

Artículo

# Aislamiento social en la población joven en España: el valor de las interacciones cara a cara

Noviembre 2024

*Joan M. Verd, Mireia Bolívar y Joan Rodríguez-Soler, Centre d'Estudis Sociològics sobre la Vida Quotidiana i el Treball, Institut d'Estudis del Treball, Universitat Autònoma de Barcelona; Albert Navarro, Research Group on Psychosocial Risks, Organization of Work and Health, Institut d'Estudis del Treball, Universitat Autònoma de Barcelona*

## Proyecto seleccionado en la convocatoria Flash sobre la realidad social de las personas jóvenes

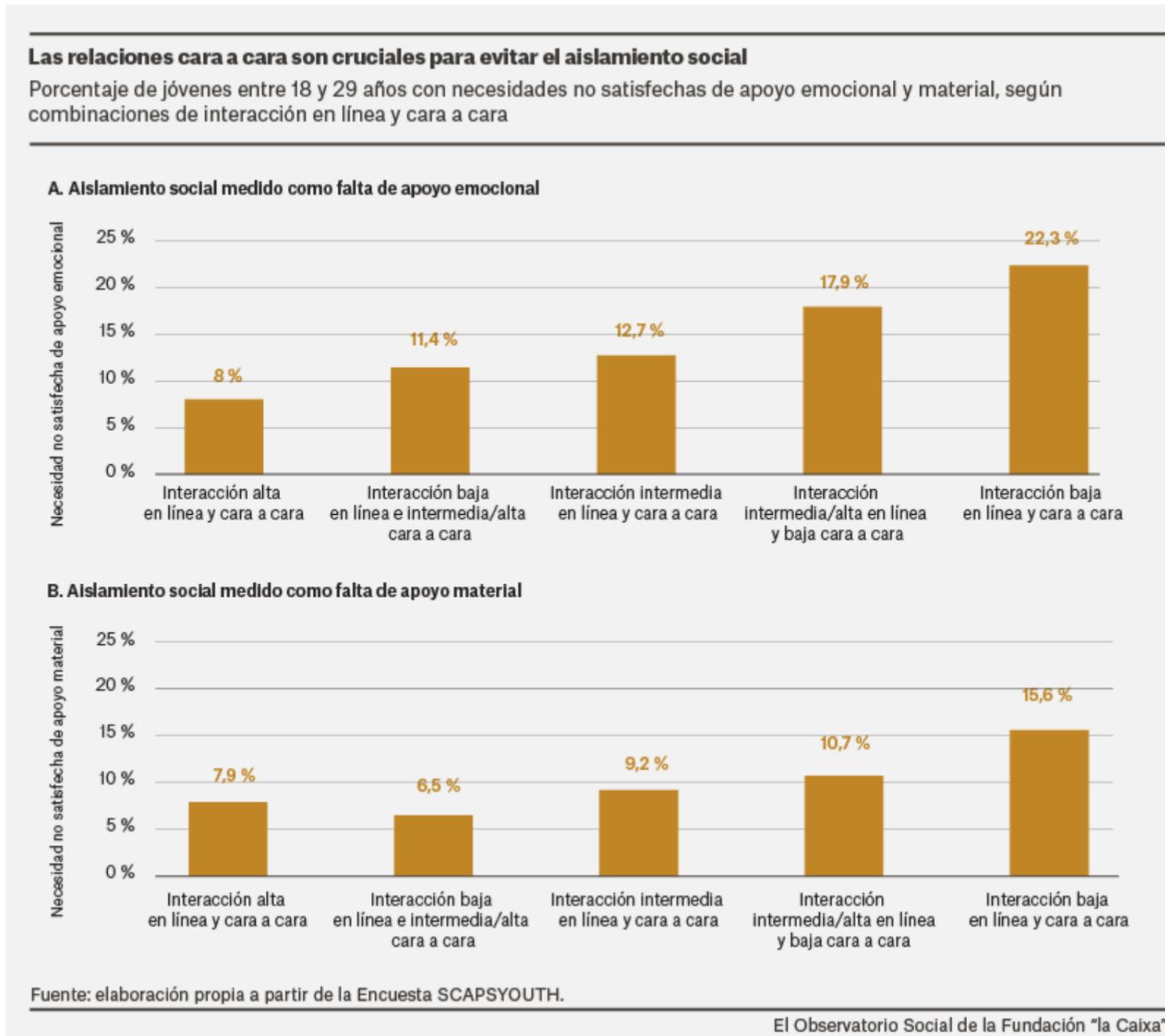
En la investigación que se presenta en este artículo se analiza la relación entre la interacción social, el aislamiento social y el malestar emocional de las personas jóvenes. En primer lugar, se estudia el diferente papel de la interacción social en línea y presencial (cara a cara), y sus combinaciones en cuanto al aislamiento social, considerando específicamente el apoyo emocional y material. En segundo lugar, se estudia la relación entre los tipos de interacción y el malestar emocional, considerando las variables sexo y grupo de edad. Los datos analizados provienen de una encuesta realizada a 3.000 jóvenes de entre 18 y 29 años residentes en España. Los resultados muestran que es la falta de interacción cara a cara la que se asocia a los valores más altos tanto de aislamiento social como de malestar emocional, siendo el nivel de interacción en línea un factor secundario. Sin embargo, se observa un patrón diferente cuando se analizan los valores más bajos de aislamiento social y malestar emocional: el menor aislamiento social se da cuando se combina una alta interacción en línea y una alta interacción cara a cara, mientras que el nivel más bajo de malestar emocional se encuentra cuando se combina una baja interacción en línea y una interacción intermedia/alta cara a cara.

