
L'iperconnettività ai tempi della pandemia

Autore: Alba Cobos Medina

Fonte: Città Nuova

Nuovi fenomeni come l'infodemia o il droomscrolling, hanno avuto un impatto diretto sulla salute mentale dei cittadini. Purtroppo anche se i social implicano la connettività, non portano necessariamente all'interazione comunicativa

I social e i media hanno giocato un ruolo fondamentale nel modo in cui la popolazione ha vissuto la crisi di Covid-19. **L'iperconnettività, la sovrainformazione** e la diffusione di notizie false – **fake news** – e **bufale** hanno portato all'emergere di nuovi fenomeni come l'*infodemia* o il *droomscrolling*, che hanno avuto un impatto diretto sulla salute mentale dei cittadini. Come sottolineano gli autori **Ribot Reyes, Chang Paredes e González Castillo**, il Covid-19 ha portato con sé un aumento dell'ansia, della paura e di sintomi come disperazione, cambiamenti dell'appetito o disturbi del sonno. Queste risposte emotive derivano dalla preoccupazione per la propria salute o per quella delle persone che si conoscono, dall'instabilità del lavoro e dalla conseguente incertezza economica, dal non sapere quanto durerà la situazione, dalla solitudine di fronte all'isolamento, o dalla noia e la frustrazione per la mancanza delle normali abitudini.^[1] Secondo i ricercatori, questo è legato alla **«costante esposizione a notizie rischiose»** e all'approfondimento di **«sentimenti di vittimizzazione, disagio e vulnerabilità personale»**. Molti media, e soprattutto i social, favoriscono la «percezione che possiamo essere le prossime vittime, in questo caso, del virus». In questo modo, la paura, una risposta naturale a una situazione con queste caratteristiche, «viene venduta e intensificata dalle news, dai social e dal cinema», generando un'«ansia sociale ed economica» che favorisce «il caos, la malattia e la morte dei più vulnerabili». Da parte sua, **López de Veneroni** sottolinea che, mentre in passato la diffidenza, i pregiudizi e l'ignoranza sui temi della salute pubblica potevano essere attribuiti alla mancanza di informazioni o alla difficoltà di accedervi, oggi è vero il contrario: c'è un eccesso di contenuto informativo che circola attraverso numerosi canali e non sempre è di alta qualità. Inoltre, ci sono numerosi **messaggi intenzionalmente progettati «per distorcere e confondere**, il prodotto di interessi politici, giornalistici o commerciali (*fake news*, ecc.)». Così, lungi dal contribuire a una migliore comprensione della pandemia e di come contrastarla, la quantità e il tipo di informazioni che sono circolate sul virus hanno generato «risposte e disposizioni sociali perniciose».^[2] È in questo contesto che **appare il termine infodemia**, che fa riferimento a «una sovrabbondanza di informazioni, online o in altri format» che «include tentativi deliberati di diffondere disinformazione per minare la risposta di salute pubblica e promuovere altri interessi di particolari gruppi o individui». Secondo vari organismi internazionali, questo fenomeno «danneggia la salute fisica e mentale delle persone, aumenta la stigmatizzazione, minaccia i preziosi successi raggiunti in termini di salute e incoraggia l'inosservanza delle misure di salute pubblica, riducendo la loro efficacia e mettendo in pericolo la capacità dei Paesi di contenere la pandemia». Inoltre, polarizza «il dibattito pubblico sulle questioni legate al Covid-19, alimenta i discorsi di odio, aumenta il rischio di conflitti, violenze e violazioni dei diritti umani, e minaccia le prospettive a lungo termine per il progresso della democrazia, dei diritti umani e della coesione sociale». Ma **la diffusione di queste informazioni non sarebbe stata tale senza i social**, il cui numero di utenti attivi è [aumentato del 13,2%](#) a livello globale nell'ultimo anno. Durante la pandemia, questi strumenti hanno permesso di mantenere la comunicazione con i familiari e gli amici, promuovere le iniziative dei cittadini e accompagnare le persone che vivono sole. Tuttavia, il loro uso inadeguato ha avuto anche effetti negativi. Uno di essi, coniato durante questa crisi, è il **droomscrolling: la dipendenza dal consumo di informazioni negative, in questo caso, sulla pandemia**. Questo implica un bisogno di essere continuamente informati anche quando ciò genera una sensazione di angoscia per i molti eventi negativi che si verificano intorno a noi. Nelle parole di López de Veneroni, **anche se i**

social implicano la connettività, non portano necessariamente all'interazione comunicativa:

«Possiamo essere connessi a vari siti e tuttavia rimanere profondamente isolati, socialmente disgiunti». Attraverso di loro possiamo accedere a grandi quantità di informazioni in volumi travolgenti, ma questo non ci fa necessariamente sentire più accompagnati. Per queste ragioni, le istituzioni stanno facendo grandi sforzi per promuovere una comunicazione e un uso responsabile dei social media.^[3] Tra le altre cose, **si raccomanda la diffusione di informazioni accurate e basate sulla scienza** a tutta la comunità e specialmente ai più a rischio. Inoltre, si esorta a combattere la disinformazione e le false informazioni, rispettando la libertà di espressione. Si chiede al pubblico di essere responsabile nel condividere le informazioni e verificarne la fonte, e di usare i social media in modo misurato e consapevole. ^[1]

