales y económicos.

2.5 Drogas recreativas

El consumo de drogas entre los jóvenes en Medellín en 2020 estuvo marcado por un contexto complejo que combina factores emocionales, sociales y económicos. La pandemia exacerbó ciertas tendencias, pero también permitió una mayor visibilidad sobre los hábitos de consumo y sus implicaciones para la salud pública. Uno de los principales retos de la juventud en Medellín es el alto consumo de sustancias psicoactivas, entre 2009 a 2015 se presentó un gran aumento del consumo de Sustancias Psicoactivas (SPA) ilícitas en la población universitaria (Colombia. Ministerio de Justicia y del Derecho, 2023).

Si bien el consumo disminuyó durante el confinamiento COVID-19 en 2020, se observó un cambio principalmente en los lugares de consumo; como es fácil de intuir, el hogar se convirtió en lugar habitual de consumo siendo el uso recreativo una motivación común. Muchos jóvenes presentan una baja percepción de los riesgos asociados al consumo de drogas, lo que contribuye a una mayor tasa de uso. Esto se ve exacerbado por la normalización del consumo en ciertos contextos sociales (Gómez Velásquez et al., 2022).

Para el filósofo Mark Fisher (2016), el uso de drogas por parte de los jóvenes puede estar relacionado con un estado en el que las personas buscan constantemente placeres inmediatos para escapar de la monotonía y la desesperanza generadas por el capitalismo; a menudo recurren a sustancias psicoactivas como una forma de lidiar con el estrés, la ansiedad y la falta de perspectivas en un entorno social que les resulta opresivo. Él llamó a esta circunstancia como "hedonia depresiva". Para Fisher, el estigma asociado al consumo de drogas y los problemas de salud mental dificultan que los jóvenes busquen ayuda. Esto crea un círculo vicioso donde el malestar emocional y la falta de apoyo contribuyen al uso de sustancias, mientras que el estigma impide que accedan a los servicios necesarios. Esta lógica de escape a través del consumo de sustancias no es un fenómeno aislado, sino que se enmarca en una estructura más amplia de desesperanza y resignación. En este sentido, Fisher (2016) profundiza en la idea del "realismo capitalista", una perspectiva que refuerza la sensación de que no existen alternativas al sistema actual, lo que perpetúa la precarización laboral y la inestabilidad como condiciones inescapables.

2.6 Incertidumbre laboral

Fisher (2016) define el "realismo capitalista" como la creencia de que el capitalismo es el único sistema viable, lo que genera una resignación generalizada ante la falta de alternativas. Esta doctrina se manifiesta en la percepción de que no hay opción más allá del modelo capitalista o "es más fácil imaginar el fin del mundo que el final de capitalismo" (p. 13). lo que alimenta un sentido de impotencia en los trabajadores frente a la precarización laboral y la inestabilidad.

El capitalismo ha transformado las relaciones laborales en una competencia constante por el reconocimiento y el éxito. Esta tendencia sobre el consumo y la competitividad crea presiones adicionales sobre los jóvenes, quienes deben navegar un mercado laboral cada vez más exigente y volátil, la presión por destacarse puede llevar a altos niveles de estrés y ansiedad. La incertidumbre laboral y la precariedad están estrechamente relacionadas con un aumento en los problemas de salud mental. Fisher (2016) señala que el sistema capitalista tiende a individualizar estos problemas, la famosa dictadura del yo, mediante la que se pretende desviar todas las críticas al sistema presentándolos como fallas personales en lugar de reconocerlos como consecuencias estructurales del mismo.

Las tasas de desempleo en jóvenes en Medellín son muy altas, en el año 2022 era del 18,8%, 8 puntos más alta que la tasa de desempleo general de la ciudad de ese año, la tasa de empleos informales en los jóvenes 38,3% en el mismo año, y la mayoría de los jóvenes que encuentran trabajo lo hacen por contactos con familiares, amigos o colegas (Proantioquia 2024; Medellín Cómo Vamos 2023). Si bien para el 2023 el porcentaje de desempleo en jóvenes bajó a 15,9%, sigue siendo preocupante, hay un gran aire de incertidumbre con respecto a las oportunidades laborales (Secretaría de desarrollo económico 2023).

La pandemia de COVID-19 exacerbó la crisis laboral para los jóvenes, aunque se han recuperado algunos empleos desde entonces, muchos jóvenes han quedado fuera del mercado laboral o se han visto obligados a aceptar trabajos precarios. En 2022, había 335.560 jóvenes que no estaban ni trabajando ni buscando empleo (los llamados «ni estudio ni trabajo», "ninis"), lo que equivale al 18,9% de los jóvenes en edad laboral (Medellín Cómo Vamos 2023).

La relación entre el nivel educativo y las tasas de desempleo es clara: a mayor nivel educativo, menor es la tasa de desempleo juvenil. Sin embargo, muchos jóvenes no están accediendo a la educación adecuada que les permita mejorar sus oportunidades laborales, la falta de formación técnica y profesional adecuada limita su capacidad para competir en un mercado laboral cada vez más exigente (Medellín Cómo Vamos 2023).

Una alternativa de empleo por el que optan los jóvenes en Medellín es el modelaje *webcam*², ha emergido como una industria significativa, especialmente en el contexto de la economía digital y las nuevas tecnologías. La industria generó ingresos de aproximadamente 600 millones de dólares en 2022, este crecimiento ha sido impulsado por la pandemia, que llevó a muchas personas a buscar fuentes alternativas de ingresos (Gómez, V. 2023). La mayoría de los modelos webcam son mujeres jóvenes, con un porcentaje significativo que proviene de estratos socioeconómicos bajos y medios. Muchas de ellas optan por esta actividad como una forma rápida de generar ingresos, a menudo debido a la falta de oportunidades laborales convencionales. Las modelos webcam a menudo enfrentan un fuerte estigma social, Muchas optan por mantener su trabajo en secreto debido al miedo al juicio y la discriminación, lo que puede llevar a conflictos interpersonales y problemas familiares. Un estudio sobre el perfil cognitivo de las modelos webcam reveló que muchas experimentan altos niveles de pensamientos automáticos negativos y problemas emocionales como ansiedad y depresión. Esto se debe a la presión constante del trabajo y a las expectativas sociales.

² Es un actor o actriz que transmite vídeo en tiempo real por internet utilizando una cámara web.

La mayoría de los modelos trabajan en condiciones informales, lo que significa que carecen de beneficios laborales como seguridad social y protección legal. Esto las hace vulnerables a abusos y explotación. (Manrique et al, 2024)

Mark Fisher nos proporciona un marco crítico que nos ayuda a identificar cómo la incertidumbre laboral está relacionada con las dinámicas del realismo capitalista. La precarización del trabajo, junto con la cultura del consumismo y la falta de alternativas viables, crea un entorno donde los jóvenes se sienten atrapados en un ciclo de inseguridad e impotencia.

La incertidumbre laboral y la precarización no solo afectan la estabilidad económica de los jóvenes, sino que también configuran su percepción del futuro y su relación con el sistema en el que viven. La falta de oportunidades laborales seguras y bien remuneradas refuerza la sensación de impotencia descrita por Fisher, donde el capitalismo se presenta como un horizonte inamovible. Este mismo fenómeno se replica en el acceso a la vivienda, donde las crisis inmobiliarias no se entienden como fallas del sistema, sino como una consecuencia natural de su funcionamiento. Así, el realismo capitalista no solo limita la posibilidad de imaginar alternativas económicas, sino que también perpetúa dinámicas de exclusión y especulación que afectan directamente la vida cotidiana de los jóvenes.

2.7 Crisis inmobiliaria y espacio

Mark Fisher nos habla de cómo el sistema moldea la percepción de la realidad y las posibilidades de cambio social. Esto se traduce en una aceptación pasiva de las crisis económicas, incluidas las crisis inmobiliarias como algo inevitable; no son fallos dentro del sistema, son consecuencias directas de cómo este se organiza. Esto se manifiesta en el ámbito inmobiliario, donde la especulación y el aumento de precios de la vivienda se convierten en algo normalizado. La crisis financiera de 2008 es un ejemplo clave que ilustra cómo los rescates a bancos y entidades financieras fueron considerados inevitables, mientras que el sufrimiento de los propietarios e inquilinos fue ignorado (Fisher, 2016).

Henry Lefebvre, en *El derecho a la ciudad* (1968), argumenta que todos los ciudadanos tienen derecho a participar en la producción y el uso del espacio urbano, este derecho implica no solo el acceso a la ciudad, sino también la capacidad de influir en su desarrollo y transformación. Las crisis inmobiliarias a menudo se manifiestan como una violación de este derecho, ya que las

políticas urbanas tienden a favorecer intereses económicos sobre las necesidades de los residentes locales. La especulación inmobiliaria que se intensifica durante las crisis económicas es un fenómeno que Lefebvre habría criticado por su impacto en las comunidades locales. Cuando el capital fluye hacia el sector inmobiliario en busca de rentabilidad, esto puede resultar en el desplazamiento de comunidades vulnerables y en una pérdida del carácter social de los barrios; se puede ver en el caso de la calle Ayacucho, donde el capital inmobiliario-financiero y el Estado colonizaron y reestratificaron el lugar, negándoles el derecho a la ciudad a los habitantes que demandan una solución al déficit de vivienda exacerbando el déficit de vivienda existente y empujando a las poblaciones vulnerables a la periferia. Lo ideal sería de una forma de urbanismo que priorizara la calidad de vida y la cohesión social (Lefebvre, H 1968; Londoño, C. A., & Carmona, L. S. 2023).

En un contexto donde la precarización laboral y la crisis de vivienda limitan las posibilidades de estabilidad para los jóvenes, las redes sociales han adquirido un papel central en la forma en que se construyen las identidades, se generan comunidades y se articulan las resistencias. Más que simples plataformas de entretenimiento, estos espacios digitales funcionan como escenarios donde los jóvenes expresan sus frustraciones, buscan reconocimiento y, en muchos casos, encuentran mecanismos de escape frente a una realidad que perciben como asfixiante. Sin embargo, estas mismas redes también reproducen dinámicas de exclusión, competencia y ansiedad, lo que abre un debate sobre su impacto en la salud mental y la percepción del éxito en la sociedad contemporánea.

3 Redes Sociales: Entre la Conexión y la Alienación

3.1 ¿Qué es un meme?

El concepto de meme en internet ha evolucionado desde sus orígenes biológicos hasta convertirse en una forma significativa de comunicación digital. Los memes se definen como conjuntos de signos utilizados para la expresión en foros online y redes sociales y sirven como medio de autoafirmación colectiva y comunicación cultural (Pérez Salazar et al., 2014).

El término fue acuñado por el biólogo Richard Dawkins en su libro *El gen egoísta* (1976) para describir cómo las ideas se propagan y evolucionan en la cultura, similar a la forma en que los genes se transmiten en la biología. Según Dawkins, un meme es una unidad cultural que se transmite de persona a persona, y puede incluir ideas, comportamientos o estilos.

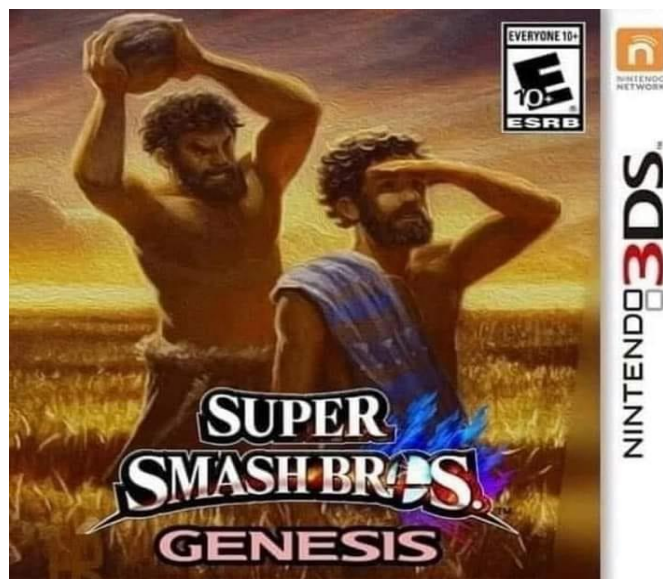
Una de las críticas más destacadas del concepto de meme de Dawkins es que tiende a ser reduccionista, al tratar la cultura y las ideas como si fueran entidades biológicas que se replican de manera similar a los genes. Críticos como Steven Rose, Richard Lewontin y Leon J. Kamin, en *No está en los genes* (1984; Crítica, 2009), argumentan que esta visión simplifica la complejidad de la transmisión cultural al ignorar el contexto social y las relaciones interpersonales que influyen en cómo se difunden las ideas.

Actualmente, el término ha cambiado de significado, y un meme en internet hace referencia a un contenido multimedia (como imágenes, videos o textos) que se difunde principalmente a través de este medio virtual. Estos contenidos suelen tener un carácter humorístico o satírico y son editables, permitiendo a los usuarios insertar sus propios textos o adaptaciones (Guerra & Botta, 2018).

Los memes de internet se caracterizan por su capacidad para manifestar opiniones o comentarios sobre acontecimientos actuales de una manera alegre, humorística, irónica o sarcástica. Su eficacia se basa en hacer referencia al evento original que inspiró su creación, manteniendo la fidelidad tanto en los elementos visuales como verbales. Como género de discurso digital nativo, los memes se han vuelto cada vez más prevalentes en las comunicaciones online, lo que refleja su importancia en la cultura digital contemporánea (Guerra & Botta, 2018).

Figura 1*Ejemplo de meme*

Nota. Fuente <https://n9.cl/xj7lj> (Instagram, 2023).

Figura 2*Ejemplo de meme*

Nota. Fuente <https://n9.cl/hu7kt> (Reddit, 2016).

La **Figura 1** fue obtenida de la red social *Instagram*, y el autor de la publicación es El Doctor Otaku (2023). En el meme se observan dos personajes de la serie de animación japonesa *Yu-Gi-Oh!* acompañados por un texto inicial que indica: “Se cayó la 4ta pared”. A la izquierda,

aparece un personaje identificado como “el escritor”, sosteniendo un libro, junto con un texto que dice: “Ah sí, me mamá”. A la derecha, vemos a otro personaje, identificado como “el albañil”, conectado a un respirador artificial y sondas médicas, sugiriendo que está herido. Este meme es un ejemplo de humor absurdo, característico de muchos memes de internet, y juega con el sentido literal y figurado de la expresión “romper la cuarta pared”. Este recurso narrativo, como explica Del Río Castañeda (2019), se refiere a cuando un personaje en una obra de ficción toma conciencia de su situación ficticia y deja de interpretar su papel dentro de la historia.

La **Figura 2** fue obtenida de la red social *Reddit*, y el autor de la publicación es Fett (2016). En esta imagen se observan dos hombres adultos en un campo, momentos previos a un intento de asesinato. La escena hace alusión al pasaje del libro del Génesis en la Biblia, donde se narra la historia de los hermanos Caín y Abel y el asesinato de este último a manos del primero. Además, el meme incluye el título de la famosa saga de videojuegos *Super Smash Bros*, desarrollada por la empresa japonesa Nintendo, conocida por la creación y distribución de consolas y videojuegos. Este meme combina el relato bíblico con una referencia a la saga de videojuegos de peleas, que, en el consenso general del público, suele generar discusiones amistosas y rivalidades entre hermanos o amigos, ofreciendo un ejemplo de sátira religiosa.

El uso del humor y la sátira en redes sociales, como en el caso del meme mencionado, demuestra cómo los jóvenes reinterpretan narrativas tradicionales y las adaptan a un lenguaje digital que favorece la interacción y la viralidad. Este tipo de comunicación no solo es una forma de entretenimiento, sino también un medio a través del cual los jóvenes expresan sus opiniones, construyen identidades y generan comunidades en el espacio digital. En este contexto, las redes sociales juegan un papel fundamental en la vida de los jóvenes en Medellín, facilitando nuevas formas de expresión y socialización que moldean sus experiencias cotidianas.

3.2 ¿Cómo se comunican los jóvenes en redes sociales de la ciudad de Medellín?

Los jóvenes de Medellín se comunican en redes sociales de diversas maneras, aprovechan las plataformas digitales para interactuar, compartir información y expresar sus opiniones. Los jóvenes en Medellín utilizan principalmente plataformas como *Facebook*, *Instagram*, *WhatsApp* y *TikTok*. Según datos recientes, aproximadamente el 90% de los jóvenes colombianos de entre 18 y 24 años son usuarios activos de redes sociales, lo que refleja la importancia de estas plataformas

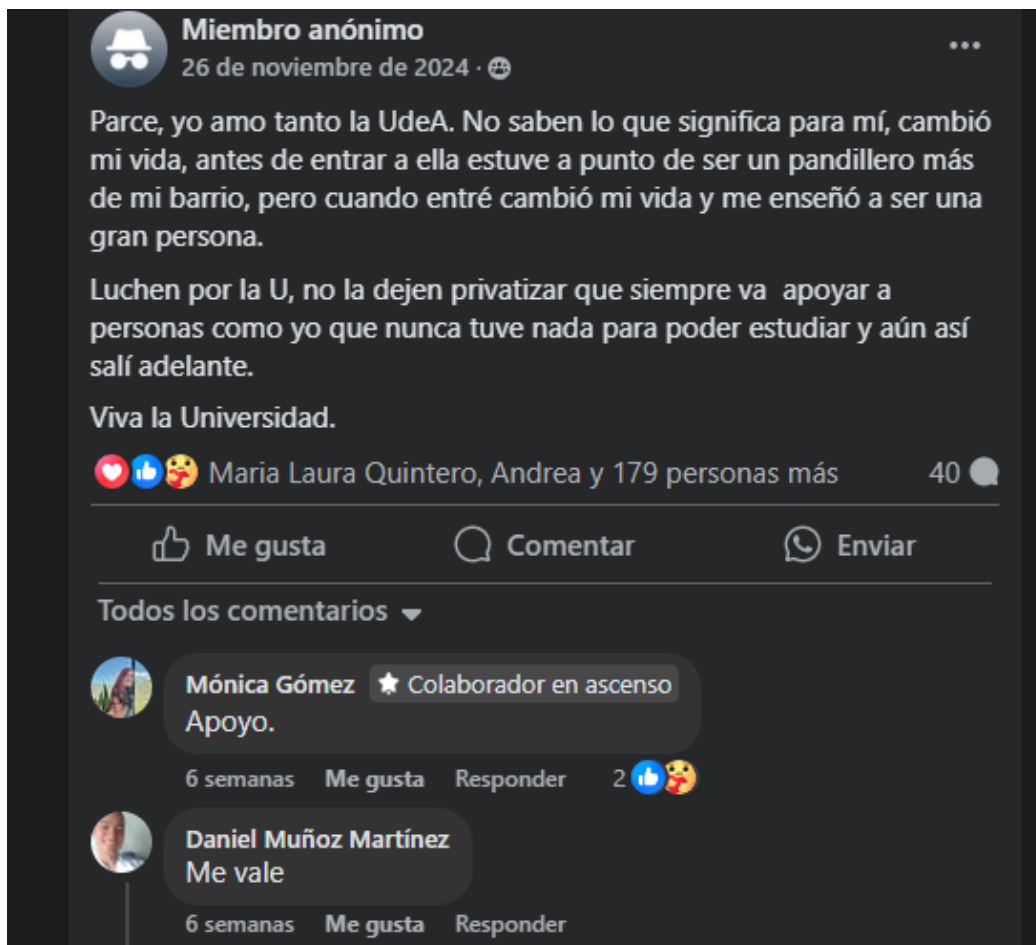
en su vida cotidiana (Carreras y más. (S.F)). Los jóvenes comparten contenido visual, como fotos y videos, a menudo incluyen elementos humorísticos, memes y reflexiones sobre diversos temas sociales o de actualidad.

Aplicaciones como *WhatsApp* facilitan la comunicación directa y la creación de grupos para coordinar actividades o discutir temas de interés. Aplicaciones como *WhatsApp* o *Telegram* no solo les permiten a los jóvenes comunicarse de forma rápida y fluida, también les permiten seguir diversos canales de información o difusión. Estos pueden variar, hay mucha diversidad de canales que van desde informativos a canales solo de ocio.

Los jóvenes en Medellín, como en muchas otras partes del mundo, utilizan las redes sociales para expresar su identidad. Estas plataformas permiten a los usuarios presentarse de manera selectiva, creando una imagen digital que puede diferir de su vida real; utilizan las redes sociales para construir su identidad digital, compartiendo aspectos de su vida personal, intereses y opiniones. Esto les permite conectarse con otros que comparten sus valores e intereses, creando comunidades virtuales significativas (Restrepo Cuervo, 2020).

