



COMILLAS
UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y
SOCIALES

**Ciberacoso en adolescentes: análisis de sus formas, efectos
en la salud mental y estrategias de prevención**

Autora: Sara Solanas Reig

Directora: Beatriz Anton

Madrid

2024/2025

Resumen

El ciberacoso en adolescentes es un fenómeno en aumento debido a la expansión de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC). La presente investigación aborda este tema, analizando sus formas, su impacto en la salud mental y su relación con el ámbito criminológico. Se examinan problemas como la ansiedad, la depresión y la baja autoestima, así como el riesgo de conductas autolesivas y suicidas entre las víctimas. Además, se estudia el papel de las tecnologías de la información y la comunicación y el uso de redes sociales en la propagación del acoso, estableciendo su vínculo con el acoso escolar y con otras formas de ciberdelincuencia.

Asimismo, se presentan diversas estrategias de prevención en el ámbito educativo y familiar, destacando la importancia de protocolos de intervención, programas antibullying y el fortalecimiento de la educación digital. El marco teórico se complementa con un análisis del contexto legal español, evaluando la efectividad de las normativas vigentes y la necesidad de su mejora en la lucha contra el ciberacoso. También se examina el papel de las entidades especializadas en la protección de menores y en la prevención del delito en entornos digitales.

Desde una perspectiva criminológica, el estudio destaca la importancia de una intervención integral y multidisciplinar que involucre a la comunidad educativa, las familias y el sistema legal. Finalmente, se pretende sensibilizar a la sociedad y a los responsables políticos sobre la urgencia de abordar el ciberacoso de manera continua y efectiva, con el objetivo de minimizar su impacto y prevenir su evolución hacia delitos más graves en el contexto de la criminología digital.

Palabras clave: Ciberacoso, Adolescencia, Salud mental, TIC (Tecnologías de la Información y la Comunicación), Depresión, Ansiedad, Prevención, Acoso escolar, Redes sociales, Estrategias educativas.

Abstract

Cyberbullying among adolescents is an increasing phenomenon due to the expansion of information and communication technologies (ICT). This research addresses this issue by analyzing its forms, its impact on mental health, and its relationship with criminological aspects. Problems such as anxiety, depression, and low self-esteem are examined, along with the risk of self-harming and suicidal behaviors among victims. Furthermore, the role of information and communication technologies and the use of social networks in the spread of bullying is studied, establishing its connection to school bullying and other forms of cybercrime.

Furthermore, various prevention strategies in the educational and family spheres are presented, emphasizing the importance of intervention protocols, anti-bullying programs, and strengthening digital education. The theoretical framework is complemented with an analysis of the Spanish legal context, assessing the effectiveness of current regulations and the need for improvements in the fight against cyberbullying. The role of specialized organizations in child protection and crime prevention in digital environments is also examined.

From a criminological perspective, the study highlights the importance of a comprehensive, multidisciplinary intervention involving the educational community, families, and the legal system. Finally, the aim is to raise awareness among society and policymakers about the urgency of addressing cyberbullying in a continuous and effective manner, with the goal of minimizing its impact and preventing its evolution into more serious crimes in the context of digital criminology.

Key words: Cyberbullying, Adolescence, Mental health, ICT (Information and Communication Technologies), Depression, Anxiety, Prevention, School bullying, Social media, Educational strategies.

ÍNDICE

1. Introducción	6
1.1 Justificación del estudio	6
3.1.1 Finalidad y motivos	6
3.1.2 Preguntas de investigación.....	7
1.2 Objetivos del trabajo: general y específicos	7
1.3 Metodología.....	8
2. Marco Teórico	8
2.1 Definición y características del Ciberacoso	8
2.2 Evolución del Fenómeno del Ciberacoso con el Uso de TIC.....	9
2.3 Marco Legal y Normativa en Relación con el Ciberacoso en Adolescentes.....	11
2.4 Formas y Tipos de Ciberacoso en Adolescentes	12
3. Impacto del Ciberacoso en la Salud Mental de los Adolescentes	14
3.1 Prevalencia del ciberacoso según género y etapa educativa	14
3.2 Problemas psicológicos vinculados: depresión, ansiedad, baja autoestima	15
3.3 Consecuencias a largo plazo: pensamientos suicidas y autolesiones.....	16
4. Factores de Riesgo y Protección	16
4.1 Factores de Riesgo	16
4.2 Factores de Protección	18
5. Estrategias de Prevención.....	19
5.1 Medidas de prevención en el ámbito escolar.....	20
5.2 Prevención desde el ámbito familiar	21
5.3 Medios de comunicación.....	22
5.4 Estrategias exitosas documentadas en otros estudios	23
5.4.1 Programas de intervención psicoeducativa	23

