

Jornada “INFLUÈNCIA DEL MÓN DIGITAL EN LA CONSTRUCCIÓ DE LA IDENTITAT PERSONAL”

DOCUMENT DE SÍNTESI

Celebrada en data 31 d'octubre de 2025 a la Facultat d'Infermeria (UB) – Campus Clínic a càrrec de la Fundació Congrés Català de Salut Mental (Grup de treball Observatori Societat Digital i Salut Mental) i el professorat i alumnat de 4t curs d'infermeria de l'assignatura d'Infermeria de Salut Mental.

L'acte va néixer de la necessitat creixent d'analitzar, des d'una perspectiva interdisciplinària, l'impacte del món digital (xarxes socials, plataformes, i sobretot, intel·ligència artificial i noves tecnologies) en la configuració de la identitat en adolescents i joves-adults i les possibles implicacions que pot tenir això en la seva salut mental.

Els objectius de la jornada van ser:

- Generar un espai de reflexió acadèmica i professional sobre la relació entre identitat i l'entorn digital i el seu possible impacte a la salut mental.
- Donar veu als joves com a protagonistes i agents implicats en aquest fenomen.
- Donar veu a l'expertesa dels professionals de salut mental.
- Elaborar un document de síntesi amb les principals conclusions i recomanacions sorgides durant la jornada que poder compartir amb l'administració i organismes vinculats.

Acte Inaugural

Conferència inaugural

Genís Roca “Present i futur de la IA. El seu impacte en les persones i la societat”

El ponent, com a expert en cultura i estratègia digital, va començar la conferència emmarcant la intel·ligència artificial i les noves tecnologies dins d'un marc històric d'evolució tecnològica i transformació social i va demanar als oients no entrar en pànic.

Roca va destacar que la tecnologia no pot entendre's com a element extern a la societat, sinó com una expressió de les dinàmiques culturals i econòmiques del moment. En aquest sentit, col·loca la irrupció de la IA com un nou episodi d'un procés evolutiu continu, comparable a altres grans transformacions de la història.

L'eix central de la seva intervenció va ser la necessitat de desenvolupar una consciència crítica sobre la tecnologia i el seu ús. Va subratllar que cap tecnologia es neutra (incorpora valors, prioritats i interessos) i per tant, apel·la a la responsabilitat col·lectiva. Es planteja si la ciutadania optarà per un rol passiu o actiu davant aquest nou episodi de tecnologia emergent. Roca opta per entendre la tecnologia com un *Minion* o com una eina que pot ser-nos d'utilitat.

1a Taula Rodona “Generació digital: experiències i reptes”

Aquesta taula pretenia donar veu a la generació jove des d'una perspectiva personal que esdevé coneixement i recerca acadèmica.

Oriol Mendieta “Narratives d'amor algorítmic: biaixos, silencis i diversitat en la IA generativa”

Oriol Mendieta va presentar els resultats del seu treball de recerca centrat en l'anàlisi de relats amorosos generats per IA generativa (ChatGPT). La seva investigació va posar de manifest que les narratives generades per la IA tendeixen a reproduir marc normatius, especialment en relació amb la representació de les relacions sexo-afectives. En l'anàlisi del corpus de relats, es va observar una elevada prevalença de relacions heteronormatives i una representació limitada de diversitats sexuals i identitàries quan aquestes no son explícitament sol·licitades en el prompt.

Mendieta va destacar que les històries no són innocents: les narratives configuren un imaginari social i contribueixen a legitimar determinades identitats mentre n'invisibilitzen d'altres. Després de tota la feina que s'ha fet per donar cabuda a la diversitat en els medis de comunicació i xarxes socials més arraigades, s'ha de tornar a començar amb la IA generativa?

Giulia Villani “Construcció d'identitat digital en comunitats en línia”

Giulia Villani va abordar la identitat digital des d'una perspectiva sociològica, analitzant els mecanismes de les plataformes i la manera com aquestes fan de mediador en la construcció del jo en entorns digitals. Partint de referents com Eving Goffman i la teoria de la representació social, va explicar com la identitat en línia es construeix en un ecosistema híbrid on intervenen elements culturals (memes, llenguatge, codis visuals...), característiques tècniques de les plataformes i fluxos de comunicació digital.

Villani va aprofundir en conceptes com miralls algorítmics, bucles de retroalimentació, cambres d'eco i personalització algorítmica.

Va explicar que la recopilació de dades i la personalització constant exposen els usuaris a continguts alineats amb les seves interaccions prèvies, reforçant narratives i reduint l'exposició a perspectives alternatives.

Mitjançant l'estudi de comunicats en línia específiques com els *Incel* va mostrar com determinades identitats no només es representen, sinó que es co-construeixen contínuament a través de mediació tecnològica, generant dinàmiques de reforç simbòlic i emocional.

Marc Cuenca “Entre likes i ansietat: la addicció digital en adolescents i joves”

Va aportar una mirada generacional des de la seva experiència acadèmica i vital com a estudiant, posant l'accent en la relació quotidiana amb la tecnologia i en la naturalització de la mateixa.

Destaca les xarxes socials com a part estructural dels processos de socialització actuals i la seva influència en la manera com els joves es perceben, es comparen i es projecten. Durant la seva intervenció, va demanar la participació dels oients en revisar les hores (temps) total dedicat a diferents *Apps*.

