ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICA TOULOUSE LAUTREC

Construcción de significados sobre la ansiedad social en jóvenes de Lima, Perú, a partir de narrativas transmedia: perspectivas desde la comunicación audiovisual

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL MULTIMEDIA

PRESENTADA POR

Chapa Gutierrez Daniela Estrellita
DNI: 71558880, Perú
Velasquez Rivero Gianfranco Andre
DNI: 70999594, Perú
Vilchez Olivera Juan Ignacio
DNI: 72878666, Perú

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN DIRECCIÓN Y GESTIÓN DE PROYECTOS ANIMADOS

PRESENTADA POR

Correa Pacheco Cristopher Nils
DNI: 74719216, Perú

ASESOR

Karin Del Rocio Vargas Torres
DNI: 18011433, Perú
ORCID: 0009-0003-3642-7313

JURADO

Ampuero Quezada, Héctor David
Romero Hinostroza, Moisés
Alvarado Pereyra, Ornella Nicole

Lima, Mayo 2026

Reporte de Similitud

Grupo 03. Chapa_Velazquez_Vilchez_Correa.pdf

Desarrollo Educativo S.A. Instituto Toulouse Lautrec

Detalles del documento

Identificador de la entrega
trn:oid:::11391:575502507

Fecha de entrega
6 abr 2026, 9:25 p.m. GMT-5

Fecha de descarga
6 abr 2026, 9:36 p.m. GMT-5

Nombre del archivo
Grupo 03. Chapa_Velazquez_Vilchez_Correa.pdf

Tamaño del archivo
1.1 MB

63 páginas

14.024 palabras

87.283 caracteres

8% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado

Fuentes principales

5% Fuentes de Internet
1% Publicaciones
6% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Dedicatoria

Este trabajo representa el resultado de un proceso lleno de esfuerzo, aprendizaje y crecimiento personal y profesional. Cada etapa recorrida estuvo marcada por desafíos que nos permitieron fortalecer nuestra perseverancia, reafirmar nuestros objetivos y comprender que los logros más valiosos se construyen paso a paso, con dedicación y compromiso.

Dedicamos este trabajo, con profundo cariño, a nuestras familias, quienes han sido un pilar fundamental a lo largo de este camino. Su apoyo constante, sus palabras de aliento y su confianza en nuestras capacidades han sido una fuente permanente de motivación para continuar avanzando incluso en los momentos más exigentes.

De manera especial, expresamos nuestra gratitud a nuestra asesora, Karin Del Rocio Vargas Torres, por acompañarnos durante este proceso con generosidad, paciencia y dedicación. Su orientación, sus enseñanzas y su disposición para guiarnos fueron fundamentales para el desarrollo de esta investigación, permitiéndonos crecer no solo en el ámbito académico, sino también como profesionales comprometidos con lo que hacemos.

Finalmente, dedicamos este logro a todas aquellas personas que, de distintas maneras, nos brindaron su apoyo y contribuyeron a que este proyecto pudiera concretarse. A todos ellos, nuestro más sincero agradecimiento.

Agradecimiento

Agradezco profundamente a mi familia por su apoyo incondicional, su paciencia y por ser mi mayor impulso en este proceso. Su confianza ha sido fundamental para alcanzar esta meta. Asimismo, agradezco a quienes me acompañaron en este camino, brindándome ánimo y motivación. Este logro también les pertenece.

Vilchez Olivera Juan Ignacio

Agradezco de todo corazón a mis padres y a mi hermana por ser mi soporte incondicional a lo largo de toda esta etapa de investigación y creación audiovisual. A mi pareja y a mis amigos, gracias por su inmensa paciencia, por su cariño y por ser mi refugio constante detrás de cámaras.

Velasquez Rivero Gianfranco Andre

Agradezco profundamente a mis padres por impulsarme a convertirme en la profesional que soñaron que fuera, y a mis hermanos por recordarme que crecer también es hacerlo junto a ellos. A mi pareja y amigos por ayudarme a ser la audiovisual que soy hoy, y a mi querida Sassy, que se fue creyendo en mí; este logro es por ustedes.

Chapa Gutierrez Daniela Estrellita

Agradezco a mis padres por su apoyo constante y por motivarme a seguir adelante en cada etapa de mi formación. Asimismo, expreso mi gratitud a mis profesores por sus enseñanzas y orientación a lo largo de este proceso académico.

Correa Pacheco Cristopher Nils

Resumen Ejecutivo

La presente investigación analiza cómo los jóvenes de Lima, Perú construyen significados sobre la ansiedad social a partir de su interacción con narrativas transmedia, considerando su relevancia como problema de salud mental y su escaso abordaje desde la comunicación audiovisual. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cualitativo exploratorio, mediante entrevistas semiestructuradas y observación a tres jóvenes con consumo activo de contenidos digitales. Los resultados evidencian que la ansiedad social es comprendida desde experiencias emocionales cotidianas, en tensión con representaciones digitales que tienden a simplificar el fenómeno. Asimismo, el consumo transmedia influye de manera ambivalente en la autopercepción, generando tanto identificación como sobreanálisis, mientras que los recursos audiovisuales facilitan la empatía. Finalmente, se observa una participación mayormente pasiva en entornos digitales, condicionada por barreras emocionales. En conjunto, el estudio destaca el rol de la comunicación audiovisual en la construcción de significados sobre la ansiedad social.

Palabras Clave

ansiedad social, narrativas transmedia, jóvenes, comunicación audiovisual, construcción de significados, salud mental.

Tabla de Contenidos

Reporte de Similitud 2
Dedicatoria 3
Agradecimiento 4
Resumen Ejecutivo 5
Capítulo I: Introducción 8
1.1. Problema de Investigación 8
1.2. Vacío en el Conocimiento 9
1.3. Justificación de la Investigación 10
Capítulo II: Revisión de la literatura 12
2.1. Estado del Arte 12
2.2. Marco Teórico 18
Capítulo III: Propósitos y fundamentos de la investigación 21
3.1. Objetivo General 21
3.2. Objetivos Específicos 21
3.3. Pregunta General 21
3.4. Preguntas Específicas 21
3.5. Proposición General 21
3.6. Proposiciones Específicas 22
Capítulo IV: Metodología 23
4.1. Tipo y enfoque de investigación 23
4.2. Diseño metodológico 24
4.3. Participantes o casos de estudio 25
4.4. Técnicas e instrumentos 26
4.5. Procedimiento 27
Capítulo V: Resultados 29
5.1. Construcción emocional de la ansiedad social desde la experiencia cotidiana 29
5.2. Tensiones entre representación digital y vivencia real de la ansiedad social 31
5.3. Impacto del consumo transmedia en la autopercepción y el estado emocional 34
5.4. Influencia de los recursos audiovisuales en la comprensión y empatía del fenómeno 36
5.5. Participación limitada y consumo pasivo en torno a contenidos sobre ansiedad social 39
Capítulo VI: Discusión 42
Capítulo VII: Conclusiones y Recomendaciones 48
7.1. Conclusiones 48
7.2. Recomendaciones para futuras investigaciones 49
Referencias 51
Anexos 60
Anexo 1: Guía de Entrevista 60

Índice de Tablas y Figuras

Figura 1
Representación del ciclo de la ansiedad social desde la experiencia cotidiana.. 31
Figura 2
Tensiones entre representación digital y vivencia real de la ansiedad social…. 34
Figura 3
Relación entre tipo de contenido consumido y sus efectos en la autopercepción y el estado emocional. 36
Tabla 1
Relación entre recursos audiovisuales y respuestas emocionales. 38
Figura 4
Niveles de participación con contenido sobre ansiedad social 41

Capítulo I: Introducción

1.1. Problema de Investigación

La ansiedad social representa uno de los desafíos psicológicos más prevalentes y limitantes durante la etapa de la adolescencia, afectando profundamente el desarrollo personal en diversos ámbitos cotidianos. Esta condición clínica se caracteriza por un temor persistente a las situaciones sociales o de rendimiento en las que el individuo anticipa ser evaluado negativamente, lo que genera evasión y un impacto perjudicial en su calidad de vida (Alves et al., 2022). A pesar de la gravedad de esta problemática y su tendencia a volverse crónica si no se atiende adecuadamente, existe una alarmante falta de búsqueda de ayuda debido al estigma percibido por los jóvenes frente a la salud mental. Por ello, resulta imperativo explorar y abordar los procesos cognitivos subyacentes mediante enfoques accesibles, ya que las intervenciones estructuradas han demostrado ser sumamente efectivas para reducir los niveles de ansiedad e incrementar la autoestima de los adolescentes (De Silva et al., 2024; Leigh et al., 2023).

Frente a este panorama, la disciplina de la comunicación audiovisual asume un rol transformador al ofrecer plataformas dinámicas para conectar con las audiencias juveniles y construir nuevos significados en torno a su bienestar. La implementación estratégica de narrativas transmedia permite expandir un universo temático a través de múltiples medios, facilitando que el espectador deje de ser pasivo y experimente una inmersión interactiva mucho más profunda con la historia (Hasan Bin Jali et al., 2025). Aprovechar este ecosistema narrativo representa una oportunidad invaluable para adentrarse cualitativamente en las vivencias de los jóvenes limeños, analizando cómo interpretan e interactúan con sus propios temores sociales desde una mirada audiovisual. Al reconocer que los formatos mediáticos inmersivos incrementan significativamente la inversión emocional y cognitiva en comparación con los medios tradicionales, se hace

evidente la relevancia de utilizar estas herramientas comunicativas para generar empatía, participación activa y un mayor entendimiento de la ansiedad social (Hasan Bin Jali et al., 2025).

1.2. Vacío en el Conocimiento

Aunque la ansiedad puede considerarse un tema recurrente en el rubro de la investigación, no posee una literatura profunda respecto a la comprensión de cómo los jóvenes construyen significados sobre el tema. La mayoría de investigaciones no fueron más allá de enfoques clínicos, centrados en medir síntomas, prevalencia o eficacia de tratamientos, ignorando las perspectivas o interpretaciones personales del individuo (Hafstad et al., 2021; Papola et al., 2024). Y si bien se reconoce en el potencial de los contenidos digitales y narrativas transmedia en contextos de salud, dichos avances sólo abordaron temáticas relacionadas con el diseño o su forma de intervención, sin profundizar en las opiniones generadas por parte del usuario. En particular, un artículo señaló la ausencia de investigaciones que buscan comprender cómo la personalización, la narrativa transmedia y la experiencia inmersiva influyen en la interpretación de fenómenos emocionales como la ansiedad (Guingo et al., 2024).

Por otro lado, la literatura revisada sobre contenido digital y salud mental en adolescentes presentaron resultados contradictorios, muestra de una posible brecha a resolver con enfoques cualitativos que profundicen en las experiencias subjetivas de los jóvenes. Dicho argumento es sostenido por otra investigación realizada en inglaterra la cual destacó los efectos positivos y negativos para la salud mental en el uso de redes sociales junto a los hallazgos inconsistentes que suelen presentarse en este tipo de paradigma (Keles et al., 2023). Esta falta de consenso limita la posibilidad de comprender cómo los contenidos audiovisuales, en especial en narrativas transmedia, influyen en la percepción y resignificación de la ansiedad social. Por ende, existe una

brecha en la integración entre estudios de salud mental, comunicación audiovisual y contenido transmedia, lo que impide una aproximación a los problemas del individuo fuera de la visión de los usuarios como un todo (Hafstad et al., 2021; Keles et al., 2023).

1.3. Justificación de la Investigación

El sector creativo contemporáneo enfrenta el desafío de desarrollar contenidos que no sólo entretengan, sino que también respondan a problemáticas sociales complejas como la salud mental juvenil. En este contexto, el incremento sostenido de los trastornos de ansiedad en adolescentes y jóvenes evidencia la necesidad de generar propuestas comunicativas innovadoras que contribuyan a su comprensión y abordaje desde múltiples dimensiones (Bie et al., 2024). Asimismo, la ansiedad social no solo afecta el bienestar emocional, sino que también interfiere en procesos clave como la concentración y el rendimiento académico, lo que refuerza la urgencia de explorar nuevas formas de intervención desde disciplinas no clínicas como la comunicación audiovisual. En esa línea, se ha demostrado que los síntomas de ansiedad social pueden afectar indirectamente el desempeño educativo a través de dificultades atencionales, evidenciando la necesidad de enfoques integrales que trasciendan lo terapéutico tradicional (Leigh et al., 2021).