5.4.2	Programas antibullying	24
5.5	Entidades sociales involucradas con la problemática del ciberacoso	24
6.	Discusión.....	26
6.1	Limitaciones del Estudio	27
6.2	Implicaciones en la criminología.....	27
7.	Conclusión y Propuestas de Prevención	28
7.1	Propuestas de prevención	29
7.1.1	Fortalecimiento de la Educación Digital en el Ámbito Escolar	29
7.1.2	Protocolos de Intervención y Detección Temprana en Escuelas	29
7.1.3	Fomento de un Entorno Familiar de Confianza y Comunicación Abierta.....	29
7.1.4	Colaboración con Entidades Especializadas y los Medios de Comunicación...	29
7.1.5	Evaluación Continua y Mejora de las Estrategias de Prevención	30
8.	Bibliografía:	31

1. Introducción

El avance de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) ha transformado profundamente las dinámicas sociales, especialmente entre los adolescentes, quienes se han convertido en usuarios activos de redes sociales y otros espacios digitales. Si bien estas tecnologías han facilitado la interacción y el acceso a la información, también han dado lugar a nuevas formas de violencia, entre las cuales el ciberacoso ha adquirido gran relevancia.

El ciberacoso o "ciberbullying", se produce cuando algunos adolescentes utilizan deliberadamente estas tecnologías de la información y la comunicación para intimidar o humillar a sus compañeros. En otras formas de este comportamiento intencional, se envían repetidamente mensajes hostiles con el objetivo de causar daño psicológico a la víctima (Sánchez Pardo et al., 2016).

Las cifras de acoso escolar siguen siendo alarmantes, aunque se han producido avances en los últimos años. El 9,53 % del alumnado encuestado en el Informe Estatal de Convivencia Escolar que sufrió acoso escolar en primaria se acompaña de un 9,2 % que experimentó ciberacoso. Este indicador constante demuestra que el ciberacoso está cobrando fuerza y se está convirtiendo en un grave reto para el sector educativo.

1.1 Justificación del estudio

3.1.1 Finalidad y motivos

El objetivo de esta investigación es profundizar en el fenómeno del ciberacoso en adolescentes, reconocer sus diferentes expresiones y examinar su efecto en la salud mental. Este asunto posee una gran importancia social y académica, debido al incremento en la exposición de los adolescentes a las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) y el aumento en los casos registrados de ciberacoso en años recientes.

El ciberacoso se ha transformado en un problema auténtico y alarmante entre los jóvenes. De acuerdo con una investigación realizada por la Fundación ANAR y la Fundación Mutua Madrileña, el 24% del hostigamiento escolar en España se realiza mediante la tecnología. La situación se ha vuelto aún más alarmante tras la pandemia de COVID-19, que ha provocado un aumento del ciberacoso de hasta el 65%, en contraste con una disminución del 44,5% en la violencia en las escuelas durante el confinamiento (Bolognesi y Bukhalovskaya, 2022). La investigación de Save the Children muestra que el 9,3% de los

alumnos de Educación Secundaria ha experimentado acoso y un 6,9% ciberacoso, impactando a cerca de 111.000 y 82.000 niños, respectivamente (Ferrández Sampietro y Hermoso Traba, 2022). Además, uno de cada cuatro estudiantes afirma conocer a alguien que ha sido víctima de ciberacoso, mientras que solo el 15% se atreve a denunciarlo (Pinedo, 2021).

Por tanto, entender el impacto de esta forma de violencia en los adolescentes es esencial no solo para valorar su salud mental, sino también para elaborar tácticas de intervención que puedan atenuar sus consecuencias. Es imprescindible realizar una investigación más detallada sobre el ciberacoso y sus consecuencias para tratar un fenómeno que se ha transformado en un desafío creciente para la salud mental de los jóvenes en la sociedad contemporánea.

3.1.2 Preguntas de investigación

Los temas de estudio que guiarán esta investigación buscarán profundizar en la comprensión del ciberacoso y sus efectos en la salud mental de los adolescentes, con la finalidad de proponer tácticas de prevención efectivas para disminuir o erradicar este problema en la mayor medida de lo posible. En primer lugar, ¿cuáles son las expresiones más frecuentes de ciberacoso que padecen los adolescentes? Este estudio permitirá identificar las clases de agresiones más habituales en este grupo. A continuación, ¿qué factores de riesgo aumentan la propensión de los adolescentes al ciberacoso? La investigación de este asunto proporcionará un esquema acerca de cómo y por qué ciertos jóvenes podrían estar más expuestos a este tipo de violencia. Adicionalmente, ¿qué repercusiones psicológicas tiene el ciberacoso en los adolescentes? Esta pregunta intenta comprender el efecto del ciberacoso en la salud emocional y mental de los jóvenes. Por último, este estudio se enfocará en ¿qué tácticas de prevención e intervención se pueden aplicar para atenuar el efecto del ciberacoso en la salud mental de los jóvenes? Con esta interrogante, se explorarán respuestas prácticas y eficaces para luchar contra este fenómeno en aumento.