2na Taula Rodona “Construcció de la identitat digital: visions des de l'expertesa”

La segona taula va aportar una mirada especialitzada i interdisciplinària sobre la relació entre identitat, món digital i salut mental. Les intervencions van aportar evidència científica i anàlisi crítica dels mecanismes tecnològics contemporanis.

Guillem Feixas “Identitat personal, identitat virtual i tecnologies: una relació complexa”

El Dr. Guillem Feixas va oferir un marc conceptual sobre la identitat personal. Va definir la identitat com una tensió entre dues necessitats: la necessitat de canvi i la necessitat de continuïtat psicològica.

Segons Feixas, la identitat no es una estructura fixa, sinó un sistema d'esquemes cognitius nuclears sobre el “jo” que es construeix i es revisa al llarg de la vida. Aquests esquemes proporcionen coherència i estabilitat, però també poden generar resistència al canvi quan es percep amenaça o invalidació.

Va diferenciar la identitat personal (*offline*) de la identitat virtual (*online*). La primera, construïda a través de l'experiència vital i relacional i la segona, potencialment anònima, més modulable i amb menor exigència de continuïtat. Va destacar que els

entorns digitals ofereixen múltiples oportunitats d'exploració identitària, especialment en jocs en línia i xarxes socials, però que aquesta exploració pot adoptar diferents formes (identitats proximals, identitats projectives i identitats exploradores).

- Identitats proximals, que funcionen com a extensió coherent del jo *offline*.
- Identitats projectives, que poden compensar inseguretats o conflictes identitaris.
- Identitats exploradores, que permeten experimentar alternatives amb una base segura.

Feixas va subratllar que la tecnologia digital pot tenir un ús promotor de benestar (videojocs terapèutics, intervencions en línia, realitat virtual), però també pot generar riscos quan es produeix desconexió excessiva, conductes evitatives, etc.

Zaida Agüera “Identitat digital, pressió estètica, filtres i autoestima”

La Dra. Zaida Agüera va centrar la seva intervenció en la relació entre identitat digital, estàndards de bellesa i salut mental. Va introduir el concepte d'identitat en les seves tres formes (identitat real, identitat ideal i identitat digital).

En l'entorn digital, la identitat es construeix a través de processos de selecció i edició de continguts. Tot i que aquests no impliquin mentida explícita, si comporten una curadoria constant del que es mostra i del que s'omet (l'ús de filtres i edició fotogràfica, la comparació constant amb imatges altament editades, la interiorització d'ideals corporals inassolibles...). Davant d'aquesta edició, l'augment de la insatisfacció corporal, l'aparició símptomes de dismòrfia, risc de trastorns de la conducta alimentària i baixa autoestima.

Va abordar també fenòmens com el FOMO i la dependència a l'aprovació digital, destacant com la validació a través de "likes" i interaccions pot provocar canvis en l'autoconcepte.

Per últim, va proposar estratègies de promoció i prevenció des de la salut mental: educació digital i emocional, pensament crític davant contingut en línia, gestió conscient del temps en línia i reforç de l'autoconeixement i l'autocompassió.

Hibai López "La IA en les apostes esportives com a nova font d'il·lusió de control"

El Dr. Hibai López, partint de la seva recerca sobre publicitat del joc i tenint en compte la següent premissa "el joc està dissenyat per generar beneficis per la indústria però només resulta atractiu si els usuaris creuen que poden guanyar", va explorar com la il·lusió de control o la tendència a sobreestimar la pròpia capacitat d'influir en esdeveniment essencialment aleatoris i la IA estan relacionades en les apostes esportives.

Va identificar diversos mecanismes de pseudo-control:

- Funcionalitats com el *cash out*
- Personalització d'apostes (*request-a-bet*).
- Accés a dades i estadístiques en temps real
- Associació entre facilitat d'ús de la plataforma i probabilitat d'èxit.

Va assenyalar que la incorporació d'eines basades en IA pot reforçar la percepció de competència i habilitat, generant una falsa sensació de domini sobre resultats que continuen depenent majoritàriament de l'atzar.

La seva intervenció va posar de manifest com els mecanismes tecnològics poden incidir en vulnerabilitats cognitives, amb implicacions rellevants per a la prevenció de conductes addictives i per a la regulació ètica de determinades pràctiques digitals.

Tancament de la jornada

Albert Mariné, representant del comitè organitzador de la jornada va posar en valor el recorregut de la jornada i la qualitat de les aportacions. Va destacar la necessitat de continuar generant espais de reflexió compartida entre Universitat i Entitats vinculades a la Salut Mental. Va també subratllar la responsabilitat que tenim en la reflexió crítica sobre l'impacte social i psicològic del món digital, i la importància d'implicar a la generació jove d'aquest debat.

Bàrbara Segura, membre de la comissió de salut mental de la Facultat de Medicina i Ciències de la Salut, va assenyalar que la dimensió digital ja forma part de l'experiència vital de les persones i va remarcar la necessitat dels professionals de la salut d'incorporar la dimensió digital en la valoració clínica, el desenvolupament de competències en alfabetització digital i la promoció d'estratègies de prevenció adaptades a la nova realitat. Per acabar va concloure que jornades com aquestes contribueixen a reduir la distància entre teoria, recerca i pràctica assistencial i reforcen el compromís institucional amb una salut mental integral, contextualitzada i adaptada a reptes contemporanis i va llançar la següent pregunta als oients: es l'exploració del món digital i el contingut al que es té accés massa ràpida o massa abundant, dificultat l'integració conscient del que s'està visualitzant?