En paralelo, el sector creativo ha incorporado progresivamente herramientas digitales e interactivas que permiten abordar estas problemáticas mediante experiencias inmersivas y participativas. Las narrativas transmedia, en particular, destacan por su capacidad de generar altos niveles de engagement y conectar emocionalmente con los usuarios, favoreciendo procesos de aprendizaje y construcción de significados en contextos contemporáneos digitales (Meyerhofer-Parra & González-Martínez, 2023). Sin embargo, uno de los principales retos en el diseño de intervenciones mediáticas orientadas a la salud mental radica en lograr un compromiso sostenido de los usuarios,

ya que incluso las soluciones digitales más prometedoras presentan bajos niveles de interacción en contextos reales. Por ello, comprender los factores que influyen en el engagement y en la experiencia del usuario resulta fundamental para el desarrollo de productos audiovisuales efectivos, considerando que la participación activa está directamente vinculada con mejores resultados en intervenciones digitales en salud mental (Lipschitz et al., 2023).

Capítulo II: Revisión de la literatura

2.1. Estado del Arte

A nivel global, la ansiedad social en adolescentes se reconoce como un fenómeno complejo que involucra dimensiones cognitivas, emocionales y conductuales, afectando su bienestar y adaptación psicosocial, especialmente en contextos educativos y de interacción entre pares (Camacho et al., 2022). Asimismo, los trastornos de ansiedad forman parte de una problemática más amplia de salud mental, caracterizada por su alta prevalencia y por limitaciones en los tratamientos disponibles y su comprensión integral, lo que evidencia la necesidad de enfoques interdisciplinarios (Herring & Meyer, 2024). En el contexto latinoamericano, las transformaciones socioculturales impulsadas por las tecnologías digitales han reconfigurado las formas en que los jóvenes acceden, procesan y producen conocimiento, donde las narrativas transmedia se consolidan como entornos que articulan múltiples medios, favorecen la interacción y potencian experiencias de aprendizaje y construcción de significado (Palioura & Dimoulas, 2022). Por otro lado, la investigación científica contemporánea refleja una creciente especialización y diversificación de los estudios, incluso en áreas biomédicas, lo que evidencia la complejidad de los fenómenos actuales y la necesidad de interpretar los resultados con cautela en contextos aplicados (Bradić et al., 2022).

El análisis del problema resulta relevante para el campo creativo debido a que las narrativas y recursos expresivos, como el storytelling, han demostrado tener un impacto significativo en la gestión emocional y la reducción de la ansiedad, evidenciando el poder de los contenidos creativos en contextos sensibles (Abdi et al., 2025). Asimismo, la incorporación de soluciones digitales en salud mental evidencia cómo la creatividad aplicada a plataformas tecnológicas amplía las posibilidades de intervención y acceso, posicionando a las industrias creativas como agentes clave en la

innovación social (Walder et al., 2025). Desde una perspectiva transmedia, el desarrollo de contenidos que promueven la alfabetización mediática, la participación activa y la producción de contenidos por parte de los usuarios refuerza la importancia de estos entornos en los procesos de aprendizaje y construcción crítica de significados en la cultura digital contemporánea (Meyerhofer-Parra, 2025). Finalmente, el uso de tecnologías inmersivas como la realidad virtual demuestra que la creatividad no solo comunica, sino que también construye experiencias terapéuticas efectivas, consolidando su valor en la intersección entre arte, tecnología y bienestar (Graham et al., 2025).

Los estudios recientes evidencian que las narrativas audiovisuales y transmedia cumplen un papel clave en la construcción de significados sociales sobre problemáticas de salud mental, al articular discursos simbólicos que influyen en la percepción colectiva y en la sensibilización del público (Kalinke Da Silva et al., 2024). Asimismo, la ansiedad social en jóvenes se configura como un trastorno de inicio temprano con efectos significativos en la vida educativa, social y psicológica, lo que refuerza la necesidad de comprender sus significados desde experiencias situadas (Esfandiari et al., 2025). En esta línea, diversos factores psicosociales como el apoyo social y las dinámicas de interacción influyen en la aparición y mantenimiento de la ansiedad social, evidenciando su carácter relacional y contextual (Ciobanu et al., 2025). Finalmente, aunque existen estudios que abordan fenómenos sociales desde enfoques cuantitativos y contextuales, se observa una limitada exploración cualitativa centrada en las experiencias subjetivas y mediáticas de los jóvenes, lo que justifica investigaciones que integren dimensiones socioculturales y comunicativas del problema (Gandini et al., 2021).

Las investigaciones revisadas evidencian el uso predominante de enfoques cuantitativos en el estudio de la ansiedad académica, destacándose el empleo de

instrumentos estandarizados de medición y revisiones sistemáticas bajo lineamientos como PRISMA para sintetizar resultados empíricos (Idoiaga-Mondragon et al., 2025). Asimismo, se identifican metodologías mixtas en revisiones narrativas que integran tanto estudios cualitativos como cuantitativos, permitiendo analizar intervenciones desde una perspectiva comprensiva mediante síntesis temáticas y comparación de resultados (Abu Omar et al., 2024). Por otro lado, en el ámbito biomédico se observa un claro predominio de técnicas cuantitativas avanzadas, como los estudios de asociación del genoma completo (GWAS), que emplean análisis estadísticos a gran escala para identificar correlaciones genéticas en trastornos de ansiedad (Strom et al., 2026). Finalmente, también se reporta el uso combinado de técnicas cualitativas y cuantitativas en revisiones sistemáticas educativas, donde se realizan análisis bibliométricos y síntesis estructurales para interpretar tendencias, resultados de aprendizaje y enfoques pedagógicos (Ortegón Ángel et al., 2026).

La investigación epidemiológica reciente evidencia que, aunque la prevalencia del trastorno clínico puede variar culturalmente, los síntomas de ansiedad social alcanzan cifras significativas de hasta un 23.5% en jóvenes y adolescentes, consolidando este fenómeno como una preocupación central de salud pública (Tang et al., 2022). Esta vulnerabilidad psicológica adolescente se intensifica en contextos de interacción social y experiencias adversas, donde factores como el aislamiento, las dinámicas de acoso y los cambios en la interacción con pares se asocian con un incremento significativo en los niveles de ansiedad y depresión en jóvenes (Englander, 2021). Ante esta delicada realidad clínica, las tendencias actuales en la producción científica confirman que el estudio general de los trastornos de ansiedad está priorizando las exploraciones demográficas específicas, destacando a la población adolescente y su relación con el estrés mental como un eje temático de máximo interés

global (Zatrahadi et al., 2023). Para abordar y reinterpretar estas complejas realidades emocionales y espaciales, las narrativas transmedia desde la comunicación audiovisual implementan dinámicas interactivas y experienciales que logran involucrar al joven como protagonista, permitiéndole resignificar su entorno y su propia experiencia (Fernández-Castrillo et al., 2023).

A pesar de los avances en el estudio de la ansiedad, persisten vacíos en la diferenciación precisa de sus efectos, ya que la evidencia es inconsistente y las guías clínicas no consideran lo suficiente las variaciones sintomáticas, lo que limita una comprensión más específica del fenómeno (Beyer et al., 2024). Asimismo, en el ámbito de la alfabetización transmedia, aún no se ha explorado de manera suficiente la integración efectiva del aprendizaje informal de los jóvenes en los sistemas educativos formales, y mucho menos considerado los factores culturales y desigualdades sociales (Darwish, 2025). Desde la perspectiva neurocientífica, todavía existen limitaciones en la comprensión integral de cómo interactúan los factores genéticos, neurobiológicos y experiencias externas en el desarrollo de trastornos mentales, evidenciando la necesidad de estudios más integradores y longitudinales (Elvira et al., 2025). Finalmente, en el campo de las narrativas transmedia, se observa una escasez de investigaciones centradas en cómo las audiencias participan activamente en la valoración de contenidos informativos y cómo estas prácticas influyen en la construcción de significados sociales (Garcés & Mendieta-Briceño, 2024).

En el ámbito de la comunicación audiovisual contemporánea, la expansión transmedia ha consolidado prácticas innovadoras como la creación de álbumes visuales y la plataformización del contenido, transformando radicalmente la manera en que los usuarios interactúan, reinterpretan y construyen universos narrativos en el ecosistema digital (Sedeño-Valdellos, 2023). Estos nuevos modos de interacción mediática resultan

cruciales para comprender los cambios sociales actuales, especialmente cuando las juventudes y adolescentes en contextos urbanos de América Latina enfrentan estresores ambientales e inseguridades constantes que incrementan de forma drástica su riesgo de padecer síntomas severos de ansiedad (Diez-Canseco et al., 2024). Para responder a esta realidad, han surgido innovaciones clínicas que cuestionan las definiciones tradicionales de la ansiedad social, proponiendo en su lugar intervenciones y terapias adaptadas que incorporen nuevos apoyos de comunicación y respeten las divergencias cognitivas o sensoriales de cada individuo (Wilson & Gullon-Scott, 2024). Asimismo, la integración de cuestionarios estandarizados de evaluación psiquiátrica, articulada con el uso de herramientas de comunicación masiva para campañas de concienciación pública, representa una práctica emergente fundamental para educar a la comunidad y mejorar el acceso al diagnóstico en salud mental (Mioramalala et al., 2024).

Los conceptos clave de la investigación giran en torno a la ansiedad social como experiencia emocional caracterizada por miedo, evitación y malestar en interacciones sociales, la cual se vincula con conductas y estados psicológicos como la soledad y estilos de afrontamiento que influyen en el comportamiento juvenil (Dong et al., 2024). Asimismo, la ansiedad se comprende dentro de un marco más amplio de salud mental, donde su comorbilidad con la depresión evidencia la existencia de factores compartidos y síntomas interrelacionados que complejizan su análisis y comprensión (Chen, 2022). Por otro lado, el aprendizaje transmedia emerge como un concepto clave desde la comunicación audiovisual, al implicar procesos de construcción de significados a través de múltiples plataformas, promoviendo participación, conectividad y co-creación de contenidos en entornos formales e informales (Tombleson, 2024). Finalmente, la alfabetización transmedia y las competencias digitales asociadas permiten entender cómo los jóvenes interactúan, producen y resignifican narrativas en contextos

mediáticos convergentes, integrando dimensiones cognitivas, emocionales y sociales en sus experiencias de aprendizaje (Runchina et al., 2022).

La literatura revisada evidencia contradicciones en los enfoques de evaluación de la ansiedad social, ya que mientras algunos estudios destacan la validez de los reportes parentales como herramienta complementaria, también reconocen discrepancias significativas entre la percepción de padres y adolescentes, lo que introduce sesgos en la medición del fenómeno (García-López et al., 2021). Por otro lado, desde la neuropsicología del trastorno de ansiedad generalizada, se identifican resultados inconsistentes respecto a la presencia de déficits cognitivos, pues algunos estudios reportan alteraciones claras mientras otros no encuentran diferencias significativas, lo que refleja divergencias metodológicas y conceptuales en la investigación (Gkintoni & Ortiz, 2023). Asimismo, en el análisis del impacto de las redes sociales y plataformas digitales, predomina un enfoque que asocia su uso con efectos negativos en la salud mental, lo que puede evidenciar un sesgo hacia perspectivas problematizadoras y una limitada exploración de sus potenciales beneficios o usos positivos (Oliveira et al., 2025). Finalmente, los estudios epidemiológicos en América Latina presentan altos niveles de heterogeneidad y subrepresentación de ciertos contextos, lo que dificulta la generalización de resultados y pone en evidencia limitaciones estructurales en la producción de conocimiento regional sobre los trastornos de ansiedad (Errazuriz et al., 2025).