Figura 3

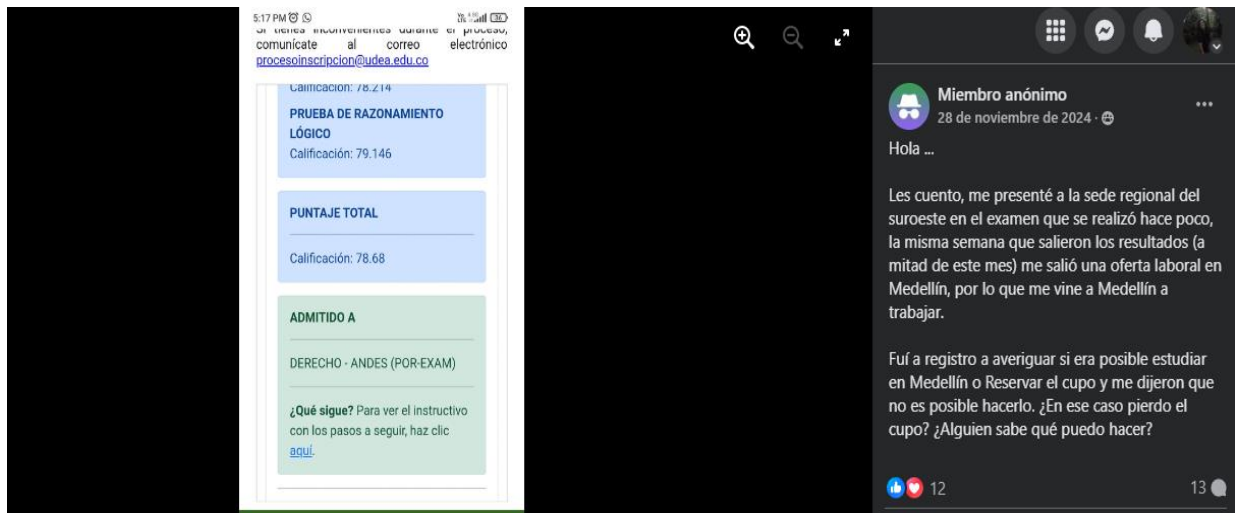
Captura de pantalla de Facebook



Nota. Fuente <https://n9.cl/es/r/lk9s1> (Facebook, 2024).

Figura 4

Captura de pantalla de Facebook



Nota. Fuente <https://n9.cl/m92xy> (Facebook, 2024).

A través de publicaciones y relatos, los jóvenes cuentan sus historias, compartiendo logros, desafíos y momentos significativos. Esto no solo les ayuda a reafirmar su identidad, sino que también intentan fomentar conexiones con otros que pueden compartir experiencias similares. Lo anterior se refleja en la **figura 3**, donde un miembro anónimo del grupo de Facebook Asamblea UdeA hace una reflexión sobre la crisis de desfinanciación de la Universidad de Antioquia debido a la Ley 30. En su mensaje, comparte cómo esta situación ha afectado su vida personal y profesional, y realiza un llamado a la comunidad universitaria para seguir apoyando y luchando por la institución (Anónimo, 2024).

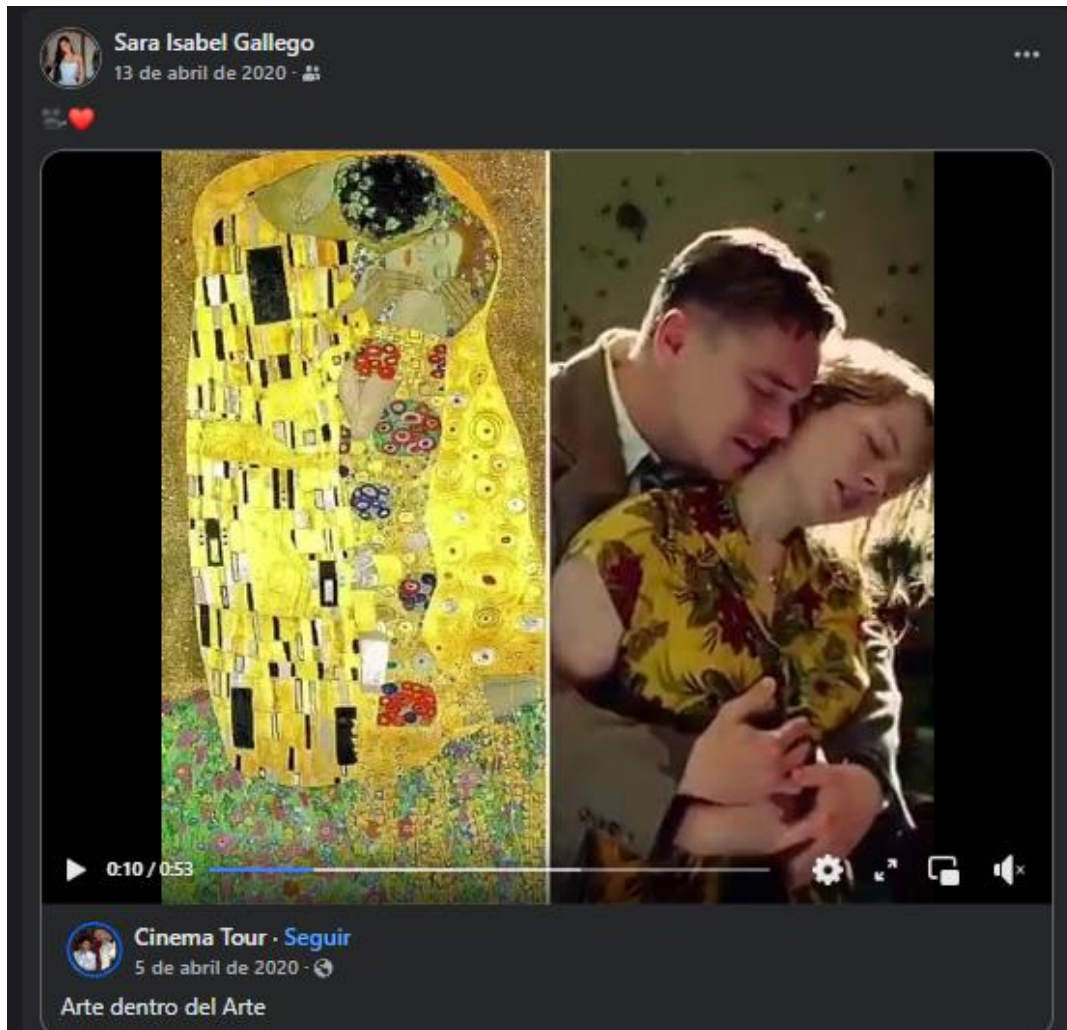
En la **figura 4**, otro participante anónimo del mismo grupo comparte su logro de haber sido admitido en la carrera de Derecho en la UdeA, específicamente en la seccional del suroeste de Antioquia. A la par, solicita recomendaciones sobre el proceso de traslado a la sede Medellín, ya que tiene un puesto de trabajo en esta ciudad y no desea perderlo. El joven expresa su intención de explorar todas las opciones disponibles para mantener su cupo en la universidad sin renunciar a su empleo (Anónimo, 2024).

Las redes sociales también ofrecen a los jóvenes un espacio para explorar y celebrar diversas identidades y gustos. A través de ellas, comparten música, arte y tradiciones que reflejan tanto su herencia como sus preferencias personales, lo que contribuye a la creación de una identidad colectiva. Un ejemplo de esto lo encontramos en la **figura 5**, donde Sara Isabel Gallego (2020)

comparte una publicación de la página *Cinema Tour* que muestra la pintura *El beso* de Gustav Klimt. Esta obra sirvió de inspiración para el director Martin Scorsese, quien la utilizó como referencia para un plano en la película *La isla siniestra* (2010), con Leonardo DiCaprio y Michelle Williams como protagonistas.

Figura 5

Referencia al beso de Gustav Klimt



Nota. Fuente <https://n9.cl/ch5tl> (Facebook, 2020.)

Los jóvenes no solo consumen tendencias globales, sino que las reinterpretan y adaptan a su propio contexto. A través de memes y otros formatos digitales, crean contenido que refleja sus experiencias y realidades locales. Este fenómeno evidencia cómo las redes sociales no solo

funcionan como espacios de entretenimiento, sino también como herramientas para la construcción y negociación de la identidad dentro de un marco cultural más amplio.

Esta búsqueda de expresión en el entorno digital también está atravesada por un anhelo profundo de reconocimiento. Más allá de compartir contenido por diversión o creatividad, los jóvenes buscan validación a través de interacciones como comentarios, reacciones y el número de reproducciones. En un mundo hiperconectado, donde la visibilidad es sinónimo de relevancia, la necesidad de ser visto y reconocido se convierte en un eje central de la experiencia juvenil en redes sociales.

Las plataformas digitales han reconfigurado la manera en que los jóvenes construyen su identidad y se relacionan con los demás. La cantidad de interacciones que recibe una publicación no solo refuerza la autoestima individual, sino que también funciona como una métrica social que determina qué tan influyente o aceptado es alguien dentro de su círculo. Este fenómeno genera una presión constante por proyectar una imagen cuidadosamente construida, alineada con los estándares de popularidad y éxito que dominan el entorno digital.

Sin embargo, esta dinámica también tiene implicaciones en la salud mental. La constante comparación con otros, la necesidad de generar contenido atractivo y la dependencia de la aprobación externa pueden generar ansiedad, frustración y una sensación de insuficiencia. En este sentido, el anhelo de reconocimiento en redes sociales no es un simple deseo de ser notado, sino una construcción social compleja que moldea la percepción que los jóvenes tienen de sí mismos y de su entorno.

3.3 Geraldine Fernández y el anhelo de reconocimiento

Judith Butler (2002), filósofa y teórica feminista, ha abordado el anhelo de reconocimiento a través de su concepto de performatividad, con el cual sostiene que el reconocimiento social es fundamental para la formación del sujeto. Ella afirma que "*la condición discursiva del reconocimiento social precede y condiciona la formación del sujeto*" (Butler, 2002, p. 317), lo que implica que el reconocimiento no es simplemente un acto de validación, sino un elemento constitutivo de la identidad misma. Sin el reconocimiento, la existencia del sujeto puede verse comprometida, ya que este reconocimiento es lo que permite que un individuo sea visto y validado en su humanidad.

Butler argumenta que la identidad no es algo inherente o fijo, sino que se construye a través de actos performativos repetidos. Esto significa que las personas "hacen" su identidad mediante acciones, gestos y discursos que son socialmente reconocidos. Este proceso implica que el reconocimiento social es fundamental para la constitución de la identidad; sin este reconocimiento, las identidades pueden ser cuestionadas o invisibilizadas (Butler, 2006).

Butler (2002) sostiene que este deseo no solo es personal, sino que está profundamente enraizado en estructuras sociales más amplias. Las personas buscan ser reconocidas en sus identidades de género y sexuales, lo que puede llevar a luchas por derechos y visibilidad en contextos donde estas identidades son marginadas o reprimidas.

Este anhelo de reconocimiento, que Butler (2002) vincula con estructuras sociales más amplias, no solo se manifiesta en luchas políticas y reivindicaciones de derechos, sino también en los espacios digitales. En las redes sociales, esta necesidad de validación se traduce en la búsqueda de interacciones y métricas de aprobación, evidenciando cómo las plataformas digitales han reconfigurado las formas en que los jóvenes construyen su identidad y buscan ser reconocidos por los demás.

Los jóvenes muestran un constante anhelo de reconocimiento en las redes sociales, una necesidad que se evidencia en la importancia otorgada a las interacciones como comentarios, "me gusta" y el número de reproducciones en sus publicaciones. Estas métricas, convertidas en indicadores de validación social, refuerzan la búsqueda de aprobación y pertenencia en un entorno digital que premia la visibilidad y la popularidad. Este fenómeno no solo impacta la forma en que los jóvenes perciben su valor personal, sino que también refuerza dinámicas de comparación y competencia que pueden influir negativamente en su bienestar emocional.

Como un ejemplo, una joven entrevistada nos cuenta su experiencia:

Parce, yo nunca fui considerada bonita en el colegio, ni nada por el estilo, yo sé que esas reacciones en Facebook o en Instagram son un espejismo y nada lo que pasa ahí es real, pero en ocasiones se siente tan bien publicar una foto y recibir halagos, nunca en la gran carechimba vida alguien me ha dicho que soy bonita, nadie de mi familia ni nadie.... Yo sé que eso no es real, al final es probablemente solo un man que solo te quiere caer y comerte, el problema con esto también es que lleva al otro extremo, de querer buscar validación de todas las personas, ahí es cuando te absorben las vidas, empiezas a hacer cualquier cosa con

tal de recibir aprobación o validación sobre tu físico. (Joven 24, comunicación personal, 2023)

En otro plano distinto al del género, pero vinculado a esta necesidad de visibilidad y participación en lo social, el caso de Geraldine Fernández ilustra de manera contundente el anhelo de reconocimiento en redes sociales, así como las implicaciones que este deseo puede tener en la vida de los individuos. A continuación, se analizan algunos aspectos clave relacionados con este fenómeno a partir de la información disponible.

Geraldine Fernández, una diseñadora colombiana, se vio envuelta en una controversia después de afirmar que había trabajado en la película *El niño y la garza* (2023), dirigida por Hayao Miyazaki. Desde el mismo año, Geraldine compartió en diversas ocasiones su supuesto trabajo como ilustradora en la película. El 17 de octubre de 2023, fue invitada a dar una charla en la sede de Barranquilla de la Universidad Sergio Arboleda, donde, como se muestra en la **Figura 6**, afirmó haber creado 50.000 fotogramas para el filme y haber recibido una carta de agradecimiento del Studio Ghibli, el estudio encargado de la animación.

El 7 de enero de 2024, *El niño y la garza* ganó el Globo de Oro a la mejor película animada, lo que hizo que la historia de Geraldine se volviera viral en Colombia. El 14 de enero, el diario *El Heraldo* la entrevistó (**Figura 7**), y ella reiteró su versión de los hechos, asegurando que había realizado más de 25.000 fotogramas a mano. Diversos medios de comunicación, como *El Tiempo* e *Infobae*, publicaron su historia sin corroborar los detalles. Sin embargo, cuando la noticia comenzó a circular en redes sociales, varios usuarios se encargaron de verificar los hechos (Calderón, P. 2024).

Figura 6

Charla de Geraldine Fernández en la universidad Sergio Arboleda

Programa
Diseño Digital

UNIVERSIDAD
SERGIO ARBOLEDA
Barranquilla

Encuentro de Ilustradores
STUDIO Ghibli

¡Trae tus utensilios y
Ven a Dibujar!

INVITADA
GERALDINE FERNÁNDEZ

Diseñadora gráfica con más de
10 años de experiencia en las
áreas de diseño, comunicaciones
y proyección social.
Especialista y Magíster en Mercadeo,
Diseño Web e Ilustración.

Martes 17 de Octubre
2:00 p.m. | Auditorio 2do Piso.



Nota. Fuente <https://n9.cl/8zx14> (X, 2024.)

Figura 7
Entrevista de Geraldine para El Heraldó



Nota. Fuente <https://goo.su/KQG4> (Reddit, 2024.)

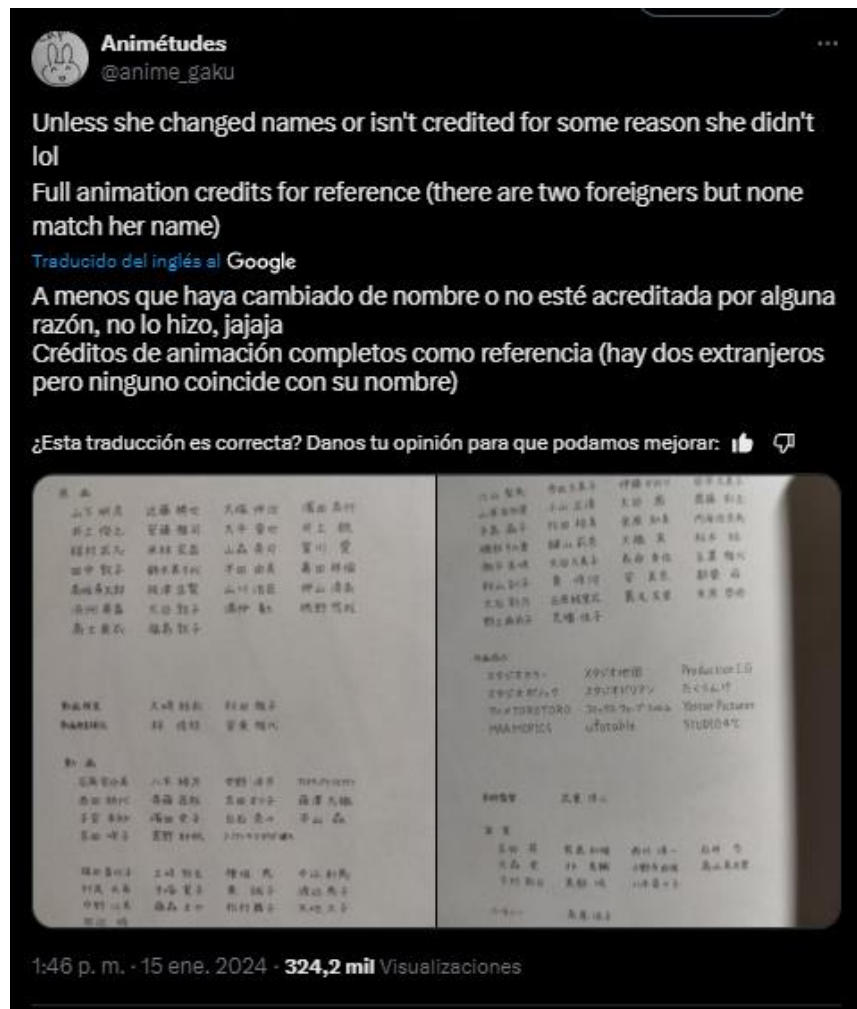
En plataformas como X, usuarios como Animétudes (2024) y Colás (2024) (Figuras 8 y 9) notaron que el nombre de Geraldine no aparecía en los créditos de la película, lo que llevó a la especulación de que podría haber sido un engaño. Los memes (Figuras 10 y 11) y las críticas no tardaron en llegar. En una entrevista en *Blu Radio* el 16 de enero, Geraldine aceptó su error. Aclaró que sí había trabajado en la película, pero que exageró al afirmar haber creado miles de fotogramas. En realidad, sólo había hecho unos 200. Aseguró que nunca buscó reconocimiento, y que su historia se conoció porque una amiga, sin su permiso, reveló su participación a algunos periodistas, quienes comenzaron a difundirla. A pesar de la controversia, dijo sentirse mal por la situación: "Mi celular no para de sonar. Las personas se burlan de mí y me amenazan", expresó. Aceptó que, si pudiera volver atrás, manejaría la situación de manera diferente (Fernández, 2024, 7m41s).

Finalmente, el 17 de enero, Geraldine publicó un comunicado en el que admitió que no había participado en la película, aclarando que todo había sido el resultado de un malentendido. Expresó su arrepentimiento por lo ocurrido y lamentó no haber sido reconocida por algo genuino

(Maestre, 2024). una vez que se descubrió la verdad, se vio forzada cerrar todas sus redes sociales y su portafolio web. Su deseo de validación la llevó a exagerar su participación en un proyecto reconocido, lo que inicialmente le otorgó visibilidad y aprobación social. Este caso resalta cómo el anhelo de reconocimiento puede llevar a las personas a crear relatos falsos para obtener aceptación, incluso si ello implica engañar a los demás (Alvarado Rodríguez, A. 2024).

Figura 8

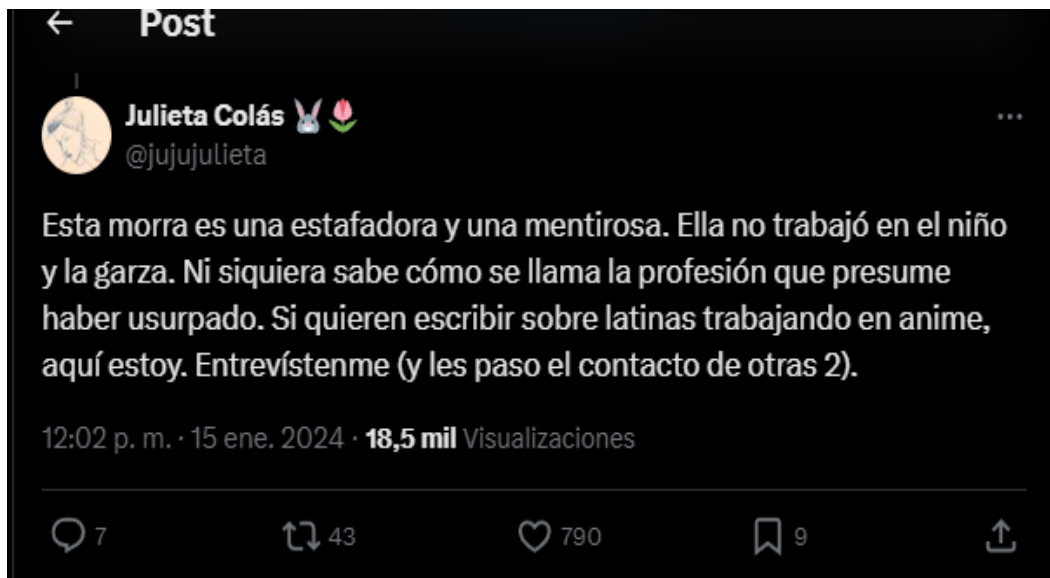
Usuarios de X se dan cuenta del engaño



Nota. Fuente <https://goo.su/YztJL> (X, 2024.)