## Puntos clave

- 1 Las personas jóvenes que muestran un nivel bajo de interacción en línea y cara a cara son las que padecen mayor aislamiento social, es decir, tienen menor acceso a personas (dentro de su red de relaciones) que pueden prestar apoyo emocional y material.
- 2 Las situaciones en que se ha necesitado ayuda emocional y material, y no se ha conseguido suceden con mayor frecuencia cuando las personas jóvenes tienen un nivel bajo de interacción cara a cara, independientemente del nivel de interacción en línea.
- 3 Las personas jóvenes con un nivel bajo de interacción cara a cara son las que muestran porcentajes más altos de malestar emocional, siendo el nivel de interacción en línea un factor secundario.

4 Cuando se comparan los valores de malestar emocional en función del sexo, se detecta la existencia de un cierto efecto de amortiguación del malestar entre los hombres si la baja interacción cara a cara se compensa por interacción en línea. Este efecto de amortiguación no sucede entre las mujeres.

5 De la comparación de los valores de malestar emocional en función del grupo de edad, se extrae que los grupos más jóvenes presentan un mayor malestar emocional para todas las combinaciones de interacción en línea y cara a cara, excepto cuando se combina un nivel alto de interacción en línea y de interacción cara a cara.



La baja interacción cara a cara, independientemente del nivel de interacción en línea, se asocia a la falta de apoyo emocional y material. Es decir, la necesidad no satisfecha de apoyo es más alta cuando la interacción cara a cara es baja, incluso aunque la interacción en línea sea intermedia/alta. Este patrón es más fuerte cuando se necesita apoyo emocional que cuando se necesita apoyo material.

## Introducción

En los últimos años la preocupación social por la soledad no deseada (loneliness) entre la juventud no ha dejado de crecer, en parte como consecuencia de la pandemia de covid-19. En la investigación que se presenta aquí el interés se centra en un fenómeno parcialmente vinculado al de la soledad no deseada, pero mucho menos estudiado: el aislamiento social (isolation) de las personas jóvenes. Este fenómeno puede considerarse una consecuencia de la falta de sociabilidad de las personas, entendida como la capacidad y posibilidad de establecer relaciones personales. En nuestro caso nos interesamos por la sociabilidad de la población española entre 18 y 29 años, y tanto por el papel de la interacción social mediante medios digitales como por la interacción de carácter presencial (cara a cara), así como por sus vínculos con el malestar emocional. En este contexto, entendemos por bienestar emocional el conjunto de sensaciones positivas derivadas de un funcionamiento mental que nos capacita para hacer frente o adaptarnos a las situaciones y demandas ambientales diarias. Cuando estas sensaciones no existen, se experimenta malestar emocional.