La evidencia revisada permite sostener que la ansiedad no solo responde a determinantes individuales, sino a una compleja interacción entre factores biológicos, ambientales y sociales que configuran su experiencia subjetiva, lo cual justifica abordarla desde una perspectiva interpretativa centrada en significados construidos (Merkouris et al., 2025). Asimismo, se reconoce que las condiciones contextuales y los

estresores sociales influyen significativamente en la vivencia de la ansiedad, especialmente en poblaciones jóvenes, lo que refuerza la necesidad de explorar cómo estos sujetos interpretan y narran su experiencia en contextos específicos (Ettman et al., 2024). En este sentido, las narrativas transmedia emergen como espacios de interacción simbólica donde los usuarios no solo consumen contenido, sino que participan activamente en la construcción de sentidos a partir de elementos audiovisuales y experiencias inmersivas (Soderlund et al., 2021). Finalmente, estudios sobre juegos narrativos y experiencias digitales muestran que los entornos audiovisuales interactivos facilitan procesos de identificación, exploración emocional y resignificación, evidenciando su potencial para mediar la comprensión subjetiva de fenómenos como la ansiedad (Catalan et al., 2024).

2.2. Marco Teórico

El fenómeno de la ansiedad social en jóvenes puede comprenderse desde el modelo biopsicosocial, el cual plantea que su desarrollo responde a la interacción entre factores individuales, sociales y contextuales que configuran su experiencia subjetiva y su manifestación en distintos entornos (Merkouris et al., 2025). Asimismo, la evidencia epidemiológica indica que los trastornos de ansiedad presentan una alta prevalencia en adolescentes y jóvenes, influenciados por condiciones sociales y económicas que intensifican su impacto en la vida cotidiana (Bie et al., 2024). Desde los enfoques cognitivo-conductuales, la ansiedad social se explica a partir de procesos como el miedo al juicio social, la evitación y los sesgos cognitivos que afectan la interacción interpersonal (Leigh et al., 2023). En esta línea, estudios recientes evidencian que estas dinámicas psicológicas también inciden en funciones cognitivas como la concentración, repercutiendo en el rendimiento académico y el desarrollo educativo de los jóvenes (Leigh et al., 2021).

Por otro lado, desde la comunicación audiovisual, las teorías de la convergencia mediática y la cultura participativa permiten comprender que los significados se construyen mediante la interacción entre múltiples plataformas, lenguajes y audiencias activas dentro del ecosistema digital contemporáneo (Hasan Bin Jali et al., 2025). En este marco, el aprendizaje transmedia se sustenta en enfoques socioconstructivistas que plantean que el conocimiento emerge a partir de la interacción, la colaboración y la circulación de contenidos en entornos digitales interconectados (Runchina et al., 2022). Asimismo, las narrativas transmedia se configuran como sistemas de producción simbólica que integran múltiples medios, fomentan la participación del usuario y potencian la construcción de significados desde experiencias situadas (Sedeño-Valdellos, 2023). En este sentido, la alfabetización transmedia y las competencias digitales permiten explicar cómo los jóvenes no solo consumen contenido, sino que también lo reinterpretan y producen activamente en contextos mediáticos complejos (Meyerhofer-Parra & González-Martínez, 2023).

Finalmente, las corrientes de comunicación para la salud y storytelling se articulan con teorías del aprendizaje experiencial y participativo, las cuales sostienen que los individuos construyen conocimiento y modifican sus percepciones a partir de experiencias narrativas interactivas (Abdi et al., 2025). En este contexto, las narrativas transmedia han demostrado su capacidad para generar engagement, involucrar emocionalmente a los usuarios y facilitar procesos de reflexión sobre problemáticas de salud mental en entornos digitales (Meyerhofer-Parra, 2025). Asimismo, la evidencia reciente indica que el nivel de interacción y compromiso del usuario es un factor determinante en la efectividad de las intervenciones digitales orientadas a la salud mental (Lipschitz et al., 2023). De esta manera, estas corrientes consolidan a las narrativas transmedia como herramientas clave dentro del campo creativo para mediar

la construcción de significados sobre la ansiedad social en jóvenes (Fernández-Castrillo et al., 2023).

Capítulo III: Propósitos y fundamentos de la investigación

3.1. Objetivo General

Comprender cómo los jóvenes de Lima, Perú construyen significados sobre la ansiedad social a partir de su interacción con narrativas transmedia.

3.2. Objetivos Específicos

Explorar las percepciones de los jóvenes frente a narrativas transmedia que abordan la ansiedad social.

Analizar los elementos narrativos y audiovisuales de las narrativas transmedia que inciden en la interpretación de la ansiedad social.

Interpretar los procesos de resignificación de la ansiedad social en los jóvenes a partir de su interacción y participación en narrativas transmedia.

3.3. Pregunta General

¿Cómo construyen significados sobre la ansiedad social los jóvenes de Lima, Perú a partir de su interacción con narrativas transmedia?

3.4. Preguntas Específicas

¿Cuáles son las percepciones de los jóvenes frente a narrativas transmedia que abordan la ansiedad social?

¿Qué elementos narrativos y audiovisuales de las narrativas transmedia influyen en la interpretación que los jóvenes realizan sobre la ansiedad social?

¿Cómo se desarrollan los procesos de resignificación de la ansiedad social en los jóvenes a partir de su interacción y participación en narrativas transmedia?

3.5. Proposición General

La construcción de significados sobre la ansiedad social en jóvenes de Lima, Perú está mediada por su interacción con narrativas transmedia, en las que los

elementos audiovisuales, la participación y la experiencia personal influyen en sus interpretaciones personales del fenómeno.

3.6. Proposiciones Específicas

Las percepciones de los jóvenes frente a narrativas transmedia que abordan la ansiedad social se configuran a partir de sus formas de consumo e interacción con el contenido.

Los elementos narrativos y audiovisuales de las narrativas transmedia influyen en la interpretación que los jóvenes realizan sobre la ansiedad social.

Los procesos de resignificación de la ansiedad social en los jóvenes a partir de su interacción y participación con narrativas transmedia se desarrollan desde sus propias experiencias y contextos sociales.

Capítulo IV: Metodología

4.1. Tipo y enfoque de investigación

El estudio se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, ya que se orientó a comprender en profundidad las percepciones, experiencias y significados que los jóvenes de Lima construyeron en torno a la ansiedad social a partir de su interacción con narrativas transmedia. En coherencia con el objetivo de investigación, no se buscó medir variables ni establecer relaciones estadísticas, sino explorar los discursos, interpretaciones y vivencias subjetivas de los participantes. Para ello, se priorizó el uso de entrevistas y la observación como estrategias que permitieron acceder a la complejidad del fenómeno desde una perspectiva interpretativa, considerando que la ansiedad social se configura no solo como una condición psicológica, sino como una experiencia mediada por contextos socioculturales y digitales.

Asimismo, la investigación se enmarcó dentro de un tipo aplicado, en tanto abordó una problemática real vinculada tanto a la salud mental juvenil como al campo de la comunicación audiovisual. A partir de la identificación de la ansiedad social como una experiencia relevante en la vida cotidiana de los jóvenes y de su constante exposición a contenidos digitales, el estudio se orientó a generar conocimientos útiles para el diseño de propuestas narrativas transmedia. En este sentido, la investigación no solo aportó a la comprensión teórica del fenómeno, sino que también proyectó implicancias prácticas para el desarrollo de contenidos audiovisuales más empáticos, participativos y alineados con las necesidades y percepciones de las audiencias juveniles.

Finalmente, el enfoque cualitativo permitió interpretar cómo los participantes construyeron sentido en torno a la ansiedad social a partir de sus experiencias personales y su interacción con diversos formatos audiovisuales. A través del análisis de

sus relatos, fue posible identificar cómo elementos como el consumo de redes sociales, los lenguajes narrativos y las dinámicas de participación influyeron en sus procesos de interpretación y resignificación. De este modo, la investigación evidenció que los jóvenes no solo consumieron contenidos, sino que también los reinterpretaron activamente, integrando sus propias vivencias, emociones y contextos en la construcción de significados sobre la ansiedad social.

4.2. Diseño metodológico

El estudio se desarrolló bajo un diseño metodológico cualitativo de carácter exploratorio, en la medida en que se orientó a indagar un fenómeno poco abordado desde la perspectiva de la comunicación audiovisual: la construcción de significados sobre la ansiedad social en jóvenes a partir de narrativas transmedia. Este diseño permitió aproximarse al objeto de estudio sin hipótesis rígidas, favoreciendo una comprensión abierta y flexible del fenómeno, acorde con el vacío identificado en la literatura. De esta manera, la investigación se centró en explorar cómo los participantes interpretaron y resignificaron sus experiencias, priorizando la generación de conocimiento a partir de sus propios discursos.

Este diseño resultó adecuado debido a que se trabajó con un grupo reducido de participantes, lo cual permitió profundizar en sus experiencias, percepciones y comportamientos de manera detallada. En lugar de buscar representatividad estadística, se priorizó la riqueza y densidad de la información obtenida, lo que facilitó un análisis interpretativo más riguroso. Asimismo, el enfoque exploratorio posibilitó captar matices, emociones y significados que difícilmente podrían ser abordados mediante metodologías cuantitativas, especialmente en relación con un fenómeno subjetivo como la ansiedad social y su vínculo con los consumos audiovisuales.

Para la recolección de datos, se emplearon dos técnicas principales: las entrevistas semiestructuradas y la observación, entendida como una forma de etnografía ligera. Las entrevistas permitieron acceder a los relatos individuales de los participantes, brindando flexibilidad para profundizar en temas emergentes vinculados a sus experiencias con la ansiedad social y su interacción con contenidos transmedia. Por su parte, la observación facilitó el registro de comportamientos, dinámicas de interacción y formas de consumo mediático en contextos más naturales, complementando la información obtenida en las entrevistas. La combinación de ambas técnicas fortaleció la comprensión integral del fenómeno estudiado.

4.3. Participantes o casos de estudio

Los entrevistados estuvieron conformados por tres jóvenes de entre 18 y 25 años, residentes en Lima Metropolitana y estudiantes de carreras creativas vinculadas a la comunicación audiovisual, el diseño o la producción de contenidos. Todos manifestaron un consumo diario e intensivo de redes sociales, principalmente orientado a plataformas donde circulan narrativas breves, visuales e interactivas. Asimismo, evidenciaron un interés particular por contenidos relacionados con la ansiedad social, incluyendo testimonios, videos explicativos y piezas audiovisuales de corte reflexivo. En su estilo de vida, destacaron la preferencia por espacios tranquilos, como cafeterías, parques o entornos silenciosos, los cuales asociaron con bienestar emocional y autorregulación.

Este perfil resultó adecuado para la investigación, ya que permitió explorar cómo los jóvenes construyeron significados en torno a la ansiedad social a partir de su interacción constante con narrativas transmedia. La elección de estudiantes de carreras creativas facilitó una mayor sensibilidad y capacidad de análisis frente a los lenguajes audiovisuales y sus formas de representación. Además, el consumo habitual de

contenido sobre ansiedad aseguró que los participantes dispusieran de referentes previos que influyeran en sus interpretaciones y discursos. Finalmente, el hecho de que los participantes asistieran a espacios tranquilos aportó una dimensión experiencial coherente con el tema, evidenciando cómo sus prácticas cotidianas guardan relación con los significados que otorgan a la ansiedad social.

4.4. Técnicas e instrumentos

En relación con las técnicas e instrumentos de recolección de datos, se diseñó una guía de entrevista semiestructurada compuesta por preguntas abiertas, orientadas a explorar en profundidad las percepciones, experiencias y significados que los participantes construyeron en torno a la ansiedad social. Este instrumento se organizó en bloques temáticos que abordaron la experiencia personal, los hábitos de consumo digital, la interacción con narrativas transmedia y la influencia del lenguaje audiovisual. La formulación abierta de las preguntas permitió a los participantes expresarse con libertad, facilitando la emergencia de discursos ricos en matices, emociones e interpretaciones subjetivas, coherentes con el enfoque cualitativo de la investigación.

Asimismo, la guía de entrevista fue sometida a un proceso de validación de contenido a cargo de la magister Karin del Rocio Vargas Torres, quien evaluó la claridad, pertinencia y coherencia de las preguntas en relación con los objetivos de la investigación. Este proceso permitió asegurar que el instrumento recogiera información relevante y alineada con el problema de estudio, así como optimizar la redacción y secuencia de las preguntas para favorecer una mejor comprensión por parte de los participantes. De esta manera, se garantizó la calidad metodológica del instrumento y su adecuación para indagar en los significados construidos por los jóvenes en torno a la ansiedad social.

