

¿Duele perder las elecciones? Polarización afectiva, malestar emocional y derrota del endogrupo

Alejandro Soler Contreras
José Miguel Rojo Martínez

Universidad de Murcia

AECA XVIII CONGRESO
Septiembre 2026



**euni
well** European
University for
Well-Being



UNIVERSIDAD
DE MURCIA



Introducción

Polarización y bienestar personal

La polarización en las democracias contemporáneas

- Creciente ola de polarización política en las democracias contemporáneas
- De la polarización ideológica a la **afectiva**
- Dinámica emocional del “nosotros contra ellos”
- **¿Afectan estas tendencias en las emociones políticas a la salud y el bienestar personal de la ciudadanía?**

Polarización y salud física

Diversos estudios han encontrado **asociaciones entre la polarización política y peores resultados de salud física:**

- Nelson (2022) sostiene que las **emociones negativas** que las personas desarrollan hacia el partido contrario (miedo, ira, frustración) pueden funcionar como un **estresor crónico** que deteriora la salud física autopercebida.
- Fraser et al. (2022) proponen una vía complementaria: la **distancia política percibida** respecto a la propia comunidad puede socavar la salud al **erosionar los vínculos sociales**.

Polarización y bienestar mental

- Nayak et al. (2021) encontraron que las personas que **percibían que la polarización había aumentado** desde las **elecciones presidenciales de EE. UU. de 2016** tenían probabilidades significativamente mayores de desarrollar trastornos depresivos y de ansiedad.
- En su análisis, el contexto político tras unas elecciones altamente divisivas actuó como un **estresor crónico** con consecuencias clínicas medibles.

Las elecciones como eventos polarizadores y emocionales

- En contextos altamente polarizados, la competición electoral ha sido descrita como un **desafío emocional** comparable a un derbi deportivo de alta intensidad (Rojo-Martínez y Crespo-Martínez, 2023).
- Sheffer (2020) constata que **las elecciones actúan como motor de la animosidad emocional partidista**.
 - Efecto diferencial en los **perdedores**
- Además, incluso la mera perspectiva de que el partido rival gane puede desencadenar una respuesta de estrés (Nelson, 2022), lo que la literatura denomina un **estresor anticipatorio** (DeAngelis, 2020; Grace, 2020). La mera posibilidad es suficiente para generar malestar emocional.

Pregunta de investigación

¿Amplifica la polarización afectiva el impacto emocional autodeclarado de la derrota electoral?

Polarización afectiva y derrota electoral

*Por qué la polarización convierte los resultados
electorales en amenazas personales*

Polarización afectiva

- La polarización afectiva es el fenómeno por el cual los partidarios cada vez más **desconfían y sienten aversión** hacia los partidarios rivales, al tiempo que sienten **simpatía y afinidad** hacia los co-partidarios (Iyengar et al., 2012). Se distingue de la polarización ideológica, que se refiere al desacuerdo en cuestiones programáticas.

Del resultado político a la amenaza personal

Cuando una persona está afectivamente polarizada, una derrota se convierte en algo **personalmente amenazante**:

- La derrota se vive como algo personal
- El grupo que gana es un grupo que la persona percibe como hostil y amenazante, y ese grupo ahora ostenta el poder político.

Amplificando la percepción de amenaza

Discurso político

En contextos polarizados, las campañas negativas, las dinámicas de campaña permanente y la retórica de los partidos extremistas o populistas pueden contribuir a **incrementar la hostilidad partidista**.

Entorno mediático

La cobertura mediática puede llevar a la ciudadanía a creer que vive en un país más polarizado de lo que realmente es, distorsionando su percepción del lado opuesto como más radical de lo que realmente es.

La brecha de percepción

Juntos, estos factores amplían la brecha entre **lo extremo que realmente es el rival** y **lo extremo que la gente percibe que es**, inflando su percepción de amenaza (Yudkin et al., 2019; Yudkin, 2019; Rojo et al., 2023)

Alineamiento social (social sorting)

La identidad partidista tiende a **alinearse con otras identidades sociales**: clase, género, etnia, sexualidad, religión... (Mason, 2016). Cuando esto ocurre, **hay más en juego en unas elecciones** (no solo el partido de una persona, sino también muchos otros aspectos de su vida)

Datos y método

Hipótesis

Los individuos afectivamente polarizados declararán un mayor impacto emocional anticipado ante una hipotética derrota electoral de su partido preferido.

