

LA GENERACIÓN DE CRISTAL: UN ESTUDIO EMPÍRICO SOBRE LOS NIVELES DE ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN LOS MÁS JOVENES

The fragile generation: An empirical study on the levels of anxiety and depression among youth

Lic. Patricio López Salazar

Asociación Argentina de Trastornos de Ansiedad
Instituto de Ciencias Sociales y Disciplinas Projectuales, Universidad Argentina de la Empresa (UADE)
plopezsalazar@uade.edu.ar

Lic. Vanesa Fainberg

Asociación Civil Ayuda
Instituto de Ciencias Sociales y Disciplinas Projectuales, Universidad Argentina de la Empresa (UADE)

Resumen: En las últimas décadas ha crecido el interés por el estudio de las nuevas generaciones y las diferencias intergeneracionales. Actualmente, el foco de interés clínico está puesto en los Centennials, o Generación Z, ya que se ha documentado en los países desarrollados una serie de indicadores negativos de Salud Mental entre los más jóvenes. Por este motivo, el presente estudio tuvo dos objetivos, por un lado examinar la validez del constructo generacional Centennial en la población local, y por otra parte describir y analizar sus niveles de ansiedad y depresión con respecto a generaciones previas. Para ello, se recolectó una muestra intencional de 1683 participantes, mayormente de CABA y GBA, con un 70,4% de género femenino. Para responder a los objetivos, se administró una encuesta sobre actitudes, valores y comportamientos sociales elaborado por los investigadores, junto con el DASS-21, un instrumento para indagar sobre los niveles de ansiedad, depresión y estrés en población general, y preguntas demográficas. Segmentando la muestra en cuatro generaciones, los resultados revelaron que el constructo Centennial parece tener validez en el ámbito local, en efecto muchas de las tendencias observadas mundialmente en los valores, actitudes y comportamientos de los más jóvenes también se replica en Argentina. Por otra parte, se calcularon tres pruebas ANOVA para comparar los niveles de ansiedad y depresión entre las distintas generaciones con un resultado unívoco: la nueva generación reporta los niveles más altos de afecto negativo, en contraste con las generaciones previas. En la discusión, se analizan las implicancias de estos resultados desde un punto de vista teórico, pero

también con miras a la prevención e intervención sobre la Salud Mental de los más jóvenes.

Palabras clave: Centennial, Generación Z, Ansiedad, Depresión, Jóvenes.

Abstract: In recent decades, there's a growing interest in the study of generations and their differences. Currently, the focus of clinical interest is on Centennials, or Generation Z, since a series of negative Mental Health indicators among the youth have been documented in developed countries. For this reason, the present study had two objectives, first to examine the validity of the Centennial generational construct in the local population, and second to describe and analyze their levels of anxiety and depression with respect to previous generations. For this purpose, an intentional sample of 1,683 participants was collected, mostly from CABA and GBA, with 70.4% female. Responding to the objectives of the study, a survey on attitudes, values and social behaviors developed by the researchers was administered, along with the DASS-21, a measure to assess levels of anxiety, depression and stress in the general population, and demographic questions. Segmenting the sample into four generations, the results revealed that the Centennial construct seems to have validity at the local level; in fact, many of the trends observed worldwide in the values, attitudes and behaviors of the youngest are also replicated in Argentina. In addition, three ANOVA tests were calculated to compare the levels of anxiety and depression between the different generations, with a univocal result: the new generation reports the highest levels of negative affect, in contrast to previous generations. In the discussion, the implications of these results are analyzed from a theoretical

perspective, but also with a view on prevention and intervention concerning Mental Health among youth.

Keywords: *Generation Z, Anxiety, Depression, Youth.*

INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas ha crecido el interés científico por estudiar las actitudes, valores y comportamientos de las nuevas generaciones, junto con las diferencias inter-generacionales (Gentile, Campbell, & Twenge, 2013). Si bien un objeto de estudio a medida de la Psicología Social-Cognitiva, recientemente la Psicología Clínica también ha hecho esfuerzos por documentar la salud mental de los más jóvenes, en la medida en que se observan fenómenos psicopatológicos donde la idea de cambio e identidad generacional parece ser un factor contribuyente (Haidt & Lukianoff, 2018; Twenge et al, 2018; Noel et al, 2023).