El planteamiento desarrollado evita ciertos enfoques simplificadores que entienden como contrapuestas la interacción social en línea y la interacción presencial. Al contrario, el análisis se desarrolla tomando en consideración la posible complementariedad de ambos tipos de interacción. Es por ello que se ha construido una variable que

contempla diferentes combinaciones, en cuanto a frecuencia, de ambos tipos de interacción.

En relación con la medición del aislamiento social, se consideran los recursos y apoyo que puede ofrecer la red de relaciones, tanto en su dimensión emocional como en su dimensión material. Entendemos que el apoyo emocional satisface las necesidades de carácter psíquico y afectivo que una persona puede requerir, mientras que el apoyo material satisface necesidades de carácter instrumental, como información o dinero.

Para estudiar las cuestiones planteadas, se analizaron los datos obtenidos principalmente a través de una encuesta en línea realizada a 3.000 jóvenes de entre 18 y 29 años residentes en España. La encuesta se desarrolló entre el 16 de enero y el 14 de febrero de 2023, con un 10% (300 encuestas) realizadas mediante llamada telefónica, a modo de refuerzo. El procedimiento de muestreo seguido fue aleatorio estratificado por comunidades autónomas (excepto Ceuta y Melilla) y por tamaño de municipio. El error muestral para el conjunto de la muestra es de  $\pm 1,72\%$  para un intervalo de confianza del 95,5% (2 sigmas) y bajo el supuesto de máxima indeterminación ( $p=q=0,50$ ).

## I. Niveles bajos de interacción cara a cara y en línea se vinculan con la falta de acceso a personas que puedan proporcionar apoyo emocional y material

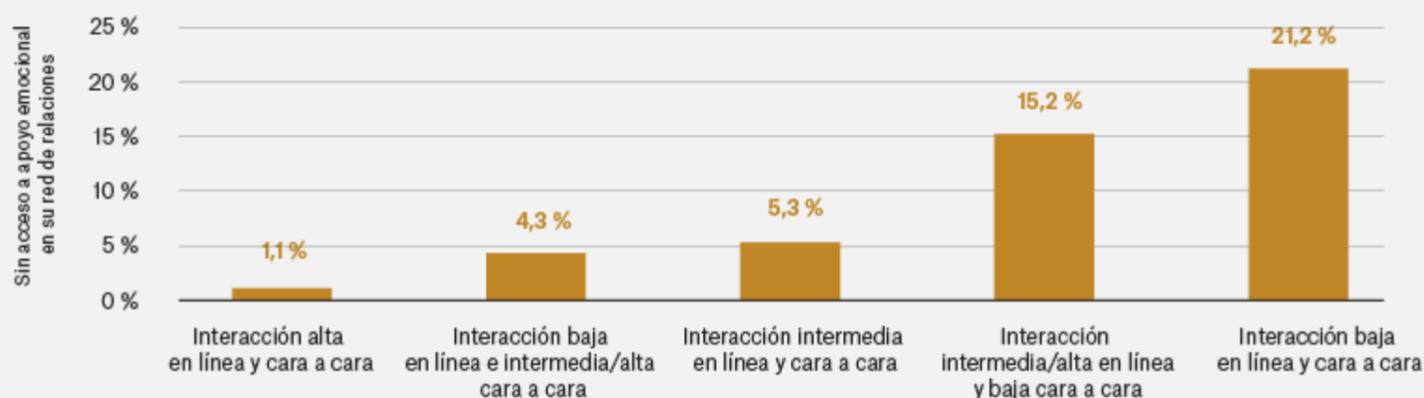
El aislamiento social se ha evaluado de dos modos diferentes: 1) considerando si se tiene acceso a personas que pueden prestar apoyo emocional y material (aunque esa necesidad no se haya dado), y 2) considerando las necesidades no satisfechas de apoyo (es decir, situaciones en que se ha necesitado ayuda pero no se ha recibido). El primer indicador muestra la conectividad que tiene la persona encuestada con personas de su red de relaciones que puedan prestarle apoyo. El segundo indicador muestra si ha podido utilizar los recursos de su red de relaciones cuando los ha necesitado.