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2020000400008 ^[2]

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7931973> ^[3] <https://www.who.int/es/news/item/23-09-2020-managing-the-covid-19-infodemic-promoting-healthy-behaviours-and-mitigating-the-harm-from-misinformation-and-disinformation>

La hiperconectividad en tiempos de pandemia Las redes sociales y los medios de comunicación han jugado un papel clave en cómo la población ha vivido la crisis del COVID-19. La hiperconectividad, la sobreinformación y la difusión de noticias falsas y bulos han llevado a la aparición de nuevos fenómenos como *infodemia* o *droomscrolling*, que han tenido un impacto directo en la salud mental de la ciudadanía. [Como señalan los autores](#) Ribot Reyes, Chang Paredes y González Castillo, la COVID-19 ha traído consigo un aumento de la ansiedad, el miedo, y síntomas como la desesperanza, cambios en el apetito o alteraciones del sueño. Estas respuestas emocionales son derivadas de la preocupación por el estado de salud propio o de gente conocida, la inestabilidad laboral y la consecuente incertidumbre económica, el desconocimiento de la duración de la situación, la soledad ante el aislamiento, o el aburrimiento y la frustración ante la falta de rutina. Según dichos investigadores, esto está relacionado con la “exposición constante a noticias de riesgos” y la profundización en “sensaciones de victimización, malestar y vulnerabilidad personal”. Muchos medios, y muy especialmente las redes sociales, propician una “percepción de que podemos ser las próximas víctimas, en este caso, del virus”. De esta manera, el miedo, respuesta natural ante una situación de estas características “se vende e intensifica con las noticias, las redes sociales y el cine” generando una “zozobra social y económica” que favorece “el caos, la enfermedad y la muerte sobre los más vulnerables”. Por su parte, [López de Veneroni](#), señala que, si bien antes la desconfianza, los prejuicios y la ignorancia sobre temas de salud pública se podían atribuir a una falta de información o a la dificultad en el acceso a esta, en la actualidad ocurre todo lo contrario: hallamos un exceso de contenido informativo que circula por numerosos canales y no siempre es de calidad. Además, aparecen numerosos mensajes intencionalmente diseñados “para distorsionar y confundir, producto de intereses políticos, noticiosos o comerciales (fake news, etc.)”. De esta forma, lejos de contribuir a un mejor entendimiento de la pandemia y cómo contrarrestarla, la cantidad y el tipo de información que ha circulado respecto a este virus ha generado “respuestas y disposiciones sociales perniciosas”, apunta. En este contexto aparece el término *infodemia*, referido a “una sobreabundancia de información, en línea o en otros formatos” que “incluye los intentos deliberados por difundir información errónea para socavar la respuesta de salud pública y promover otros intereses de determinados grupos o personas”. Según diversos organismos internacionales, este fenómeno llega a “perjudicar la salud física y mental de las personas, incrementar la estigmatización, amenazar los valiosos logros conseguidos en materia de salud y espolear el incumplimiento de las medidas de salud pública, lo que reduce su eficacia y pone en peligro la capacidad de los países de frenar la pandemia”. Además, supone una polarización del “debate público sobre los temas relacionados con la COVID-19, da alas al discurso de odio, potencia el riesgo de conflicto, violencia y violaciones de los derechos humanos, y amenaza las perspectivas a largo plazo de impulsar la democracia, los derechos humanos y la cohesión social”. Pero la difusión de esta información no hubiese sido tal sin las redes sociales, cuyo número de usuarios activos

[aumentó en un 13.2%](#) a nivel global durante el año pasado. Durante la pandemia, estas herramientas han permitido mantener la comunicación con familiares y amistades, promover iniciativas ciudadanas y acompañar a aquellas personas que viven solas. Sin embargo, su mal uso también ha tenido efectos negativos. Uno de ellos, acuñado durante esta crisis, es el *droomscrolling*: la adicción por el consumo de información negativa, en este caso, de la pandemia. Esto supone una necesidad de estar continuamente informado aún cuando esto genera un sentimiento de angustia ante los numerosos sucesos negativos que ocurren en nuestro entorno. En palabras de López de Veneroni, aunque las redes sociales supongan conectividad, no necesariamente se da con ellas una interacción comunicativa: “Podemos estar conectados a diversos sitios y, sin embargo, permanecer profundamente aislados, socialmente desarticulados”. A través de ellas podemos acceder a grandes cantidades de información en volúmenes sobrecogedores, pero esto no necesariamente nos hace sentir más acompañados. Por estos motivos, se están llevando a cabo por parte de las [instituciones](#) grandes esfuerzos para la promoción de una comunicación y uso de las redes sociales responsable. Entre otras cosas, se recomienda la difusión de información precisa y basada en datos científicos, dirigida a toda la comunidad y en especial a las personas de mayor riesgo. Además, se insta a combatir la información errónea y falsa, siempre respetando la libertad de expresión. A la población se le pide responsabilidad a la hora de compartir información y verificar la procedencia de esta, y un uso medido y consciente de las redes sociales.