Finalmente, se empleó la técnica de observación directa, entendida como una aproximación etnográfica ligera, con el propósito de complementar la información obtenida en las entrevistas. A través de esta técnica, se registraron comportamientos, interacciones y elementos visuales relevantes en los contextos de consumo de contenido digital de los participantes. Este proceso permitió identificar dinámicas no verbalizadas, así como aspectos relacionados con el uso de plataformas, la atención a estímulos audiovisuales y las formas de interacción con los contenidos, enriqueciendo la comprensión integral del fenómeno estudiado.

4.5. Procedimiento

El procedimiento metodológico de la investigación se desarrolló de manera secuencial y organizada, iniciando con la definición del problema de investigación y los objetivos, los cuales orientaron todo el proceso analítico. A partir de ello, se procedió con la elaboración de la guía de entrevista semiestructurada, diseñada en función de las categorías teóricas y los propósitos del estudio, permitiendo explorar en profundidad las percepciones, experiencias y significados construidos por los participantes. Posteriormente, se realizó la selección y contacto con los participantes, considerando criterios como la edad, residencia en Lima Metropolitana y vinculación con carreras creativas, asegurando además el consentimiento informado y voluntario de cada uno de ellos para su participación en el estudio.

En una segunda etapa, se llevó a cabo la recolección de datos, la cual se desarrolló mediante la aplicación de entrevistas a través de Google Forms, lo que permitió obtener respuestas estructuradas pero abiertas, facilitando la expresión libre de los participantes. De manera complementaria, se implementó la observación en contexto, entendida como una aproximación etnográfica ligera, donde se registraron notas e imágenes relacionadas con los hábitos de consumo digital, interacciones con

contenidos audiovisuales y dinámicas de uso de plataformas. Esta combinación de técnicas permitió enriquecer la comprensión del fenómeno, integrando tanto los discursos explícitos como los comportamientos observados en entornos cotidianos.

Finalmente, en la fase de análisis, se realizó la transcripción y organización de la información recopilada, sistematizando los datos obtenidos para su posterior interpretación. Seguidamente, se aplicó un proceso de codificación temática, mediante el cual se identificaron categorías, patrones y relaciones en los discursos de los participantes, en coherencia con los objetivos y proposiciones de la investigación. Este análisis permitió estructurar los hallazgos de manera interpretativa, dando paso a la redacción de los resultados, los cuales fueron desarrollados en función de las categorías emergentes y su vinculación con el marco teórico, contribuyendo así a una comprensión profunda de la construcción de significados sobre la ansiedad social en jóvenes desde las narrativas transmedia.

Capítulo V: Resultados

5.1. Construcción emocional de la ansiedad social desde la experiencia cotidiana

La construcción de significados sobre la ansiedad social en los jóvenes entrevistados se configura principalmente desde una dimensión emocional profundamente vinculada a sus experiencias cotidianas. Más que definirse como un concepto clínico, la ansiedad social es comprendida a partir de sensaciones concretas como incomodidad, miedo o tensión en situaciones sociales específicas. En este sentido, el entrevistado 2 señaló que la ansiedad se manifiesta como "una sensación de incomodidad muy fuerte" en espacios con aglomeración de personas, lo que evidencia cómo el fenómeno es percibido desde el cuerpo y la emoción más que desde lo teórico. Esta aproximación permite entender que los significados no son abstractos, sino construidos desde vivencias personales situadas.

Asimismo, los discursos evidencian que la ansiedad social se experimenta como un proceso interno muchas veces invisible para los demás, lo que refuerza su carácter subjetivo. El entrevistado 3 mencionó que esta condición implica "sentir que todo el mundo me está mirando o evaluando", incluso cuando racionalmente sabe que no es así. Este tipo de percepciones revela una constante tensión entre lo que se siente y lo que se muestra hacia el exterior, configurando la ansiedad como una experiencia silenciosa. En esa misma línea, el entrevistado 1 destaca la importancia de poder hablar del tema como una forma de "ponerle nombre a lo que realmente estoy sintiendo", lo que evidencia la necesidad de validación emocional en contextos sociales donde estas experiencias suelen ser invisibilizadas.

Por otro lado, se identifica que los jóvenes no solo reconocen la ansiedad social como una experiencia negativa, sino también como un proceso que implica estrategias de adaptación para poder desenvolverse en su entorno. Por ejemplo, el entrevistado 2

mencionó que, en lugar de evitar completamente ciertas situaciones, prefiere “adaptarlas a lo que necesito para sentirme bien”, cómo elegir espacios más controlados o tranquilos . Esto evidencia que la construcción de significados también incluye formas de afrontamiento y negociación con el entorno. De esta manera, la ansiedad social no se percibe únicamente como una limitación, sino como una experiencia que se gestiona activamente en función del bienestar personal.

En la figura 1 se evidencia la ansiedad social como un proceso cíclico que se construye a partir de la interacción entre pensamientos, emociones y comportamientos en distintas fases de la experiencia social: antes, durante y después de la interacción. En la etapa previa, predominan pensamientos anticipatorios negativos y síntomas físicos que generan evitación; durante la situación, se intensifican las sensaciones corporales y la autopercepción negativa; y posteriormente, se refuerzan creencias negativas a partir de la autoevaluación de la experiencia. Este ciclo, lejos de ser lineal, se retroalimenta constantemente, consolidando la ansiedad social como una experiencia persistente en la vida cotidiana de los jóvenes. Asimismo, la figura resulta coherente con lo expuesto en los párrafos anteriores, ya que permite visualizar cómo estas experiencias emocionales, corporales y contextuales se articulan en un proceso dinámico, incluyendo también formas de regulación en las que los jóvenes buscan adaptar las situaciones a sus necesidades para reducir el malestar.

Figura 1

Representación del ciclo de la ansiedad social desde la experiencia cotidiana



Nota. Adaptado de *La ansiedad social en 100 palabras* [Infografía] de Rincón de la Psicología, 2020, https://rinconpsicologia.com/infografia-la-ansiedad-social-en-100/.

5.2. Tensiones entre representación digital y vivencia real de la ansiedad social

La categoría "Tensiones entre representación digital y vivencia real de la ansiedad social" refiere a la brecha identificada entre la forma en que la ansiedad social es mostrada en contenidos digitales y la manera en que es experimentada por los jóvenes en su vida cotidiana. A partir de las entrevistas, se evidenció que las narrativas transmedia tienden a presentar versiones simplificadas o estilizadas del fenómeno,

muchas veces enfocadas en momentos puntuales o situaciones fácilmente reconocibles. En ese sentido, un participante señaló que “en redes lo hacen ver más ligero, como algo gracioso o fácil de manejar”, mientras que otro mencionó que “a veces parece que lo exageran o lo vuelven parte de una estética”. Estas percepciones muestran que, aunque existe visibilización, también hay una construcción parcial que no logra abarcar la complejidad de la experiencia real.

Por otro lado, las vivencias de los entrevistados reflejan que la ansiedad social se configura como un proceso constante, anticipatorio y emocionalmente demandante. No se limita a una situación específica, sino que se extiende antes, durante y después de las interacciones sociales. Como expresó una participante, “no es solo en el momento, desde antes ya estás pensando qué va a pasar”, mientras que otro indicó que “después me quedo dándole vueltas a todo lo que dije o hice”. Asimismo, se identificaron conductas asociadas como la evitación o la preferencia por espacios controlados: “prefiero no ir a lugares con mucha gente porque me siento incómodo”. Estas experiencias evidencian una dimensión interna y prolongada que contrasta con la inmediatez de las representaciones digitales.

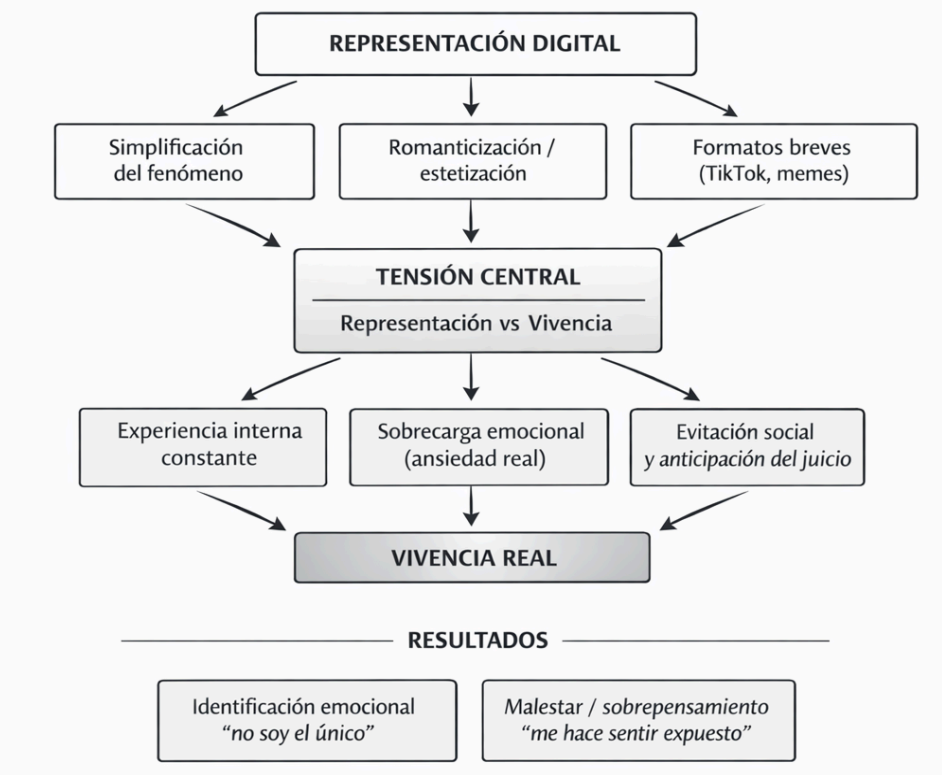
En este contexto, la categoría se vincula directamente con el objetivo de la investigación, ya que permite comprender cómo los jóvenes construyen significados a partir de la interacción entre lo que consumen en medios digitales y lo que viven personalmente. Las narrativas transmedia no solo informan, sino que influyen en la forma en que los participantes interpretan su propia experiencia. Esta relación es ambivalente: por un lado, genera identificación “cuando veo esos videos siento que no soy el único”, pero por otro puede generar incomodidad o sobreexposición “también me hace sentir más consciente de cómo actúo frente a otros”. De esta manera, se evidencia

que los significados sobre la ansiedad social se construyen en un espacio de tensión entre lo representado y lo vivido.

En la figura 2 se evidencia cómo estas tensiones se organizan en torno a una estructura que contrapone la representación digital con la vivencia real, articuladas a través de una tensión central. A partir de la observación realizada, se identificó que los contenidos digitales consumidos por los jóvenes priorizan formatos breves y de rápida circulación, los cuales tienden a simplificar o estetizar la ansiedad social. En contraste, la vivencia observada se caracteriza por elementos más complejos como la sobrecarga emocional, la anticipación del juicio y la experiencia interna constante. Asimismo, se evidenció que la interacción con estos contenidos es mayormente pasiva, lo que refuerza una identificación silenciosa más que una expresión abierta. La figura sintetiza estos hallazgos mostrando cómo ambas dimensiones convergen en efectos como la identificación emocional y el malestar, evidenciando la coexistencia de comprensión y tensión en la construcción de significados.

Figura 2

Tensiones entre representación digital y vivencia real de la ansiedad social.



Nota. Elaboración propia

5.3. Impacto del consumo transmedia en la autopercepción y el estado emocional

La categoría "Impacto del consumo transmedia en la autopercepción y el estado emocional" evidencia que la exposición constante a contenidos sobre ansiedad social no solo informa, sino que también reconfigura la manera en que los jóvenes se perciben a sí mismos. En el caso del Entrevistado 1, el consumo de estos contenidos incrementa la autoconciencia, pero de forma ambivalente, ya que deriva en una intensificación de la ansiedad. Esto se refleja cuando señala que los videos "me hacen sentir más consciente de mis propias inseguridades" y que incluso "empiezo a sobrepensar mis propias interacciones sociales". Así, el contenido transmedia no opera como un simple espejo,

sino como un amplificador de procesos internos, donde la comparación y la autoevaluación constante refuerzan una percepción negativa del yo.