1.2 Objetivos del trabajo: general y específicos

El propósito principal de este estudio es investigar los rasgos y las variedades de ciberacoso en adolescentes, además de examinar su efecto en la salud mental, particularmente en lo que respecta a problemas como la depresión, la ansiedad y los pensamientos de suicidio. Además, el objetivo de la revisión bibliográfica es descubrir estrategias de prevención eficaces que puedan implementarse en diferentes situaciones.

En particular, el objetivo es detallar las manifestaciones más habituales de ciberacoso, como el hostigamiento, la difamación y la suplantación de identidad (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018), además de reconocer los factores de riesgo que incrementan la susceptibilidad de los adolescentes frente a este tipo de violencia. Asimismo, el objetivo es analizar las repercusiones psicológicas del ciberacoso, subrayando sus impactos adversos en la salud mental, tales como la depresión, la ansiedad y la baja autoestima (Buelga y Pons, 2021). Finalmente, este análisis sugiere tácticas de prevención e intervención que pueden aplicarse en el entorno escolar y familiar para atenuar el efecto del ciberacoso en los jóvenes (Fundación ANAR, 2022).

1.3 Metodología

Este trabajo se basa en una búsqueda ordenada de artículos científicos y prácticos disponibles sobre el efecto del acoso virtual en jóvenes. La forma es buscar y seleccionar artículos de escuelas, informes técnicos y estudios de casos publicados en bases como Scopus, PubMed, Google Scholar, ERIC y Dialnet; usando palabras clave como "acoso virtual en jóvenes", "efecto del acoso virtual en la salud mental" y "cuidado del acoso viral".

Los criterios para incluir estudios abarcan trabajos publicados en los últimos 10 años, tanto en español como en inglés, que miren las maneras de usar el ciberacoso y sus efectos en la mente y en la ley. Esta forma deja hacer un estudio detallado y reciente sobre esto, dando paso a un buen debate sobre lo que se ha encontrado y creando un marco para más estudios en el futuro de este tema.

2. Marco Teórico

2.1 Definición y características del Ciberacoso

El ciberacoso es un fenómeno en aumento en la época digital, caracterizado como la utilización reiterada e intencionada de medios digitales para infligir perjuicio psicológico o emocional a un individuo. Este tipo de violencia se caracteriza por su habilidad para traspasar los obstáculos físicos, lo que posibilita a los atacantes actuar de forma continua y en cualquier instante. Entre las conductas más comunes del ciberacoso se encuentran el envío de mensajes ofensivos, la difusión de rumores falsos, la exclusión social en espacios digitales y la suplantación de identidad en redes sociales (Sánchez Pardo et al., 2016).

El ciberacoso se caracteriza por diversas propiedades que lo hacen particularmente perjudicial para las víctimas. La mayor importancia es el **anonimato** que ofrece la tecnología, lo que proporciona al acosador un beneficio considerable. Este anonimato no solo complica la detección del agresor, particularmente en situaciones severas como el sexting o el chantaje (Ferrández Sampietro y Hermoso Traba, 2022), sino que también potencia el efecto de las agresiones al poner a la víctima en constante exposición frente a un público potencialmente amplio. Por lo tanto, las víctimas se hallan en una situación de mayor vulnerabilidad, dado que el maltrato puede persistir sin interrupción y se vuelve más difícil huir de este escenario, lo que intensifica el perjuicio emocional (Iranzo Ejarque, 2017).

Además, este tipo de acoso se caracteriza por su naturaleza **constante**, ya que puede ocurrir en cualquier momento y lugar, lo que genera una sensación de amenaza continua para las víctimas. En muchos casos, existe una **relación previa** entre el acosador y la víctima, lo que potencia el efecto emocional de la violencia. Además, la **propagación masiva** del contenido en internet facilita que la información perjudicial se propague rápidamente, dejando a la víctima vulnerable a un gran público. La **falta de contacto directo** reduce la empatía del acosador, quien no puede percibir el daño que causa, lo que puede incrementar la crueldad de sus acciones. Asimismo, la **adopción de identidades ficticias** en el entorno digital refuerza el poder del acosador y afecta aún más la autoestima de la víctima, especialmente si se trata de un menor (Ferrández Sampietro y Hermoso Traba, 2022).

En comparación con el acoso tradicional, este tipo de acoso es aún más complicado de enfrentar debido a la dificultad para escapar de las agresiones. Dado que la tecnología permite que los acosadores interactúen en cualquier momento, las víctimas no tienen un espacio seguro donde refugiarse, lo que incrementa su estrés y angustia (Sánchez Pardo et al., 2016). Por esta razón, es fundamental que tanto las familias como las instituciones educativas tomen medidas preventivas, promoviendo un uso seguro de las TIC y ofreciendo apoyo a los adolescentes que sufren estas agresiones.

