

NOTA DE PRENSA

El enfoque humano en las noticias sobre salud mental reduce el estigma social, según una investigación de UNIR

- Un estudio de la Universidad Internacional de La Rioja (UNIR) analiza el tratamiento informativo de los trastornos mentales en España y propone recomendaciones para que los medios de comunicación transiten hacia un periodismo constructivo y centrado en el paciente.
- La especialización periodística y la gestión de la confianza con las fuentes son factores determinantes para garantizar una información responsable sobre salud mental.

Logroño/Madrid, 12 de marzo de 2026.-

La información sobre salud mental prioriza cada vez más el testimonio directo de pacientes y familias. Esta es la principal conclusión de un estudio de la **Universidad Internacional de La Rioja** (UNIR) que vincula este cambio de enfoque con una mejora del bienestar público y una reducción del estigma social asociado a los trastornos mentales.

El estudio, publicado en el *Journal of Applied Journalism & Media Studies* y realizado en el marco del proyecto 'Mindhealthmedia' con financiación del Ministerio de Ciencia e Innovación y la Unión Europea, analiza cómo los periodistas gestionan esta información y ofrece recomendaciones para garantizar un tratamiento responsable.

El aumento de la prevalencia de trastornos tras la pandemia consolidó la salud mental como un tema central, tras una etapa histórica marcada por coberturas que perpetuaban prejuicios y asociaban la enfermedad con la violencia. Para revertir esta tendencia, el estudio propone aplicar el modelo de biocomunicabilidad, donde el paciente deja de ser un sujeto pasivo para adquirir voz y autoridad en el relato.

En su análisis del periodismo de salud mental en España, los investigadores emplearon una metodología cualitativa basada en diez entrevistas en profundidad con periodistas especializados de diversos medios (prensa, agencias, radio y televisión).

Los resultados evidencian que, si bien las fuentes más consultadas son psiquiatras, psicólogos, pacientes y familiares, la confianza sobre la que se sustentan estas relaciones es frágil y depende en gran medida de la ética individual de los profesionales.

"El enfoque centrado en el paciente es la mejor herramienta para combatir el estigma; al dar voz directa a los protagonistas y contextualizar sus historias, el periodismo deja de ser un observador de tragedias para convertirse en un agente que fomenta el bienestar público", explica **Jesús Díaz del Campo**, investigador principal del proyecto y del grupo de investigación COYSODI de UNIR.

"Nuestra investigación confirma que el periodista especializado ya no actúa como un mero transmisor de datos clínicos, sino como un gestor de confianza", añade el experto.

Del estudio se desprende además que la especialización es el factor determinante para la calidad, ya que el periodista formado entiende las sutilezas del lenguaje y previene los riesgos de una mala información, como el "efecto contagio" en temas de suicidio o la criminalización del paciente.

"La urgencia de un nuevo enfoque informativo se hace evidente ante el empeoramiento de la salud pública: según datos del Ministerio de Seguridad Social, las bajas por trastornos mentales se han disparado un 365% en los últimos siete años, con un coste para el sistema y las empresas que ya supera los 33.300 millones de euros anuales. Ante este escenario, este estudio de UNIR incide en la necesidad de especialización periodística para que los medios no se limiten a reportar el colapso del sistema, sino que actúen como gestores de una información veraz y constructiva que ayude a mitigar el estigma en el ámbito social y profesional", asegura Díaz del Campo.

Hacia un periodismo constructivo

La transición hacia un periodismo constructivo se consolida como el principal reto pendiente. "El desafío actual es informar más allá del problema. Necesitamos avanzar hacia un periodismo que no solo cuente el problema, sino que sea capaz de ofrecer soluciones, y permitir que la ciudadanía participe activamente en la construcción del relato sobre la salud mental", detalla Díaz del Campo.

Para lograr este objetivo, los autores del estudio proponen las siguientes recomendaciones estratégicas:

-Aportar más información contextual: Resulta imprescindible explicar los determinantes sociales, económicos y de entorno que influyen en la salud mental, más allá del suceso puntual.

-Potenciar el periodismo de soluciones: La cobertura debe mostrar respuestas sociales eficaces, recursos disponibles y vías de recuperación para evitar la desesperanza en el lector.

- Fomentar la coautoría: Los afectados deben participar activamente en la construcción del relato. Los medios deben dejar de retratarlos como sujetos pasivos para mostrarlos como ciudadanos con agencia y resiliencia.
- Diversificar las fuentes: Es necesario consolidar la voz de pacientes y familias como fuentes de autoridad y conocimiento, no solo como testimonios emocionales.
- Mejorar la transparencia: Los periodistas deben ser más explícitos sobre cómo seleccionan sus fuentes y cómo verifican la información sensible para generar un vínculo de mayor confianza con la audiencia.
- Utilizar la especialización como barrera de seguridad: La formación específica garantiza un tratamiento ético, evita el reduccionismo diagnóstico y previene efectos negativos mediante un uso cuidadoso del lenguaje y la omisión de detalles escabrosos.
- Fomentar la alfabetización mediática en salud: Resulta clave ayudar al público a distinguir entre la evidencia científica y las opiniones sensacionalistas o mitos que circulan en entornos digitales.

En la investigación participan además otras cinco universidades: Universidad Complutense de Madrid, Universidad de Sevilla, Universidad de Alicante, Universidad de Málaga y Universidad Panamericana de México. También colaboran la Confederación Salud Mental España, DIRCOM, FAPE y la Asociación Nacional de Informadores de la Salud (ANIS).

Referencia bibliográfica:

Chaparro-Domínguez, M.-Á., Díaz-Campo, J., & Olivar-Julián, F.-J. (2026). Coverage of mental health by journalists: Towards trust and constructive journalism. *Journal of Applied Journalism & Media Studies*. https://doi.org/10.1386/ajms_00198_1

SOBRE UNIR:

UNIR es una universidad que ofrece una educación superior de calidad a través de las tecnologías más innovadoras, siempre con el estudiante en el centro de su actividad. En España, imparte 55 grados, 155 másteres oficiales, 83 títulos propios y 4 programas de doctorado que tienen como objetivo acercar una educación integral y personalizada a los más de 90.000 estudiantes que trabajan en sus aulas presenciales-virtuales desde un centenar de naciones, principalmente en España e Hispanoamérica. Su método de enseñanza, adecuado a las demandas del mercado laboral, hace de UNIR una auténtica palanca social que rompe barreras y ayuda a que cada uno, esté donde esté, cumpla sus sueños de formación y de progreso personal y profesional. UNIR pertenece al grupo educativo Proeduca, que, junto a otros centros de enseñanza superior y no reglada, atiende a más de 105.000 estudiantes.

PARA MÁS INFORMACIÓN

Departamento de Comunicación UNIR comunicacion@unir.net www.unir.net
Sala de prensa: <http://www.unir.net/sala-de-prensa/> Twitter: [@UNIRUniversidad](https://twitter.com/UNIRUniversidad) y [@PrensaUNIR](https://twitter.com/PrensaUNIR)

Paloma Gamarra (La Rioja) 94 121 02 11 ext. 1285 paloma.gamarra@unir.net
Sara Puerto 648 573 733 sara.puerto@unir.net
Isabel Álvarez 639 117 638 isabel.alvarezcastro@unir.net
Diego Caldentey (LATAM) 659 641 848 diego.caldentey@unir.net
José María Fillol (LATAM) 628 902 302 josemaria.fillol@unir.net
Bosco Martín (Director) bosco.martin@unir.net