Figura 9

Usuarios de X se dan cuenta del engaño



Nota. Fuente <https://goo.su/Aff5NJ1> (X, 2024.)

Figura 10

Memes sobre el engaño de Geraldine

**Y Miyazaki floto sobre
mi y me dio el trabajo
con su rashoo laser**



Nota. Fuente <https://goo.su/KZuqzU> (X, 2024.)

Figura 11

Memes sobre el engaño de Geraldine



Nota. Fuente <https://goo.su/VIUAzM> (X, 2024.)

Geraldine Fernández buscaba reconocimiento y validación en un contexto social donde su identidad como ilustradora podía ser reforzada por la asociación con un proyecto prestigioso. Este deseo de reconocimiento, que Butler (2002) considera fundamental para la construcción de la identidad, llevó a Fernández a crear una narrativa que la posicionara como parte de un logro significativo. La necesidad de ser vista y validada en su campo profesional refleja el anhelo humano por el reconocimiento social.

Butler sostiene que las normas sociales establecen lo que se considera "inteligible" o "aceptable" en términos de identidad. En el caso de Fernández, su intento de cumplir con las normas

de reconocimiento en el ámbito profesional (ser parte de un proyecto de renombre) llevó a una situación donde su identidad fue cuestionada y excluida una vez que se descubrió la verdad

La lucha por el reconocimiento puede desencadenar en los individuos una tendencia a comportarse de acuerdo con las normas sociales establecidas. En este caso, Fernández intentó encajar en las expectativas del éxito profesional y la visibilidad en un campo altamente competitivo. Sin embargo, al hacerlo de manera engañosa, se expuso a la crítica y al desprestigio cuando su verdad fue revelada. Esto ilustra cómo las normas sociales pueden presionar a los individuos a buscar validación a cualquier costo, incluso si eso implica distorsionar la realidad (Butler 2006).

El anhelo de reconocimiento también tiene implicaciones en la salud mental. Tras ser expuesta, Fernández experimentó una intensa presión social, lo que llevó a sentimientos de arrepentimiento y ansiedad, como menciona en la textualmente en la entrevista en Blu Radio:

pero de lo que me arrepiento también es de que la vida me haya cruzado con personas en las cuales lo único que generan es hacerme daño.... o sea, yo me puedo llegar a suicidar y aquí el mundo le vale un culo. (Fernández, 2024, min18 seg11)

Butler menciona que la falta de reconocimiento puede resultar en vulnerabilidad y precariedad; en este caso, el reconocimiento inicial que recibió se convirtió rápidamente en desprestigio, afectando profundamente su bienestar emocional (Butler, 2018).

Las redes sociales pueden ser una herramienta poderosa para la denuncia y la visibilización de estafas o fraudes, como se evidenció en el caso de Geraldine Fernández, donde se expuso un fraude ante una audiencia masiva. Sin embargo, su uso no siempre conduce a la justicia; en muchas ocasiones, estas plataformas se convierten en espacios de matoneo y exposición no consentida. La viralización de ciertos casos puede desencadenar acoso, desinformación y linchamientos digitales que afectan gravemente la vida de las personas involucradas. Esto evidencia la doble cara de las redes sociales: por un lado, un espacio de denuncia; por otro, un escenario donde se amplifican dinámicas de violencia y escrutinio público sin garantías de justicia real.

3.4 Caso de Catalina Gutiérrez Zuluaga y Johan Sebastián Castellanos

Los casos de Catalina Gutiérrez Zuluaga y Johan Sebastián Castellanos son ejemplos significativos de situaciones que han generado debate en redes sociales y medios de comunicación en Colombia, particularmente en relación con la salud mental y las dinámicas laborales del sector médico. Ambos casos reflejan el impacto que pueden tener las condiciones laborales y sociales en la vida de los profesionales de la salud y en cómo la sociedad aborda estos temas.

Catalina Gutiérrez Zuluaga, una médica internista, fue protagonista de una polémica luego de expresar en redes sociales su opinión sobre las precarias condiciones laborales en el sector salud y el agotamiento extremo al que están sometidos los médicos. Sus declaraciones desataron un intenso debate en plataformas como X (anteriormente *Twitter*), con usuarios dividiéndose entre quienes respaldaban su denuncia y quienes cuestionaban su postura. Este caso expuso las dificultades que enfrentan los profesionales médicos en Colombia, incluidos bajos salarios, jornadas laborales extenuantes y una presión constante, todo lo cual afecta gravemente su salud mental y emocional.

Posteriormente, Catalina decidió quitarse la vida el pasado 17 de julio de 2024, un acto que podría haber servido como un llamado urgente a la reflexión sobre las dinámicas de abuso, sobrecarga y precarización en entornos académicos y laborales. Sin embargo, en lugar de generar una introspección colectiva sobre la importancia de la salud mental y la responsabilidad en los debates en línea, lo ocurrido intensificó la visibilización de denuncias similares en redes sociales **ver figuras 12 y 13**. Estas plataformas, lejos de abordar el tema con la sensibilidad y profundidad que merece, se convirtieron en un espacio donde las conversaciones en torno al caso y otros similares a menudo replicaron actitudes deshumanizadoras o se limitaron a discusiones triviales y polarizantes. Esto evidencia cómo el entorno digital, pese a ser una herramienta poderosa para amplificar voces, puede también perpetuar discursos que trivializan problemas estructurales (Cueto, 2024).

Figura 12

Debate en redes sobre el caso de Catalina



Nota. Fuente <https://goo.su/IsnR> (X, 2024.)

Figura 13

Debate en redes sobre el caso de Catalina



Nota. Fuente <https://goo.su/poHqUOO> (X, 2024.)

Van Dijk (2001) subraya que el discurso no puede entenderse de manera aislada, ya que está profundamente arraigado en contextos sociales, culturales y políticos que le otorgan sentido. En este caso, el suicidio de Catalina Gutiérrez Zuluaga, y la carta póstuma que dejó denunciando abusos y sobrecarga laboral se convierten en un potente ejemplo de cómo las condiciones estructurales y sistémicas influyen en las narrativas sobre la salud mental.

El caso de Catalina Gutiérrez representa un ejemplo significativo de cómo el sistema educativo y de salud en Colombia reproduce discursos que naturalizan la exigencia desmedida, la precarización laboral y el abuso en los entornos académicos. Su carta póstuma, lejos de ser un simple relato personal, se erige como un testimonio colectivo que evidencia las fallas estructurales de un sistema que pone en primer lugar la productividad, ignorando el bienestar emocional y psicológico de sus integrantes. En este sentido, el suicidio de Catalina y su carta que denuncia las condiciones de abuso y sobrecarga laboral en el sistema de salud colombiano reflejan cómo la lógica capitalista impone niveles de exigencia insostenibles, normaliza la precarización y deja a los individuos con la sensación de que no hay alternativas viables.

Fisher (2006) plantea que el capitalismo no solo domina las estructuras económicas, sino que también moldea la manera en que las personas perciben la realidad, llevándolas a aceptar la

precarización y la sobreexigencia como condiciones naturales e inevitables. Este fenómeno es evidente en el sistema de salud y educación en Colombia, donde los estudiantes de medicina y los trabajadores del sector enfrentan jornadas extenuantes, ambientes altamente competitivos y una normalización del desgaste emocional.

El malestar psíquico que Fisher (2006) relaciona con el capitalismo es evidente en el caso de Catalina. En un entorno donde la productividad es el único valor, la salud mental se despolitiza y se reduce a un problema individual, ignorando sus causas estructurales. Catalina no solo experimentó agotamiento extremo, sino que su denuncia fue recibida dentro de un sistema que minimiza estos problemas y los trata como fallas personales en lugar de síntomas de un modelo económico y social profundamente disfuncional.

El agotamiento como norma es otro elemento central en la crítica de Fisher (2006) y se relaciona con la experiencia de Catalina. El realismo capitalista impone una mentalidad en la que el descanso es visto como improductivo, y el rendimiento constante es la única forma legítima de existencia. Los estudiantes de medicina, como Catalina, no solo enfrentan largas jornadas y presión académica, sino que también deben lidiar con la idea de que su sufrimiento es parte del “sacrificio necesario” para alcanzar el éxito. Este discurso refuerza la creencia de que el fracaso no es una consecuencia de un sistema defectuoso, sino una falta de esfuerzo individual, lo que profundiza la desesperanza y el sentimiento de no tener salida.

El caso de Catalina Gutiérrez Zuluaga expone las dinámicas de poder, presión y exigencia que estructuran los entornos académicos, especialmente en una carrera tan rigurosa como la medicina. No se trata solo del agotamiento individual, sino de un sistema que normaliza el estrés crónico y la sobrecarga como parte del proceso formativo. Su historia no es un hecho aislado, sino el reflejo de una problemática mayor que resuena con otros estudiantes y profesionales atrapados en la misma lógica de exigencia desmedida. La respuesta colectiva ante su caso evidencia que estas experiencias no son meras dificultades personales, sino síntomas de una estructura que, en lugar de cuidar, erosiona el bienestar de quienes se forman dentro de ella.

El análisis de este contexto permite comprender cómo las narrativas sobre salud mental no solo reflejan experiencias individuales, sino que también sirven como críticas estructurales hacia sistemas educativos y laborales que perpetúan ciclos de abuso y precarización. La carta de Catalina, al señalar directamente estos problemas, se convierte en un discurso político que invita a una

reflexión más amplia sobre las condiciones en las que operan los estudiantes de medicina y la necesidad urgente de cambios institucionales.

Este caso invita a reflexionar sobre la necesidad de transformar estas dinámicas y de cuestionar las narrativas que perpetúan estas condiciones, no solo en el ámbito académico, sino también en el cultural y social. Su caso es un recordatorio de la urgencia de repensar el bienestar mental como un asunto colectivo y estructural, en lugar de responsabilizar exclusivamente a los individuos por su sufrimiento. Un ejemplo similar es el de Johan Sebastián Castellanos, un estudiante de medicina de la Universidad de los Andes que, a pesar de haber obtenido una beca, tuvo que trabajar en un *call center* para sostenerse. La presión económica, el matoneo por parte de sus compañeros y el maltrato de algunos docentes hicieron que su experiencia universitaria estuviera marcada por el estrés y la desesperanza.

Johan Sebastián Castellanos, un estudiante de medicina, se convirtió en el centro de atención luego de que se difundieran detalles sobre el agotamiento físico y emocional que sufría debido a las exigencias de su formación académica y laboral. El caso tomó relevancia tras su decisión de visibilizar en redes sociales las condiciones extremas a las que son sometidos los estudiantes de medicina en Colombia. Sus publicaciones generaron empatía y reflexión, pero también críticas, al subrayar cómo el sistema educativo y de salud perpetúan un modelo que normaliza el sacrificio personal a costa del bienestar mental y físico. **Ver figuras 14 y 15**

Figura 14

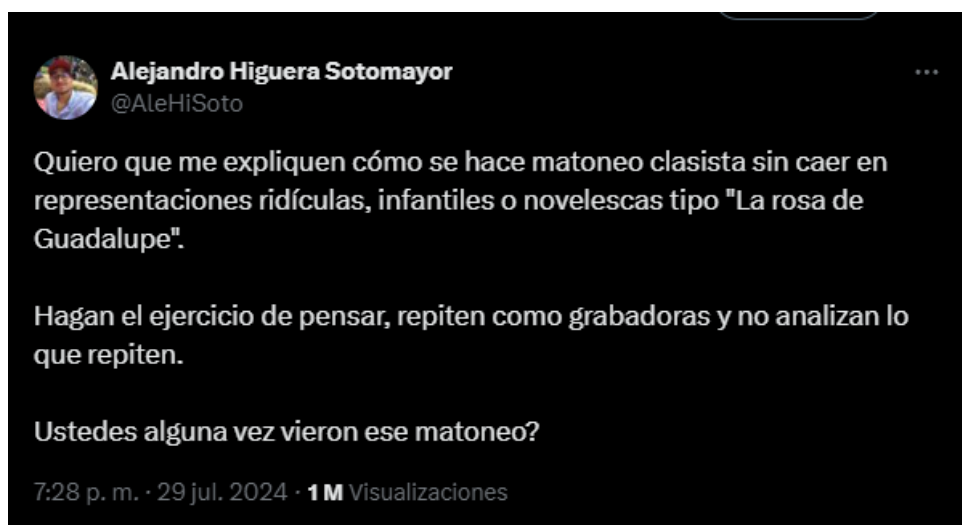
Reacción de usuarios de X



Nota. Fuente <https://goo.su/NVzUIF> (X, 2024.)

Figura 15

Reacción de usuarios de X



Nota. Fuente <https://goo.su/NGU9G9> (X, 2024.)

Johan Sebastián Castellanos era un estudiante de medicina en la Universidad de los Andes, su caso ejemplifica las tensiones que enfrentan muchos jóvenes en Colombia al intentar acceder a la educación superior en instituciones de alto prestigio. A pesar de haber ganado una beca que le permitió ingresar a esta universidad, sus recursos económicos eran insuficientes para sostenerse plenamente. Esta situación lo llevó a trabajar en un *call center*, lo que sumaba a su carga académica una jornada laboral exigente, generando un desgaste emocional y físico que resulta común en jóvenes que intentan equilibrar estudios y trabajo en un sistema que muchas veces no ofrece las condiciones necesarias para garantizar el bienestar de los estudiantes.

Johan Sebastián Castellanos no solo enfrentó las dificultades propias de equilibrar un trabajo en un *call center* con las exigencias académicas de la carrera de medicina, sino que además fue objeto de matoneo por parte de algunos de sus compañeros de universidad. Este hostigamiento no solo provenía de sus pares, quienes lo ridiculizaban por su empleo, sino también de ciertos profesores que, según relata su madre, lo maltrataban verbalmente (Segovia, 2024). Estas dinámicas de exclusión y abuso reflejan una problemática más amplia en el ámbito educativo, donde el mérito y el esfuerzo individual a menudo no son suficientes para contrarrestar las estructuras de discriminación y desigualdad que perpetúan entornos hostiles para estudiantes provenientes de contextos vulnerables.

Johan Sebastián Castellanos se quitó la vida en 2023, un evento trágico que cobró visibilidad pública poco después del caso de Catalina Gutiérrez. Ambos casos evidencian un patrón preocupante dentro del sistema educativo y laboral colombiano, en el que estudiantes, especialmente aquellos provenientes de contextos económicos vulnerables, enfrentan presiones extremas. La viralización del caso de Johan en redes sociales no solo reflejó la conmoción colectiva, sino también una creciente discusión sobre las condiciones precarias, los abusos y la falta de apoyo emocional que enfrentan los estudiantes universitarios. Estos eventos subrayan la urgencia de replantear las dinámicas institucionales que contribuyen al deterioro de la salud mental en la juventud.

En el caso de Johan, el lenguaje y las narrativas utilizadas por compañeros y profesores de la Universidad de los Andes evidencian un discurso clasista y excluyente que estigmatiza a quienes no cumplen con los estándares socioeconómicos dominantes. Trabajar en un *call center*, una ocupación que para muchos simboliza precariedad, fue usado como un marcador social para

descalificar y marginar a Johan, reforzando las jerarquías y prejuicios del sistema educativo y social.

Van Dijk (2009) destaca que los discursos hegemónicos suelen legitimar y naturalizar las desigualdades sociales. En este caso, el matoneo por parte de compañeros y el maltrato verbal de algunos profesores no solo fueron actos individuales, sino expresiones de un discurso estructuralmente arraigado que valora a las personas según su estatus económico y deshumaniza a quienes no cumplen con ese criterio. Las narrativas que emergieron en torno al caso, aunque evidenciaron las injusticias que enfrentó, también perpetuaron dinámicas de sensacionalismo y polarización que no lograron abordar las causas subyacentes de su sufrimiento

Lo que conecta ambos casos, más allá de que Catalina Gutiérrez Zuluaga y Johan Sebastián Castellanos estuvieran relacionados con la carrera de medicina, es el tratamiento que recibieron en redes sociales, particularmente en X. La discusión pública sobre sus muertes, marcadas por el suicidio, fue rápidamente absorbida por la dinámica efímera y polarizadora de las redes, donde el debate se centró en puntos de vista ideológicos, culpabilizaciones, y simplificaciones, dejando de lado la dimensión humana y trágica de los hechos.

En lugar de generar un espacio de reflexión profunda sobre las condiciones laborales, el sistema de salud o la importancia de la salud mental, los eventos se convirtieron en un tema más dentro de la esfera de tendencias digitales, tratados con la misma ligereza que un tema trivial. Esto evidencia cómo las redes sociales, al priorizar la inmediatez y la virilidad, contribuyen a la deshumanización de problemáticas fundamentales, reduciendo tragedias humanas a meros puntos de debate o espectáculo mediático.

Los jóvenes perciben estos procesos como obsoletos y desconectados de la realidad actual. La idea de atravesar años de esfuerzo, endeudamiento y sacrificio para culminar una carrera y, aun así, no tener garantías de estabilidad económica o reconocimiento social, genera una sensación de frustración e incertidumbre. Muchos cuestionan la relevancia de estos caminos tradicionales y buscan alternativas que les permitan alcanzar sus objetivos sin atravesar estructuras que consideran rígidas y poco efectivas en un mundo cada vez más cambiante.

3.5 Alternativa de ingresos frente a empleos tradicionales

La llegada de las redes sociales abrió un nuevo mercado para los jóvenes, muchos encontraron una alternativa de ingresos frente a una serie de empleos que normalmente eran ocupados por ellos, como meseros, bartenders, personal de atención al cliente, etc. *Facebook*, *Instagram*, *Twitter* o *TikTok* funcionan con algoritmos, estos con base al tipo de contenido que consumes, te mostrará contenido similar. Las redes sociales permiten monetizar el contenido de múltiples formas.

En el caso de las redes sociales ligadas a *Meta* (*Facebook*, *Instagram* y *WhatsApp*) puedes monetizar el contenido con anuncios que se muestran antes, durante o después de un video, los seguidores compran y envían "Stars"³ en tus transmisiones en vivo o videos, se pueden ofrecer suscripciones de contenido exclusivo a cambio de una cuota mensual de tus seguidores o puedes colaborar con marcas para crear contenido patrocinado y recibir pagos.

En el caso de *X*, inicialmente tienes que comprar la suscripción, que tiene varios planes y el más económico tiene un valor de 3 dólares. Dependiendo del plan puedes enviar propinas en dinero a los creadores a través de pagos directos, si tienes una gran base de seguidores, puedes utilizar *Twitter Ads* para promover tus *tweets* y generar ingresos, se puede ofrecer acceso exclusivo a audiencias en vivo durante conversaciones y genera ingresos mediante colaboraciones o patrocinadores.

Para monetizar contenido en *TikTok* necesitas tener al menos 10,000 seguidores y 100,000 vistas en los últimos 30 días. Durante las transmisiones en vivo, tus seguidores pueden enviarte regalos virtuales que puedes canjear por dinero real, las marcas pueden pagar por promocionar sus productos o servicios en tus videos, especialmente si tienes una audiencia grande.

Los *influencers* generan ingresos al colaborar con marcas que buscan visibilidad en sus audiencias. La monetización en redes sociales se realiza frecuentemente mediante la publicidad. Los creadores pueden obtener ingresos a través de anuncios pagados en sus videos o publicaciones patrocinadas. Plataformas como *Facebook* e *Instagram* permiten a los usuarios vender productos directamente, lo que amplía las oportunidades de ingresos (García, P. 2024).

³ Las Stars o Estrellas es una función de Facebook que permite a los espectadores apoyar a los creadores de contenido. Los creadores pueden ganar dinero con las estrellas que reciben.

Con el crecimiento del uso de redes sociales, también ha aumentado la competencia entre creadores. Otra desventaja significativa es la dependencia de los algoritmos de las plataformas, que pueden cambiar sin previo aviso y afectar la visibilidad del contenido. Esto puede dificultar la estabilidad financiera para aquellos que dependen exclusivamente de estas plataformas para sus ingresos (García, P. 2024).

Lo anterior mencionado se puede volver a relacionar con Fisher (2016), insistiendo en la forma en que el capitalismo constantemente se transforma y la precarización del trabajo que a dicha dinámica corresponde. Actualmente, en plena época posfordista, el capitalismo ha transformado las relaciones laborales en una competencia constante por el reconocimiento y el éxito, esta tendencia sobre el consumo y la competitividad crea presiones adicionales. Las redes sociales pueden generarte mucho dinero, pero solo si estás dispuesto a dedicarle la mayor parte de tu tiempo y salud.

Las nuevas formas de empleo en redes sociales, como la creación de contenido y la monetización digital, han dado lugar a un ecosistema donde la información se convierte en un producto más. En este contexto, las *fake news* encuentran un terreno fértil, ya que la viralidad y el *engagement*⁴ suelen ser más rentables que la veracidad. Muchos creadores priorizan la polémica y la desinformación para obtener mayor alcance, lo que refuerza la circulación de narrativas engañosas y dificulta la construcción de un debate informado.