Por otro lado, en el Entrevistado 2, el impacto se orienta más hacia la identificación emocional y la construcción de una sensación de compañía. A diferencia del primer caso, el contenido transmedia cumple una función de contención simbólica, permitiendo que la persona se reconozca en otros relatos. Esto se evidencia en afirmaciones como "me identifico bastante… y eso me hace sentir comprendida y menos sola" o cuando menciona que ver experiencias similares le permite pensar "no estoy sola en esto". En este sentido, el ecosistema transmedia favorece la creación de comunidades afectivas, donde la experiencia individual se valida colectivamente, reduciendo la percepción de aislamiento.

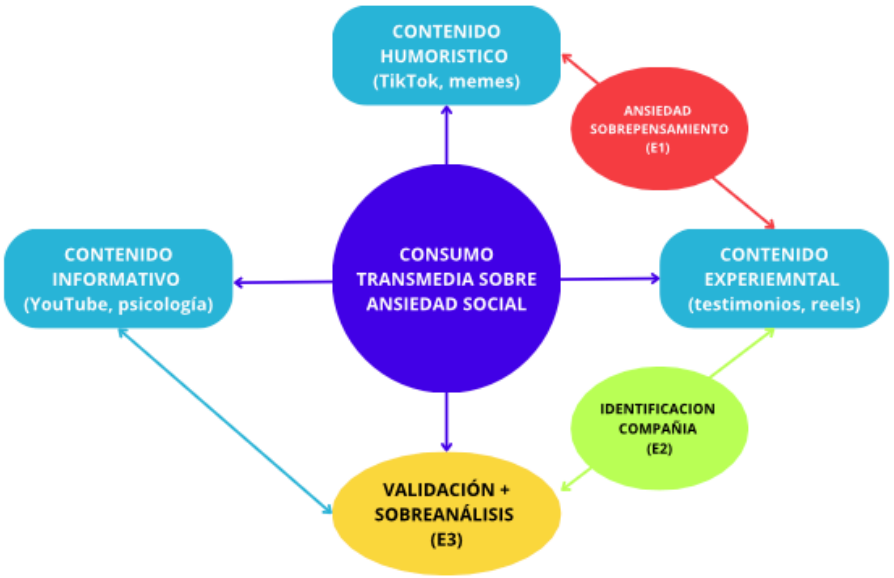
En el caso del Entrevistado 3, se observa una experiencia intermedia que combina validación emocional con procesos de sobreanálisis. El contenido genera una doble respuesta: por un lado, "me siento comprendida", pero por otro, "empiezo a pensar más en mis comportamientos". Esta tensión evidencia cómo el consumo transmedia puede activar mecanismos reflexivos más profundos, donde la identificación no solo tranquiliza, sino que también desencadena una vigilancia constante sobre el propio comportamiento. De este modo, el impacto no es lineal, sino complejo y multidimensional, articulando emociones de alivio, pero también de inseguridad. En conjunto, estos hallazgos se conectan directamente con la investigación al demostrar que las narrativas transmedia no solo representan la ansiedad social, sino que participan activamente en la construcción de significados sobre ella y en la experiencia subjetiva de quienes la consumen.

En la figura 3 se evidencia cómo el consumo transmedia sobre ansiedad social se articula como un nodo central que conecta distintos tipos de contenido con efectos

emocionales específicos. El mapa muestra que el contenido humorístico puede derivar en ansiedad y sobrepensamiento (E1), mientras que el contenido experiencial promueve procesos de identificación y compañía (E2). A su vez, el contenido informativo se vincula con la validación, pero también con el sobreanálisis (E3). Esta representación visual sintetiza los hallazgos de las entrevistas, destacando que no es el consumo en sí mismo lo que determina el impacto, sino la interacción entre los formatos, los mensajes y la experiencia subjetiva del usuario, generando un circuito dinámico donde la autopercepción y el estado emocional se ven constantemente modulados.

Figura 3

Relación entre tipo de contenido consumido y sus efectos en la autopercepción y el estado emocional.



Nota. Elaboración propia

5.4. Influencia de los recursos audiovisuales en la comprensión y empatía del fenómeno

La categoría "Influencia de los recursos audiovisuales en la comprensión y empatía del fenómeno" evidencia que la representación de la ansiedad social no se

limita al contenido discursivo, sino que se construye de manera significativa a través del lenguaje audiovisual. Los tres entrevistados coinciden en que elementos como el sonido, los silencios, la música, los encuadres o el color son fundamentales para comprender este fenómeno desde una dimensión más profunda. En el caso del Entrevistado 1, se destaca que "los silencios prolongados o una música de fondo tensa logran transmitir esa presión interna que las palabras no alcanzan a explicar", lo que sugiere que la experiencia de la ansiedad se comunica mejor a través de sensaciones que de explicaciones racionales. Esto conecta directamente con la investigación al demostrar que el audiovisual actúa como mediador emocional en la construcción de significados.

Asimismo, el Entrevistado 2 refuerza esta idea al señalar que el componente audiovisual permite no solo entender, sino sentir la ansiedad social. Menciona que "los silencios… transmiten más ansiedad que cualquier explicación" y que recursos como "planos cerrados o iluminación tenue" generan una sensación de encierro e incomodidad. Aquí se evidencia que la empatía no surge únicamente del contenido narrativo, sino de cómo este es construido sensorialmente. En este sentido, el consumo transmedia no solo informa sobre la ansiedad social, sino que facilita una experiencia inmersiva que aproxima al espectador a la vivencia emocional del otro, fortaleciendo así procesos de identificación y comprensión.

Por su parte, el Entrevistado 3 introduce un elemento clave al destacar el rol del sonido y la construcción subjetiva de la experiencia interna. Señala que "los sonidos se vuelven más fuertes" y que los pensamientos pueden aparecer "como susurros encima del audio", lo que permite representar el mundo interno de la persona con ansiedad. Además, afirma que el audiovisual no solo permite entender la ansiedad, sino "sentirla un poco a través de la experiencia del video". Esto evidencia que la ansiedad social, dentro de las narrativas transmedia, se configura como una experiencia sensorial

mediada, donde los recursos técnicos (cámara en mano, edición, sonido) funcionan como dispositivos de traducción emocional. En conjunto, estos hallazgos demuestran que la comprensión del fenómeno está profundamente ligada a la forma en que es representado audiovisualmente.

En la tabla 1 se evidencia la relación entre los distintos recursos audiovisuales y las respuestas emocionales que generan en los participantes, mostrando patrones claros en el mapa de calor. Se observa que elementos como los silencios y el sonido amplificado tienden a producir niveles altos de ansiedad y presión, lo que coincide con las entrevistas donde se afirma que estos recursos “transmiten más ansiedad que cualquier explicación”. Asimismo, los planos cerrados y la música tensa se asocian con altos niveles de incomodidad, reforzando la sensación de encierro o exposición. Por otro lado, recursos como la cámara en mano destacan en la generación de empatía, al aportar una sensación de cercanía y realismo. En contraste, la identificación aparece con niveles más moderados y distribuidos, lo que sugiere que no depende de un único recurso, sino de la combinación de varios elementos. En conjunto, la tabla sintetiza cómo los recursos audiovisuales no solo representan la ansiedad social, sino que la activan emocionalmente en el espectador, validando los hallazgos cualitativos obtenidos en las entrevistas.

Tabla 1

Relación entre recursos audiovisuales y respuestas emocionales.

	Sonido amplificado	Silencios	Música tensa	Planos cerrados	Colores fríos	Cámara en mano
Incomodidad	Medio (E1)	Alto (E2)	Alto (E2)	Alto (E2)	Medio (E2)	Medio (E1)
Presión	Alto (E2)	Alto (E3)	Medio (E2)	Alto (E2)	Medio (E1)	Bajo (E2)
Ansiedad	Alto (E2)	Alto (E3)	Medio (E2)	Alto (E2)	Medio (E1)	Alto (E2)
Empatía	Bajo (E1)	Bajo (E2)	Medio (E2)	Medio (E2)	Medio (E2)	Alto (E2)
Identificación	Bajo (E3)	Bajo (E2)	Medio (E2)	Medio (E2)	Medio (E3)	Medio (E2)

Nota. La intensidad del color representa el nivel de impacto de cada recurso audiovisual en la respuesta emocional correspondiente (bajo, medio, alto). Las siglas (E1, E2, E3) indican el entrevistado que reportó dicha relación. El mapa de calor permite identificar patrones de correspondencia entre los recursos audiovisuales y las respuestas emocionales, evidenciando su influencia en la construcción de la experiencia de la ansiedad social.

5.5. Participación limitada y consumo pasivo en torno a contenidos sobre ansiedad social

La relación de los jóvenes con los contenidos sobre ansiedad social en entornos digitales se caracteriza principalmente por una participación limitada, en la que predomina el consumo pasivo sobre la producción activa. Si bien los entrevistados manifiestan una fuerte identificación con este tipo de contenido, su interacción se mantiene mayormente en un nivel observacional. En este sentido, uno de los

participantes señala que prefiere “mantener un perfil bajo y ser un observador silencioso”, evidenciando una actitud de consumo que no se traduce en exposición pública . Esta dinámica sugiere que, aunque el contenido cumple una función significativa, no necesariamente promueve la participación activa.

Asimismo, se identifica que esta limitada participación está directamente vinculada con los mismos factores que configuran la ansiedad social, como el miedo al juicio y la inseguridad frente a la exposición. Un entrevistado menciona que, aunque se identifica con los contenidos, “me cuesta interactuar públicamente porque siento que la gente podría juzgarme”, lo que evidencia cómo la ansiedad condiciona incluso la interacción digital . En la misma línea, otro participante reconoce que, aunque ha considerado compartir contenido, “me gana un poco el miedo o la inseguridad”, lo que refuerza la idea de una barrera emocional frente a la participación . De este modo, se observa una paradoja en la que los espacios digitales, que podrían facilitar la expresión, también reproducen las limitaciones propias del fenómeno.

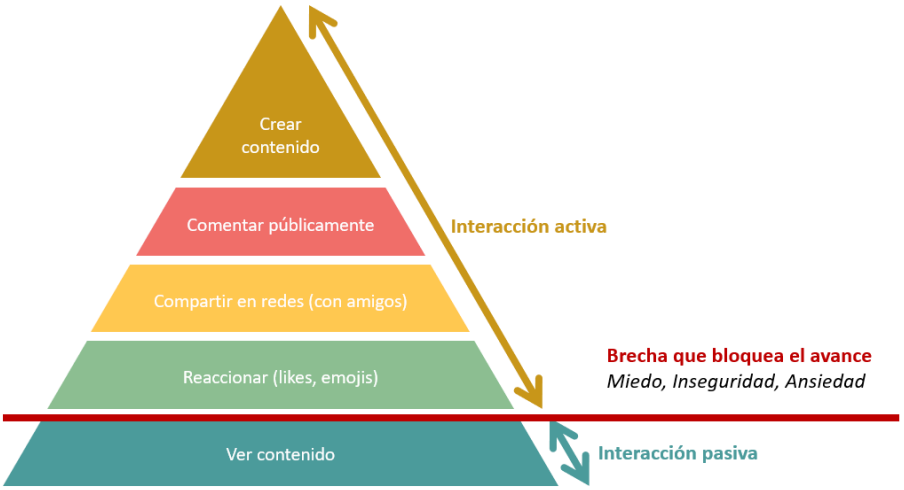
Por otro lado, aunque la participación activa es reducida, los entrevistados sí evidencian formas de interacción indirecta, como guardar contenido, reaccionar o compartirlo en círculos cercanos. Estas prácticas reflejan una necesidad de conexión y validación, aunque dentro de espacios percibidos como más seguros. Por ejemplo, un participante menciona que suele enviar contenidos a amigos cercanos o reaccionar cuando algo le representa, lo que indica una interacción selectiva y contextualizada . En este sentido, el consumo pasivo no implica una desconexión total, sino una forma de participación mediada por el nivel de confianza y exposición percibida.

En la figura 4 se evidencia la distribución de los niveles de participación de los jóvenes frente a contenidos sobre ansiedad social, organizada en una estructura jerárquica que va desde la interacción pasiva hasta la interacción activa. En la base se

ubica el consumo de contenido, seguido de formas de interacción de baja exposición como reaccionar o compartir en círculos cercanos, mientras que en los niveles superiores se encuentran acciones de mayor visibilidad como comentar públicamente o crear contenido. La figura también permite identificar una brecha que limita el tránsito hacia niveles de participación más activos, asociada a factores como el miedo al juicio, la inseguridad y la propia ansiedad social. De este modo, la representación visual resulta coherente con lo expuesto en los párrafos anteriores, evidenciando que, aunque existe un alto nivel de consumo e identificación con el contenido, la participación activa se ve restringida por barreras emocionales que condicionan la interacción digital de los jóvenes.