El foco actual está puesto en los Centennials, también llamados Generación Z, es decir, el grupo de personas nacidas entre finales de los 90s y comienzos de la década del 2010 (Turner, 2015; Twenge, 2023). Esta nueva generación es la que predomina en la educación secundaria, y son los más jóvenes en los ambientes universitarios y laborales. Si bien son varios los rasgos que brindan identidad a esta generación, uno destaca a los fines del presente estudio: sus indicadores negativos de salud mental. En efecto, distintos investigadores han hecho explícita su preocupación acerca de los altos niveles de ansiedad y depresión que esta generación parece estar experimentando, un fenómeno que no tiene precedentes en generaciones previas (Haslam, 2015; Twenge, 2017; Haidt & Lukianoff, 2018). Esta alarma ha sonado fundamentalmente en países desarrollados como EE.UU., Reino Unido y Canadá, y está en el origen de la idea de caracterizar a los Centennials como la “Generación de Cristal”, debido a sus niveles desproporcionados de sintomatología ansiosa-depresiva (Twenge et al, 2013; Haidt & Lukianoff 2018; Noel et al, 2023). En consecuencia, los Centennials son y se perciben a sí mismos como más frágiles y vulnerables psicológicamente (Twenge, 2017).

Tanto en el ámbito local como regional, aún son escasos los estudios empíricos sobre la salud mental de esta nueva generación, incluyendo si efectivamente los Centennials existen como constructo psicológico y social fuera de los países desarrollados (Campbell, Twenge, & Campbell, 2017; Duffy 2022). Por este motivo, el propósito del presente estudio es doble, por un lado, establecer si los más jóvenes en la población local pueden ser caracterizados como “Centennials”, de acuerdo a los criterios con más consenso actual, y por otra parte, indagar sobre sus niveles de ansiedad

y depresión, en comparación con personas de otras generaciones o grupos etarios.

¿Qué es una generación y quiénes son los Centennials?

De manera sencilla, una generación representa un grupo demográfico con características psicológicas y experiencias culturales compartidas, reflejando así un conjunto de cambios profundos dentro de una sociedad a lo largo del tiempo (Alwin & McCammon, 2007; Gentile et al., 2013; Mannheim, 1952). Es importante subrayar el hecho de que no sólo se trata de personas que nacieron en una misma ventana de tiempo, sino que su proceso de socialización fue similar, reflejando en su identidad generacional una serie de cambios en los valores y actitudes sociales (por ejemplo, actitudes frente a los roles de género, el matrimonio entre personas del mismo sexo, o la adopción de cambios tecnológicos, entre muchos otros) (Duffy, 2022). A continuación, en la Tabla 1, se presentan las generaciones más recientes, de acuerdo a la literatura empírica:

Tabla 1. Generaciones

	Fecha de Nacimiento
Baby Boomers	1945-1964
Generación X	1965-1979
Millennials	1980-1996
Centennials	1997-2012

Si bien cada generación comprende ventanas de tiempo específicas de acuerdo a la fecha de nacimiento, es importante aclarar que las generaciones no son entidades psicológicas y sociales monolíticas: sus puntos de corte temporales son algo arbitrarios con límites entre una generación y otra poco claros (Twenge et al, 2013). Por este motivo, Campbell, Twenge y Campbell (2017) califican a las generaciones como constructos útiles pero de límites difusos. Útiles en la medida en que son muy consistentes con la manera en que las personas perciben el fenómeno de las diferencias generacionales, pero de límites difusos ya que el paso de una generación a otra reflejaría, en verdad, una serie de cambios graduales a lo largo del tiempo, y no cortes abruptos (para una revisión más exhaustiva, ver Campbell, Twenge y Campbell, 2017). En conclusión, los miembros de una misma generación exhibirían actitudes, valores y comportamientos muy similares, reteniendo siempre algún grado de variabilidad inter-individual (Twenge, 2023).

Los Centennials son la nueva generación que gana cada vez más visibilidad en distintos espacios de la

vida social. Se los suele describir como auténticos “nativos digitales”, ya que desde una edad muy temprana han crecido con pleno acceso a Internet, smartphones y redes sociales (Turner, 2015). En efecto, los miembros de esta generación no conocen un mundo sin Internet y, a diferencias de generaciones previas, su adolescencia y la formación de su identidad ha estado profundamente marcada por las nuevas tecnologías y la socialización online (Duffy, 2022). Sobre este punto, el incremento en la cantidad de tiempo frente a pantallas ha despertado en la última década un intenso debate académico y público acerca del posible efecto de las redes sociales sobre el bienestar psicológico de los más jóvenes (Hancock, Liu, French & Mieczkowski, 2019; Liu, Baumeister, Yang & Hu, 2019; López Salazar, 2018, Orben & Przybylski, 2019).