3.6 Información falsa

Un fenómeno que se ha extendido a las redes sociales son las noticias falsas o “*fake news*” en su nombre en inglés, un fenómeno complejo que va más allá de la simple información falsa. Se define como desinformación en línea diseñada para engañar o manipular al público mediante declaraciones engañosas o falsas presentadas en un formato similar al de las noticias (Baptista & Gradim, 2022).

Un estudio realizado en España por García Lara et al. (2021) indica que el 94,1% de los jóvenes entre 15 y 24 años recibe información falsa al menos una vez al mes a través de redes sociales. Esto sugiere que la exposición a *fake news* es una experiencia común entre esta población,

⁴ El engagement en redes sociales es la capacidad de una marca o influencer para involucrar a su audiencia y crear una conexión emocional. Se mide a través de la cantidad de interacciones que tienen las publicaciones de una marca.

lo que plantea serias preocupaciones sobre su capacidad para discernir entre la información veraz de la falsa. Los jóvenes prefieren las redes sociales como fuente de información sobre medios tradicionales, debido a la inmediatez y accesibilidad de las plataformas digitales, aunque esto también significa que están más expuestos a la desinformación.

La difusión generalizada de noticias falsas en las redes sociales tiene consecuencias políticas significativas, muchas personas ahora confían en estas plataformas para obtener información. Se puede ver en los resultados del plebiscito en Colombia del 2016, la victoria del Brexit y la victoria de Donald Trump en 2016 y nuevamente en 2024, por poner algunos ejemplos que tuvieron repercusiones políticas a gran escala. La exposición constante a información falsa puede generar desconfianza hacia las instituciones y los medios de comunicación. Esto puede resultar en una actitud cínica hacia la política y otros aspectos sociales, afectando la participación cívica y el compromiso social (Fernández García, 2017).

La exposición constante a noticias falsas puede generar ansiedad y frustración en los jóvenes. Esto se debe a que la desinformación puede alterar su percepción de la realidad, llevándolos a reacciones emocionales intensas, como la ira o la decepción, especialmente cuando se trata de temas que les importan profundamente, como el deporte, el trabajo o la política. La exposición a noticias falsas puede afectar negativamente la autoimagen de los jóvenes, al consumir información engañosa, pueden desarrollar una visión distorsionada de sí mismos y del mundo que los rodea, lo que puede influir en su confianza y autoestima (Herrero-Diz et al., 2021). La desinformación también puede fomentar un clima de desconfianza hacia las instituciones y los medios de comunicación. Esto puede resultar en un escepticismo generalizado que afecta la capacidad de los jóvenes para tomar decisiones informadas y confiar en fuentes de información confiables (Hernández, 2024).

Las fake news no solo desinforman, sino que también generan un estado de alienación en la sociedad. Al manipular la percepción de la realidad, crean burbujas informativas donde las personas refuerzan sus creencias sin cuestionarlas, alejándose de un análisis crítico del mundo que las rodea. En un entorno digital saturado de contenido, la inmediatez y la emoción reemplazan la reflexión, haciendo que muchos acepten como verdad aquello que simplemente refuerza sus prejuicios. Esta alienación no solo fragmenta a la sociedad, sino que también desvía la atención de problemáticas estructurales, manteniendo a las personas atrapadas en discursos que benefician a ciertos intereses políticos o económicos.

3.7 Alienación y escape de la realidad

Las redes y plataformas sociales se han convertido en parte integral de la comunicación moderna, pero su impacto es complejo y, a menudo, paradójico. Por un lado, amplían las posibilidades de interacción humana, facilitando la autoexpresión y la comunicación a nivel global. Sin embargo, también generan efectos negativos como la alienación, la dependencia y la desconexión de la realidad. A pesar de estar rodeados virtualmente por amigos y seguidores, los usuarios pueden sentirse más solos. Este fenómeno se agrava por la presión social para mantener una imagen idealizada en línea, lo que fomenta un discurso superficial y contribuye a visiones del mundo alienadas y a la intolerancia (Dugnani, 2019; Nobre Lopes, 2023).

En este contexto, las redes sociales crean realidades paralelas donde los usuarios construyen identidades virtuales que, en algunos casos, sustituyen o distorsionan su yo físico. La identidad, en este sentido, se convierte en un constructo inteligible, donde la búsqueda de autenticidad entra en conflicto con la presión de presentar versiones idealizadas de uno mismo. Este choque de identidades genera una disonancia entre la personalidad real y la imagen virtual proyectada (Portillo-Fernández, 2016).

La utilización de estas plataformas está estrechamente vinculada con la necesidad humana de ser aceptado y validado por los demás. Los "me gusta", comentarios y seguidores se transforman en métricas cuantificables que influyen directamente en la autoestima de los usuarios. Esta búsqueda constante de aprobación puede llevar a comportamientos repetitivos, donde las personas sienten la obligación de publicar contenido frecuentemente para obtener retroalimentación positiva. A medida que los individuos condicionan su valía personal a la reacción que reciben en línea, la dependencia se profundiza. Esta dinámica puede resultar en una representación sesgada de la realidad, donde solo se comparten los aspectos positivos de la vida, mientras se ocultan luchas y dificultades (Nobre Lopes, 2023).

Por otro lado, las redes sociales permiten a los usuarios escapar de su realidad cotidiana al crear mundos virtuales donde pueden proyectar versiones idealizadas de sí mismos. Aunque esta escapatoria puede resultar atractiva, también es peligrosa, ya que fomenta la desconexión de la vida real y sus desafíos, lo que agrava la alienación (Nobre Lopes, 2023). Además, las plataformas sociales actúan como escaparates virtuales para la autopromoción, exacerbando las tendencias individualistas propias del capitalismo. Estas redes interpretan y moldean la realidad, sirviendo

tanto como medios lúdicos como dispositivos de vigilancia y control, en una sociedad que constantemente necesita del consumo y la gestión de la vida humana. Al permitir a los usuarios experimentar diferentes facetas de su identidad, las redes sociales difuminan las fronteras entre lo real y lo virtual, creando una identidad fluida donde la búsqueda de autenticidad se ve nuevamente sometida a la presión de mostrar versiones idealizadas de uno mismo (Ortiz Arellano, 2022).

3.8 Relación entre redes sociales, salud mental y ciudad.

En un mundo dominado por las redes sociales, las dinámicas de conexión e interacción han cambiado drásticamente, generando tanto oportunidades como tensiones. El uso excesivo de estas plataformas se ha asociado con problemas como la depresión, la ansiedad, el estrés, la adicción a internet, los trastornos del sueño y los problemas de aprendizaje (Anchundia-Garcia et al., 2023). En el contexto de Medellín, una ciudad con profundas transformaciones sociales, las redes sociales se convierten en escenarios donde se refleja la vida cotidiana, marcada por la resiliencia, pero también por desigualdades y conflictos que impactan negativamente en la salud mental de sus habitantes.

Las redes sociales pueden ser profundamente absorbentes, ejerciendo una influencia considerable sobre el bienestar emocional de sus usuarios. La constante exposición a una saturación de información, combinada con dinámicas como la comparación social, el miedo a perderse algo (FOMO, por sus siglas en inglés) y la presión por mantener una imagen idealizada, puede generar altos niveles de ansiedad y contribuir al desarrollo de episodios de depresión.

Una joven entrevistada nos comenta sobre su exposición a redes sociales:

Mira, yo anteriormente usaba redes sociales todos los días, publicaba cuanto cosa veía, así todos los días, desde que despertaba hasta que dormía, no paraba, usaba de todo; Twitter, Facebook, Instagram, TikTok. Un día simplemente colapsé, francamente yo creo que era adicta a la vida perfecta que muestra Instagram, a los insultos y quejas de Twitter, desde que cerré todo me siento mejor, recuperé mi capacidad de atención, anteriormente no podía hacer nada sin estar mirando el celular, últimamente me siento más feliz. (joven 18, comunicación personal, 2023)

La problemática asociada con las redes sociales suele reducirse a una cuestión de responsabilidad individual, como establecer límites personales o mejorar la gestión del tiempo. Sin embargo, este enfoque simplista ignora las dinámicas estructurales más amplias. Las redes sociales están diseñadas con algoritmos que maximizan la atención del usuario, priorizan contenidos polarizantes y promueven un consumo constante, lo que trasciende las decisiones individuales. Además, estos problemas están enraizados en un modelo económico que incentiva la hiperconectividad y la explotación de datos personales. Por lo tanto, abordar esta problemática requiere un análisis crítico que considere tanto las prácticas empresariales como las regulaciones estatales, además de fomentar una educación digital más integral.

Estudios realizados en Medellín han encontrado una conexión significativa entre el uso excesivo de redes sociales y el aumento de síntomas de ansiedad y depresión en adultos jóvenes. Esto se debe principalmente a fenómenos como la comparación social, la falta de interacciones significativas y la presión por presentar una imagen idealizada en línea. La investigación señala una relación notable entre el uso intensivo de los medios sociales y los problemas de salud mental, especialmente entre estudiantes universitarios, un grupo particularmente vulnerable (Bedoya Correa et al., 2023).

Desde la perspectiva de Mark Fisher (2006), las redes sociales, como extensiones del sistema capitalista, refuerzan un modelo de hiperconsumo de información, imágenes y experiencias que perpetúan la ansiedad y la depresión. En Medellín, donde muchas personas enfrentan realidades como el desempleo, la falta de vivienda y la inseguridad, las redes sociales suelen proyectar una imagen idealizada de la vida urbana. Esta dicotomía genera sentimientos de insuficiencia y malestar emocional. Fisher subraya que la salud mental no puede desligarse del sistema económico y político. En Medellín, las redes sociales no solo reflejan las posibilidades de resistencia, sino también las tensiones derivadas del realismo capitalista.

En barrios periféricos, donde las desigualdades son más marcadas, las redes sociales funcionan como ventanas hacia un mundo aparentemente inalcanzable. Jóvenes que enfrentan precariedad económica observan constantemente imágenes de viajes, ropa de lujo y “éxito” personal, que, aunque en apariencia aspiracionales, contribuyen a alimentar la sensación de insuficiencia. Fisher argumentaría que estas plataformas no solo perpetúan el sistema capitalista, sino que colonizan la mente, atrapando a los usuarios en una narrativa que los convence de que sus problemas son individuales y no estructurales.

La necesidad de "performar" una vida exitosa en plataformas como *Instagram* y *TikTok* exacerba estos problemas, especialmente entre los jóvenes, quienes se enfrentan a un estado de *burnout*⁵ emocional y alienación como lo manifiesta esta joven:

Sinceramente, no se puede creer en nada que se vea en redes sociales. En plataformas como *Instagram*, muchas personas proyectan una vida aparentemente perfecta. En cierta medida, esto es comprensible: es natural que alguien comparta fotos bonitas de un viaje o de una fiesta, pero difícilmente mostrará imágenes saliendo agotado a las cuatro de la mañana de la fiesta o enfermo por una intoxicación. Deberíamos salir más al mundo real y poder abrazar nuestra imperfección, mucha gente se cree el cuento de la vida perfecta y empieza a tener dudas sobre sí mismos por no poder permitirse viajar a sitios lujosos o gastar mucha plata en fiesta, además de eso, se crean burbujas virtuales donde las personas solo interactúan con prospectos de personas. (Joven 9, comunicación personal, 2023).

En este sentido, las redes sociales no solo se presentan como herramientas de conexión, sino también como una maquinaria de explotación emocional, en la que los usuarios son simultáneamente consumidores y productos.

En el caso de Medellín, una ciudad en constante transformación social, las redes sociales juegan un papel ambivalente en la salud mental. Por un lado, ofrecen herramientas para acceder a redes de apoyo y construir comunidades de cuidado colectivo. Por otro, perpetúan dinámicas de exclusión y desigualdad que agravan los problemas psicológicos de sus habitantes. Henri Lefebvre (1968) plantea que el espacio no es solo un contexto físico, sino un producto social construido a través de relaciones de poder. Aplicando esta idea al espacio digital, las redes sociales pueden entenderse como una extensión del espacio urbano, donde se reproducen dinámicas sociales, pero también se generan nuevas formas de interacción y resistencia.

De la misma manera, la gentrificación no solo transforma los espacios físicos, desplazando a poblaciones vulnerables y encareciendo el costo de vida, sino que también se manifiesta en el ámbito digital. Las plataformas sociales se han convertido en escenarios donde ciertos discursos y estéticas dominantes desplazan otras narrativas, reforzando desigualdades y limitando la diversidad de voces en el debate público.

⁵ Estado de agotamiento mental, físico y emocional que se produce normalmente en el ámbito laboral.

En Medellín, el espacio digital se entrelaza con los espacios físicos de la ciudad. Por ejemplo, las dinámicas de exclusión y gentrificación en zonas como El Poblado o la Comuna 13 tienen su reflejo en cómo los usuarios de estas áreas proyectan sus realidades en redes sociales, por un lado, estas plataformas actúan como una extensión de los espacios físicos: los lugares más visibles y fotografiables de la ciudad, como la ruta de grafitis de la Comuna 13 o los parques de Laureles, se convierten en escenarios para proyectar una imagen atractiva de Medellín que busca atraer turistas e inversores, estos llegan atraídos por un imaginario de ciudad que ni siquiera coincide con la realidad de quienes habitan Medellín

Sin embargo, esta visibilidad tiene un costo. Las comunidades locales, que a menudo enfrentan desplazamientos y gentrificación, son relegadas a un segundo plano en estas narrativas digitales. Esta imagen, construida a través de narrativas externas y reforzada por redes sociales y estrategias de mercadeo, convierte a la ciudad y a sus habitantes en objetos de fetichización. Se exalta una versión estilizada y exótica de Medellín, omitiendo las problemáticas estructurales y reduciendo su identidad a una experiencia consumible para el visitante.

un ejemplo de esto son las múltiples veces que la zona de Provenza en el Poblado ha sido empapelada con mensajes como “el arriendo está impagable”, “la gentrificación es el nuevo colonialismo”, “gentrifyer go go”, o “todo está muy caro, detengan la gentrificación” (**Ver figura 16**) O los múltiples casos de abuso y tráfico de menores perpetrados en los alrededores de la zona. En cuanto a este último problema, la actual administración implementó medidas que, para gran parte de la población, resultaron insuficientes y poco efectivas, evidenciando la falta de un enfoque integral para abordar estas problemáticas. (Cueto, 2024)

Figura 16

Avisos en contra de la gentrificación



Nota. Fuente <https://goo.su/YNVGx> (El Colombiano, 2023.)

Por otro lado, las plataformas digitales también sirven como espacios de visibilidad para comunidades marginadas, que encuentran en ellas herramientas para narrar sus historias y construir nuevas geografías de resistencia. Lefebvre (1968) sugiere que el espacio social puede ser una fuente de enfermedades sociales debido a su configuración y uso. En Medellín, el entorno urbano influye en la salud mental de sus habitantes, especialmente cuando no se utiliza de manera que promueva la armonía y el bienestar social. Sin embargo, al igual que el espacio físico, el espacio digital también está controlado y comercializado por grandes corporaciones, lo que limita su potencial emancipador.

4 Hallazgos

4.1 Caracterización de las personas entrevistadas

Los hallazgos obtenidos a lo largo de esta investigación ofrecen una perspectiva integral sobre las dinámicas, percepciones y experiencias relacionadas con la salud mental, la alienación producto de la vida urbana y las redes sociales. A través del análisis de las entrevistas realizadas y la revisión de información complementaria, se lograron identificar patrones significativos, discrepancias y factores contextuales que enriquecen la comprensión del fenómeno investigado. Estos resultados no solo contribuyen a ampliar el conocimiento en el campo de estudio, sino que también plantean interrogantes y oportunidades para futuras investigaciones, además de ofrecer posibles implicaciones prácticas para abordar los desafíos identificados.

En esta investigación se entrevistó a un total de 30 personas, de las cuales 28 eran jóvenes con edades comprendidas entre los 18 y 30 años. En cuanto a su distribución socioeconómica, 3 personas pertenecían al estrato 1, 7 al estrato 2, 9 al estrato 3, 6 al estrato 4, 2 al estrato 5 y 1 persona al estrato 6. Como vemos en la **tabla 1**, la mayoría de las personas encuestadas pertenecen a los estratos 2 y 3.

Tabla1

Estrato socioeconómico

<i>Estrato socioeconómico</i>	<i>Número de personas</i>
<i>Estrato 1</i>	3
<i>Estrato 2</i>	7
<i>Estrato 3</i>	9
<i>Estrato 4</i>	6
<i>Estrato 5</i>	2
<i>Estrato 6</i>	1

De los 28 jóvenes entrevistados, 8 se identificaron como hombres, 11 como mujeres, 3 como personas no binarias/queer, y 6 prefirieron no especificar su género. Ver **tabla 2**

Tabla 2
Género

<i>Género</i>	<i>Número de personas</i>
<i>Hombre</i>	8
<i>Mujer</i>	11
<i>No binario/Queer</i>	3
<i>Prefiero no decirlo</i>	6

En cuanto al nivel educativo más alto alcanzado, 27 personas indicaron haber culminado el bachillerato, mientras que una estaba cursando el grado 11 y aún no se había graduado. De las 27 personas que finalizaron el bachillerato, 6 mencionaron tener un título técnico, 5 un título tecnológico, 2 eran profesionales y 1 contaba con una maestría. Ver **Tabla 3**.

Tabla 3
Nivel educativo

<i>Nivel educativo más alto alcanzado</i>	<i>Número de personas</i>
<i>Ninguno</i>	1
<i>Bachiller</i>	12
<i>Técnico/a</i>	6
<i>Tecnólogo/a</i>	5
<i>Profesional</i>	2
<i>Maestría</i>	1

En relación con la ocupación de las personas encuestadas, 10 indicaron que estudiaban y trabajaban simultáneamente, 9 se dedicaban exclusivamente al trabajo, 5 se enfocaban únicamente en el estudio, y 4 manifestaron que no estudiaban ni trabajaban al momento de la entrevista. Ver **tabla 4**.

Tabla 4*Ocupación o labor*

<i>Ocupación</i>	<i>Personas encuestadas</i>
<i>Estudia y trabaja al tiempo</i>	10
<i>Solo trabaja</i>	9
<i>Solo estudia</i>	5
<i>No estudia/ no trabaja</i>	4

4.2 Sobre la salud mental

La pandemia de COVID-19 generó un aumento significativo en la discusión sobre la salud mental, posicionándola como un tema central en diversos ámbitos sociales. Actualmente, la salud mental ocupa un lugar recurrente en espacios como universidades, colegios y lugares de trabajo, donde se han implementado iniciativas para abordar sus implicaciones. Este cambio refleja una mayor sensibilización colectiva respecto a la importancia de reconocer y atender las problemáticas asociadas al bienestar emocional y psicológico, en un contexto marcado por el impacto global de la crisis sanitaria.

Aunque el aumento en la visibilización de la salud mental ha sido ampliamente celebrado, también ha suscitado múltiples críticas respecto a la forma en que se abordan los problemas asociados. Algunos argumentan que estas aproximaciones suelen ser superficiales y carecen de una perspectiva estructural. En lugar de cuestionar las condiciones sistémicas que contribuyen al malestar emocional, como las desigualdades económicas, las dinámicas laborales precarias o las presiones culturales, las intervenciones tienden a centrarse exclusivamente en el individuo. Esto refuerza la idea de que los problemas de salud mental son responsabilidad personal, dejando intactos los factores sociales y estructurales que perpetúan dichas problemáticas.

Una joven entrevistada ilustró cómo la responsabilidad de enfrentar los problemas de salud mental suele recaer únicamente sobre el individuo:

Sinceramente, yo he podido trabajar y pagarme una que otra sesión de terapia, me parece terrible y no solo por parte de los psicólogos, uno en internet ve un bombardeo de “posts” o “reels” sobre salud mental y autocuidado que consisten en técnicas como la meditación, el ejercicio físico o la organización del tiempo. Yo quedo así con “*pokerface*” en mi cara, o sea aparte de que nací siendo neurodivergente, me echan la culpa de no cumplir ciertas expectativas, o sea, en ocasiones me ha frutado mucho el desempleo o la situación de las mujeres..... en estos días vi un meme que decía «la terapia no cura las opresiones sistemáticas» y pues nea... tiene la razón. (Joven 16, comunicación personal, 2023)

Es una noción peligrosa cargar al individuo con toda la responsabilidad de su bienestar emocional, ya que esto perpetúa y refuerza las mismas prácticas capitalistas que externalizan los problemas estructurales y los reducen a desafíos personales. Esta lógica desvía la atención de las condiciones sociales, económicas y políticas que generan malestar, colocando el peso del cambio exclusivamente sobre el individuo. En este sentido, (Campo Arias et al., 2014) argumentan que el bienestar mental no puede desligarse del entorno en el que se desarrolla, pues factores como la precarización laboral, la falta de acceso a servicios de salud y la presión social juegan un papel determinante en la salud emocional de las personas. En última instancia, este enfoque no solo invisibiliza las desigualdades sistémicas, sino que también reproduce un modelo que privilegia la competencia y el rendimiento, exacerbando las tensiones psicológicas y perpetuando ciclos de exclusión y precariedad.