Figura 4

Niveles de participación con contenido sobre ansiedad social



Nota. Elaboración propia

Capítulo VI: Discusión

Los hallazgos evidencian que la ansiedad social es construida por los jóvenes principalmente desde una dimensión emocional y experiencial, lo cual coincide con la literatura que la define como un fenómeno multidimensional que integra componentes cognitivos, emocionales y conductuales (Camacho et al., 2022; Dong et al., 2024). Asimismo, el énfasis en percepciones corporales y emociones situadas respalda los enfoques que sostienen que la ansiedad debe comprenderse desde experiencias subjetivas y contextuales más que exclusivamente clínicas (Merkouris et al., 2025; Ettman et al., 2024). Sin embargo, estos resultados también evidencian una divergencia respecto al predominio de estudios cuantitativos, ya que los entrevistados no conceptualizan la ansiedad desde categorías diagnósticas, sino desde vivencias cotidianas, reforzando la necesidad de enfoques cualitativos señalada en la literatura (Gandini et al., 2021; Idoiaga-Mondragon et al., 2025). Finalmente, la identificación de estrategias de adaptación y gestión activa del malestar complementa los estudios que destacan el carácter relacional y dinámico de la ansiedad social, ampliando su comprensión más allá de una visión únicamente negativa o limitante (Ciobanu et al., 2025).

Este hallazgo se vincula directamente con el objetivo general de la investigación, ya que permite comprender cómo los jóvenes construyen significados sobre la ansiedad social a partir de sus propias experiencias y no solo desde la influencia de narrativas externas. En este sentido, la dimensión emocional identificada evidencia que la interacción con contenidos transmedia se articula con vivencias previas, reforzando la idea de que el significado emerge de procesos situados y participativos (Soderlund et al., 2021; Fernández-Castrillo et al., 2023). Asimismo, el reconocimiento del carácter cíclico de la ansiedad social se alinea con el objetivo de interpretar los procesos de

resignificación, mostrando cómo los jóvenes integran pensamientos, emociones y comportamientos en una experiencia continua. De este modo, los resultados contribuyen a consolidar la perspectiva de la comunicación audiovisual como un campo capaz de mediar la comprensión emocional del fenómeno, en coherencia con el enfoque transmedia planteado en la investigación (Kalinke Da Silva et al., 2024; Meyerhofer-Parra, 2025).

Los hallazgos evidencian que existe una brecha significativa entre la representación digital de la ansiedad social y su vivencia real, lo cual coincide con la literatura que señala la complejidad multidimensional del fenómeno y su difícil reducción a manifestaciones simplificadas (Camacho et al., 2022; Merkouris et al., 2025). En ese sentido, mientras las narrativas transmedia tienden a estilizar o fragmentar la experiencia en contenidos breves y accesibles, los testimonios recogidos reflejan un proceso continuo, anticipatorio y emocionalmente demandante, lo que respalda la idea de que la ansiedad social está profundamente influida por factores contextuales y subjetivos (Ettman et al., 2024). Asimismo, estos resultados dialogan con estudios que advierten sobre sesgos en la representación mediática de la salud mental, donde se priorizan enfoques problematizadores o parciales que no abarcan su complejidad (Oliveira et al., 2025). No obstante, también se observa una coincidencia con investigaciones que destacan el potencial de las narrativas audiovisuales para generar identificación y sensibilización, aunque en este caso dicha identificación coexiste con tensiones y malestar (Kalinke Da Silva et al., 2024).

Este hallazgo se conecta directamente con el objetivo de la investigación, ya que permite comprender cómo los jóvenes construyen significados sobre la ansiedad social a partir de la interacción entre sus experiencias personales y los contenidos transmedia que consumen. En particular, evidencia que dicha construcción no es pasiva, sino que se

desarrolla en un espacio de negociación simbólica donde los contenidos digitales influyen, pero no determinan completamente la interpretación del fenómeno (Soderlund et al., 2021). Asimismo, la ambivalencia identificada —entre identificación emocional y sobreexposición— refuerza la idea de que las narrativas transmedia actúan como mediadoras en los procesos de resignificación, tal como lo plantean estudios sobre entornos interactivos y experiencias narrativas (Catalan et al., 2024). De este modo, el análisis de esta tensión contribuye a cumplir el propósito de interpretar cómo los jóvenes articulan lo representado y lo vivido, consolidando una comprensión situada y crítica de la ansiedad social en contextos digitales contemporáneos (Fernández-Castrillo et al., 2023).

Los hallazgos evidencian que el consumo transmedia sobre ansiedad social tiene un impacto ambivalente en la autopercepción y el estado emocional de los jóvenes, lo cual coincide parcialmente con la literatura revisada. Por un lado, se confirma que las narrativas audiovisuales influyen en la construcción de significados y en la percepción subjetiva de problemáticas de salud mental, actuando como mediadores simbólicos en la experiencia emocional (Kalinke Da Silva et al., 2024; Soderlund et al., 2021). Sin embargo, a diferencia de enfoques predominantemente problematizadores que enfatizan los efectos negativos del contenido digital (Oliveira et al., 2025), los resultados muestran también una dimensión positiva vinculada a la identificación, validación emocional y reducción del aislamiento, en línea con estudios que destacan el potencial interactivo y participativo de las narrativas transmedia (Tombleson, 2024). Asimismo, la evidencia empírica obtenida amplía lo señalado por Catalan et al. (2024), al demostrar que la resignificación emocional no es un proceso lineal, sino que puede coexistir con dinámicas de sobreanálisis y autovigilancia que intensifican la ansiedad.

En relación con los objetivos de la investigación, estos hallazgos permiten comprender de qué manera las narrativas transmedia participan activamente en la construcción de significados sobre la ansiedad social desde la experiencia subjetiva de los jóvenes. En este sentido, se evidencia que el consumo de contenido no solo informa, sino que configura procesos de interpretación del yo, reforzando la idea de que la ansiedad debe ser analizada desde un enfoque interpretativo y contextual (Merkouris et al., 2025; Ettman et al., 2024). Además, los resultados se alinean con el objetivo de explorar las perspectivas desde la comunicación audiovisual, al mostrar cómo distintos formatos narrativos (humorísticos, experienciales e informativos) generan efectos diferenciados en la vivencia emocional. Finalmente, se reafirma el valor de las narrativas transmedia como espacios de interacción simbólica y co-construcción de sentido, donde los jóvenes no solo consumen contenido, sino que negocian activamente sus significados en relación con su propia experiencia (Fernández-Castrillo et al., 2023; Meyerhofer-Parra, 2025).

Los hallazgos evidencian que los recursos audiovisuales no solo acompañan la narrativa sobre la ansiedad social, sino que actúan como mediadores emocionales que permiten al espectador experimentar sensorialmente el fenómeno, lo que coincide con la literatura que señala que las narrativas audiovisuales influyen en la construcción de significados sociales sobre problemáticas de salud mental (Kalinke Da Silva et al., 2024). La relevancia otorgada por los entrevistados a elementos como el silencio, el sonido amplificado o los planos cerrados confirma que el lenguaje audiovisual puede representar estados internos complejos mediante estímulos sensoriales que generan empatía y comprensión emocional. Este resultado también se alinea con investigaciones que destacan cómo los entornos audiovisuales interactivos facilitan procesos de identificación y exploración emocional en los usuarios (Catalan et al., 2024). Asimismo,

la idea de que el espectador puede “sentir” la ansiedad a través de la experiencia audiovisual respalda el planteamiento de que los espacios narrativos transmedia funcionan como entornos de interacción simbólica donde los usuarios participan activamente en la construcción de sentido (Soderlund et al., 2021).

Este hallazgo se conecta directamente con el objetivo de la investigación orientado a comprender cómo los jóvenes construyen significados sobre la ansiedad social a partir de narrativas transmedia desde la comunicación audiovisual. La evidencia obtenida sugiere que la comprensión del fenómeno no depende únicamente del contenido informativo, sino de la forma en que los recursos audiovisuales configuran experiencias sensoriales que facilitan la empatía y la identificación. En este sentido, los resultados refuerzan la idea de que las narrativas transmedia permiten involucrar al espectador como participante activo en la interpretación de realidades emocionales complejas (Fernández-Castrillo et al., 2023). De esta manera, el estudio contribuye a demostrar que la comunicación audiovisual no solo difunde información sobre la ansiedad social, sino que también posibilita procesos de resignificación emocional y social en los jóvenes dentro del ecosistema mediático contemporáneo (Meyerhofer-Parra, 2025).

Los hallazgos evidencian que la participación limitada y el consumo pasivo en torno a contenidos sobre ansiedad social coinciden parcialmente con la literatura revisada, particularmente en lo referido al carácter relacional y contextual del fenómeno. En efecto, la tendencia de los jóvenes a evitar la interacción pública debido al miedo al juicio refuerza la idea de que la ansiedad social condiciona las dinámicas de interacción, incluso en entornos digitales, tal como señalan Ciobanu et al. (2025) y Dong et al. (2024). Sin embargo, estos resultados matizan posturas más optimistas sobre las narrativas transmedia, que destacan su potencial para fomentar la participación

activa y la co-creación de significados, evidenciando una brecha entre el potencial teórico y la práctica real (Meyerhofer-Parra, 2025; Soderlund et al., 2021). Asimismo, la identificación con los contenidos, pese a la baja interacción visible, sugiere que el consumo pasivo no implica ausencia de significado, sino una forma de մասնակցación más introspectiva y mediada por factores emocionales, lo cual amplía la comprensión de estos procesos en línea con perspectivas interpretativas (Merkouris et al., 2025).

Este hallazgo se articula directamente con los objetivos de la investigación, en tanto permite comprender cómo los jóvenes construyen significados sobre la ansiedad social desde sus experiencias mediáticas en entornos transmedia. La evidencia de una participación mayormente observacional aporta a la exploración de las dinámicas de interacción, mostrando que la construcción de sentido no depende exclusivamente de la producción de contenido, sino también de formas pasivas y selectivas de consumo. En este sentido, se cumple el objetivo de analizar las experiencias subjetivas de los jóvenes, evidenciando cómo las barreras emocionales influyen en su relación con los contenidos y en sus procesos de significación (Ettman et al., 2024; Esfandiari et al., 2025). Finalmente, estos resultados refuerzan la pertinencia de abordar la ansiedad social desde una perspectiva comunicacional y cualitativa, integrando dimensiones socioculturales y mediáticas que permiten comprender la complejidad del fenómeno en contextos digitales contemporáneos (Gandini et al., 2021).

Capítulo VII: Conclusiones y Recomendaciones

7.1. Conclusiones

El estudio permitió comprender que la construcción de significados sobre la ansiedad social en jóvenes de Lima se configura principalmente desde una dimensión subjetiva, emocional y contextual, más que desde definiciones clínicas o teóricas. Los hallazgos evidencian que los jóvenes interpretan este fenómeno a partir de sus experiencias cotidianas, integrando sensaciones corporales, pensamientos anticipatorios y dinámicas sociales que se desarrollan de manera cíclica. En este proceso, las narrativas transmedia no actúan como fuentes únicas de significado, sino como espacios que dialogan con vivencias previas, reforzando o tensionando las interpretaciones personales. De este modo, se cumple el objetivo general de la investigación al demostrar que los significados sobre la ansiedad social emergen de la interacción entre experiencia vivida y consumo mediático.

En relación con el primer objetivo específico, se concluye que las percepciones de los jóvenes frente a las narrativas transmedia están marcadas por una tensión entre identificación y cuestionamiento. Si bien los contenidos digitales facilitan la visibilización del fenómeno y generan reconocimiento emocional, también tienden a simplificar o estetizar la ansiedad social, lo que produce una brecha entre lo representado y lo vivido. Esta ambivalencia evidencia que los jóvenes no consumen estos contenidos de manera pasiva, sino que desarrollan una lectura crítica en función de sus propias experiencias. En consecuencia, las narrativas transmedia son percibidas tanto como espacios de validación emocional como de distorsión parcial del fenómeno.