Además de su estrecha relación con la tecnología, distintos investigadores han subrayado una serie de fenómenos que hacen a la identidad de esta nueva generación. Los Centennials exhiben mayor tolerancia y respeto hacia las personas sin importar su género, raza, orientación sexual, o religión. Consigo traen también una agenda de cambio social propia, que incluye distintas temáticas como la lucha contra el cambio climático o iniciativas de diversidad, inclusión e igualdad en relación al género y las minorías sexuales (Twenge, 2017). Por otra parte, como resultado de tendencias que se observan en todo Occidente, los Centennials crecen en familias cada vez más pequeñas y con menos hermanos, donde el estilo de crianza es predominantemente de alto control parental (Haidt & Lukianoff, 2018). Este es uno de los motivos por los que esta nueva generación parece seguir una estrategia de “crecer lento” (Ellis et al., 2012). En concreto, los Centennials demoran más, comparados con generaciones previas, en involucrarse en actividades propias de la adultez, como tener su primer trabajo, consumir alcohol o cigarrillos, tener su primera relación sexual, independizarse económicamente y, en general, vivir sin la ayuda de sus padres. Todos estos hitos que tradicionalmente marcan el pasaje al mundo adulto (madurez y autonomía), parecen ocurrir cada vez más tarde en el desarrollo vital de esta generación, prolongando más y más su dependencia con sus cuidadores, algo que también sintoniza con un mundo que prioriza más la seguridad (física y emocional) por sobre la experimentación y el riesgo (Haidt & Lukianoff, 2018). Por este motivo, muchos investigadores coinciden en que esta nueva generación se encuentra cada vez menos preparada para los desafíos de la vida adulta (Twenge, 2017).

Otros atributos que merecen ser mencionados son la baja religiosidad de los Centennials, una tendencia

que viene profundizándose desde hace muchas décadas en Occidente, y hace referencia al papel cada vez menor que la fe y los colectivos religiosos ocupan en la vida de las personas. De igual modo, a la hora de pensar su proyecto de vida, esta nueva generación parece tener una mirada más escéptica sobre la idea de formar una familia o tener hijos, como un elemento importante del futuro que imaginan y buscan (Twenge, 2023). Por último, si bien tienen sus propias banderas de cambio social, se ha documentado que los Centennials son mayoritariamente a-políticos, extendiendo su desconfianza sobre las instituciones tradicionales también al ámbito de la militancia política partidaria y la legitimidad del poder político (Twenge, 2017).

La epidemia de ansiedad y depresión

Entre el conjunto de atributos que se han observado en esta nueva generación, uno resulta de particular interés para el ámbito de la salud mental: los Centennials parecen exhibir un nivel más elevado de vulnerabilidad psicológica que las generaciones previas. Múltiples estudios han documentado un aumento en las tasas de ansiedad y depresión entre los más jóvenes en los países desarrollados (APA 2018; SAMHSA, 2020; Twenge et al. 2020; Twenge et al. 2021), este aumento es muy significativo y parece tener un claro patrón generacional (Haidt & Lukianoff, 2018). De manera adicional, este aumento es particularmente dramático en el género femenino (Twenge, 2017).

Desde el punto de vista psicopatológico, es importante recordar que hay amplia evidencia de que la ansiedad y la depresión comparten una vulnerabilidad psicológica subyacente (Dobson, 1985; Barlow 2004; Watson, Clark & Stasik, 2011), lo que hace que naturalmente el aumento de la ansiedad patológica también se acompañe de mayor ánimo depresivo en las personas.

Ahora bien, detrás de este aumento en las tasas de ansiedad y depresión, dos perspectivas han ganado mucha relevancia teórica y empírica ya que subrayan distintos procesos de influencia social que pueden hacer un aporte a la hora de explicar los problemas emocionales de los Centennials. Por un lado, el trabajo de Jonathan Haidt y Gregg Lukianoff (2018) hace referencia al concepto de anti-frágilidad, originalmente acuñado por el economista Nassim Taleb (2007). Al igual que muchos otros sistemas físicos o biológicos, los seres humanos son esencialmente anti-frágiles, es decir, crecen y maduran en base a superar distintas clases de estresores y obstáculos, aumentando sus niveles de resiliencia y flexibilidad psicológica (Taleb, 2012). El problema

estaría en que los modelos de crianza predominantes son de alto control parental y excesivo énfasis en la seguridad, lo cual resulta en que los Centennials lleguen a la vida adulta con poca experiencia resolviendo problemas solos, favoreciendo la evitación o la dependencia en otros. Si toda una generación demora tanto en realizar estos aprendizajes básicos, es esperable que vean el mundo de manera más amenazante o se sientan menos preparados, capaces o útiles, es decir, "frágiles" (Haidt & Lukianoff, 2018). Creencias compatibles con un aumento en los niveles de ansiedad o ánimo depresivo (Hofmann, 2011). Por otra parte, Jean Twenge (2017) subraya también el hecho de que los Centennials han vivido la mayor parte de su vida con un smartphone en la mano, es decir, donde la socialización online ha jugado un papel clave en sus años formativos. En este sentido, es mucha la evidencia que sugiere el posible impacto negativo de las redes sociales en el bienestar psicológico de los más jóvenes, en particular para las mujeres. En efecto, las redes sociales pueden desplazar la socialización cara a cara y aumentar la comparación social, lo cual deja a los individuos con mayor sensación de soledad, insatisfacción y aislamiento (Twenge et al, 2020). Al mismo tiempo que favorece dinámicas de agresión relacional (excluir al otro, atacar su reputación), un fenómeno que también se asocia a mayores niveles de ansiedad y depresión (para una revisión más exhaustiva ver López Salazar, 2022).

