



# ¡Súmame a borrar el ciberbullying!

## Un tipo de violencia que va del hostigamiento emocional al intento de suicidio

De cada 10 alumnos han usado el teléfono celular para grabar a sus compañeros en situaciones comprometedoras, según la Encuesta de Percepción de la Violencia en Alumnos de Primaria y Secundaria en el Distrito Federal. Aunque la mayoría de los adolescentes lo considera un juego, el ridiculizar o utilizar ese material en contra, expresa una forma de violencia de graves secuelas.

Se trata del *ciberbullying* o acoso cibernético, el cual ha abierto uno de los mayores debates en torno al uso irresponsable de los medios digitales. Se caracteriza por amenazar, intimidar, insultar, desprestigiar o agredir a través de redes sociales, portales web o mensajes por celular. Esta conducta violenta ha llevado a víctimas adolescentes a sentirse acorraladas, y a optar por abandonar la escuela o suicidarse como vía de escape.

"Cualquier lugar puede ser el escenario de esta agresión; durante el día o la noche se lanzan los mensajes ofensivos o amenazantes; ya sean fotos, videos, textos o toda aquella información que se difunda deliberadamente y que con un solo clic, puede llegar a personas cercanas a la víctima y de cualquier parte del mundo", comenta Milagros Figueroa Campos, investigadora de la Facultad de Psicología de la UNAM.

Los agresores, continúa, aprovechan la facilidad de actuar desde el anonimato, así como la difusión masiva que permiten los medios digitales.

### Secuelas emocionales del ciberacoso

- Cambios de personalidad característicos del estrés postraumático.
- Dificultades para relacionarse con los demás.
- Sensación de abandono y desesperanza.
- Hostilidad, nerviosismo, pérdida de la sensación de control.



### Impacto emocional

El acoso cibernético ocasiona un daño psicológico, principalmente en los adolescentes. Alguien que es bombardeado con ofensas, amenazas o insultos ve mermada su salud mental y física al no poder dormir, tener pesadillas y terrores nocturnos, señala Milagros Figueroa. Es frecuente que la víctima esté revisando constantemente su celular o redes sociales para averiguar si el agresor ha publicado algo en su contra, o por el contrario, puede ser la última en enterarse de que están hablando sobre su persona.

Además, puede sentirse obligada a modificar sus actividades como medida de protección. Pero muchas veces la agresión continúa, ya que frecuentemente, alguien cercano es quien produce este daño psicológico.

Cuando el estado emocional permanece alterado por largos periodos, puede desencadenar un problema de salud física como gastritis o presión arterial elevada, ya que la víctima no duerme, no come y se siente temerosa.

¿Por qué alguien es capaz de dañar de esta manera a otro ser humano? De acuerdo con la psicóloga, los responsables del *ciberbullying* suelen ser adolescentes que viven alguna problemática familiar o personal, la cual expresan a través de conductas agresivas. Por lo general, son jóvenes con poca supervisión de sus padres y con un buen manejo de las tecnologías de la comunicación.

Los agresores suelen enfocar su atención en personas que consideran débiles, emocional y físicamente, o en quienes se sienten o son diferentes y no cuentan con el apoyo de sus compañeros de clase, pues estos no los toman en cuenta.

Los casos de *ciberbullying* son frecuentes entre jóvenes de 12 a 19 años. Especialistas como Milagros Figueroa, advierten de las graves secuelas de este tipo de violencia, sobre todo en los adolescentes, cuyo cuerpo y personalidad están formándose y cualquier ataque puede ser difícil de superar.

Una estrategia para evitar el acoso cibernético es la campaña #yoloborro, impulsada por diputados, senadores y representantes de los sectores académico, empresarial y social. El objetivo es promover el uso responsable de las tecnologías de información y comunicación.

Síguela en twitter:  
@Yoloborro



#yoloborro

