



Acoso Escolar “Bullying”

La intimidación o acoso escolar (para el que a veces se utiliza el término en inglés “bullying”) es una forma de violencia que consiste en llevar a cabo ataques verbales, emocionales, físicos o psicológicos repetidos con la intención de dominar o humillar. El acoso puede ocurrir en persona o bajo la modalidad cibernética (“cyberbullying”).

¿Cómo se manifiesta?

El acoso escolar puede presentarse y manifestarse de diferentes maneras física, verbal o social. Estas pueden ser:

- Burlas frecuentes
- Amenazas
- Exclusión y rechazo
- Intimidación
- Destrozar o apropiarse de las pertenencias de la víctima
- Golpes, empujones, halones de pelo, mordeduras, entre otras
- Crear chismes o humillaciones públicas

Acoso Cibernético

El acoso cibernético es un tipo de intimidación que se realiza por medios electrónicos como el internet, correo electrónico, y redes sociales utilizando los dispositivos móviles. Este comportamiento busca atemorizar, enfadar, humillar y denigrar a la víctima publicando mentiras o rumores, creando perfiles falsos, capturando momentos embarazosos (o amenazar con hacer algo), a través de mensajes, imágenes o videos abusivos. El acoso cara a cara y el acoso cibernético pueden ocurrir a la misma vez, teniendo en cuenta que los medios electrónicos están disponibles en cualquier momento del día. Esto puede ocurrir dentro o fuera de la escuela.

Características:



Acosadores

- Conducta violenta.
- Poco o ningún autocontrol.
- Ausencia de empatía.
- Actitudes desafiantes.
- Alta probabilidad de que sea víctima de algún otro tipo de maltrato en su hogar o su entorno inmediato.



Víctimas

- Discapacidad física o dificultad en el aprendizaje como problemas relacionados con el lenguaje oral.
- Baja autoestima, inseguridad, o ser vulnerable psicológicamente.
- Haber sido víctima de acoso escolar.
- Pertenecer a un grupo étnico, religioso, cultural o de orientación sexual minoritario.



Observadores

- No denuncian los eventos a padres o maestros.
- Colaboran con las agresiones.
- Graban los eventos con las cámaras de teléfonos celulares.



Señales de las víctimas de acoso:

Existen diferentes señales que puede manifestar un niño(a) o adolescente que este siendo víctima de acoso. Algunas señales de alerta son:

- Depresión, soledad o ansiedad.
- Baja autoestima.
- Malos hábitos alimenticios.
- Bajo aprovechamiento y rendimiento académico.
- Hacerse daño a sí mismo(a).
- Pensamientos suicidas o intentos de suicidio.
- Lesiones sin explicación.
- Pérdida o daño en ropa, libros, dispositivos electrónicos o joyas y accesorios.
- Dificultad para dormir o pesadillas.

Prevención:

- **Edúqueles:** Los niños(as) y los adolescentes deben saber qué es el acoso y cómo prevenirlo o enfrentarlo de manera segura.
- **Pregúnteles:** Como padre, madre o persona encargada debe conocer cómo pasó el día, quiénes son sus amigos y cuáles son sus preocupaciones.
- **Involúcrese:** Las actividades, intereses y pasatiempos pueden estimular la confianza, ayudar a los niños y adolescentes a hacer amigos y protegerlos de situaciones de acoso.
- **Sea un ejemplo:** Muéstrela cómo tratar a otras personas con amabilidad y respeto.

Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas causadas por el acoso escolar “bullying”, por favor visite a su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica

1-844-347-7801

TTY/TDD 1-844-347-7804

APS Healthcare

787-641-9133

¿Qué hacer en caso de ser acosado o conocer a alguien que es víctima de acoso?



Referencias:

- (2021) <https://espanol.stopbullying.gov/prevenci%C3%B3n-mkd2/c%C3%B3mo-prevenir-el-acoso-escolar>
 (2020) <https://espanol.nichd.nih.gov/salud/temas/bullying>
 (2020) <https://www.unicef.org/es/end-violence/ciberacoso-que-es-y-como-detenerlo>
 (2022) <https://kidshealth.org/MainLine/es/teens/bullies.html>

Preparado por Educadores en Salud licenciados. Creado en septiembre 2022.

©First Medical Health Plan, Inc.