Como comentario final a esta introducción, es importante señalar que el constructo de generación parece describir mejor a individuos pertenecientes a ámbitos urbanos, que rurales, y de niveles socioeconómicos medios y altos, que aquellos de clase baja (Haidt & Lukianoff, 2018), si bien es esperable que estos cambios sociales influyan de una manera u otra en la población en su conjunto. Adicionalmente, teniendo en cuenta que estos constructos tienen un origen fundamentalmente anglosajón, sería importante revisar su nivel de aplicabilidad para la realidad local y regional de Argentina y Latinoamérica, un tópico sobre el que aún se cuenta con escasos datos y menos aún de fuentes académicas.

Objetivos

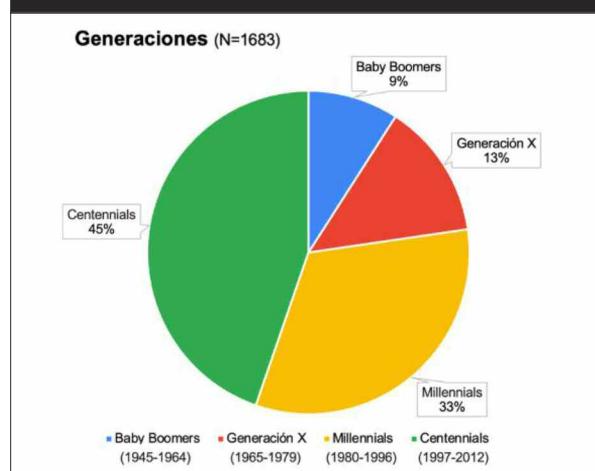
Por todo lo expuesto anteriormente, el presente trabajo tuvo como objetivos: (1) explorar la validez del constructo "Centennials" para los jóvenes dentro del rango etario correspondiente, entre los participantes del estudio; (2) describir y comparar los niveles de sintomatología ansiosa-depresiva en las distintas generaciones en la muestra.

MÉTODO

Participantes

Para responder a los objetivos del presente estudio se constituyó una muestra no-probabilística incidental de 1683 participantes adultos residentes en la Argentina, con un rango de edad de 18 a 78 años. El 70,4% reportó pertenecer al género femenino, un 27,5% refirieron ser varones, mientras que un restante 2,1% reportaron estar fuera del binario tradicional, con variadas denominaciones. En relación al lugar de residencia, la gran mayoría de las respuestas fueron de CABA (43,9%) y GBA (42,2%), con un 13,9% cubriendo el resto del país. Con respecto al nivel educativo máximo alcanzado, vale destacar que 37,2% manifestó tener estudios universitarios incompletos, 18,3% de los participantes sólo completaron la educación secundaria, 16,1% reportó haber completado la universidad, junto con un 15,9% que afirmó tener estudios de post-gradó, sólo un 1% de la muestra refirió no haber terminado la secundaria (el restante 10,9% reportó tener estudios terciarios completos o incompletos). A su vez, el 68% manifestó estar soltero, un 24,3% reportó estar casado o en unión civil, un 5,9% divorciado, y un 1,8% refirió ser viudo. En relación a su situación laboral, el 69,6% de los participantes reportó tener un trabajo. Por último, teniendo en cuenta la fecha de nacimiento, la distribución de los participantes de acuerdo a su generación fue la siguiente (Ver Figura 1): 9,1% Baby Boomers (N=153), 13,6% Generación X (N=229), 32,6% Millennials (N=549), 44,7% Centennials (N=752). Los criterios de inclusión para el siguiente estudio fueron: brindar el consentimiento informado, ser mayor de 18 años y residir en la Argentina.

Figura 1. Distribución de las generaciones en la muestra



Instrumentos

Cuestionario Sociodemográfico. Se recabaron datos básicos de los participantes como la edad, gé-

nero, estado civil, nivel de estudios alcanzados, situación laboral actual, entre otros.

Cuestionario ad-hoc sobre Actitudes, Valores y Comportamientos: Elaborado por los investigadores y equipo, se trató de una encuesta de 46 preguntas explorando actitudes y comportamientos sociales relevantes para identificar diferencias generacionales en la muestra. En su mayor parte, los participantes debieron expresar su grado de acuerdo en una escala Likert de cinco puntos (de 1 muy en desacuerdo a 5 muy de acuerdo) en variados tópicos, desde el uso de las nuevas tecnologías, su orientación política, su tolerancia a diferentes expresiones de la sexualidad y el género, hasta comportamientos específicos relacionados con el uso de redes sociales, el consumo de sustancias, y diferentes hitos relacionados con la adultez, entre otros.