Fuente de datos

Encuesta online autoadministrada aplicada a estudiantes universitarios menores de 35 años en la Universidad de Murcia, entre diciembre de 2025 y enero de 2026. N = 1.319

Datos producidos en el marco del proyecto **POLEMO**, financiado por el **EUniWell** Seed Funding Programme.

Variable dependiente

- Impacto emocional anticipado y autodeclarado ante una hipotética derrota electoral, medido en una escala de 0 a 10.

Pregunta del cuestionario:

«Imagine que mañana se celebraran elecciones generales y que, al conocer los resultados, supiera que su partido ha perdido claramente y no va a gobernar. El gobierno va a estar en manos de un partido que defiende ideas muy diferentes a las suyas. ¿Cree usted que esto afectaría a su bienestar emocional? Para expresarlo, utilice una escala de 0 a 10, donde 0 significa “no tendría ningún impacto en mi bienestar emocional” y 10 significa “tendría un gran impacto en mi bienestar emocional”.»

Variable independiente: polarización afectiva

Termómetros de simpatía hacia los votantes de los principales partidos políticos españoles (escala 0 - 10).

Operacionalización

- Sentimientos positivos fuertes (7-10) hacia los votantes de un partido
- Sentimientos negativos fuertes (0-4) hacia los votantes de otro partido
- Variable dicotómica (polarizado / no polarizado)

Variables de control

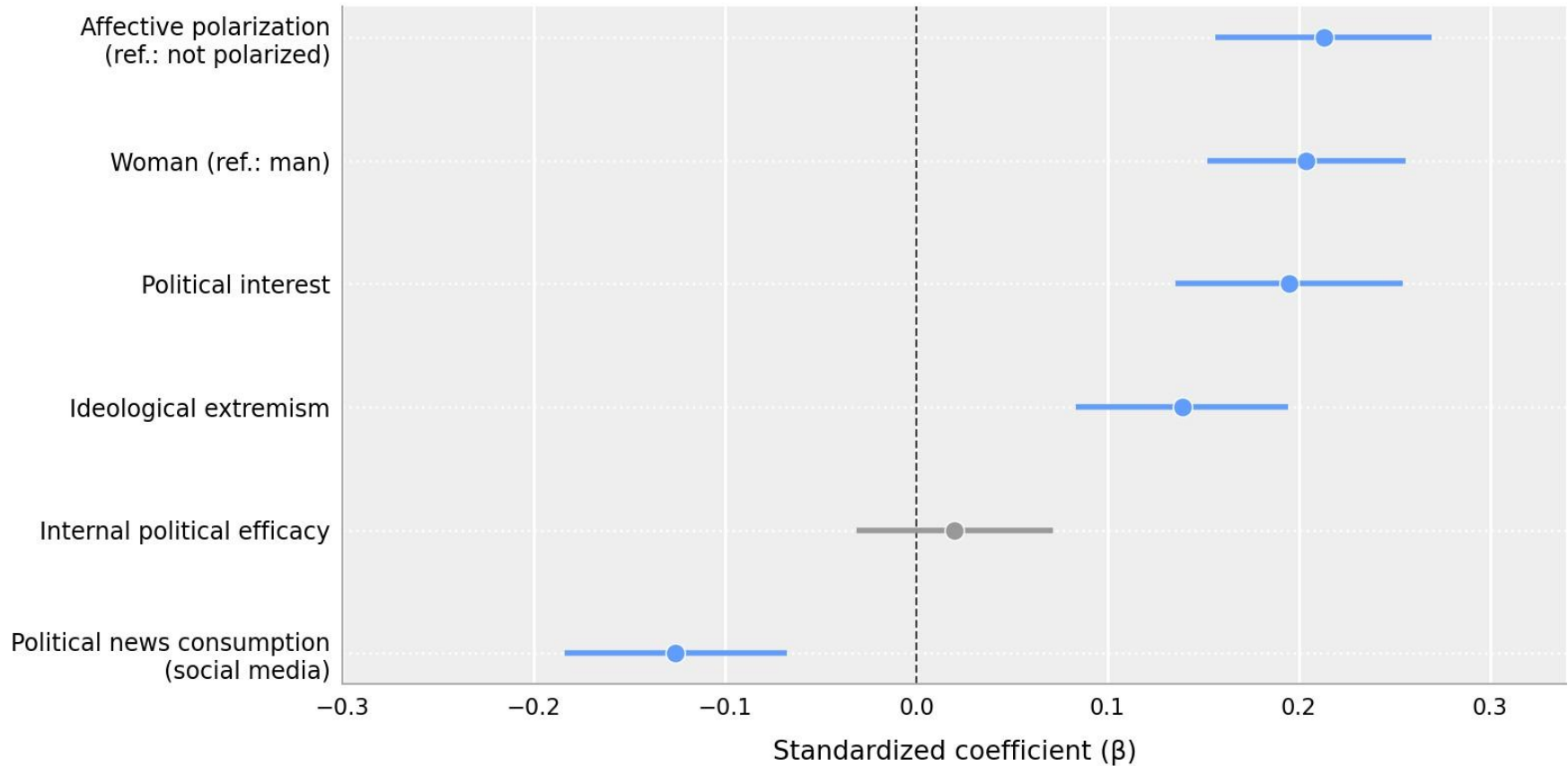
- **Sexo** (mujer, ref.: hombre)
- **Interés político** (0-10)
- **Eficacia política interna** (0-10)
- **Extremismo ideológico** (dicotómica, extremo vs no extremo)
- **Consumo de noticias políticas a través de redes sociales** (escala de frecuencia 1-5, *5 significa menor frecuencia)