En el gráfico 1 se muestran los datos sobre el acceso a personas que pueden prestr apoyo, considerando dos de las situaciones planteadas en el cuestionario de la encuesta: en el caso de sentirse triste o infeliz (apoyo emocional) y en el caso de buscar empleo (apoyo material). Estos datos se cruzan con una tipología de diferentes combinaciones de interacción en línea y cara a cara, desde aquellas en que se tienen niveles bajos en los dos tipos de interacción hasta aquellas en que se tienen niveles altos, pasando por varias combinaciones intermedias.

**Gráfico 1. Una baja interacción cara a cara se vincula a la falta de personas en la red de relaciones que puedan prestar apoyo emocional y material**

Porcentaje de jóvenes entre 18 y 29 años a los que su red de relaciones no podría proporcionar apoyo emocional o material, según combinaciones de interacción en línea y cara a cara

**A. Falta de acceso a apoyo emocional**



**B. Falta de acceso a apoyo material**



Fuente: elaboración propia a partir de la Encuesta SCAPSYOUTH.

El Observatorio Social de la Fundación "la Caixa".

Los datos relativos al apoyo emocional muestran que un 21,2% de jóvenes que tienen niveles bajos de interacción tanto en línea como cara a cara no tienen acceso a contactos que pueden prestar ayuda ante una situación de tristeza o infelicidad. Se sitúan a continuación, en cuanto a la falta de acceso a apoyo emocional, los jóvenes con un nivel intermedio/alto de interacción en línea y un nivel bajo de interacción cara a cara, con un 15,2%. Si se considera el apoyo material, los datos muestran que son también las personas jóvenes con un nivel bajo de interacción tanto en línea como cara a cara las que afirman en un porcentaje más elevado (17,7%) no poder acceder a quien les pueda ayudar ante una situación de búsqueda de empleo. Se sitúan en segundo lugar (7,4%), en cuanto a la falta de acceso a apoyo material, los jóvenes con un nivel bajo de interacción en línea y un nivel intermedio/alto de interacción cara a cara.

## 2. Hay mayor frecuencia de situaciones en que se ha necesitado ayuda y no se ha recibido cuando los jóvenes tienen un nivel bajo de interacción cara a cara, independientemente del nivel de interacción en línea

En el gráfico 2 se muestran los datos sobre la necesidad no satisfecha de apoyo emocional y material, considerando también la necesidad de ayuda para la búsqueda de empleo (apoyo material) y en el caso de sentirse triste o infeliz (apoyo emocional). Estos datos se cruzan con la misma tipología de combinaciones de interacción en línea y cara a cara utilizada en el gráfico 1.

## Gráfico 2. La necesidad no satisfecha de apoyo emocional y material está muy vinculada a niveles bajos de interacción cara a cara

Porcentaje de jóvenes entre 18 y 29 años con necesidades no satisfechas de apoyo emocional y material, según combinaciones de interacción en línea y cara a cara

### A. Aislamiento social medido como falta de apoyo emocional



### B. Aislamiento social medido como falta de apoyo material



Fuente: elaboración propia a partir de la Encuesta SCAPSYOUTH.

El Observatorio Social de la Fundación "la Caixa".

