

Especialista alerta sobre riesgos de TikTok en la auto percepción de los jóvenes

• **La viralización de contenidos sensacionalistas y la normalización de realidades distorsionadas afectan el autoconcepto y la autoestima de los usuarios adolescentes.**

TikTok está afectando profundamente la percepción de la realidad en jóvenes y adolescentes, según advirtió el psicólogo Fernando Bustamante, académico de la Facultad de Comunicación, Historia y Ciencias Sociales de la Universidad Católica de la Santísima Concepción, quien alertó sobre los riesgos psicológicos y sociales que esta red social presenta para las nuevas generaciones.

Bustamante señaló que el diseño de TikTok, basado en videos de pocos segundos, favorece la simplificación excesiva de temas complejos, lo que propicia la propagación de información incompleta o errónea.

“Dado que los algoritmos priorizan el contenido que genera interacción, se viralizan muchas veces temas falsos o sensacionalistas que afectan cómo los jóvenes interpretan ciertos hechos o realidades”, explicó Bustamante.

Otra preocupación es la percepción distorsionada de la realidad. La plataforma muestra constantemente imágenes idealizadas que no representan la vida cotidiana de la mayoría de las personas, generando en los usuarios sentimientos de inseguridad o ansiedad al compararse con esos estándares. “Los jóvenes pueden sentirse menos satisfechos con sus propias vidas, viéndose influenciados a considerar esas realidades perfectas como normales o deseables”, subrayó el académico.

TikTok también contribuye a la normalización de comportamientos atípicos que, al ser presentados y consumidos repetidamente, parecen más aceptables o comunes. Además, las avanzadas técnicas de edición crean realidades alternativas, donde los usuarios ven versiones idealizadas de sí mismos



y de los demás, lo cual puede generar confusión y decepción al confrontar estas fantasías con el mundo real.

El psicólogo destacó que los usuarios tienden a confiar emocionalmente en el contenido de TikTok, aunque no sea verificado. Factores como la familiaridad, el carisma de los creadores y la validación social (medida en likes y visualizaciones) refuerzan esta confianza irracional. Esto, según Bustamante, podría llevar a que los jóvenes asuman como verdad lo que ven en la plataforma, sin cuestionarlo profundamente.

Finalmente, Bustamante enfatizó en la necesidad de fomentar la educación digital y el pensamiento crítico en adolescentes para que puedan discriminar mejor la información y no se dejen influenciar fácilmente por este tipo de contenido superficial.

“Es crucial que las familias y las instituciones educativas orienten a los jóvenes en el uso adecuado de redes sociales y en el desarrollo de herramientas para evaluar críticamente el contenido al que están expuestos”, concluyó.