En este caso, resulta interesante observar cómo, de manera paulatina, las personas empiezan a reconocer esta problemática y a exigir mejores condiciones para el cuidado de su salud mental, esto incluye la implementación de mecanismos que promuevan un mejor entendimiento y una relación más equilibrada con el mundo, en lugar de cargar al individuo con la responsabilidad total de resolver problemas que, en muchos casos, exceden sus capacidades personales.

4.3 Estado y salud mental

Una de las principales deudas históricas del Estado colombiano es garantizar a sus ciudadanos el acceso a una salud integral que incluya el bienestar emocional como un componente fundamental. A pesar de los avances normativos y discursivos en torno a la importancia de la salud mental, la atención en este ámbito sigue siendo insuficiente, desigual y limitada, especialmente en contextos marcados por la pobreza, la violencia y la desigualdad social. La falta de inversión en infraestructura, personal capacitado y programas preventivos evidencia la necesidad urgente de políticas públicas que prioricen el cuidado emocional de la población, reconociéndolo como un derecho humano esencial y no como un privilegio.

Medellín no ha sido la excepción en esta problemática. Aunque se han implementado iniciativas como la *Línea Dorada* y el programa *Escuchadero*, estas no logran satisfacer la creciente demanda de servicios de salud mental en la ciudad. La necesidad de un acompañamiento adecuado por parte de las administraciones en temas de salud mental es evidente y continúa siendo un desafío crucial. La falta de recursos y una infraestructura insuficiente impiden que las políticas públicas sean efectivas, dejando a muchas personas sin acceso oportuno a la atención que requieren.

La psicóloga 1 del escuchadero ubicado en la Junta de Acción Comunal Loreto de la comuna 9 me informó sobre los inicios de estos programas:

esta fue una medida implementada por la pasada administración porque el código dorado estuvo colapsado durante varios meses en la pandemia, discúlpame la palabra, pero varios compañeros míos me contaron después que estuvieron jodidos durante este tiempo, no daban abasto, varios terminaron enfermos. De igual manera, me alegra poder poner mi granito de arena ante todas las adversidades porque hubo varias épocas donde hubo problemas con los contratos, la alcaldía al menos hace algo. (Psicóloga 1, comunicación personal, 2023)

Si bien la psicóloga destacaba los esfuerzos de las dos administraciones anteriores, también nos informa que, actualmente, en la Comuna 9, la agenda de atención es sumamente limitada en comparación con la alta demanda de acompañamiento.

Aunque la alcaldía ha implementado estas estrategias con el objetivo de acompañar principalmente a los jóvenes, muchos de ellos perciben estos programas con cierta apatía. La falta de conexión entre las iniciativas institucionales y las realidades cotidianas de los jóvenes parece generar una desconexión, lo que dificulta su efectividad. La desconfianza y el escepticismo hacia los programas oficiales son factores que contribuyen a esta falta de interés, evidenciando la necesidad de repensar las estrategias de salud mental para hacerlas más cercanas y relevantes a las experiencias de los jóvenes.

Un joven de la ciudad de Medellín me contó cómo fue su experiencia para contactarse con la línea dorada:

Mira, yo en ocasiones me intenté contactarme, me atendieron bien, fueron amables, pero se demoran mucho atender. Uno entiende que de pronto estén colapsados, en mi caso me tocó esperar casi 2 horas, era un poco tarde, de verdad la persona que me atendió lo intentó y con todo el respeto que se merece, pero yo sentía que no era suficiente, quedé insatisfecho, como dicen por ahí “me dejaron iniciado” yo en esa ocasión llamé por algo leve, no me imagino si hubiese sido una urgencia. (Joven 19, comunicación personal, 2023)

Además, persisten numerosas críticas hacia la atención brindada por las EPS, señalando deficiencias tanto en la calidad como en la disponibilidad de los servicios ofrecidos, lo que evidencia la necesidad de fortalecer y ampliar las estrategias existentes. Con respecto a las EPS, es común que los usuarios deban esperar meses para obtener una cita, y una vez lograda, la consulta dura solo unos pocos minutos. En muchos casos, según Butler (2009) la solución inmediata es la remisión a psiquiatría para ser medicado. En este sentido, la psiquiatrización y el consumo de fármacos funcionan como mecanismos de regulación social. En lugar de cuestionar las condiciones estructurales que generan ansiedad, depresión o estrés, se patologizan estas respuestas y se responde con medicamentos que individualizan el problema. Esto refuerza la biopolítica del Estado y las industrias farmacéuticas, que administran la vida y la salud a través de normas que dictan cómo se debe gestionar el sufrimiento. Así, la farmacología no solo actúa como un recurso terapéutico, sino también como una herramienta de control social que invisibiliza la violencia sistémica y despolitiza el malestar de los sujetos de los problemas de salud mental, como lo menciona un joven entrevistado:

Parce, yo una vez intenté pedir cita por medio de *Sura* y fue una gonorrea, con eso le digo todo, se demoraron mucho tiempo en darme una cita y al final esta duró unos 20 min, ese psicólogo no me escuchaba, sinceramente me dieron ganas de darle un puño en la cara, se jactan diciendo que son la mejor EPS del país y no se qué cuanta chimbada. Realmente solo la atención es buena para la gente que paga medicina prepagada, a esa gente los miman y les limpian la carita, a mí no me da para pagar un seguro extra, a duras penas tengo para los pasajes de la U. (Joven 8, comunicación personal, 2023)

El problema con esta situación radica en que los entes de salud en Colombia, en lugar de priorizar el bienestar de las personas, parecen centrarse más en lucrar con la salud. Este enfoque mercantilista no solo deshumaniza el sistema, sino que también limita el acceso a una atención adecuada y digna. La falta de inversión en recursos suficientes y la corta duración de las consultas evidencian que el sistema está más orientado a generar ganancias que a ofrecer soluciones efectivas a las necesidades de salud mental de la población.

4.4 Imaginarios sobre Medellín replicados en redes sociales.

El regionalismo en Colombia es un fenómeno histórico y cultural profundamente arraigado, influenciado por factores geográficos, económicos y sociales. Esto ha generado tensiones entre las dinámicas locales y el intento de construir una identidad nacional unificada. Este tipo de narrativas suelen incorporar elementos míticos que buscan exaltar la "grandeza" de un lugar, en este caso la ciudad de Medellín, a menudo idealizando su desarrollo y ocultando las desigualdades y problemáticas que enfrenta la ciudad.

Este tipo de narrativas pueden analizarse a la luz de la teoría de Benedict Anderson sobre las comunidades imaginadas. Anderson (1983) sostiene que las naciones no son realidades naturales, sino construcciones discursivas que se sostienen a través de símbolos, mitos y relatos compartidos. En este sentido, la idealización de Medellín como una ciudad de progreso y "berraca" es un ejemplo de una comunidad imaginada, donde se exalta un sentido de identidad colectiva que, en muchos casos, oculta las desigualdades y problemáticas estructurales. Este discurso se refuerza a través de los medios de comunicación, las narrativas oficiales y las prácticas cotidianas de los

ciudadanos, generando un sentimiento de pertenencia que puede llegar a desdibujar las brechas socioeconómicas y las exclusiones que aún persisten en la ciudad.

Históricamente, se ha construido y reproducido una narrativa en torno a la "berraquera" y el espíritu del paisa "echado pa' lante", una idea que ha sido transmitida de generación en generación. Esta visión exalta la resiliencia y el esfuerzo individual como valores centrales, pero también ha servido para invisibilizar las desigualdades estructurales y responsabilizar a los individuos de su propio éxito o fracaso, sin considerar las barreras sistémicas que enfrentan.

Un joven nos explica este fenómeno con sus propias palabras:

Parce mira, yo estoy finalizando la carrera de historia y el que quiera negar lo que diré a continuación es capaz de negar a su propia madre. Esos relatos míticos del paisa berraco y trabajador es puro cuento, no tiene nada que ver con la realidad. El paisa realmente fue un colonizador y estafador, solo hace falta estudiar la colonización del suroeste antioqueño y del actual territorio del eje cafetero para darse cuenta que los colonizadores, en este caso los paisas desplazaron y asesinaron a una gran cantidad de grupos indígenas para quedarse con esas tierras, es algo triste, pero se omite esa parte para hablar de los arrieros y sus caminos, ¿qué pudo haber sido de ellos de no saber los caminos que usaban los propios indígenas antes de ello? Y bueno, para no hacer esto tan largo, el boom del narcotráfico y del cartel de Medellín cambio completamente la mentalidad de muchas personas, ahora la gente solo busca hacer plata fácil a cualquier medio, todo está permeado por el narcotráfico, desde la música hasta la sexualidad, francamente da mucho asco. (Joven 25, comunicación personal, 2023)

En la actualidad, aún persisten discursos que exaltan a Medellín como la mejor ciudad de Colombia, muchas veces utilizados como una forma de confrontación o burla hacia los habitantes de otras ciudades como Bogotá, Cali o Barranquilla. Esta retórica, más que un simple orgullo regional, refuerza imaginarios de superioridad y rivalidad entre ciudades, dejando de lado problemáticas estructurales que afectan a toda la población.

El problema de estos discursos es que se han transmitido de generación en generación, alimentando el anhelo de una realidad que no existe. Las generaciones pasadas contaban con condiciones materiales distintas, donde, para bien o para mal, era posible trabajar en una misma

empresa durante toda la vida y luego pensionarse. Si bien aquellos tiempos no estaban exentos de problemas, muchas personas los recuerdan con cierta nostalgia, comparándolos con la inestabilidad y precarización laboral que enfrentan las nuevas generaciones.

Mark Fisher, en *Los fantasmas de mi vida* (2014), analiza cómo la nostalgia por un pasado idealizado es un síntoma del realismo capitalista, una sensación de que no hay alternativa viable al sistema actual. En este sentido, el anhelo por las condiciones laborales de generaciones pasadas encaja con lo que Fisher denomina *hauntología*, la presencia espectral de futuros que nunca llegaron a materializarse. La idea de un trabajo estable y una jubilación asegurada persiste como un fantasma que contrasta con la precarización y la incertidumbre laboral de hoy, generando una sensación de pérdida y desencanto. Esta nostalgia, lejos de ser un simple recuerdo del pasado, funciona como una barrera psicológica que impide imaginar alternativas al sistema económico vigente.

Esto ha creado un profundo sentimiento de angustia en muchos jóvenes:

Parce, mi abuelo solo llegó hasta segundo año de primaria y pudo comprar una casa en Medellín en un buen barrio con cierta facilidad y mantener a una esposa con 4 hijos. Mi papá y mi mamá alcanzaron grados escolares más altos; ambos completaron el bachillerato y llegaron hasta estudios técnicos y tecnológicos y lograron conseguir una casa, con un poco más de dificultad de que mi abuelo, pero lo lograron. Y ahora estoy yo, terminando una maestría y con ganas de hacer un doctorado, el colmo de esto es que se me ha dificultado conseguir un trabajo estable que me permita vivir y al mismo tiempo continuar con mis estudios, un licenciado con maestría diciendo eso, realmente es algo distópico, obviamente se me ha dificultado conseguir una casa sin un trabajo estable, sin tener en cuenta que los arriendos en esta ciudad están por las nubes, cualquiera se deprime. (Joven 4, comunicación personal, 2023)

Es un panorama desolador: cada vez más jóvenes se percatan de esta farsa, lo que genera una sensación de angustia ante un futuro que les fue prometido, pero que jamás existirá. La idea de progreso y estabilidad, transmitida por generaciones anteriores, se desmorona ante la precarización laboral, la crisis habitacional y la incertidumbre económica. Esta ruptura entre las expectativas

impuestas y la realidad concreta deja a muchos en un estado de desasosiego, atrapados entre la nostalgia de un pasado idealizado y la imposibilidad de proyectarse en un porvenir tangible.

4.5 Jóvenes y su experiencia habitando Medellín

A lo largo de la historia, la ciudad de Medellín ha sido particularmente hostil con su población joven. Durante décadas, los jóvenes de la ciudad han sido víctimas de las dinámicas violentas del conflicto armado interno, que afectó profundamente a Medellín. Este sector de la población, en su mayoría vulnerable y sin acceso a oportunidades, ha sido históricamente instrumentalizado en la lucha armada, convirtiéndose en carne de cañón en una guerra que desangró a la ciudad durante muchos años. La violencia estructural y la exclusión social han dejado huellas profundas en las generaciones más jóvenes, quienes han tenido que enfrentar las secuelas de un contexto marcado por la desigualdad, la pobreza y la falta de acceso a recursos para el desarrollo.

Esta clase de violencia no ha sido ejercida únicamente por actores armados como paramilitares o grupos guerrilleros, sino que también ha sido perpetrada por entes institucionales. A lo largo de décadas, la juventud de Medellín ha sido objeto de persecución por parte del aparato estatal, el cual ha limitado sus espacios de expresión y participación. Los jóvenes han sido históricamente estigmatizados y señalados por sus elecciones, ya sea por escuchar ciertos géneros musicales, vestirse de manera distinta o cuestionar el orden institucional.

Butler (2002) ha señalado cómo los estados justifican formas de violencia institucional bajo el pretexto de mantener el orden o la seguridad. La represión estatal contra los jóvenes es presentada como un mecanismo de control social que limita sus derechos y espacios de participación. Esto se alinea con el análisis de Butler (2009) sobre cómo las instituciones estatales utilizan la violencia para sostener el statu quo y deslegitimar formas de resistencia o protesta. Butler argumenta que ciertos cuerpos y vidas son considerados más valiosos que otros dentro de los marcos normativos del poder, lo que genera procesos de exclusión y precarización. En este contexto, los jóvenes que desafían las normas establecidas ya sea por su vestimenta, sus gustos musicales o su postura política son catalogados como una amenaza al orden institucional.

Esta marginación no se limita al ámbito social, sino que también se ha manifestado en formas de represión ejercidas desde las mismas instituciones de poder. En lugar de ser reconocidos como sujetos con derechos y voz propia, han sido tratados como una amenaza al statu quo. La

represión cultural y política ha operado como un mecanismo de control social, limitando sus espacios de expresión y participación, lo que no solo frena su desarrollo, sino que también perpetúa un ciclo de exclusión y violencia. En palabras de la psicóloga que hizo parte del programa de la *línea de dorada*:

Llevo varios años trabajando con jóvenes y he atendido numerosos casos de matoneo, tanto en el entorno escolar como en sus propias familias. Es común que sean objeto de burlas o agresiones debido a alguna condición física o por expresar su masculinidad de una manera distinta a la norma como por poner un ejemplo. También he recibido casos de jóvenes acosados por las mismas directivas escolares, simplemente por tener una apariencia diferente, como llevar el cabello largo o tener perforaciones en la piel. En estas situaciones, intento dialogar con sus padres o cuidadores para sensibilizarlos y orientarles sobre sus derechos. Les explico que la Constitución protege el libre desarrollo de la personalidad, lo que les otorga herramientas legales para denunciar a la institución si sus hijos están siendo discriminados. Lo más preocupante es que experiencias como estas pueden dejar marcas profundas, generando adultos frustrados y con heridas emocionales que podrían haberse evitado con una educación más inclusiva y respetuosa. (Joven 24, comunicación personal, 2023)

Irónicamente, aunque los jóvenes han comenzado a involucrarse cada vez más en política, especialmente a través de las redes sociales, se muestran profundamente apáticos hacia las administraciones públicas. Este fenómeno responde a un sentimiento de traición que prevalece entre ellos, ya que, a pesar de su creciente participación y visibilidad en los espacios digitales, perciben que sus demandas y expectativas no son tomadas en cuenta por quienes ejercen el poder. La desconfianza hacia las instituciones políticas se ha consolidado debido a la falta de respuestas concretas a sus necesidades y problemas. Este desencanto genera una desconexión entre las juventudes y las estructuras tradicionales de poder, creando un vacío en el cual las promesas de cambio se ven como vacías y distantes de la realidad que viven los jóvenes en su día a día. Los extractos de entrevistas que he compartido, junto con otros que aún faltan por incluir, reflejan una profunda ira, lo que se manifiesta en un lenguaje agresivo y directo.

Ser joven en Medellín puede ser especialmente desafiante, sobre todo para quienes crecen en barrios populares. Estos jóvenes a menudo cargan con el peso de estigmas profundamente arraigados que los asocian injustamente con la delincuencia o la violencia.

Nos cuenta una joven entrevistada:

Parce, yo crecí por allá arriba en Robledo, casi por San Cristóbal, fue jodido crecer por allá, desde muy joven me tocaba agacharse con mis hermanos porque nos daban mucho miedo las balaceras que llegaban desde la comuna 13, ahora tengo 29 y me da un poco de risa, de milagro no nos pasó nada, yo recuerdo que de adolescente para que no me molestaran los manes en la calle decía que le iba a decir a los manes de la vuelta, con eso me libré mucho del acoso callejero. (Joven 19, comunicación personal, 2023)

La percepción social y los prejuicios en contra de estas comunidades no solo limitan las oportunidades de desarrollo personal y profesional de los jóvenes, sino que también refuerzan dinámicas de exclusión y discriminación. Esta realidad compleja evidencia cómo factores estructurales y culturales perpetúan la marginalización de una parte significativa de la población juvenil de la ciudad. Nos cuenta un joven un relato sobre su vida en un barrio popular:

Mira, yo crecí en el Belén Altavista, realmente yo tengo un cierto sentimiento de cariño a la vida a principios de los 2000, ahora de adulto reconozco todo ese contexto tan gonorra en plena época de Uribe, realmente por medio la música he conseguido todo en mi vida, me salvó de ser un matón de barrio y de cuenta de ella he salido del país, no sé si te conté, pero hago parte de proyecto de bandas del barrio para ayudar en mi barrio, yo me inspiré en Miles Davis para tocar la trompeta, espero poder darle eso a alguien más. (Joven 26, comunicación personal, 2023)

Existe un sentimiento de nostalgia creciente entre los jóvenes de Medellín, especialmente aquellos provenientes de barrios marginados. A pesar de las dificultades históricas y sociales que han enfrentado, muchos de ellos buscan reescribir la narrativa de su ciudad a través de proyectos liderados por ellos mismos. Iniciativas en áreas como el arte, la música y la cultura emergen como formas de resistencia y de reivindicación de su identidad. Estos proyectos, impulsados por la

juventud, buscan ofrecer una nueva perspectiva de los barrios, alejándose de los estigmas y visibilizando las realidades, talentos y experiencias de aquellos que históricamente han sido excluidos. De este modo, la nostalgia no solo refleja un anhelo por tiempos pasados, sino también una motivación para transformar la imagen de Medellín desde una óptica fresca, positiva y cargada de esperanza.

4.6 Precarización laboral

Los jóvenes en Medellín manifiestan un profundo sentimiento de anhelo en relación con las oportunidades laborales. Anhelan la posibilidad de acceder a empleos estables que ofrezcan sueldos dignos, permitiéndoles no solo subsistir, sino también construir un futuro con mayor seguridad y autonomía. Este anhelo refleja las dificultades que enfrentan en un contexto donde las condiciones laborales suelen ser precarias, marcadas por bajos salarios, contratos temporales y falta de garantías sociales. La incertidumbre laboral no solo afecta su bienestar económico, sino también su salud mental y emocional, al sentirse atrapados en un sistema que limita sus posibilidades de desarrollo personal y profesional.

Los jóvenes que enfrentan dificultades laborales a menudo experimentan un profundo aislamiento y desamparo. La falta de oportunidades estables y bien remuneradas no solo impacta su estabilidad económica, sino que también afecta su autoestima y su sentido de pertenencia social. Esta situación puede generar sentimientos de frustración, ansiedad y desesperanza, especialmente en un contexto donde las expectativas de éxito personal y profesional se ven constantemente alimentadas por las redes sociales y las narrativas del progreso individual. Sin un apoyo adecuado por parte de las instituciones y políticas públicas, estos jóvenes se enfrentan a un sistema que no solo limita sus posibilidades de crecimiento, sino que también los deja sin herramientas para superar los retos inherentes a su situación. Lo vemos en el caso de este joven:

Parce, lo mejor que uno puede aspirar actualmente es a trabajar en un *call center* bilingüe, tener una carrera no es garantía de tener un buen trabajo con un sueldo que te permita vivir medianamente bien sin esclavizarte, casi todas las profesiones están precarizadas, es complicado conseguir un trabajo donde te paguen más de dos millones y medio, a esta ciudad no le cabe un tatuador o una modelo *webcam* más.

Cada vez que surge una profesión donde se gana medianamente bien, se satura luego de un tiempo, pasó hace un tiempo con los administradores de empresas y probablemente pase con los programadores, yo francamente espero que las IAs nos quite el trabajo a todos para ver si podemos organizarnos de una puta vez. (joven 14, comunicación personal, 2023)

Un empleo común entre los jóvenes que se encuentran en etapa universitaria es el trabajo en call centers. Este consiste en desempeñarse como asesor, ya sea por vía telefónica o a través de plataformas de chat, con el objetivo de resolver diversos inconvenientes de los clientes. Las tareas habituales incluyen gestionar quejas, procesar solicitudes de reembolsos y brindar soporte en una amplia variedad de problemas. Este tipo de empleo, aunque ofrece flexibilidad para combinarlo con los estudios, a menudo está asociado con condiciones laborales precarias, largas jornadas y altos niveles de estrés.