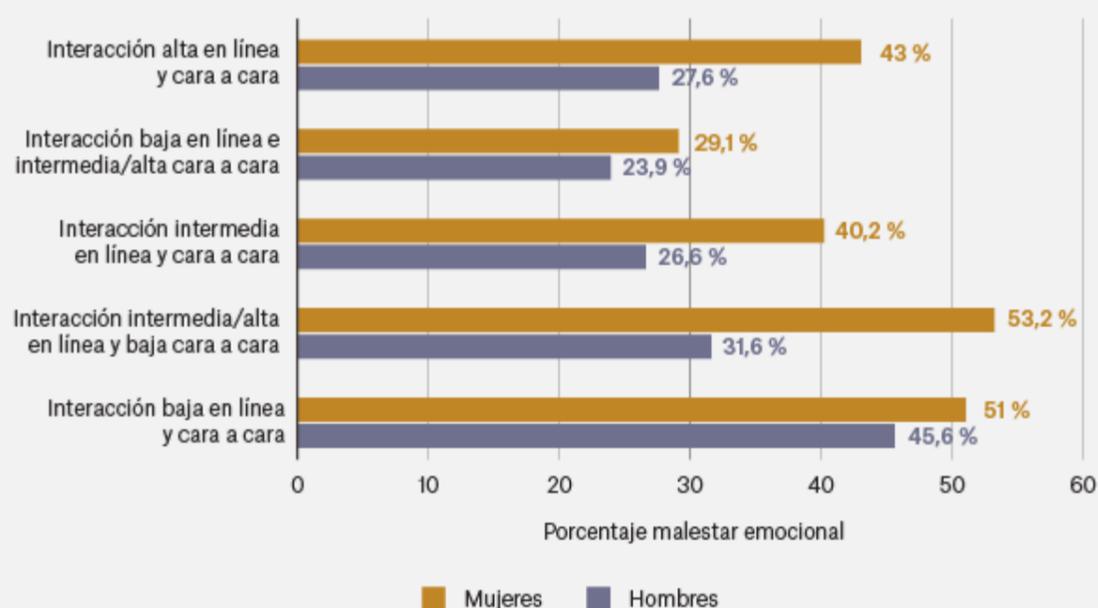
Cuando se analizan las situaciones en que se ha necesitado apoyo emocional y no se ha recibido (en circunstancias de tristeza o infelicidad), los datos muestran que el porcentaje más alto se da entre jóvenes con un nivel bajo de interacción tanto en línea como cara a cara, con un 22,3%. Este patrón se repite en relación con el apoyo material (ayuda para buscar empleo), puesto que el mayor porcentaje de personas que no han recibido apoyo a pesar de necesitarlo (15,6%) también se da entre jóvenes con un nivel bajo de interacción en línea y cara a cara. Los datos muestran, además, que la combinación de un nivel intermedio/alto de interacción en línea y un nivel bajo de interacción cara a cara produce el segundo porcentaje más alto de personas que no han recibido estos apoyos cuando los han necesitado. Estos valores se sitúan en un 17,9% para el caso de sentir tristeza o infelicidad, y un 10,7% cuando se necesita ayuda para buscar un empleo. Así pues, los valores más altos de apoyo necesitado y no recibido coinciden con aquellas dos combinaciones en que el nivel de interacción cara a cara es bajo, lo cual muestra la importancia de este tipo de interacción para movilizar los recursos provenientes de la red de relaciones personales.

## 3. Los niveles bajos de interacción cara a cara suponen mayor malestar emocional para las mujeres que para los hombres

En este apartado se examina la posible relación entre las combinaciones de interacción en línea y cara a cara, y el malestar emocional, tomando en cuenta el sexo de las personas que han respondido la encuesta. Las mujeres tienen porcentajes elevados de malestar emocional cuando sus niveles de interacción cara a cara son bajos. También los hombres tienen los porcentajes más elevados de malestar emocional cuando la interacción cara a cara es baja, pero este malestar emocional parece amortiguarse si la baja interacción cara a cara se compensa por una interacción media o alta en línea. El efecto de amortiguación no sucede entre las mujeres.

Gráfico 3. **La interacción en línea parecería que puede mitigar el nivel de malestar emocional en el caso de los hombres, pero no en el de las mujeres**

Porcentaje de jóvenes entre 18 y 29 años con malestar emocional, según sexo y combinaciones de interacción en línea y cara a cara



Fuente: elaboración propia a partir de la Encuesta SCAPSYOUTH.