Escala de Ansiedad, Depresión y Estrés – Versión Abreviada (DASS-21, Lovibond & Lovibond, 1995, Adaptación al español por Bados, Solanas & Andrés, 2005): Escala de auto-reporte multidimensional cuyo objetivo es medir sintomatología ansiosa-depresiva. Consta de tres escalas (Depresión, Ansiedad y Estrés) con siete ítems cada una. El formato de respuesta es de tipo Likert, con cuatro alternativas, ordenadas en una escala de 0 a 3 puntos, en el cual la persona valora la frecuencia e intensidad en la que ha experimentado 21 síntomas asociados al afecto negativo. Ampliamente utilizada en investigación en psicopatología, la adaptación al español de la escala tiene una solución de tres factores satisfactoria, buena confiabilidad, validez convergente y divergente.

Procedimiento de recolección de datos

Los participantes fueron contactados a través de distintas redes sociales, mailings y servicios de mensajería instantánea. En todos los casos se accedía mediante un link a la plataforma Google Forms que alojaba la batería de evaluación psicológica. Primero, el participante recibía una explicación del estudio y el consentimiento informado, de lo contrario no podía acceder a los tests. Adicionalmente, antes de comenzar, se aseguraba a cada persona la confidencialidad, anonimato y los fines académicos del estudio.

Procedimiento de análisis de datos

Todos los análisis estadísticos tanto descriptivos (medias, desvíos estándar, frecuencias) como inferenciales (pruebas T de Student, ANOVA) fueron realizados utilizando el software SPSS 24.

RESULTADOS

Con respecto al primer objetivo, se analizó, siguiendo un criterio exploratorio, las respuestas de los participantes a las escalas de actitudes, de acuerdo a la generación

(en la Tabla 2 se describen algunas de las tendencias observadas en la generación Centennial). En primer lugar, en relación a brindarle importancia a la religión en su vida, 76% reportó estar en desacuerdo o muy en desacuerdo (los niveles más altos de baja religiosidad en contraste con el resto de las generaciones). Sobre su orientación política, la etiqueta "a-político" fue la más elegida con un 48,1%. En relación a la idea de tener pareja y formar una familia, los Centennials manifestaron estar de acuerdo o muy de acuerdo en un 51,5%, la cifra más baja comparada con las otras generaciones. Es importante subrayar que la mayoría de éstas son tendencias que generación tras generación se van acentuando más. En relación a la pregunta de si la persona se consideraba parte del colectivo LGBT, un 31,4% contestó de manera afirmativa, un incremento muy importante comparado con las generaciones previas. Indagando en cuestiones sobre supervisión parental, 19% afirmó nunca haber ido a la escuela solo (sin ser acompañado por una figura adulta). Con respecto al uso de dispositivos tecnológicos, la generación Centennial recibió su primer smartphone en promedio a los 12,6 años (DE=1,94), y pasa un promedio de 3 horas y media de su tiempo libre diario en redes sociales (el número más alto comparado con el resto de los participantes). En relación a la orientación sexual, sólo un 64,1% refirió ser heterosexual y un 26,3% manifestó ser bisexual, dos datos que representan un cambio muy pronunciado. Un 31% reportó estar de acuerdo o muy de acuerdo con la idea de sentirse solo en su vida, también el valor más alto comparando las distintas generaciones. Por último, con respecto al consumo problemático de alcohol o el optimismo, la generación Centennial exhibió valores similares al resto.

Tabla 2. Cambios en los Centennials (con respecto a las generaciones previas)

	Tendencia observada
Baja Religiosidad	Incremento
Orientación A-política	Incremento
Planes de tener una pareja y familia	Descenso
Supervisión parental	Incremento
Heteronormatividad	Descenso
Identificación con el colectivo LGBT	Incremento
Tiempo en redes sociales	Incremento
Sentimientos de soledad	Incremento
Consumo problemático de alcohol	Sin cambios
Optimismo con respecto al futuro	Sin cambios

Para responder al segundo objetivo, la Tabla 3, 4, 5 y 6 muestran los puntajes medios, desvíos y rango de severidad (Lovibond & Lovibond, 1995) en los niveles de sintomatología ansiosa-depresiva, de acuerdo a cada generación. En todos los casos los puntajes más elevados fueron para la generación Centennial.