Este fenómeno puede relacionarse con las reflexiones de Richard Sennett (2000) sobre la precarización del trabajo. «Nada es a largo plazo», Sennett analiza cómo el empleo en la modernidad tardía se ha vuelto inestable, fragmentado y desprovisto de un sentido de trayectoria o crecimiento a largo plazo.

Los *call centers* representan un ejemplo claro de esta transformación del mundo laboral. Aunque permiten cierta flexibilidad para los estudiantes, sus condiciones refuerzan la lógica de un mercado donde el trabajador es fácilmente reemplazable, las oportunidades de ascenso son limitadas y el desgaste emocional es elevado. Además, estos empleos fomentan una relación impersonal con el trabajo, donde la comunicación está mediada por guiones rígidos y métricas de productividad que deshumanizan la experiencia laboral.

Sennett (2000) argumenta que este tipo de empleos afectan la identidad y la capacidad de los jóvenes para proyectarse en el futuro, pues impiden el desarrollo de habilidades significativas y refuerzan la idea de que la vida laboral es una serie de contratos temporales sin estabilidad ni propósito. Así, el empleo en call centers encarna la precarización laboral que Sennett describe, donde la incertidumbre y la falta de arraigo en el trabajo generan un impacto profundo en la construcción del carácter y la experiencia de los jóvenes en el mundo contemporáneo.

Muchos jóvenes perciben el trabajo en un call center como un recurso temporal, una especie de "escampadero" para obtener ingresos mientras enfrentan otras responsabilidades, como los estudios o la búsqueda de un empleo más estable. Sin embargo, este tipo de trabajo a menudo

implica un alto costo personal, ya que exige largas jornadas laborales, objetivos difíciles de cumplir y un ambiente caracterizado por el estrés constante. Como resultado, los jóvenes terminan sacrificando su tiempo y, en muchos casos, su salud mental, enfrentando agotamiento emocional y una sensación de estancamiento profesional.

La comunicación anterior de a entender que entre la juventud predomina un sentimiento de "no futuro", caracterizado por la incertidumbre y el desencanto respecto a las posibilidades de estabilidad. En el contexto actual, incluso obtener un título universitario, tradicionalmente considerado un paso clave hacia la estabilidad y el éxito, ya no garantiza oportunidades laborales adecuadas ni condiciones de vida dignas.

Mira, yo soy la primera en mi familia que puede ir a la universidad y francamente me pone muy mal el saber que se me dificultará mucho conseguir trabajo estable, el futuro es poco alentador y eso que estudio una ingeniería, y no sé... no sé, yo sé que es una mentira, pero desde niña me dicen sobre ese mito del esfuerzo de "si te esfuerzas conseguirás todo lo que quieres" y es obvio que es una falsedad. (Joven 19, comunicación personal, 2023)

Esta situación refleja un deterioro en la percepción de movilidad social, donde el esfuerzo académico no se traduce en seguridad económica, lo que refuerza el desencanto de los jóvenes hacia un sistema que parece incapaz de responder a sus expectativas y necesidades.

Existe un profundo desconsuelo entre los jóvenes frente a las ofertas laborales actuales. A pesar de los derechos conquistados a lo largo de décadas gracias a las luchas obreras, persiste la percepción de que estos avances no se reflejan en las condiciones laborales y económicas contemporáneas. Esta generación enfrenta un panorama en el que los salarios ofrecidos resultan insuficientes para cubrir el alto costo de vida, generando una sensación de precariedad constante. La brecha entre las expectativas de estabilidad económica y la realidad del mercado laboral alimenta un sentimiento generalizado de frustración, descontento y resignación frente a un sistema que parece no priorizar el bienestar integral de sus trabajadores.

Muchos Jóvenes optan por buscar otro tipo de alternativas de ingresos a los empleos tradicionales para cubrir sus necesidades, entre ellas destaca el modelaje webcam y/o la venta de contenido por medio de plataformas como *Onlyfans*. Aunque esta industria ha experimentado un crecimiento significativo, se encuentra altamente saturada, lo que dificulta la estabilidad financiera

para quienes deciden ingresar en busca de una fuente rápida de dinero. Una joven entrevistada nos cuenta su experiencia trabajando en estudios *webcam*:

Parce, yo hace unos años trabajé con un estudio *webcam* y fue casi la misma chimbada que estar contratada en un *call center*, para entrar te pintan el cielo en tierra y luego esas gonorreas se quedan con el 40% de lo que ganas, ahora me va mejor vendiendo contenido por redes, antes usaba el *Onlyfans* pero no conseguía plata, la verdad es que este mundo no es nada sencillo, la competencia es muy alta, Colombia es un país como muchos modelos *webcam* y las ganancias son muy relativas, además de eso, la sociedad nos trata como escoria, en especial los hombres y es muy irónico; nos tratan como si hubiésemos vendido a Jesús y luego por interno nos piden que les regalemos cosas gratis. (joven 20, comunicación personal, 2023)

Este fenómeno afecta especialmente a las mujeres, quienes constituyen la mayoría en este ámbito. Sin embargo, muchas de ellas no logran dimensionar el impacto emocional que conlleva dedicarse a esta actividad, marcada por largas horas frente a la cámara, la constante interacción con usuarios, y la dependencia económica de los *tokens* o pagos que estos realicen. Esta dinámica puede generar un desgaste emocional considerable, sumado a la incertidumbre financiera y los estigmas sociales asociados al trabajo en esta industria.

La precarización laboral de la juventud en Medellín evidencia la fragilidad del mito de la meritocracia, mostrando cómo el esfuerzo individual no es suficiente para garantizar el éxito en un contexto donde predominan condiciones materiales y estructurales adversas. Factores como la desigualdad social, la falta de oportunidades, la informalidad laboral y las barreras económicas limitan significativamente las posibilidades de estabilidad, dejando claro que muchas variables que determinan el futuro de los jóvenes están fuera de su control. Este escenario subraya la necesidad de repensar las narrativas individuales del éxito y adoptar un enfoque más estructural para abordar las problemáticas que afectan a esta población.

4.7 Drogas y juventud

La juventud en Medellín enfrenta un contexto complejo que propicia el inicio temprano en el consumo de drogas. Factores como la falta de oportunidades, la desintegración familiar, la influencia de grupos sociales, y la exposición a ambientes marcados por la violencia y la desigualdad contribuyen a esta problemática. A pesar de los esfuerzos institucionales por prevenir y tratar el consumo, aún persisten vacíos en las políticas públicas, así como una insuficiencia en programas de acompañamiento integral que aborden las causas estructurales de esta realidad. Este estigma, que etiqueta al joven como "drogadicto", agrava aún más la situación al generar exclusión social y dificultad para acceder a tratamientos adecuados. La percepción negativa que se tiene sobre las personas que consumen drogas crea barreras para la rehabilitación, ya que muchos se sienten avergonzados o temen ser juzgados, lo que perpetúa su aislamiento y vulnerabilidad. Además, este estigma limita las posibilidades de un apoyo real por parte de la sociedad y las instituciones, que deberían brindar espacios de comprensión, prevención y tratamiento sin condenar a quienes luchan con esta problemática.

Un joven entrevistado nos cuenta sobre la percepción de ser “drogadicto”:

Parce, esta ciudad está llena de drogadictos, muchas tías y señoras en el barrio viven escandalizadas por los mariguaneros, pero nunca les ha tocado un taxista periquero, gran parte de la gente es adicta a algo, solo que no saben porque tienen una imagen distorsionada de lo que es un drogadicto, la gente que abusa de pastillas o el alcohol también son drogadictos, si se dieran cuenta la cantidad de gente a su alrededor que consume algo, seguro no volverían a salir de su casa. (Joven 19, comunicación personal, 2023)

El estigma asociado al consumo de drogas refleja una doble moral profundamente arraigada en la sociedad. Mientras el alcohol y el tabaco, que también tienen consecuencias significativas para la salud, son ampliamente aceptados e incluso normalizados en contextos sociales y culturales, otras sustancias son rápidamente criminalizadas y asociadas con marginalidad. Esta diferencia en el tratamiento no solo evidencia una falta de coherencia en las políticas de salud pública, sino que también perpetúa desigualdades al castigar de manera desproporcionada a quienes consumen sustancias consideradas "ilegales". Además, esta criminalización obstaculiza el acceso a programas

de reducción de daños y tratamiento, generando un círculo vicioso de exclusión y estigmatización. Una joven entrevistada nos cuenta su experiencia consumiendo drogas ilegales:

Parce, yo empecé a consumir perico desde que estaba muy chiquita, no sé, me ayudaba a darme energía, no pude sobrellevar la muerte de mi hermano, en ocasiones lo dejo, pero cuando estoy muy estresada o pasando por un rato complejo vuelvo a él, lo detesto, he ido a rehabilitación varias veces, pero no sé, quizá yo esté mal de la cabeza y no sirva para ser una adulta funcional. (Joven 20, comunicación personal, 2023)

El consumo de drogas entre la juventud de Medellín es un fenómeno que responde a múltiples factores sociales y personales. Para algunos jóvenes, el consumo se convierte en una forma de adaptarse o pertenecer a determinados espacios o grupos sociales, donde estas prácticas se perciben como una norma implícita para la aceptación. Por otro lado, muchos recurren a las sustancias como una estrategia de afrontamiento frente a angustias, presiones y problemas personales, buscando en ellas una válvula de escape ante las dificultades emocionales o económicas que enfrentan en su entorno cotidiano. Fisher (2016) argumenta que el realismo capitalista impide imaginar alternativas reales, atrapando a las personas en un ciclo donde el consumo de drogas se convierte en una respuesta ante un malestar estructural que se presenta como una condición inmodificable. De esta manera, las sustancias funcionan no solo como un escape, sino como una manifestación de la crisis psicológica y emocional inducida por el capitalismo tardío.

Este panorama subraya la urgencia de un abordaje integral por parte de los entes estatales, con programas efectivos y centrados en el bienestar de los consumidores. Es necesario superar los discursos punitivos tradicionales, que históricamente han demostrado ser ineficaces, para adoptar enfoques basados en la prevención, el acompañamiento psicológico y la reducción de daños. Estas estrategias deben reconocer el consumo de sustancias como un problema de salud pública y no simplemente como un asunto criminal, promoviendo alternativas que prioricen la inclusión, la rehabilitación y el apoyo social.

4.8 Estigmas relacionados a la salud mental

A pesar de que en la actualidad la salud mental ha ganado espacio en las conversaciones públicas, sigue siendo un tema rodeado de estigmas, especialmente para la población joven. Muchas personas aún enfrentan barreras sociales, culturales e incluso familiares que dificultan hablar abiertamente sobre sus emociones, buscar ayuda profesional o expresar sus necesidades psicológicas. Este estigma perpetúa el aislamiento y la desinformación, obstaculizando la creación de espacios seguros y accesibles para abordar las problemáticas relacionadas con la salud mental de manera integral. Un joven entrevistado me comenta al respecto:

Parce, no sé, yo afortunadamente sé que soy neurodivergente⁶. Desde hace muchos años llevo un proceso con psicología y psiquiatría con ayuda de mis papás, aunque la vaina es jodida, tienes que hacer “masking” en muchos espacios, principalmente en entornos laborales, porque si se dan cuenta que tienes una condición de este estilo te descartan de una para siempre, por eso me da tanto miedo cuando voy a ingresar a una trabajo, no estoy seguro si pueden ingresar a tu historial médico en esos exámenes médicos para las empresas, pero siempre me genera demasiada tensión. (joven 13, comunicación personal, 2023)

Los entornos laborales suelen ser especialmente desafiantes para los jóvenes con alguna forma de neurodivergencia, como el TDAH, el autismo o la dislexia. Estas personas a menudo se ven obligadas a realizar un sobreesfuerzo para enmascarar sus diferencias y ajustarse a las normas laborales tradicionales, un fenómeno conocido como “camuflaje” o, como decía mi interlocutor, “*masking*”. Este esfuerzo constante no solo resulta agotador, sino que también puede desencadenar o agravar problemas de salud mental, como la ansiedad y la depresión. La falta de comprensión y adaptaciones en los espacios laborales contribuye a un entorno que no favorece el bienestar ni el desarrollo pleno de estos jóvenes.

Desde la perspectiva de Fisher (2016), el *masking* es un reflejo del realismo capitalista, en el que las personas deben adaptarse constantemente a las exigencias del sistema laboral, aun cuando

⁶ Una persona neurodivergente es aquella que tiene un cerebro que funciona de manera diferente a lo que se considera normal. Esto puede afectar la forma en que piensa, aprende, se comporta o procesa la información.

estas vayan en contra de su bienestar. Fisher (2016) argumenta que el capitalismo no solo estructura la economía, sino también la subjetividad de los individuos, imponiendo un modelo de productividad que castiga cualquier diferencia y naturaliza la ansiedad y la depresión como problemas individuales, en lugar de reconocerlos como síntomas de un sistema opresivo.

Por otro lado, Butler (2002) plantea que la identidad es performativa, es decir, no es algo fijo, sino que se construye a través de actos repetitivos regulados por normas sociales. En este sentido, el *masking* puede verse como una forma de performatividad forzada dentro del espacio laboral, donde los jóvenes deben actuar de cierta manera para encajar en un modelo que no los reconoce ni los representa. Esta imposición genera una violencia simbólica que limita la autenticidad y refuerza estructuras de exclusión.

ambos autores permiten comprender cómo las dinámicas del capitalismo y las normas sociales obligan a ciertos cuerpos a ocultar su identidad para poder participar en el mercado laboral, generando un desgaste emocional y psicológico que es ignorado por el sistema.

Los prejuicios y estigmas hacia los jóvenes con neurodivergencias no se limitan a los entornos laborales; con frecuencia, también se manifiesta en sus propios hogares. Una joven nos cuenta su experiencia con los estigmas sobre salud mental en su hogar:

Mira, yo fui diagnosticada con autismo hace poco, mi relación con mi madre nunca fue buena, ella es una persona demasiado religiosa, no estoy exagerando y eso que incluso siento que estoy siendo un poco modesta con ella. Nunca me entendió y no se interesó por hacerlo, la relación solo mejoró cuando me fui de la casa, constantemente me hacía sentir como un bicho raro o una vaga perezosa. Fue triste y agotador, en cierta medida no la culpo, cree que los psicólogos y psiquiatras son creaciones del diablo. (Joven 28 comunicación personal, 2023)

Este tipo de exclusión o incompreensión puede surgir de la falta de información sobre las particularidades de la neurodivergencia o de expectativas inflexibles que no consideran las necesidades específicas de estos jóvenes. En muchos casos, las familias tienden a interpretar las conductas neurodivergentes como falta de esfuerzo o rebeldía, lo que puede generar tensiones y dinámicas familiares perjudiciales. Este entorno de invalidación afecta significativamente la autoestima de los jóvenes y refuerza estigmas que luego se replican en otros ámbitos de la sociedad.

4.9 Gentrificación y crisis de vivienda

Uno de los factores que genera mayor malestar entre los jóvenes de Medellín es la creciente imposibilidad de acceder a una vivienda propia en el futuro. En las últimas décadas, adquirir una vivienda se ha convertido en una tarea cada vez más difícil. La especulación inmobiliaria, el aumento desproporcionado de los precios, los salarios que no se ajustan al costo de vida y la creciente demanda en las zonas urbanas son algunos de los factores que han contribuido a esta problemática.

Este fenómeno puede analizarse desde la perspectiva de Henri Lefebvre (1968). Para Lefebvre (1968), la ciudad no es solo un espacio físico, sino un lugar donde los habitantes tienen el derecho de habitar, apropiarse y transformar su entorno en función de sus necesidades. Sin embargo, la especulación inmobiliaria y la mercantilización del suelo urbano han restringido este derecho, desplazando a las poblaciones vulnerables y convirtiendo la vivienda en un privilegio en lugar de un derecho accesible.

En Medellín, el aumento desproporcionado de los precios y la desconexión entre los salarios y el costo de vida reflejan una lógica de acumulación que prioriza el capital sobre las necesidades sociales. Este proceso excluye a los jóvenes de la posibilidad de acceder a una vivienda digna, limitando su autonomía y perpetuando condiciones de precariedad. Así, la ciudad deja de ser un espacio de inclusión y participación para convertirse en un territorio marcado por desigualdades, donde solo quienes pueden adaptarse a las dinámicas del mercado inmobiliario pueden aspirar a establecerse y construir un futuro estable.

Aunque esta no es exclusiva de la ciudad, ya que en muchas partes del mundo los precios de la vivienda y los alquileres se han disparado debido a la especulación inmobiliaria, en Medellín este fenómeno se ve agravado por un proceso acelerado de gentrificación.

Pana, yo sé que no estudié una ingeniería ni nada, yo sé que eso es un cuento chimbo de que si uno se mete a humanidades se va a morir de hambre, pero para qué carajo pienso en eso, sé que nunca podré comprar una casa en Medellín, ¿en qué momento conseguiré 400 millones de pesos sin tener que endeudarme 40 años para comprar una casa? Hay un montón de gringos malparidos comprando casas a precio de huevo por la diferencia de divisas, es complicado encontrar un arriendo menor a palo y medio en un estrato 3, realmente de quién

es la ciudad, tanto que se creen los paisas de avispados o echados pa' lante y le regalaron la ciudad a un montón de gringos desabridos y puteros. (Joven 24, comunicación personal, 2023)

Este proceso, caracterizado por la transformación de barrios tradicionales en zonas de alto valor económico, ha desplazado a comunidades de larga data y limitado aún más las opciones habitacionales accesibles para las nuevas generaciones. Para los jóvenes, esta situación no solo representa una barrera económica, sino también una pérdida de identidad y pertenencia a sus territorios.

Una de las principales exigencias de la juventud en Medellín hacia las entidades de control es la regulación de los precios de los alquileres, que en los últimos años han aumentado considerablemente, dificultando el acceso a una vivienda digna. Además, proponen establecer restricciones que impidan a extranjeros no residentes adquirir propiedades en la ciudad, señalando que esta práctica contribuye a la especulación inmobiliaria y a la gentrificación, lo que desplaza a las comunidades locales y agrava la crisis de acceso a la vivienda.

Pana, las últimas administraciones se le han abierto de patas a todos esos gringos y a nosotros solo nos voltean a ver en época de elecciones, nunca les hemos importado, ¿cómo es posible que cualquier extranjero con plata se compre 7 casas en un mes? Supuestamente la constitución declara la vivienda como un derecho, ¿pero para quién realmente? (Joven 15, comunicación personal, 2023)

Como se ha observado en otros hallazgos en la presente investigación, existe un profundo sentimiento de apatía entre los jóvenes hacia los gobiernos locales. Esta percepción está fundamentada en un sentimiento de abandono, ya que consideran que las políticas públicas no abordan de manera efectiva sus necesidades y problemáticas específicas. Este distanciamiento emocional y político refuerza la desconfianza en las instituciones y dificulta la construcción de un diálogo genuino entre la juventud y las administraciones locales.

4.9 Discursos de odio

Una proporción significativa de las personas no es plenamente consciente de la cantidad de discursos de odio falsos o manipulados que circulan en las redes sociales. Volviendo a Fisher (2016), las personas están profundamente agotadas por las dinámicas del realismo capitalista: la imposibilidad de acceder a una vivienda, la precariedad laboral y las barreras para recibir atención en salud mental. En un primer momento, el sistema atribuye la responsabilidad de estos problemas al individuo, exigiéndole resiliencia y autosuperación. Sin embargo, cuando esta narrativa deja de ser efectiva, el discurso se desplaza hacia la búsqueda de chivos expiatorios, culpando a las minorías por poner un ejemplo de las crisis estructurales que el propio sistema ha generado.

Este fenómeno, amplificado por algoritmos que priorizan el contenido polémico y de alto alcance emocional, crea un caldo de cultivo para la desinformación y la polarización. Los discursos de odio, muchas veces disfrazados de libertad de expresión o presentados fuera de contexto, no solo distorsionan la percepción de la realidad, sino que también perpetúan prejuicios, estigmas y divisiones sociales.

Parce, yo borré *Twitter* porque quedé mamada de toda la dinámica de esa red, mamada quedé, es gente burlándose de desgracias ajenas de la forma más deshumanizante posible, hablando de temas de triviales, gas. Desde que la compró Elon Musk solo hay *bots*, porno y nazis. (Joven 19, comunicación personal, 2023)

La exposición constante a discursos de odio puede ser extremadamente peligrosa, especialmente para quienes no cuentan con las herramientas necesarias para discernir entre la verdad y la desinformación. Estos discursos, diseñados para generar polarización y reforzar estereotipos negativos, pueden normalizar actitudes discriminatorias y fomentar comportamientos violentos. Sin un pensamiento crítico y sin acceso a educación en alfabetización digital, las personas pueden interiorizar estas narrativas como verdades, lo que perpetúa el ciclo de odio y exclusión.

Los jóvenes mantienen una relación compleja y contradictoria con las redes sociales, que podría describirse como una dinámica entre torturador y torturado. Aunque muchos son conscientes

de los riesgos asociados, como la adicción, la ansiedad y la exposición a discursos tóxicos, les resulta casi imposible desvincularse de estas plataformas.

