

El ciberacoso y su impacto en la salud mental en la etapa escolar



Teresa Valle,
psicóloga del Grupo Cetep.

En el marco del Día Escolar de la No Violencia y la Paz, es esencial poner en foco el ciberacoso y su impacto en la salud mental de niños, niñas y adolescentes. Este fenómeno, que ha ido en aumento con la expansión de las redes sociales, representa un grave problema de salud pública. Según un informe del Grupo Cetep, las atenciones psiquiátricas infanto-juveniles crecieron un 58% en 2023 en comparación con 2022, evidenciando el profundo efecto que las interacciones digitales hostiles pueden tener en la juventud.

Las redes sociales, que inicialmente surgieron como herramientas de conexión, han dado lugar a dinámicas de exclusión y violencia. El ciberacoso afecta severamente el bienestar emocional de los jóvenes, llevándolos a sufrir de depresión, ansiedad y otros trastornos de salud mental. La Superintendencia de Educación registró 4.679 denuncias de maltrato entre estudiantes en 2023, de las cuales el 18% estaban relacionadas con el acoso virtual, subrayando la urgencia de abordar esta problemática.

Estos espacios virtuales es donde se produce mayor cantidad de bullying y es más extremo, debido a que hay un anonimato del victimario, que naturaliza la toxicidad de los juegos y normaliza la situación de agresividad, perdiendo el sentido de responsabilidad, lo cual también provoca que las víctimas no puedan afrontar la situación, lo que les genera ansiedad y frustración.

La educación es una herramienta fundamental en la prevención del ciberacoso. Es crucial que el Ministerio de Educación establezca políticas claras y efectivas para enfrentar este desafío. La capacitación de docentes y la provisión de recursos para estudiantes deben ser prioridades en el currículo escolar. Fomentar una convivencia digital basada en la tolerancia, solidaridad y respeto es vital para construir un entorno más seguro.

El Grupo Cetep destaca la importancia de la participación familiar en el proceso de recuperación de los jóvenes afectados por problemas de salud mental relacionados con el ciberacoso. La integración de la familia en las sesiones terapéuticas y la comprensión del entorno de los jóvenes son estrategias clave para un abordaje integral. La colaboración entre profesionales de la salud, familias y comunidades es fundamental para asegurar el bienestar emocional de la juventud.

En el Día Escolar de la No Violencia y la Paz, es nuestro deber comprometernos a crear ambientes educativos seguros y libres de violencia, tanto en el mundo real como en el digital.

¡Y recuerden, #ConversarDeSaludMental puede salvar vidas!