Tabla 3. Media, desvío y rango de severidad en sintomatología ansiosa-depresiva en Baby Boomers			
	M	DE	Severidad
Depresión	3,55	4,14	Normal
Ansiedad	2,25	3,18	Normal
Estrés	6,67	4,13	Normal

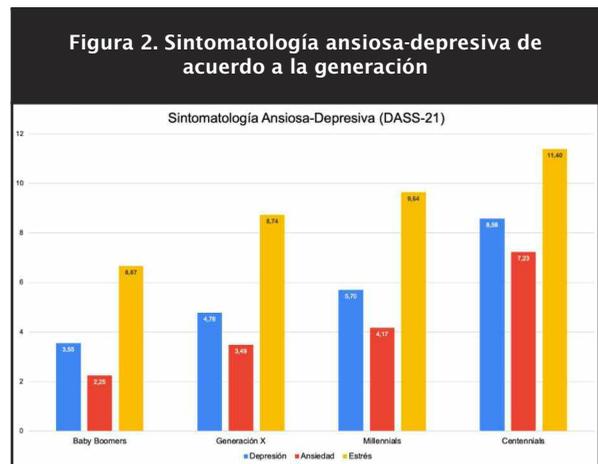
Tabla 4. Media, desvío y rango de severidad en sintomatología ansiosa-depresiva en Generación X			
	M	DE	Severidad
Depresión	4,78	4,75	Leve
Ansiedad	3,49	4,37	Leve
Estrés	8,74	5,10	Leve

Tabla 5. Media, desvío y rango de severidad en sintomatología ansiosa-depresiva en Millennials			
	M	DE	Severidad
Depresión	5,70	5,17	Leve
Ansiedad	4,17	4,52	Leve
Estrés	9,64	5,15	Leve

Tabla 6. Media, desvío y rango de severidad en sintomatología ansiosa-depresiva en Centennials			
	M	DE	Severidad
Depresión	8,58	5,94	Moderado
Ansiedad	7,23	5,56	Moderado
Estrés	11,40	5,17	Moderado

Para establecer si estas diferencias en la sintomatología ansiosa-depresiva eran estadísticamente significativas, se calculó la prueba de Análisis de la Varianza de un Factor (ANOVA), de acuerdo a la generación. Debido a que el instrumento de evaluación es multidimensional, se corrieron tres pruebas ANOVA separadas para cada dimensión (Depresión, Ansiedad y Estrés). En primer lugar, se detectaron di-

ferencias estadísticamente significativas en relación a la variable Depresión [$F(1679, 3)=63,6, p=.000$]. Aquellos pertenecientes a la generación Centennial exhibieron niveles más altos ($M_{Centennial}=8,58$), al ser comparados con el resto de las generaciones ($MMillennial=5,70$; $M_{GenX}=4,78$; $M_{Boomer}=3,55$). De igual modo, se detectaron diferencias estadísticamente significativas en relación a la variable Ansiedad [$F(1679, 3)=78,55, p=.000$]. Aquellos pertenecientes a la generación Centennial exhibieron niveles más altos ($M_{Centennial}=7,23$), al ser comparados con el resto de las generaciones ($MMillennial=4,17$; $M_{GenX}=3,49$; $M_{Boomer}=2,25$). Por último, también se hallaron diferencias significativas en la dimensión Estrés $F(1679, 3)=46,72, p=.000$]. La generación Centennial exhibió niveles más altos ($M_{Centennial}=11,40$), comparados con el resto de las generaciones ($MMillennial=9,64$; $M_{GenX}=8,74$; $M_{Boomer}=6,67$). En conjunto, todas las diferencias observadas en los niveles de ansiedad y depresión entre las distintas generaciones resultaron estadísticamente significativas (Ver Figura 2).



DISCUSIÓN

La investigación sobre las generaciones, como constructo psicológico y social, gana cada vez más atención por parte de los investigadores ya que permite iluminar mejor cambios sociales amplios y cómo se manifiestan en las actitudes, valores y comportamientos de un grupo de individuos de edad y ambiente cultural similar (Twenge, 2023). No obstante, si bien teórica y empíricamente ha habido importantes desarrollos sobre este objeto de estudio (Twenge, 2017; Haidt & Lukianoff, 2018; Duffy, 2022), aún son escasos los trabajos en el ámbito regional y local. Más aún, las etiquetas generacionales son utilizadas con frecuencia en el ámbito organizacional y de recursos humanos sin reparar en su validez o aplicabilidad para los contextos locales (Duffy, 2022). Por otra parte,

y de máximo interés para la Psicología Clínica, está la llamada “epidemia de ansiedad y depresión” que está afectando a los más jóvenes, y que parece comportarse como un rasgo generacional según han documentado distintos investigadores en EE.UU y Europa (Haidt & Lukianoff, 2018; Noel et al, 2023). En este sentido el presente trabajo buscó hacer un aporte empírico sobre una cuestión compleja y relevante para los tiempos que corren.