Metodología

- **Regresión lineal múltiple.** Dos modelos
- **Modelo 1:** polarización afectiva y extremismo ideológico como variables únicas
- **Modelo 2:** desagrega ambas por bloque ideológico (izquierda vs. derecha), permitiendo comprobar si los efectos difieren a lo largo del espectro político.

Resultados y discusión

Predictors of self-reported emotional impact of electoral defeat (OLS regression, Model 1)



Note: Bars represent 95% confidence intervals. N = 1,319 (University of Murcia students, <35 years old).

- **La polarización afectiva** es el **predictor más fuerte** del modelo, lo que apoya nuestra hipótesis.

Esto conecta con la idea de **estrés anticipatorio**: estos individuos ya están emocionalmente activados por la mera perspectiva de que su rival gane. Los factores amplificadores que hemos discutido (alineamiento social, brecha de percepción, medios y discurso) pueden ayudar a explicar la magnitud de este efecto.

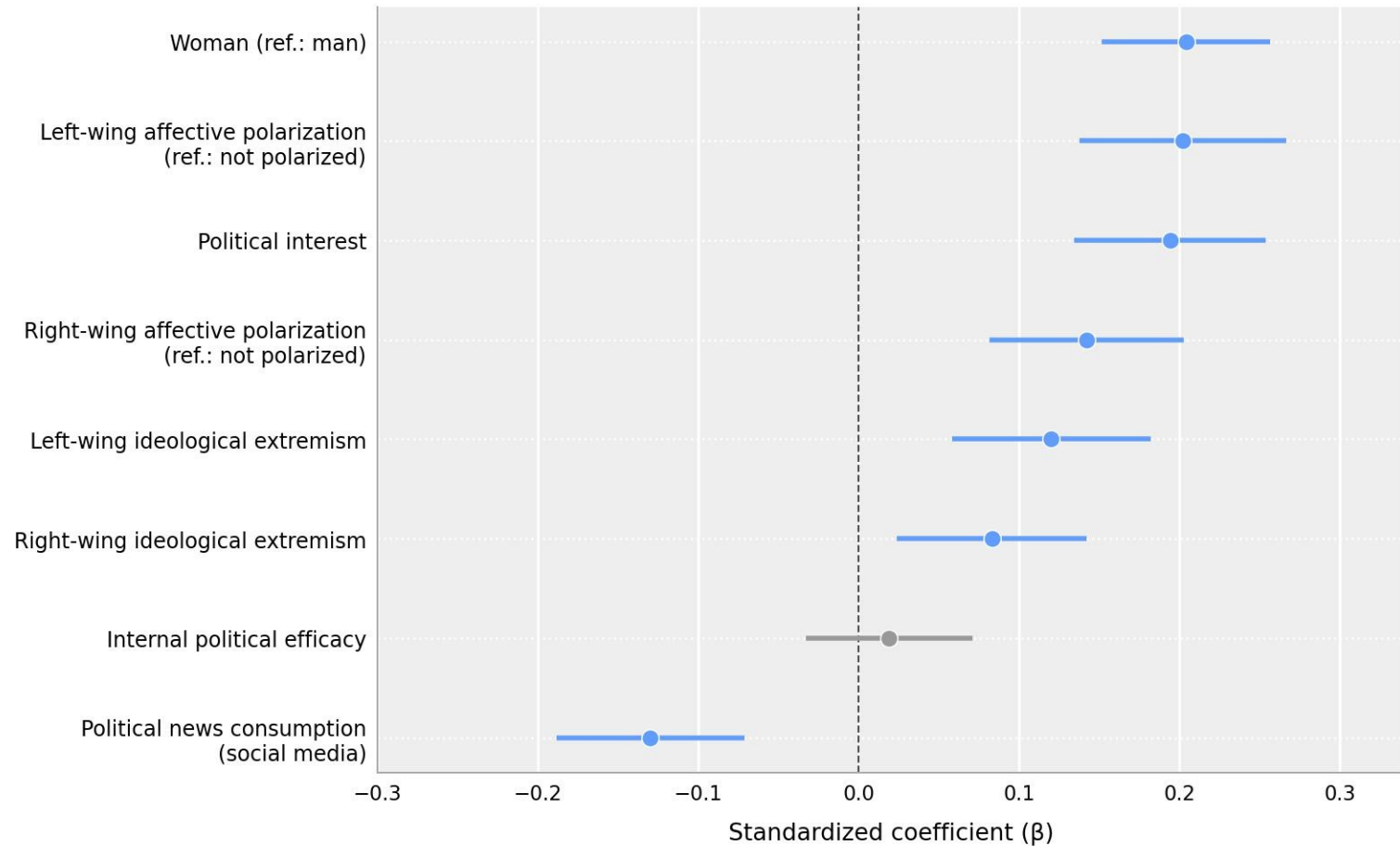
- Ser **mujer** se asocia con un mayor impacto emocional anticipado