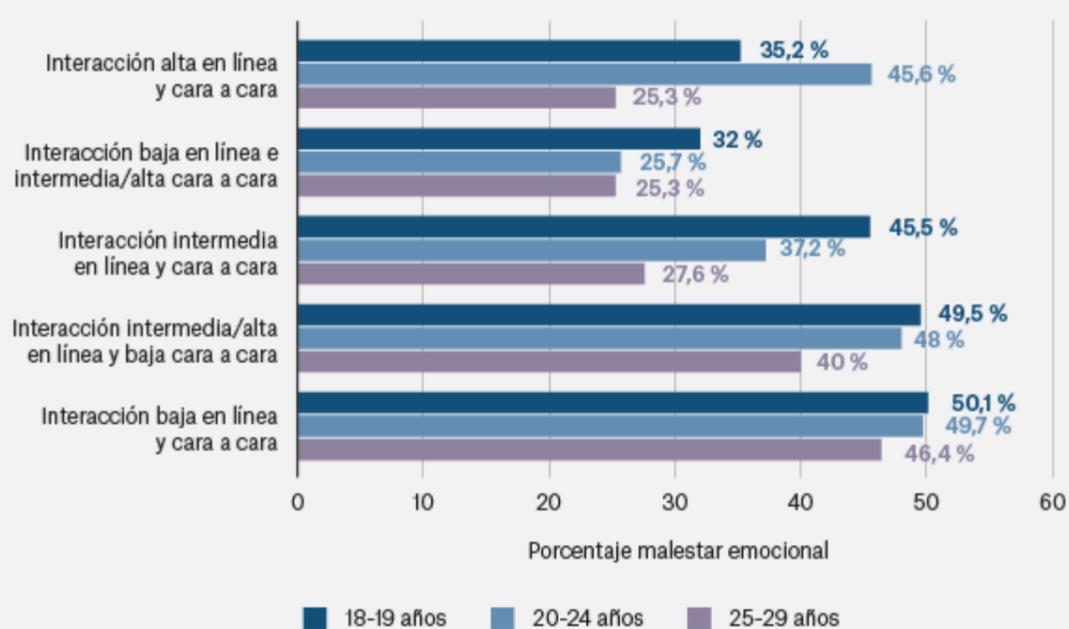
El Observatorio Social de la Fundación "la Caixa".

Las mujeres presentan sistemáticamente valores más elevados de malestar emocional que los hombres. Cuando se comparan las diferentes combinaciones de interacción en línea y cara a cara, se pone de manifiesto que el hecho de tener una baja interacción presencial, incluso cuando la interacción en línea es intermedia/alta, se asocia con porcentajes más elevados de malestar emocional, tanto en hombres como en mujeres (51% y 53,2% entre las mujeres, y 45,6% y 31,6% entre los hombres). Sin embargo, parecería que interacciones en línea medias/altas podrían moderar el malestar emocional entre los hombres, un hecho que no se observa entre las mujeres.

## 4. Los niveles bajos de interacción cara a cara suponen mayor malestar emocional para el grupo de edad más joven

Se examina aquí la posible relación entre las combinaciones de interacción en línea y cara a cara y el malestar emocional, tomando en cuenta tres grupos de edad dentro de quienes han respondido la encuesta: de 18 a 19 años, de 20 a 24 años, y de 25 a 29 años. Las personas más jóvenes, de 18 y 19 años, presentan un porcentaje más elevado de malestar emocional, excepto cuando se combinan niveles altos de interacción en línea y cara a cara.

**Gráfico 4. En general, los grupos de edad más jóvenes presentan un mayor malestar emocional, excepto cuando tienen un nivel alto de interacción en línea y cara a cara**  
Porcentaje de jóvenes entre 18 y 29 años con malestar emocional, según grupos de edad y combinaciones de interacción en línea y cara a cara



Fuente: elaboración propia a partir de la Encuesta SCAPSYOUTH.

El Observatorio Social de la Fundación "la Caixa".