Respecto al segundo objetivo específico, se concluye que los elementos narrativos y audiovisuales desempeñan un papel fundamental en la comprensión y empatía hacia la ansiedad social. Recursos como el sonido, los silencios, los encuadres

y la iluminación permiten traducir estados internos complejos en experiencias sensoriales que facilitan la conexión emocional con el contenido. En este sentido, el lenguaje audiovisual no solo comunica información, sino que actúa como un mediador que permite "sentir" el fenómeno, fortaleciendo los procesos de identificación y comprensión. Asimismo, se evidencia que distintos tipos de contenido generan efectos diferenciados en la autopercepción, desde la validación emocional hasta el sobreanálisis y la intensificación de la ansiedad.

Finalmente, en relación con el tercer objetivo específico, se concluye que los procesos de resignificación de la ansiedad social se desarrollan de manera dinámica y no lineal, en un espacio de interacción entre experiencias personales y contenidos transmedia. Los jóvenes no solo reinterpretan el fenómeno, sino que también negocian sus significados a partir de factores como el contexto social, el nivel de exposición y las barreras emocionales asociadas a la ansiedad. En este sentido, se observa que la participación en entornos digitales es mayormente limitada, predominando formas de consumo pasivo o interacción indirecta, lo que evidencia que la ansiedad también condiciona la forma en que los jóvenes se relacionan con los contenidos. De esta manera, la investigación reafirma la importancia de abordar la ansiedad social desde una perspectiva comunicacional y cualitativa, que permita comprender la complejidad de los procesos de significación en el ecosistema mediático contemporáneo.

7.2. Recomendaciones para futuras investigaciones

A partir de los hallazgos obtenidos, se recomienda que futuras investigaciones profundicen en el estudio de la ansiedad social desde enfoques cualitativos que permitan explorar con mayor amplitud las experiencias subjetivas de distintos perfiles de jóvenes. En particular, sería pertinente ampliar la muestra a diversos contextos socioculturales, niveles socioeconómicos y regiones geográficas, con el fin de identificar posibles

variaciones en la construcción de significados sobre la ansiedad social. Asimismo, se sugiere incorporar metodologías complementarias como grupos focales o análisis de contenido digital, que permitan contrastar los discursos individuales con dinámicas colectivas y prácticas reales en entornos virtuales. De igual manera, resulta relevante explorar el papel de otras plataformas emergentes y formatos transmedia en la configuración de experiencias emocionales, considerando la constante evolución del ecosistema digital.

Por otro lado, se recomienda que futuras investigaciones profundicen en el diseño y evaluación de propuestas transmedia orientadas a la salud mental, con el objetivo de analizar su impacto en la reducción del estigma y en la promoción de la participación activa de los jóvenes. En este sentido, sería valioso desarrollar estudios aplicados que integren la creación de contenidos audiovisuales con estrategias de intervención, permitiendo evaluar cómo distintos recursos narrativos y sensoriales influyen en la comprensión y resignificación de la ansiedad social. Asimismo, se sugiere indagar en mecanismos que favorezcan una participación más activa en entornos digitales, considerando las barreras emocionales identificadas en este estudio. De este modo, futuras investigaciones podrían contribuir no solo al avance teórico, sino también al desarrollo de herramientas comunicativas más efectivas y empáticas en el abordaje de la salud mental juvenil.

Referencias

Abdi, F., Karamoozian, A., Lotfilou, M., Gholami, F., Shaterian, N., Niasar, A. A., Aghapour, E., & Jandaghian-Bidgoli, M. (2025). Effect of play therapy and storytelling on the anxiety level of hospitalized children: A randomized controlled trial. *BMC Complementary Medicine And Therapies*, *25*, 23. https://doi.org/10.1186/s12906-025-04767-4

Abu Omar, D., Kirkman, A., Scott, C., Babicova, I., & Irons, Y. (2024). Positive psychology interventions to increase self-esteem, self-efficacy, and confidence and decrease anxiety among students with dyslexia: A narrative review. *Youth*, *4*(2), 835-853. https://doi.org/10.3390/youth4020055

Alves, F., Figueiredo, D. V., & Vagos, P. (2022). The prevalence of adolescent social fears and social anxiety disorder in school contexts. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, *19*(19), 12458. https://doi.org/10.3390/ijerph191912458

Beyer, C., Currin, C. B., Williams, T., & Stein, D. J. (2024). Meta-analysis of the comparative efficacy of benzodiazepines and antidepressants for psychic versus somatic symptoms of generalized anxiety disorder. *Comprehensive Psychiatry*, *132*, 152479. https://doi.org/10.1016/j.comppsych.2024.152479

Bie, F., Yan, X., Xing, J., Wang, L., Xu, Y., Wang, G., Wang, Q., Guo, J., Qiao, J., & Rao, Z. (2024). Rising global burden of anxiety disorders among adolescents and young adults: Trends, risk factors, and the impact of socioeconomic disparities and COVID-19 from 1990 to 2021. *Frontiers In Psychiatry*, *15*, 1489427. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1489427

Bradić, I., Kuentzel, K. B., Honeder, S., Grabner, G. F., Vujić, N., Zimmermann, R., Birner-Gruenberger, R., & Kratky, D. (2022). Off-target effects of the lysosomal

acid lipase inhibitors Lalistat-1 and Lalistat-2 on neutral lipid hydrolases. *Molecular Metabolism*, *61*, 101510. https://doi.org/10.1016/j.molmet.2022.101510

Camacho, A., Ortega-Ruiz, R., & Romera, E. M. (2022). Adolescents' social anxiety dynamics in a latent transition analysis and its psychosocial effects. *International Journal Of Clinical And Health Psychology*, *22*(3), 100311. https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2022.100311

Catalan, C., Gega, L., & Hook, J. (2024). Storytelling games for general anxiety: Clinician perspectives on walking simulator games as intervention. *Proceedings Of The ACM On Human-Computer Interaction*, *8*, 1-24. https://doi.org/10.1145/3677104

Chen, C. (2022). Recent advances in the study of the comorbidity of depressive and anxiety disorders. *Advances In Clinical And Experimental Medicine*, *31*(4), 355-358. https://doi.org/10.17219/acem/147441

Ciobanu, V., Huțul, T. D., Karner-Huțuleac, A., & Huțul, A. (2025). Exploring the role of workaholism and social support in social anxiety and loneliness. Findings and implications from a cross-sectional study in a Romanian sample. *Psychological Reports*, 332941251347224. https://doi.org/10.1177/00332941251347224

Darwish, E. (2025). Cultural influences and transmedia literacy: Informal learning among emirati adolescents. *Contratexto*, *44*, 165-190. https://doi.org/10.26439/contratexto2025.n44.7864

De Silva, S., Peris, R., Senaviratne, S., & Samaranayake, D. (2024). Effectiveness of a cognitive behavioural therapy (CBT)-based intervention for reducing anxiety among adolescents in the Colombo District, Sri Lanka: Cluster randomized

controlled trial. *Child And Adolescent Psychiatry And Mental Health*, *18*, 108. https://doi.org/10.1186/s13034-024-00799-9

Delgado Suarez, J. (2020, mayo 30). *Infografía: La ansiedad social en 100 palabras*. Rincón de la Psicología. https://rinconpsicologia.com/infografia-la-ansiedad-social-en-100/

Diez-Canseco, F., Carbonel, A., Bernabe-Ortiz, A., Olivar, N., Gómez-Restrepo, C., Toyama, M., Uribe-Restrepo, J. M., Brusco, L. I., Hidalgo-Padilla, L., Ramirez-Meneses, D., Carbonetti, F. L., Ariza-Salazar, K., Sureshkumar, D. S., Fung, C., & Priebe, S. (2024). Association between stressful life events and depression, anxiety, and quality of life among urban adolescents and young adults in Latin America. *Frontiers In Psychology*, *15*, 1466378. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1466378

Dong, W., Tang, H., Wu, S., Lu, G., Shang, Y., & Chen, C. (2024). The effect of social anxiety on teenagers' internet addiction: The mediating role of loneliness and coping styles. *BMC Psychiatry*, *24*(395). https://doi.org/10.1186/s12888-024-05854-5

Elvira, U. K. A., Rivero, O., Postiguillo, A., García-Marti, G., Escarti, M. J., Aguilar, E. J., David-Lluesma, J., Molto, M. D., Perez-Rando, M., & Nacher, J. (2025). Altered volume of thalamic nuclei and genetic expression in first-episode psychotic patients, and their association with childhood adversity. *Progress In Neuro-Psychopharmacology And Biological Psychiatry*, *139*, 111371. https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2025.111371

Englander, E. (2021). Bullying, cyberbullying, anxiety, and depression in a sample of youth during the coronavirus pandemic. *Pediatric Reports*, *13*(3), 546-551. https://doi.org/10.3390/pediatric13030064

Errazuriz, A., Avello-Vega, D., Passi-Solar, A., Torres, R., Bacigalupo, F., Crossley, N. A., Undurraga, E. A., & Jones, P. B. (2025). Prevalence of anxiety disorders in Latin America: A systematic review and meta-analysis. *The Lancet Regional Health - Americas*, *45*, 101057. https://doi.org/10.1016/j.lana.2025.101057

Esfandiari, N., Mirzaei, S., Akbari-Zardkhaneh, S., Mazaheri, M. A., Sadeghi-Firoozabadi, V., Cheraghi, M., & Mousavi, M. (2025). Usability testing of CalmSoul: A digital cognitive behaviour therapy platform for adolescents with social anxiety disorder. *Journal Of Behavioral And Cognitive Therapy*, *35*(2), 100526. https://doi.org/10.1016/j.jbct.2025.100526

Ettman, C. K., Abdalla, S. M., Wang, R., Rosenberg, S. B., & Galea, S. (2024). Generalized anxiety disorder in low-resourced adults: A nationally representative, longitudinal cohort study across the COVID-19 pandemic. *American Journal Of Epidemiology*, *194*(3), 755-765. https://doi.org/10.1093/aje/kwae270

Fernández-Castrillo, C., García Sahagún, M., & Tiburcio Moreno, E. (2023). The fictional and transmedia representation of the urban space in the historical thriller: La Peste. *Revista de Comunicación*, *22*(2), 135-174. https://doi.org/10.26441/rc22.2-2023-3153

Gandini, S., Rainisio, M., Iannuzzo, M. L., Bellerba, F., Cecconi, F., & Scorrano, L. (2021). A cross-sectional and prospective cohort study of the role of schools in the SARS-CoV-2 second wave in Italy. *The Lancet Regional Health - Europe*, *5*, 100092. https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2021.100092

Garcés, V. H., & Mendieta-Briceño, A. P. (2024). The diffusion of transmedia news and the expansion of the informative prosumer: Between transmedia journalism,

multiplatform, and crossmedia. *Cuadernos.Info*, *57*, 92-116. https://doi.org/10.7764/cdi.57.65515

Garcia-Lopez, L. J., Espinosa-Fernandez, L., Muela-Martinez, J. A., & Piqueras, J. A. (2021). Screening social anxiety in adolescents through the eyes of their carers. *Frontiers In Psychology*, *12*, 769006. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.769006

Gkintoni, E., & Ortiz, P. S. (2023). Neuropsychology of generalized anxiety disorder in clinical setting: A systematic evaluation. *Healthcare*, *11*(17), 2446. https://doi.org/10.3390/healthcare11172446

Graham, W. M., Drinkwater, R., Kelson, J., & Kabir, M. A. (2025). Self-guided virtual reality therapy for anxiety: A systematic review. *International Journal Of Medical Informatics*, *200*, 105902. https://doi.org/10.1016/j.ijmedinf.2025.105902

Guingo, E., Paquin, D., Côtes-Turpin, C., Addab, S., Vézina, C., Côtes-Charlebois, F., & Le May, S. (2024). Customized avatars in a multiplatform game on mobile and virtual reality for hospitalized children in Hemato-Oncology: A conceptual design. *International Journal Of Virtual Reality*, *24*(1), 23-45. https://doi.org/10.20870/ijvr.2024.24.1.7905

Hafstad, G. S., Sætren, S. S., Wentzel-Larsen, T., & Augusti, E. (2021). Adolescents' symptoms of anxiety and depression before and during the COVID-19 outbreak – a prospective population-based study of teenagers in Norway. *The Lancet Regional Health - Europe*, *5*, 100093. https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2021.100093

Hasan Bin Jali, Mawaidi, & Lalu Habiburrahman. (2025). Transmedia storytelling in expanding audience's engagement: A phenomenological study of Nussa Rara.