Parce, yo todos los días reviso redes sociales, en los días más tranqui comparto unos cuantos memes en *Instagram* o *Facebook*, normalmente yo comparto música, cuentos chismes sobre mi vida, constantemente me saturó y cierro esperando que sea la última vez que tengo que lo hago, llega un punto en que me desespera tanto perderme algo que lo tengo que abrir, es como tener un síndrome de abstinencia. (Joven 25, comunicación personal, 2023)

Las redes se han integrado profundamente en su vida cotidiana: son el espacio donde socializan, establecen relaciones amorosas, se informan, buscan empleo e incluso construyen su identidad. En este contexto, imaginar un mundo sin redes sociales parece inconcebible para muchos, lo que evidencia no solo su dependencia, sino también la transformación de estas herramientas en una necesidad percibida, casi indispensable, para navegar en la realidad contemporánea.

4.10 Migración

Desde el inicio de la pandemia, Medellín ha enfrentado una problemática asociada con los llamados nómadas digitales. Estos son, en su mayoría, extranjeros provenientes de Europa, Estados Unidos y Canadá, quienes, gracias a sus empleos remotos, tienen la posibilidad de vivir y trabajar desde cualquier parte del mundo.

Retomando a Sennet (2000) El concepto de nómada digital se ha convertido en una de las formas en que el sistema promociona los supuestos beneficios descentralizado y desregulado. Se presenta como una alternativa idealizada, donde la libertad geográfica y la flexibilidad horaria permiten a las personas vivir y trabajar desde cualquier lugar del mundo. Sin embargo, esta narrativa ignora las desigualdades estructurales que hacen que esta opción sea inviable para la mayoría de la población. No todos tienen acceso a empleos que permitan este estilo de vida, ni cuentan con los recursos económicos, la estabilidad laboral o las condiciones sociales necesarias para sustentarlo. En la práctica, el trabajo remoto sigue estando atravesado por dinámicas de

precarización, vigilancia digital y sobrecarga laboral, lo que evidencia las limitaciones de este modelo para la mayoría de los trabajadores.

Este fenómeno ha tenido un impacto significativo en la ciudad, los nómadas digitales consumen en restaurantes, alojamientos y espacios de *coworking*, lo que dinamiza ciertos sectores. Sin embargo, su llegada masiva ha generado tensiones importantes, especialmente en temas como el aumento del costo de vida, la especulación en los precios de alquileres y la gentrificación de algunos barrios, que antes eran accesibles para la población local.

Parce, perdimos la ciudad de cuenta de los gringos, ahora sale la noticia de un extranjero blanco que viene de visita, todo bien, a mí me encanta *Tony Hawk*, luego me doy cuenta que la gonorrea compra unas 20 casas, es demasiado injusto, vi en redes en estos días que estaban molestos porque no hablábamos inglés en establecimientos, que coman mierda, cada vez que un latino va a Europa o a Norteamérica tenemos que aprender su idioma, ¿por qué ellos no pueden hacer lo mismo? (joven 17, comunicación personal, 2023)

Este desplazamiento indirecto de los residentes tradicionales, especialmente en áreas populares como El Poblado, Laureles o incluso sectores emergentes como Envigado, ha encendido el debate sobre la regulación de este tipo de turismo laboral y sobre cómo equilibrar las necesidades de los habitantes locales con la creciente demanda de espacios y servicios por parte de estos nuevos residentes temporales.

Este doble estándar en la percepción sobre la migración evidencia profundas tensiones sociales y prejuicios estructurales en Medellín y otras ciudades que enfrentan dinámicas similares. Por un lado, sectores de la población defienden la llegada de los nómadas digitales, argumentando que aportan al desarrollo económico, dinamizan ciertos sectores como el turismo y el comercio, y proyectan una imagen cosmopolita de la ciudad. Sin embargo, estas mismas personas pueden criticar abiertamente la migración venezolana, asociándola con estigmas de pobreza, delincuencia o competencia laboral desleal.

El problema no radica en la migración en sí misma, sino en la forma en que se construyen las narrativas sociales en torno al migrante. Mientras que el nómada digital suele ser percibido como un "profesional exitoso" o un "motor económico", el migrante venezolano —por su situación de precariedad— es muchas veces reducido a la figura del "intruso" que genera problemas. Esta

dicotomía refleja no solo clasismo, sino también una falta de reflexión crítica sobre los privilegios que acompañan ciertas formas de movilidad y los retos reales que enfrentan las personas migrantes en situación de vulnerabilidad.

Es necesario cuestionar estas percepciones, comprender las complejidades de la migración en todas sus formas y trabajar hacia una sociedad más inclusiva que valore a las personas por su humanidad y no solo por su capacidad de consumo o nivel socioeconómico.

4.11 Influencers

Los *influencers* son individuos que se dedican a la creación de contenido en diversas redes sociales, generando publicaciones diseñadas para captar la atención de una audiencia específica y, al mismo tiempo, monetizar sus interacciones. Este modelo de trabajo se basa en aprovechar la visibilidad y el alcance que ofrecen las plataformas digitales, convirtiendo la influencia social en una fuente de ingresos a través de colaboraciones con marcas, patrocinios, publicidad directa y, en algunos casos, la venta de productos o servicios propios.

A menudo, los *influencers* se especializan en temas o nichos particulares, como moda, fitness, tecnología, viajes, estilo de vida, entretenimiento, entre otros, lo que les permite conectar con audiencias segmentadas y construir una base de seguidores leales. Su capacidad para moldear tendencias, generar opinión y promover productos ha convertido a esta figura en un actor central dentro de la economía digital y el marketing contemporáneo.

Sin embargo, este fenómeno también plantea interrogantes y críticas, como la precarización laboral, la presión constante por mantener relevancia, y la responsabilidad ética asociada a su influencia, especialmente entre audiencias jóvenes.

Retomando a Butler (2002) y su concepto de la performatividad, convertirse en *influencer* implica una constante reconstrucción de la identidad, donde la autenticidad se diluye en función de las expectativas del mercado digital. En muchos casos, la personalidad del creador de contenido no es una expresión genuina de su ser, sino una construcción calculada y ajustada a las demandas de la audiencia, los algoritmos y las tendencias de las plataformas. Este fenómeno refleja cómo la identidad no es algo fijo, sino una serie de actos repetidos y regulados por estructuras sociales y económicas que determinan qué tipo de expresiones son más visibles, rentables y validadas en el espacio digital.

En la actualidad, un número considerable de jóvenes aspira a construir carreras basadas en las redes sociales, inspirados por el éxito de muchos *influencers* que logran convertir su presencia digital en una fuente de ingresos. Esta tendencia refleja no solo el impacto cultural y económico de las plataformas digitales, sino también una reconfiguración de las aspiraciones laborales de las nuevas generaciones, que priorizan la flexibilidad, la independencia y la creatividad.

Sin embargo, este fenómeno trae consigo diversos desafíos. La saturación de las redes sociales y la competitividad inherente hacen que sobresalir en este entorno sea extremadamente difícil. Además, muchos jóvenes subestiman las habilidades técnicas, el tiempo y el esfuerzo necesarios para generar contenido de calidad y mantener la relevancia en un mercado en constante cambio. A esto se suma el desgaste emocional que puede implicar la exposición constante a la opinión pública, la búsqueda de validación a través de métricas como *likes* y seguidores, y la presión por mantener una imagen idealizada. En entrevista con una psicóloga que ha ido profundizando en este tema, ella me expresa:

Mira, actualmente los jóvenes son más vulnerables que nunca y por eso nuestra profesión está en un momento crucial, hay tanto charlatán en redes sociales llenándose los bolsillos con supuestos consejos, cursos de autoayuda, meditación o peor aún, reforzando ideas con retrogradadas como lo que propone el Temach⁷ de la gente alto valor. Realmente los gobiernos deberían prohibir que se viralicen ese tipo de contenidos; están llevando a los jóvenes por ideas erróneas, como la relación con uno mismo, con la familia y con los amigos, yo sé que es muy difícil que el gobierno apruebe algo así, pero es una cosa jodida la clase de contenido que hay disponible en redes sociales. (psicóloga 2, comunicación personal, 2023)

En la actualidad, uno de los fenómenos más preocupantes en el ámbito de las redes sociales es la influencia de creadores de contenido que promueven ideologías retrógradadas, como las asociadas al Temach. Este creador de contenido refuerza narrativas patriarcales, tradicionales y discriminatorias bajo la apariencia de análisis lógico o práctico, lo que les permite ganar tracción

⁷ Luis Castilleja, conocido en redes sociales como “Temach”, es un influencer mexicano que ha ganado popularidad en plataformas como TikTok e Instagram. Su contenido se centra en consejos o tips sobre relaciones y superación personal. Es una figura polémica porque muchos de sus consejos refuerzan valores conservadores sobre las relaciones de pareja, promoviendo una visión tradicional del rol del hombre y la mujer, lo que ha generado debates y críticas en redes sociales.

entre ciertos sectores de la audiencia, especialmente jóvenes que buscan orientación en un mundo digital complejo.

Estos *influencers* se vuelven peligrosos porque no solo perpetúan discursos de odio o discriminación, sino que además lo hacen disfrazados de modernidad y racionalidad, logrando así captar un público más amplio. Utilizan estrategias como el empleo de datos sesgados, argumentos simplistas o la desinformación para validar sus posturas, al tiempo que desacreditan perspectivas progresistas.

El impacto de estas narrativas es profundo, ya que refuerzan estereotipos de género, promueven dinámicas tóxicas en las relaciones interpersonales y limitan la posibilidad de un diálogo abierto y respetuoso sobre temas cruciales como la igualdad de género, la diversidad y los derechos humanos. Ante este panorama, resulta urgente reflexionar sobre el papel de las plataformas digitales en la difusión de estos discursos y sobre la responsabilidad tanto de los creadores de contenido como de las audiencias para contrarrestarlos con pensamiento crítico y educación en valores inclusivos.

5 Discusión

La juventud en Medellín enfrenta múltiples desafíos, entre ellos la precarización laboral, la exclusión social y los problemas de salud mental. A pesar de que el bienestar emocional es un tema cada vez más presente en el discurso público, las políticas existentes siguen siendo ineficientes. La atención a la salud mental continúa siendo reducida a enfoques individuales y estigmatizantes, lo que limita el acceso a soluciones reales y estructurales.

A partir de la investigación realizada, es evidente que muchos de los problemas de salud mental en los jóvenes de Medellín no surgen de manera aislada, sino que son el resultado de factores estructurales. La dificultad para acceder a una vivienda digna, el impacto de la gentrificación y las presiones impuestas por los estándares de las redes sociales son solo algunas de las condiciones que profundizan el malestar juvenil, generando un sentimiento de incertidumbre y desamparo.

Los adultos han construido y reproducido una visión idealizada de Medellín, basada en un imaginario de prosperidad y riqueza que nunca existió para la mayoría de las personas. Esta narrativa ha generado en la juventud un anhelo por alcanzar ciertos beneficios y oportunidades que, en la práctica, resultan inaccesibles debido a las condiciones económicas y sociales actuales. Esto desmonta muchos mitos, ya que históricamente Colombia ha sido un país profundamente desigual y Medellín no es la excepción. A pesar de ello, los adultos suelen criticar a la juventud, tildándola de vaga y perezosa, sin reconocer las barreras estructurales que limitan su acceso a oportunidades. Estas críticas ignoran cómo factores como la precarización laboral, la crisis de la vivienda y la inestabilidad económica afectan directamente el futuro de los jóvenes.

Este panorama ha transformado la forma en que los jóvenes perciben su futuro y su papel en la sociedad. La inmediatez y la volatilidad de las redes sociales no solo han alterado las dinámicas de las relaciones interpersonales, sino que también han redefinido las expectativas sobre el éxito y la estabilidad. En un contexto donde la viralidad puede abrir puertas económicas, pero también traer una notoriedad fugaz, la idea de construir un proyecto de vida a largo plazo se vuelve cada vez más difusa, alimentando la incertidumbre y reforzando la sensación de precariedad.

Hoy, las plataformas digitales permiten que estas discusiones se expandan con mayor alcance, generando debates, pero también reproduciendo estigmas y desinformación. Cualquier tema de discusión puede volverse viral, polarizando opiniones y dividiendo a la audiencia en

bandos opuestos. Sin embargo, esta efervescencia suele ser efímera, ya que, en poco tiempo, la atención se desplaza hacia la siguiente controversia viral, dejando sin resolver los problemas de fondo

La idea de la viralidad efímera puede complementarse con las reflexiones del sociólogo Richard Sennett en *La corrosión del carácter* (2000), donde plantea que, en la actualidad, “nada es a largo plazo”. Así como en el ámbito laboral los empleos permanentes han sido reemplazados por proyectos flexibles y temporales, generando incertidumbre en los trabajadores. Esta dinámica no solo afecta el ámbito laboral y digital, sino que también repercute en la vida cotidiana de las personas. La falta de estabilidad y la inmediatez con la que todo cambia fomentan relaciones superficiales, donde las conexiones humanas se vuelven efímeras y desechables. Además, esta incertidumbre constante genera una profunda ansiedad por el futuro, ya que las personas sienten que no pueden hacer planes a largo plazo ni contar con certezas en ningún aspecto de sus vidas.

Esta sensación de inestabilidad y falta de futuro lleva a muchos jóvenes en Medellín a enfocarse únicamente en el presente, sin la expectativa de construir algo duradero. En muchos casos, esto deriva en una espiral hedonista, donde el disfrute inmediato se convierte en la prioridad, ya sea a través del consumo, el ocio o la evasión. Sin oportunidades claras de estabilidad económica y social, la noción de sacrificarse por un futuro mejor pierde sentido, reforzando la idea de que lo único seguro es el ahora.

Con esto volvemos al punto de partida: una juventud atrapada en la ansiedad por el futuro, que encuentra en el consumo y el ocio una forma de evadir una realidad percibida como incierta e inalcanzable. Es fundamental reconocer que estos no son hechos aislados, sino parte de un ciclo en el que cada factor actúa como un detonante dentro de una espiral más amplia de precariedad y descontento.

Las preguntas que surgen de esta investigación para el futuro cercano son: ¿Qué medidas puede tomar el Estado para garantizar condiciones laborales estables y acceso a vivienda para los jóvenes? Lo que resulta evidente es la necesidad de transformar la relación entre el Estado y la juventud, garantizando oportunidades reales de empleo digno y posibilidad de una pensión. Sin estos cambios, la incertidumbre y la precariedad seguirán marcando el horizonte de las nuevas generaciones.

¿Cómo podrían reformarse las políticas de salud mental para abordar de manera integral los problemas que afectan a la juventud? Para reformar las políticas de salud mental y abordar de

manera integral los problemas que afectan a la juventud, es fundamental diseñar programas que respondan a la realidad de los jóvenes en Medellín. Estos deben reconocer que los problemas de salud mental no surgen en el vacío, sino que están profundamente vinculados a factores estructurales como la desigualdad, la violencia y la precarización laboral. Es necesario alejarse de una retórica individualista que responsabiliza a los jóvenes por su sufrimiento y, en su lugar, adoptar un enfoque colectivo que atienda las raíces del problema.

¿De qué manera las instituciones educativas pueden adaptarse para reducir la presión y la precarización en carreras altamente demandantes como por ejemplo medicina? Casos como los de Catalina Gutiérrez y Johan Sebastián Castellanos han evidenciado las graves consecuencias de la presión académica, la precarización laboral y la ausencia de una atención estructural a la salud mental. Estos hechos deberían marcar un precedente en la forma en que se enseña medicina y en la manera en que las instituciones académicas abordan el bienestar de sus estudiantes. No pueden seguir ocurriendo más tragedias por un sistema que ignora el agotamiento y el sufrimiento de quienes se forman en sus aulas.

La discusión no puede desviarse hacia la retórica simplista de que "las generaciones actuales son débiles y sensibles", una narrativa que minimiza problemas estructurales y evita cualquier tipo de cambio real. En lugar de reforzar discursos de resistencia individual, las instituciones deben replantear sus métodos de enseñanza y garantizar que la formación académica no implique un riesgo para la integridad física y mental de los estudiantes. La exigencia no debería ser sinónimo de maltrato ni la excelencia académica un camino de sufrimiento.

¿Cómo influyen las redes sociales en la construcción de identidad y en la salud mental de los jóvenes? Las redes sociales se han convertido en el principal centro de información a nivel global, moldeando la forma en que las personas perciben y experimentan el mundo. Lo que en un principio surgió como un espacio de entretenimiento y desconexión, ahora puede resultar abrumador, saturando a los usuarios con una avalancha constante de noticias, tendencias y debates. Paradójicamente, muchas personas buscan refugio en la realidad misma, alejándose de las pantallas para escapar de la sobreexposición y el agotamiento digital.

Las redes sociales influyen de manera significativa en la construcción de identidad y en la salud mental de los jóvenes, pues funcionan como espacios donde exploran quiénes son, cómo quieren ser percibidos y qué valores adoptan. En este contexto, se hace necesario un enfoque educativo y estructural que fomente un uso crítico de las redes sociales, promoviendo espacios

digitales más saludables y una comprensión más profunda de los efectos psicológicos que estas plataformas pueden generar

¿Qué estrategias pueden implementarse para mitigar la propagación de discursos de odio y desinformación en estos espacios digitales? Este es un tema complejo que requiere una mirada integral. En la actualidad, los jóvenes tienen acceso a las redes sociales desde una edad temprana, lo que les permite interactuar con una enorme cantidad de información sin necesariamente contar con las herramientas para analizarla de manera crítica. Plataformas como *TikTok* e *Instagram* pueden ser espacios de socialización y aprendizaje, pero también pueden verse expuestos a escenarios de desinformación, manipulación y polarización.

Ante esta realidad, es fundamental proponer estrategias pedagógicas que fomenten un uso crítico de las redes sociales. Es necesario educar a los jóvenes para que aprendan a identificar noticias falsas y discursos que buscan generar odio o resentimiento contra ciertos sectores de la población. Un enfoque educativo en alfabetización digital y mediática no solo ayudaría a prevenir la desinformación, sino que también promovería un diálogo más informado y menos reactivo en el ámbito digital.

¿Cómo han impactado la gentrificación y la llegada de nómadas digitales en la calidad de vida de los jóvenes en Medellín? Estos fenómenos han acentuado la percepción de que las oportunidades están reservadas para unos pocos, mientras que la mayoría enfrenta barreras cada vez más difíciles de superar. Sin embargo, los jóvenes no solo son espectadores de esta realidad, sino que también buscan formas de resistencia y transformación. A través de redes sociales, el arte, la organización comunitaria y otras expresiones culturales, resignifican su entorno y crean nuevas narrativas que les permiten cuestionar y reconfigurar su lugar en la sociedad.

El Estado debe asumir un papel activo en la regulación del mercado inmobiliario para garantizar el acceso equitativo a la vivienda. La disparidad económica entre la población local y los nómadas digitales, que manejan ingresos en divisas extranjeras, ha generado un aumento descontrolado en los precios de los arriendos y la compra de vivienda. Sin una intervención efectiva, se profundiza la exclusión de los habitantes locales, quienes ven cada vez más restringidas sus posibilidades de establecerse en su propia ciudad. Medidas como la regulación de los arriendos y la limitación de la compra de propiedades por parte de extranjeros no residentes son necesarias para equilibrar el mercado y evitar una crisis habitacional aún mayor.

Conclusiones

La salud mental es un componente esencial del bienestar integral del ser humano. Por lo tanto, es fundamental priorizar el cuidado de la salud mental mediante políticas públicas adecuadas, apoyo comunitario y estrategias individuales que promuevan el bienestar psicológico

Los hallazgos en esta investigación indican que la salud mental de los jóvenes en Medellín es una cuestión urgente que requiere atención continua y recursos adecuados. A medida que las estadísticas muestran un aumento en problemas como el suicidio y los trastornos mentales, es crucial fortalecer las políticas públicas y las iniciativas comunitarias que apoyen a esta población vulnerable. Los programas como Jóvenes R, Parceros, Línea Amiga Saludable son pasos importantes hacia la construcción de un entorno más saludable y seguro para los jóvenes, pero se necesitan políticas públicas más contundentes que ataquen el origen de los problemas: la desigualdad, la precarización laboral, el acceso a la vivienda y facilitar el acceso a programas de educación superior.

Estas realidades no pueden analizarse de manera aislada, pues están intrínsecamente ligadas a la forma en que los jóvenes experimentan y transforman la ciudad. Sus dinámicas cotidianas, sus estrategias de adaptación y sus formas de resistencia revelan tanto las tensiones del presente como las posibilidades de cambio en Medellín.

Los jóvenes que habitan Medellín deben enfrentar un entorno lleno de desafíos, donde la precarización laboral, la crisis de vivienda y los problemas de salud mental configuran su día a día y condicionan sus oportunidades de desarrollo. Comprender estas dinámicas permite analizar el papel de la juventud en la transformación social y en la construcción de nuevas alternativas. Además, la historia del conflicto armado ha dejado una huella profunda en las experiencias de los jóvenes, quienes han debido sortear la violencia, el desplazamiento y la falta de oportunidades. Estos factores no solo han condicionado su presente, sino que también han moldeado su forma de habitar y resistir en la ciudad.