Al analizar la distribución del porcentaje de malestar emocional según los grupos de edad (18-19 años, 20-24 años y 25-29 años) se observa que, a menor edad, mayor malestar emocional se experimenta. Este patrón se observa para todas las combinaciones de interacción en línea y cara a cara, excepto cuando se combina una alta interacción en línea y cara a cara. Resulta significativo que, en esta última combinación, el grupo de edad con mayor malestar emocional sea el de 20-24 años (45,6%). También es destacable que los porcentajes más bajos se den, en los tres grupos de edad, cuando se da la combinación de una baja interacción en línea y una interacción intermedia/alta cara a cara. Parecería que esta es la combinación más adecuada para tener bajos porcentajes de malestar emocional.

## 5. Conclusiones

En la investigación que se ha presentado en este artículo se analizó una muestra de 3.000 jóvenes de entre 18 y 29 años residentes en las 17 comunidades autónomas españolas para conocer la relación entre la interacción social (en línea y cara a cara), el aislamiento social y el malestar emocional de las personas jóvenes. El aislamiento social se ha medido de dos modos: preguntando por las posibilidades de acceder a personas que ofrezcan apoyo emocional y material, y preguntando por las situaciones en que no se ha recibido apoyo cuando se ha necesitado. En cuanto al tipo de interacción, la investigación ha partido de la base de que las interacciones en línea y cara a cara pueden resultar complementarias en diferente grado, y para ello se ha construido una tipología que combina diferentes frecuencias (baja, intermedia y alta) de ambos tipos de interacción. Además, el sexo y la edad se han considerado como variables relevantes para el análisis.

En lo que respecta al papel que juegan las interacciones cara a cara y en línea en el aislamiento social de las personas jóvenes, los resultados de la investigación muestran que es la falta de interacciones cara a cara la que realmente parece asociarse al aislamiento social. La falta de interacciones en línea se asocia mucho menos con esta situación. Por otro lado, en general, los niveles más bajos de aislamiento social se dan cuando se da a la vez una alta interacción en línea y cara a cara.

En relación con el malestar emocional, los resultados muestran que es, de nuevo, el bajo nivel de interacción cara a cara el que parece asociarse a los porcentajes más altos. Sin embargo, resulta interesante observar que los porcentajes más bajos de malestar emocional no se asocian a la combinación de niveles altos de interacción en línea y cara a cara, sino que se dan cuando se combina una baja interacción en línea y una interacción intermedia/alta cara a cara. En cuanto a las variables sexo y edad, se observa que, en general, son las mujeres y el grupo de edad entre 18 y 19 años los que muestran mayor malestar emocional. En ambos perfiles, el nivel bajo de relaciones cara a cara es un factor determinante.

## 6. Limitaciones del estudio

Es importante destacar que los datos analizados tienen un carácter transversal y que las explotaciones presentadas son puramente descriptivas, con lo que no puede atribuirse causalidad a las relaciones observadas entre las variables consideradas y los niveles de aislamiento social y malestar emocional identificados. Un análisis causal estricto requiere de muestras longitudinales y de análisis multivariantes de carácter explicativo que no se han abordado en este artículo.

## 7. Referencias

BOLÍBAR, M., J.M. VERD y O. BARRANCO (2019): «The downward spiral of youth unemployment: an approach considering social networks and family background», *Work, Employment and Society*, 33(3).

BURT, R.S., Y. BIAN, L. SONG y N. LIN (eds.) (2019): *Social capital, social support and stratification*, Cheltenham/Northampton: Edward Elgar.

COTTERELL, J. (2007): *Social networks in youth and adolescence*, Nova York: Routledge.

HELLIWELL, J.F., y H. HUANG (2013): «Comparing the happiness effects of real and on-line friends», *PLoS ONE*, 8(9).

SMALL, M.L., B.L. PERRY, B.A. PESCOLOLIDO y E.B. SMITH (eds.) (2021): *Personal networks: classic readings and new directions in egocentric analysis*, Cambridge: Cambridge University Press.