Lingua Technica Journal Of Digital Literary Studies, *1*(1), 25-37. https://doi.org/10.64595/lingtech.v1i1.20

Herring, M. P., & Meyer, J. D. (2024). Resistance exercise for anxiety and depression: Efficacy and plausible mechanisms. *Trends In Molecular Medicine*, *30*(3), 204-206. https://doi.org/10.1016/j.molmed.2023.11.016

Idoiaga-Mondragon, N., Gaztañaga, M., Yarritu, I., & Pascual-Sagastizabal, E. (2025). Academic anxiety in spanish higher education: A systematic review. *Behavioral Sciences*, *15*(2), 192. https://doi.org/10.3390/bs15020192

Kalinke Da Silva, P., Sabino Caldas, C. H., Feliciano, L. A., & Gomes Neto, R. (2024). Advertising and sustainability: The case of "The Last Photo" campaign. *Comunicação E Sociedade*, *45*, e024011. https://doi.org/10.17231/comsoc.45(2024).5297

Keles, B., Grealish, A., & Leamy, M. (2023). The beauty and the beast of social media: An interpretative phenomenological analysis of the impact of adolescents' social media experiences on their mental health during the Covid-19 pandemic. *Current Psychology*, *43*, 96-112. https://doi.org/10.1007/s12144-023-04271-3

Leigh, E., Chiu, K., & Clark, D. M. (2021). Is concentration an indirect link between social anxiety and educational achievement in adolescents? *PLoS ONE*, *16*(5), e0249952. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0249952

Leigh, E., Percy, R., Clark, D. M., Creswell, C., & Waite, P. (2023). Cognitive and behavioural processes in adolescents with social anxiety disorder. *Behaviour Research And Therapy*, *170*, 104416. https://doi.org/10.1016/j.brat.2023.104416

Lipschitz, J. M., Pike, C. K., Hogan, T. P., Murphy, S. A., & Burdick, K. E. (2023). The engagement problem: A review of engagement with digital mental health interventions and recommendations for a path forward. *Current Treatment*

Options In Psychiatry, *10*(3), 119-135. https://doi.org/10.1007/s40501-023-00297-3

Merkouris, E., Brasinika, A., Patsiavoura, M., Siniosoglou, C., Tsiptsios, D., Triantafyllis, A. S., Mueller, C., Mpikou, I., Samara, M. T., Christodoulou, N., & Tsamakis, K. (2025). Molecular basis of anxiety: A comprehensive review of 2014–2024 clinical and preclinical studies. *International Journal Of Molecular Sciences*, *26*(11), 5417. https://doi.org/10.3390/ijms26115417

Meyerhofer-Parra, R. (2025). A systematic review of transmedia literacy: Implications for lifelong learning. *Journal Of Media Literacy Education*, *17*(2), 110-124. https://doi.org/10.23860/jmle-2025-17-2-8

Meyerhofer-Parra, R., & González-Martínez, J. (2023). Transmedia storytelling usage of neural networks from a universal design for learning perspective: A systematic review. *Frontiers In Psychology*, *14*, 1119551. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1119551

Mioramalala, S., Mroueh, L., Bruand, P. E., Raharinivo, M. M., Rafanomezantsoa, R. M., Gérard, D., Ratsimbasoa, A., Preux, P., & Boumédiène, F. (2024). Effects of an intervention program to improve mental health and epilepsy care in Madagascar. *Comprehensive Psychiatry*, *132*, 152484. https://doi.org/10.1016/j.comppsych.2024.152484

Oliveira, A. S., Pedrollo, L. F. S., Vedana, K. G. G., & Silva, A. C. (2025). Social media and streaming services: A cross-sectional study on factors associated with mental health. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, *46*, e20240115. https://doi.org/10.1590/1983-1447.20220240115.en

Ortegón Ángel, J. A., Sánchez Devia, Á. A., & Burbano Gonzalez, D. C. (2026). Transmedia digital narratives in mathematics teaching in educational contexts: A

systematic, bibliometric, and structural review (2014–2024). *Frontiers In Education*, *10*, 1719806. https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1719806

Palioura, M., & Dimoulas, C. (2022). Digital storytelling in education: A transmedia integration approach for the non-developers. *Education Sciences*, *12*(8), 559. https://doi.org/10.3390/educsci12080559

Papola, D., Miguel, C., Mazzaglia, M., Franco, P., Tedeschi, F., Romero, S. A., Patel, A. R., Ostuzzi, G., Gastaldon, C., Karyotaki, E., Harrer, M., Purgato, M., Sijbrandij, M., Patel, V., Furukawa, T. A., Cuijpers, P., & Barbui, C. (2023). Psychotherapies for generalized anxiety disorder in adults: A systematic review and network meta-analysis of randomized clinical trials. *JAMA Psychiatry*, *81*(3), 250-259. https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2023.3971

Runchina, C., Fauth, F., & González-Martínez, J. (2022). Adolescents facing transmedia learning: Reflections on what they can do, what they think and what they feel. *Behavioral Sciences*, *12*(4), 112. https://doi.org/10.3390/bs12040112

Sedeño-Valdellos, A. (2023). Transmedia expansion in music video: Study cases for visual albums in the current music industry. *Comunicación y Sociedad*, e8514. https://doi.org/10.32870/cys.v2023.8514

Soderlund, P. D., Martinez Hollingsworth, A. S., & Heilemann, M. V. (2021). Participant engagement in a transmedia storytelling web-based app intervention for mental health of latina women: Qualitative analysis. *JMIR Mental Health*, *8*(1), e22575. https://doi.org/10.2196/22575

Strom, N. I., Verhulst, B., Bacanu, S. A., Cheesman, R., Purves, K. L., Gedik, H., Mitchell, B. L., Kwong, A. S., Faucon, A. B., Singh, K., Medland, S., Colodro-Conde, L., Krebs, K., Hoffmann, P., Herms, S., Gehlen, J., Ripke, S., Awasthi, S., Palviainen, T., . . . Hettema, J. M. (2026). Genome-wide association

study of major anxiety disorders in 122,341 European-ancestry cases identifies 58 loci and highlights GABAergic signaling. *Nature Genetics*, *58*, 275-288. https://doi.org/10.1038/s41588-025-02485-8

Tang, X., Liu, Q., Cai, F., Tian, H., Shi, X., & Tang, S. (2022). Prevalence of social anxiety disorder and symptoms among Chinese children, adolescents and young adults: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers In Psychology*, *13*, 792356. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.792356

Tombleson, B. (2024). Transmedia learning: A literature review. *Technology Pedagogy And Education*, *33*(2), 255-269. https://doi.org/10.1080/1475939x.2024.2310681

Walder, N., Frey, A., Berger, T., & Schmidt, S. J. (2025). Digital mental health interventions for the prevention and treatment of social anxiety disorder in children, adolescents, and young adults: Systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal Of Medical Internet Research*, *27*, e67067. https://doi.org/10.2196/67067

Wilson, A. C., & Gullon-Scott, F. (2024). 'It's not always textbook social anxiety': A survey-based study investigating the nature of social anxiety and experiences of therapy in autistic people. *Autism*, *28*(11), 2923-2936. https://doi.org/10.1177/13623613241251513

Zatrahadi, M. F., Miftahuddin, M., Ifdil, I., & Istiqomah, I. (2023). A bibliometric analysis of the anxiety disorder topics in 2023. *Konselor*, *12*(2), 74-85. https://doi.org/10.24036/0202312245-0-86

Anexos

Anexo 1: Guía de Entrevista

¡Hola! Gracias por tu tiempo.

Este formulario forma parte de un proyecto de investigación que busca comprender cómo los jóvenes en Lima Metropolitana construyen significados sobre la ansiedad social a partir de los contenidos que consumen a diario en plataformas digitales, también conocidas como narrativas transmedia. Al estar familiarizado/a con carreras creativas y la comunicación audiovisual, tu perspectiva nos resulta sumamente valiosa.

¿Cómo está estructurado este formulario?

Completar estas preguntas te tomará aproximadamente entre 10 y 15 minutos. El cuestionario está dividido en tres breves secciones:

- **Tus hábitos digitales:** Exploraremos tu perfil y tu relación con los formatos audiovisuales que consumes en redes sociales.
- **Tu percepción y experiencia:** Profundizaremos en tus opiniones personales y en cómo interpretas la representación de la ansiedad social en el entorno digital.
- **Tu visión creativa:** Un espacio de reflexión para leer tus propuestas sobre cómo deberían diseñarse estos contenidos para que comuniquen un mensaje de forma más responsable y significativa.

Tu comodidad es nuestra prioridad

Recuerda que en este cuestionario no hay respuestas correctas ni incorrectas; lo que realmente nos importa es tu experiencia personal y sincera como joven residente de Lima. Tu participación es completamente voluntaria. Tus respuestas serán anonimas y registradas **únicamente con fines académicos y de investigación** para nuestra tesis,

garantizando en todo momento absoluta confidencialidad y el anonimato de la información que nos compartas.

Al continuar y responder las siguientes preguntas, confirmas que has leído la información anterior, comprendes el propósito de este estudio y aceptas participar de manera voluntaria.

PREGUNTAS

1. Experiencia y percepción de la ansiedad social

Objetivo: Explorar cómo los participantes comprenden, experimentan e interpretan la ansiedad social en su vida cotidiana.

1. En tu día a día o con la gente que te rodea, ¿cómo vives o qué piensas cuando escuchas hablar sobre la "ansiedad social"? Cuéntame un poco de tu experiencia personal.
2. Por lo que has visto, ¿crees que la manera en que se muestra la ansiedad social en las redes sociales se parece a la realidad, o te parece que a veces lo exageran o romantizan? ¿Por qué lo ves de esa forma?
3. Cuando ves videos, tiktoks o posts sobre este tema, ¿sientes que te cambian el estado de ánimo o la forma en la que te ves a ti mismo? ¿Cómo te afecta o te hace sentir exactamente?

2. Consumo de contenidos y narrativas transmedia

Objetivo: Analizar los hábitos de consumo digital y la interacción de los participantes con contenidos sobre ansiedad social en diferentes plataformas.

4. ¿Qué tipo de contenido sobre ansiedad social te suele aparecer más o te detienes a mirar en tus redes? ¿Qué es lo que más te engancha o te llama la atención de esas publicaciones?

5. ¿Recuerdas algún video, película, serie o post sobre la ansiedad social que se te haya quedado grabado en la cabeza o te haya impactado mucho? ¿Cuál era el mensaje y qué reflexionaste al verlo?
6. Hoy en día pasamos rápido de TikTok a Instagram, YouTube, etc. ¿Cómo crees que toda esta mezcla de plataformas y formatos te ha ido formando la idea que tienes hoy sobre lo que es la ansiedad social?

3. Influencia del lenguaje audiovisual en la construcción de significados

Objetivo: Comprender cómo los elementos audiovisuales influyen en la interpretación y construcción de significados sobre la ansiedad social.

7. Pensando un poco en el lado audiovisual (los colores, la música, los silencios, la forma en que se graba o edita), ¿cómo sientes que todos esos detalles influyen en tu manera de entender la ansiedad social?
8. ¿Alguna vez te has animado a compartir un post, dejar un comentario o incluso crear algo de contenido relacionado a la ansiedad social? ¿Qué te impulsó a hacerlo? (Y si nunca lo has hecho, ¿por qué crees que sea?).

4. Relación entre prácticas cotidianas, bienestar y producción de contenido

Objetivo: Identificar cómo las experiencias personales, estilos de vida y formación creativa influyen en la construcción de significados y en la propuesta de contenidos.

9. Al ser estudiante de una carrera creativa y estar constantemente expuesto a mucho contenido visual, ¿sientes que tu rutina diaria o tus propios gustos estéticos te hacen más exigente o selectivo con los videos sobre ansiedad social que consumes? ¿Por qué?
10. Desde tu visión creativa y lo que estás estudiando, si tuvieras total libertad para diseñar un video o campaña sobre la ansiedad social, ¿cómo

lo harías para que comunique bien el mensaje y conecte de verdad con la gente?