Con respecto a la validez del constructo Centennial en nuestro medio local, los resultados sugieren que esta etiqueta generacional puede bien aplicarse a los más jóvenes de nuestra población. En efecto, siguiendo un criterio exploratorio, muchas de las tendencias observadas en las nuevas generaciones en los países desarrollados (Twenge, 2017) son compatibles con lo observado en las actitudes, valores y comportamiento de los más jóvenes en Argentina. Esto incluye, pero no se limita a, su baja religiosidad, su identificación como a-políticos, cambios en la expresión de la sexualidad y el género (por ejemplo, su notoria participación en el colectivo LGBT), indicadores de mayor supervisión parental durante su crianza, el uso incrementado de redes sociales, y cambios a la hora de pensar su plan de vida. Existe amplia evidencia de que estas tendencias, si bien se apoyan en cambios que se acentúan con cada generación, son distintivos de la generación Centennial (Turner, 2015; Twenge et al. 2021). Hasta cierto punto, esto es esperable ya que las fuerzas de socialización tienden a ser cada vez más homogéneas en Occidente, superando las barreras geográficas que antes hacían a cada población más diferenciada del resto (Duffy, 2022). En particular, se ha destacado el papel de los consumos culturales compartidos (Haidt & Lukianoff, 2018). En la era de Internet, los servicios de Streaming y las redes sociales, las ideas y experiencias que vive una persona joven (y colaboran con la formación de su identidad), tienden a ser muy similares en un mundo que funciona cada vez más como una comunidad global.

En relación a los altos niveles de ansiedad y depresión que experimentan las nuevas generaciones, los resultados apoyan enfáticamente que este también es el caso para los Centennials en Argentina. Para las tres dimensiones evaluadas (depresión, ansiedad y estrés) los niveles más altos se encontraron entre la generación más joven. Si bien esto se alinea con lo hallado en otros países (APA 2018; SAMHSA, 2020; Twenge et al. 2021), este estudio es pionero en documentar un salto tan notable (y preocupante) en la población local. Por el contrario, los datos más confiables en Argentina son del estudio epidemiológico de Alfredo Cía y colab. (2018) donde los niveles de ansiedad y depresión fueron similares en los adultos de 18

a 65 años, sin grandes saltos por rango etario. La hipótesis de que estos cambios negativos en los indicadores de salud mental de los más jóvenes parece seguir un patrón generacional cobra fuerza con el presente estudio.

En conjunto, los resultados del presente estudio revelan un retrato complejo de los Centennials en Argentina. En primer lugar, pensar en términos de generacionales puede ayudar a comprender mejor la constitución de la identidad, fortalezas y debilidades de los más jóvenes. Por otra parte, reclama mayor atención e investigación de parte de la psicología clínica y la psiquiatría, ya que junto con estos cambios de época pareciera que la nueva generación requiere más recursos en materia de prevención y asistencia en Salud Mental.

LIMITACIONES Y DIRECCIONES FUTURAS

El presente trabajo tiene una serie de limitaciones. En primer lugar, el estudio es de tipo transversal, este tipo de corte no es el más robusto a la hora de realizar estudios sobre diferencias generacionales, una metodología longitudinal es preferible ya que permite captar genuinamente diferencias en grupos demográficos similares, aunque en un momento distinto de la historia (Twenge, 2017). Por otro lado, si bien el tamaño muestral es considerable, sigue siendo no-probabilístico, lo cual afecta su capacidad de generalización, adicionalmente, en la muestra total algunas generaciones quedaron más representadas que otras. Con respecto a los instrumentos de evaluación, el DASS-21 repite alguna de las limitaciones de estudios previos, no discrimina trastornos sino afectividad negativa, reduciendo el alcance en términos psicopatológicos de los hallazgos presentes. También es importante subrayar que para establecer grados de validez en el constructo Centennial se utilizó un criterio exploratorio de acuerdo a la revisión bibliográfica de los autores. En el futuro sería deseable utilizar metodologías más rigurosas.

Como futuras direcciones, el presente estudio representa un primer paso en una línea de investigación relevante acerca del estudio de las diferencias generacionales y la salud mental de la población. Sería útil implementar metodologías inferenciales de mayor rigurosidad con respecto a la misma pregunta de investigación y ampliar en el futuro los objetivos explorando asociaciones entre variables e inferir direcciones de causalidad entre todas las variables estudiadas. Finalmente, sería muy valioso extrapolar estos hallazgos hacia modelos de prevención e intervención clínica en una población que parece ser más vulnerable emocionalmente.

AGRADECIMIENTOS

Los autores desean expresar su agradecimiento a la UADE, y en particular al Instituto de Ciencias Sociales y Disciplinas Proyectuales por su apoyo en el presente proyecto de investigación. Por otra parte, este estudio no hubiera sido posible sin la enorme colaboración y generosidad de los alumnos y alumnas: Sabrina Alvarez Schubert, Santiago Desimone, Antonella Di Paolo, Candela Herrera, Tatiana Kabacoff, Nazareno Luciani, Lucero Pérez y Flavia Ugarte, de la Carrera de Psicología, UADE.