Los resultados de esta investigación concluyen que la mejor forma de mejorar la vida de la juventud en Medellín es una combinación de políticas públicas enfocadas en la juventud, el apoyo a la salud mental, el acceso a educación y empleo, así como la promoción de espacios para la participación ciudadana. Se tiene que reconocer a los jóvenes no solo como sujetos pasivos sino como actores activos en la construcción de sus identidades y realidades sociales.

Sin embargo, estas soluciones no pueden implementarse en un vacío, pues Medellín es una ciudad marcada por profundas desigualdades y cicatrices históricas que siguen afectando a su población. Más allá de los esfuerzos por mejorar la calidad de vida de los jóvenes, es fundamental reconocer que la ciudad enfrenta problemáticas estructurales como la brecha de desigualdad, la gentrificación y las secuelas del narcotráfico y el conflicto armado.

Medellín actualmente enfrenta una serie de problemas como la gran brecha de desigualdad, el narcotráfico, la gentrificación y la especulación inmobiliaria y las heridas de la guerra. La historia de la violencia en Medellín es un reflejo del conflicto armado colombiano y la influencia del narcotráfico. A lo largo de las décadas, los habitantes han enfrentado un ciclo interminable de dolor y sufrimiento, pero también han demostrado una capacidad extraordinaria para resistir y reconstruir sus comunidades. La memoria histórica sigue siendo fundamental para entender los desafíos actuales y futuros que enfrenta la ciudad.

Medellín no puede ser entendida únicamente a través del prisma del narcotráfico; es un fenómeno multifacético que involucra dinámicas sociales, políticas y económicas. Esta investigación invita a reflexionar sobre las estructuras subyacentes que perpetúan estos problemas y sugiere que es posible imaginar un futuro diferente si se desafían las narrativas dominantes del realismo capitalista; debemos encarar el gobierno local y regional y preguntarles ¿qué clase de ciudad quieren? y ¿para quién la quieren? Es fundamental abordar estas dinámicas para garantizar que todos los habitantes puedan disfrutar plenamente de su entorno urbano sin perder su identidad ni ser desplazados. La promoción del derecho a la ciudad y políticas inclusivas son esenciales para construir comunidades más justas y equitativas.

En este contexto, la juventud juega un papel clave en la transformación social de Medellín. Más allá de ser espectadores de los cambios urbanos, los jóvenes han encontrado en las redes sociales un espacio de resistencia y construcción colectiva. A través de estas plataformas, no solo expresan sus inquietudes y denuncias, sino que también generan diálogos y movilizaciones que desafían las estructuras establecidas. Si bien las redes sociales han brindado a los jóvenes una plataforma para expresarse y organizarse, también han funcionado como una válvula de escape que disfraza la falta de espacios reales para la participación y la toma de decisiones. En una ciudad donde la especulación inmobiliaria, la precarización laboral y la violencia han condicionado sus vidas, las plataformas digitales se convierten en un refugio, pero también en un recordatorio de las barreras que enfrentan en el mundo físico.

Los jóvenes de Medellín utilizan las redes sociales como herramientas esenciales para la comunicación, la interacción social, el activismo y la autoexpresión. Estas plataformas no solo les permiten mantenerse conectados entre sí, sino que también facilitan la discusión sobre temas relevantes para su comunidad, contribuyendo a la construcción de una identidad digital activa y comprometida.

Las evidencias de esta investigación indican que el anhelo de reconocimiento en redes sociales es un fenómeno complejo que refleja una necesidad humana básica: la búsqueda de aceptación y validación social. Sin embargo, esta búsqueda puede tener consecuencias negativas para la salud mental si se convierte en una dependencia excesiva. Es importante acompañar a los jóvenes en el uso de estas, de lo contrario pueden caer en dinámicas absorbentes y aislantes de la realidad. Esta investigación invita a crear una autoaceptación saludable y cultivar relaciones significativas fuera del entorno digital como pasos importantes para mitigar estos efectos adversos.

Como recomendación final para futuros investigadores e investigadoras que deseen profundizar en este tema, sería ideal priorizar la realización de entrevistas presenciales. Si bien la virtualidad ha facilitado la recolección de información, especialmente en contextos donde la distancia puede ser un obstáculo, en este caso, las entrevistas cara a cara han demostrado generar resultados más enriquecedores. La interacción presencial permite captar matices en el lenguaje corporal, generar mayor confianza con los participantes y obtener respuestas más detalladas y espontáneas.

Referencias

- Acosta, M. P. J., Charry, M. P. C., Restrepo, J. M. U., Cepeda, M., Cubillos, L., Bartels, S. M., Castro, S., Marsch, L., & Gómez-Restrepo, C. (2021). Caracterización del estigma percibido hacia la salud mental en la implementación de un modelo de servicios integrados en atención primaria en Colombia. Un análisis cualitativo. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 50, 95-105. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2020.11.017>
- Alerta News 24/7 [@AlertaNews24_7]. (2024). *Última hora. Estudiantes de diseño de varias partes del país demandarían a la Universidad Sergio Arboleda* [publicación de una imagen]. X. <https://n9.cl/8zx14>
- Alvarado Rodríguez, A. (2024). *Geraldine Fernández de diseñadora colombiana a la farsa*. Gatopardo. <https://goo.su/F2KBE>
- Anchundia-García, M., Choez-Lucas, S., & Erazo-Quinde, A. (2023). Las Redes Sociales y su influencia en la Salud Mental de los estudiantes universitarios: Una Revisión Sistemática. *REVISTA REVICC*, 3(4), 60–68. <https://doi.org/10.59764/revicc.v3i4.34>
- Anderson, B. (1983). *Comunidades imaginadas. Reflexiones sobre el origen y la difusión del nacionalismo*. Trad. Eduardo L. Suárez. México: FCE, 1993
- Animétudes [@anime_gaku]. (2024). *Unless she changed names or isn't credited for some reason she didn't lol* [Imagen]. X. <https://goo.su/YztJL>
- Asamblea UdeA. [anonimo]. (2024). *Hola ...Les cuento, me presenté a la sede regional del suroeste en el examen que se realizó hace poco* [publicación de estado]. Facebook. <https://n9.cl/m92xy>
- Asamblea UdeA. [anonimo]. (2024). *Parce, yo amo tanto la UdeA. No saben lo que significa para mí, cambió mi vida* [publicación de estado]. Facebook. <https://n9.cl/es/r/lk9s1>
- Baptista, J., & Gradim, A. (2022). A Working Definition of Fake News. *Encyclopedia*, 2(1), 632-645. <https://doi.org/10.3390/encyclopedia2010043>
- Bedoya Correa, J. M., Franco García, M. C., González Quinchía, E. R., & Toro Ramírez, E. (2023). *Interacción entre el Uso de Redes Sociales y los Síntomas de Ansiedad y Depresión en Adultos Jóvenes de Medellín: Un Estudio en el Contexto de la Digitalización Urbana*. <https://dspace.tdea.edu.co/handle/tdea/4484>
- Blanco Arboleda, D. A., Soto, A. C., Restrepo Parra, A. R., Arango Tobón, D. E., Galeano Gasca, E. N., Rendón Zapata, M., Hernández Lopera, L., Ramírez Vidal, L. A., Vera Orozco, R., Arboleda Gómez, R., & Puerta Domínguez, S. (2021). *Mundos de vida entre los jóvenes de Medellín: Identidad, espacio y medios masivos*. Fondo Editorial FCSH, Facultad de Ciencias Sociales y Humanas de la de la Universidad de Antioquia.
- Blu Radio. (2024). *Geraldine Fernández admite que mintió/ Entrevistado por Néstor Morales*. [Video]. YouTube. <https://n9.cl/zh8euo>
- Butler, J (2018). *Resistencias. Repensar la vulnerabilidad y repetición*. México: Paradiso Editores.
- Butler, J. (2002). *Cuerpos que importan: Sobre los límites materiales y discursivos del «sexo»* (Primera edición 2002, tercera reimpresión). Paidós

- Butler, J. (2006). *Deshacer el género*, Buenos Aires. Paidós.
- Butler, J. (2009), Marcos de guerra. Las vidas lloradas, Buenos Aires, Paidós.
- Butler, J. (2009). Violence, non-violence: Sartre on Fanon. *Graduate Faculty Philosophy Journal*, 344, 32–63. <https://n9.cl/myw3h>
- C., A., & E. (2014). Estigma y salud mental en personas víctimas del conflicto armado interno colombiano en situación de desplazamiento forzado. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 43, 212-217. <http://dx.doi.org/10.1016/j.rcp.2014.09.004>
- Calderón, P. (2024). “Me arrepiento de todo”: la ilustradora colombiana que exageró su participación en ‘El niño y la garza’. *El País*. <https://goo.su/ZTWMogw>
- Campo-Arias, A., Oviedo, H. C., & Herazo, E. (2014). Estigma: Barrera de acceso a servicios en salud mental. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 43(3), 162-167. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2014.07.001>
- Carrazana, Valeria. (2003). El concepto de salud mental en psicología humanista-existencial. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBS*, 1(1), 1-19. <https://goo.su/Vamb4>
- Carreras y más. (S.F). *Redes Sociales: El Canal de Marketing del Futuro en Colombia*. Carrerasymas. <https://goo.su/VHQx2R>
- Colás, J [@jujulietta]. (2024). *Esta morra es una estafadora y una mentirosa. Ella no trabajó en el niño y la garza*. X <https://goo.su/Aff5NJ1>
- Colombia. Ministerio de Justicia y del Derecho. (2023). *Política Nacional de Drogas 2023-2033: "Sembrando vida, desterramos el narcotráfico"*. <https://goo.su/pieCy7>
- Coronel Jaramillo, A., & Marín Jaramillo, A. (2022). La esfera del reconocimiento social dentro de las redes sociales de internet. *Espirales*, 7(7), 17-26. <https://n9.cl/jm378>
- Cuellar Rivas, L. X. (2019). La Salud Mental, un verdadero problema de salud pública. *Revista Colombiana Salud Libre*, 13(1). <https://doi.org/10.18041/1900-7841/rcslibre.2018v13n1.4985>
- Cueto, J, C. (2024). El Poblado, el exclusivo sector de Medellín que se convirtió en el epicentro del turismo sexual (y la explotación) que desborda la ciudad. *BBC News MUNDO*. <https://n9.cl/9xnez5>
- Cueto, J, C. (2024). El suicidio de una médica residente que generó una ola de denuncias sobre maltrato en facultades de salud en Colombia. *BBC News MUNDO*. <https://n9.cl/atzez>
- del Rio Castaneda, L. (2019). La grieta en la pantalla. Definición y análisis de la ruptura de la cuarta pared en el medio audiovisual. *Caracteres: estudios culturales y críticos de la esfera digital*, 8(2), 400-431. <http://hdl.handle.net/10651/58515>
- Delgado, P. (2021). Rompiendo el estigma de la salud mental. *EDU NEWS*. <https://n9.cl/1tf8v>
- Don Nadie [@cep_el]. (2024). ¿Entonces los médicos de la “generación de cristal” son los que van a desterrar a las vacas sagradas de Medicina [Tweet]? X. <https://n9.cl/yjzew>

- Dugnani, P. (2019). Meios de comunicação: Extensão e Alienação. *Revista Observatório*, 5(4), 481–501. <https://doi.org/10.20873/uft.2447-4266.2017v5n4p481>
- El Doctor Otaku. [@eldoctorotaku]. (2023). *Olovorgo* [Imagen]. Instagram. <https://n9.cl/xj7lj>
- El Matutino. [elmatutino]. (2024). *Barranquillera mintió sobre su participación en "El Niño y la Garza"* [Publicación en un foro en línea]. Reddit. <https://goo.su/KQG4>.
- Estrada Arango, P. (2020). Relaciones familiares actuales y aspiraciones frente a la construcción de familia en los jóvenes de Medellín. *Revista De La Facultad De Trabajo Social*, 26 (26), 86–101. <https://n9.cl/ppvwz>
- Fett, J. [TheJango22]. (2016). *the old testament is a prequel to the new testament* [Publicación en un foro en línea]. Reddit. <https://n9.cl/632kk>
- Fisher, M. (2016). *Realismo capitalista: ¿No hay alternativa?* Buenos Aires: Caja Negra.
- Fisher, M. (2018). *Los Fantasmas de mi vida*. Buenos Aires: Caja Negra.
- Gallego, S. [SaraIsabelGallego]. (2020). 📖❤️ [Publicación de estado]. Facebook. <https://n9.cl/ch5tl>
- Garcés Montoya, Á., Patio Gaviria, C. D. & Torres Ramírez, J. J. (2007). *Juventud, investigación y saberes. Estado del arte de las investigaciones sobre la realidad juvenil en Medellín 2004 – 2006*. <http://hdl.handle.net/11407/2591>
- García Lara, N. A., Sanjuán Guzmán, Y., & Maza Ávila, F. J. (2021). Actitud frente a las fake news entre jóvenes universitarios. *Revista de Jóvenes Investigadores Ad Valorem*, 4(2), 82–102. <https://doi.org/10.32997/RJIA-vol.4-num.2-2021-3702>
- García, P. (1 de mayo de 2024). *Monetizar redes sociales. Ganar dinero con tus redes favoritas*. PróximaMediaGroup. <https://n9.cl/es/r/3qsmc>
- Gómez Velásquez, S., Quirós Vélez, M. A., Matta Herrera, J. A., Ossa Estrada, D. A., & Giraldo Torres, M. (2022). Consumo de sustancias psicoactivas en población joven durante el contexto de aislamiento social preventivo en Medellín, Colombia 2020. *Revista Universidad de La Salle*, 1(90), 249–272. <https://doi.org/10.19052/ruls.vol1.iss90.15>
- Gómez, V. (2023). Impresionante cifra de modelos webcam que hay Colombia: la mayoría están en Medellín. *LA FM*. <https://n9.cl/fjuh2>
- Guber, R. (2001). *La etnografía, método de campo y reflexibilidad*. Norma.
- Guerra, C.; Giacomini Botta, M. (2018) O meme como gênero discursivo nativo do meio digital principais características e análise preliminar. *Domínios de Lingu@gem, Uberlândia*, v. 12, n. 3, p. 1859–1877, 2018. <https://doi.org/10.14393/DL35-v12n3a2018-17>
- Helena Nito [@HelenaNito_]. (2024). *Geraldine Fernández "La Colombiana"*. [Tweet]. X. <https://goo.su/VIUAzM>.
- Hernández, J. (2024). El aumento de las noticias falsas en los medios colombianos mina su credibilidad y destruye la confianza de las audiencias. *EL País*. <https://n9.cl/3cqz0d>

- Herrero-Diz, P., Conde-Jiménez, J., & Reyes-de-Cózar, S. (2021). Spanish adolescents and fake news: Level of awareness and credibility of information (Los adolescentes españoles frente a las fake news: Nivel de conciencia y credibilidad de la información). *Culture and Education*, 33(1), 1–27. <https://doi.org/10.1080/11356405.2020.1859739>
- Higuera, A [@AleHiSoto]. (2024). *Quiero que me expliquen cómo se hace matoneo clasista sin caer en representaciones ridículas, infantiles o novelescas tipo "La rosa de Guadalupe"*. [Tweet]. X. <https://goo.su/NGU9G9>
- L@s que Joden [@Losquejoden1 (2024). *Las entrevistas de Geraldine Fernández en su momento más esquizofrenico*. [Tweet]. X. <https://goo.su/KZuqzU>
- Lefebvre, H (1968). *Le droit à la ville*, París: Éditions Anthropos.
- Londoño, C. A., & Carmona, L. S. (2023). La ciudad entre el déficit de vivienda, la tierra vacante latente y el desalojo que genera la expansión del capital. El caso de la Calle Ayacucho (Medellín-Colombia). *Revista Brasileira de Gestão Urbana*, 15, e20220055. <https://doi.org/10.1590/2175-3369.015.e20220055>
- López García, M., & Manco Quintero, S. (2023). Salud mental, Condiciones psicosociales y resistencias de la juventud de Medellín durante la pandemia y la cuarentena del Covid- 19. *Poiésis*, 44, 144–161. <https://doi.org/10.21501/16920945.4402>
- Lozano, J, F [@juanfe_lozano]. (2024). *Es profundamente doloroso el suicidio de Johan Sebastián Castellanos Romero, estudiante de medicina de la Universidad de Los Andes*. [Tweet]. X. <https://goo.su/NVzUIF>.
- Maestre, A. (18 de enero del 2024). Me arrepiento: Geraldine Fernández se retractó y dijo que no trabajó en estudios Ghibli. *W Radio*. <https://n9.cl/uzrn6>
- Manrique Tascón, E, Cuesta Mosquera, J, Molina Montoya, L, Correa Medina, N y Restrepo Zapata, S. (2024). *Perfil cognitivo de las modelos webcam de estudios Networldservice de la ciudad de Medellín*. Tecnológico de Antioquia, Institución Universitaria.
- Medellín Cómo Vamos (2023) *¿Cómo va la calidad de vida de los jóvenes en Medellín? 2022*. MedellínCómoVamos. <https://n9.cl/xulc7v>.
- Montoya, Á. P. G., Gaviria, C. D. P., & Ramírez, J. J. (2008). *Juventud, Investigación Y Saberes. Estado Del Arte De Las Investigaciones Sobre La Realidad Juvenil En Medellín. 2004—2006*. <http://hdl.handle.net/11407/2591>
- Nobre Lopes, S. (2023). Dependência de redes sociais: um princípio de realidade causador de alienação nos jovens¹. *Revista Educação em Debate*, 45(90), 1–14. <https://doi.org/10.36517/eemd.v45i90.92688>
- Olabarría González, B. (1983). La salud mental en la atención primaria. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría.*, 3(7), 56-61. <https://n9.cl/jiu5p>
- Ortiz Arellano, E. (2022). Seguridad y narcisismo en las Redes Sociales del Capitalismo Tardío. *unodiverso*, 2, UD02/09/1-UD02/09/17. <https://doi.org/10.54188/UD/02/A/09>
- Ortiz, J. y Henao, E. (2023). Arriendos por las nubes en Medellín no solo son culpa de turistas y nómadas digitales. *El Colombiano* <https://goo.su/YNVGx>

- Perez-Salazar, G., Aguilar, A., & Guillermo Archilla, M. E. (2014). El meme en internet. Usos sociales, reinterpretación y significados, a partir de Harlem Shake. *Argumentos, Estudios Críticos de la Sociedad*, 75, 79–102. <https://n9.cl/lb902>
- Pinto Alvarez, M. (2020). *Caracterización de la estigmatización a la enfermedad mental en unas áreas de Bogotá, Colombia*. <http://hdl.handle.net/10554/48020>
- Portillo Fernández, J. (2016). Planos de realidad, identidad virtual y discurso en las redes sociales. *Logos: Revista de Lingüística, Filosofía y Literatura*, 26(1), 51-63. [dx.doi.org/10.15443/RL2604](https://doi.org/10.15443/RL2604)
- Proantioquia. (2024). *Recomendaciones de proantioquia para la construcción del plan de desarrollo de Medellín 2024-2027* <https://n9.cl/homrg>
- Quiñones, A [@aqmoncaleanowtr]. (2024). *Lo infame y degenerada que es Carolina Sanín es decir poco de ella*. Catalina Gutiérrez Zuluaga, [Tweet]. X. <https://goo.su/AT61r2r>.
- Restrepo, C. (2020). *La identidad personal en las redes sociales. Estudio con adolescentes de la I.E. «Vida Para Todos» en Medellín*. <http://hdl.handle.net/20.500.12622/4699>.
- Romero-Acosta, K. (2019). Introducción. En Romero-Acosta, K (Ed.), *Ocho estudios de la salud mental* (pp. 6-9). Corporación Universitaria del Caribe CECAR. <https://doi.org/10.21892/978-958-5547-34-6>
- Secretaría de desarrollo económico (2023). *¡La tasa de desempleo juvenil sigue disminuyendo! Medellín y su área metropolitana presentan la más baja en su historia para el trimestre junio-agosto: 15,9 %* Alcaldía de Medellín. <https://n9.cl/djk9d>
- Secretaría de Salud. (2023). *¿Qué se hace en Medellín por la salud mental de sus habitantes?* Alcaldía de Medellín. <https://goo.su/ILlyK>.
- Secretaría de Salud. (s.f.). *Línea amiga saludable* Alcaldía de Medellín. <https://goo.su/Wt0qSwE>.
- Secretaría de Salud. (s.f.). *Salud mental en Medellín*. Alcaldía de Medellín. <https://goo.su/jaaE5r9>.
- Segovia, S. (2024). Sale a la luz otro caso de suicidio en estudiante de medicina que dijo ser víctima de matoneo en 2023. *El Colombiano*. <https://n9.cl/es/r/hx4x8>
- Sennett, Richard (2000). *La corrosión del carácter. Las consecuencias personales del trabajo en el nuevo capitalismo*. Barcelona: Anagrama.
- Van Dijk, T. (2000). *El discurso como estructura y proceso*. Barcelona: Gedisa.
- Van Dijk, T. (2009). *Discurso y poder*. Barcelona: Gedisa.