El género puede añadir una dimensión identitaria adicional, no capturada por la identidad partidista, que se siente amenazada por la victoria del rival

Esto también puede conectar con un contexto de batallas culturales

- Los individuos con mayores niveles de interés **político podrían** ser más capaces de evaluar y anticipar las consecuencias de una victoria electoral del rival, ya que podrían disponer de más recursos cognitivos al reflexionar sobre política
- **El extremismo ideológico** tiene un efecto significativo que podría sugerir un estresor complementario basado en cuestiones programáticas: situarse en el extremo ideológico implica que cualquier ganador probable está más lejos de tus preferencias políticas
- Un mayor **consumo de noticias en redes sociales** se asocia con un mayor impacto emocional, lo cual es coherente con el papel amplificador de las redes sociales en mantener la amenaza política presente y alimentar la brecha de percepción

Predictors of self-reported emotional impact of electoral defeat (OLS regression, Model 2)



Note: Bars represent 95% confidence intervals. N = 1,319 (University of Murcia students, <35 years old).

- **La polarización afectiva de izquierdas muestra un efecto más fuerte que la de derechas**

Contexto gobierno-oposición: la izquierda estaba en el gobierno en el momento de la encuesta, por lo que para los encuestados de izquierdas la derrota hipotética supone empeorar su situación actual, mientras que los de derechas ya convivían con su rival en el poder

La identidad de izquierdas puede funcionar actualmente como un **paraguas para un abanico más amplio de identidades sociales** (alineamiento social) que se sienten amenazadas por la victoria del oponente, en comparación con la identidad de derechas

- El patrón del **extremismo ideológico** es consistente con ambas explicaciones, la contextual (la izquierda tiene más que perder respecto al statu quo) y la identitaria (más dimensiones de la identidad se sienten en juego)

Conclusiones e implicaciones

- Nuestros resultados confirman que **la polarización afectiva es el predictor más fuerte** del impacto emocional anticipado de la derrota electoral entre los jóvenes.
- Podemos estar asistiendo a una transición: del auge de la polarización afectiva a **la emergencia de la ansiedad política como fenómeno psicosocial**, donde la competición electoral opera como un estresor emocional para una parte significativa de la población.

Estos hallazgos también plantean cuestiones importantes sobre las **actitudes democráticas**:

- Si la derrota electoral daña el bienestar emocional de los votantes, su **disposición a aceptar resultados desfavorables** podría debilitarse
- Del mismo modo, los votantes podrían volverse **más tolerantes con comportamientos antidemocráticos de los partidos que apoyan**, siempre que esos partidos garanticen su permanencia en el poder (evitando la victoria del rival, que es fuente de malestar emocional y ansiedad)