REFERENCIAS

- Alwin, D. F., & McCammon, R. J. (2007). Rethinking generations. *Research in Human Development*, 4, 219–237.
- American Psychological Association. (2018). *Stress in America: generation Z. Stress in America Survey*, 11.
- Bados, A., Solanas, A., & Andrés, R. (2005). Psychometric properties of the Spanish version of depression, anxiety and stress scales (DASS). *Psicothema*, 679-683.
- Barlow, D. H. (2004). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic*. Guilford press.
- Campbell, S. M., Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2017). Fuzzy but useful constructs: Making sense of the differences between generations. *Work, Aging and Retirement*, 3(2), 130-139.
- Cía, A. H., Stagnaro, J. C., Aguilar Gaxiola, S., Vommaro, H., Loera, G., Medina-Mora, M. E., & Kessler, R. C. (2018). Lifetime prevalence and age-of-onset of mental disorders in adults from the Argentinean Study of Mental Health Epidemiology. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 53, 341-350.
- Dobson, K. S. (1985). Defining an interactional approach to anxiety and depression. *The Psychological Record*, 35(4), 471.
- Duffy, B. (2022). *The generation myth: why when you're born matters less than you think*. Hachette UK.
- Ellis, B. J., Del Giudice, M., Dishion, T. J., Figueredo, A. J., Gray, P., Griskevicius, V., & Wilson, D. S. (2012). The evolutionary basis of risky adolescent behavior: implications for science, policy, and practice. *Developmental psychology*, 48(3), 598.
- Gentile, B., Campbell, W. K., & Twenge, J. M. (2013). Generational cultures. En A. B. Cohen (Ed.), *Culture reexamined: Broadening our understanding of social and evolutionary influences*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Haidt, J., & Lukianoff, G. (2018). *The coddling of the American mind: How good intentions and bad ideas are setting up a generation for failure*. New York: Penguin Books.
- Hancock, J.T., Liu, X., French, M., Luo, M., Mieczkowski, H. (2019). Social media use and psychological well-being: A Meta-analysis. 69th Annual International Communication Association Conference, Washington, D.C.
- Haslam, N. (2015). Concept creep: Psychology's expanding concepts of harm and pathology. *Psychological Inquiry*, 27(1), 1-17.
- Hofmann, S. G. (2011). *An introduction to modern CBT: Psychological solutions to mental health problems*. John Wiley & Sons.
- Liu, D., Baumeister, R. F., Yang, C. C., & Hu, B. (2019). Digital communication media use and psychological well-being: A meta-analysis. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 24(5), 259-273.
- López Salazar, P. (2018). Redes sociales y ansiedad: una revisión de la literatura empírica e implicancias clínicas. *Revista Anxia*, Vol. 2018.
- López Salazar, P. (2022). Redes sociales y bienestar psicológico: una revisión empírica e implicancias clínicas. En Garay, C. (Comp.). *Terapia Cognitivo-conductual Y Tecnologías Digitales*. Akadia: Buenos Aires.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour research and therapy*, 33(3), 335-343.
- Mannheim, K. M. (1952). *The problem of generations*. Karl Mannheim, *Essays on the sociology of knowledge*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Orben, A., & Przybylski, A. K. (2019). The association between adolescent well-being and digital technology use. *Nature Human Behaviour*, 3(2), 173-182.
- Noel, J. K., Lakhan, H. A., Sammartino, C. J., & Rosenthal, S. R. (2023). Depressive and anxiety symptoms in first generation college students. *Journal of American college health*, 71(6), 1906-1915.
- Substance Abuse and Mental Health Services Administration (2020). *National survey on drug use and health*. Substance Abuse and Mental Health Services Administration, Rockville, MD
- Turner, A. (2015). Generation Z: Technology and social interest. *The journal of individual Psychology*, 71(2), 103-113.
- Taleb, N. N. (2007). *The black swan: The impact of the highly improbable* (Vol. 2). Random house.
- Taleb, N. N. (2012). *Antifragile: how to live in a world we don't understand* (Vol. 3). London: Allen Lane.
- Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy--and completely unprepared for adulthood and what that means for the rest of us*. New York: Simon and Schuster.
- Twenge, J. M., Haidt, J., Blake, A. B., McAllister, C., Lemon, H., & Le Roy, A. (2021). Worldwide increases in adolescent loneliness. *Journal of adolescence*, 93, 257-269.
- Twenge, J. M., Haidt, J., Joiner, T. E., & Campbell, W. K. (2020). Underestimating digital media harm. *Nature Human Behaviour*, 4(4), 346-348.
- Twenge, J. M. (2023). *Generations: The Real Differences Between Gen Z, Millennials, Gen X, Boomers, and Silents—and What They Mean for America's Future*. New York: Simon and Schuster.
- Watson, D., Clark, L. A., & Stasik, S. M. (2011). Emotions and the emotional disorders: A quantitative hierarchical perspective. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 11(3), 429-442..