2.2 Evolución del Fenómeno del Ciberacoso con el Uso de TIC

El acoso escolar, o "bullying", ha sido una problemática presente en el ámbito educativo desde tiempos antiguos, aunque no fue hasta el siglo XX cuando comenzó a ser objeto de estudio sistemático. En 1978, el psicólogo Dan Olweus realizó la primera investigación importante sobre este fenómeno en su obra *La agresión en las escuelas: los bullies y niños*

agresivos, en la que expuso las dinámicas de la violencia escolar y sus consecuencias. Este trabajo pionero sentó las bases para comprender cómo la agresión en el entorno educativo puede evolucionar hacia formas más modernas de acoso, como el ciberacoso (Bolognesi y Bukhalovskaya, 2022).

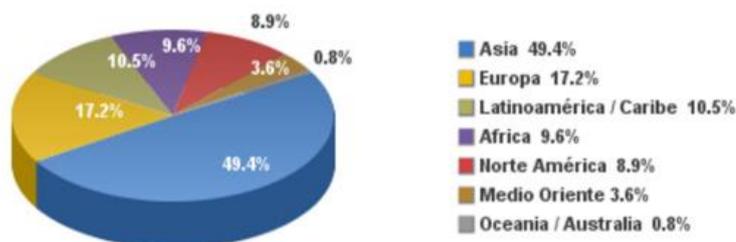
La transición del acoso escolar al ciberacoso ha permitido que las agresiones ya no se limiten al espacio físico de las escuelas, sino que se trasladen al ciberespacio. En este nuevo entorno, los agresores pueden actuar de manera anónima y sin las restricciones propias de las interacciones cara a cara, lo que ha incrementado tanto la gravedad como la prevalencia de este fenómeno en la sociedad contemporánea (Sánchez Pardo et al., 2016).

Este cambio está estrechamente vinculado al desarrollo de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), que han transformado la manera en que los adolescentes interactúan y se comunican. En un contexto en el que las plataformas digitales son omnipresentes, el ciberacoso ha adoptado formas cada vez más complejas y variadas. Las TIC permiten la difusión rápida y masiva de contenido dañino, lo que facilita que el acoso ocurra de manera continua, sin importar el lugar ni el momento, generando un ambiente de vulnerabilidad constante para las víctimas (García y Méndez, 2017).

Además, con el aumento del uso de teléfonos inteligentes y el acceso generalizado a Internet, las interacciones entre adolescentes se han trasladado progresivamente a las plataformas digitales. Esto ha permitido que el ciberacoso se expanda rápidamente, superando las barreras geográficas y temporales que antes limitaban el acoso en entornos físicos. Según un estudio de Díaz-Aguado et al. (2023), un 25% de los adolescentes en España ha sido víctima de alguna forma de ciberacoso, lo que señala un notable aumento en la incidencia de este fenómeno en los últimos años.

El crecimiento del ciberacoso está directamente impulsado por la digitalización de la vida cotidiana. El acceso masivo a Internet ha transformado los espacios de socialización, permitiendo que el acoso en línea sea constante, sin barreras temporales, y más difícil de controlar. A nivel global, se ha observado un aumento exponencial en el acceso a Internet, con Europa destacándose como una de las regiones con mayor penetración de usuarios (Iranzo, 2017). Esta creciente conectividad ha intensificado la exposición de los adolescentes a situaciones de riesgo en entornos digitales, lo que ha facilitado la propagación del ciberacoso y ha complicado su erradicación.

A continuación, se presentan los datos sobre el porcentaje de usuarios de Internet en distintas regiones geográficas durante 2016. Estos datos permiten contextualizar la expansión global del ciberacoso y comprender mejor cómo el acceso generalizado a Internet ha influido en la proliferación de este fenómeno.



Nota. Extraído de “Figura 1. Porcentaje de usuarios de Internet por regiones geográficas (2016).” de Iranzo, B. (2017), adaptado de *Éxito Exportador* (Miniwatts Marketing Group).

2.3 Marco Legal y Normativa en Relación con el Ciberacoso en Adolescentes

El ciberacoso, entendido como la utilización de tecnologías digitales para hostigar a otras personas, ha ganado una importancia considerable en el presente, particularmente entre los jóvenes. Como respuesta a este problema, España ha establecido un marco jurídico que comprende varias leyes y regulaciones destinadas a salvaguardar a los menores ante este tipo de violencia. La Ley Orgánica 2/2006, del 3 de mayo, dicta que el sistema educativo tiene la obligación de asegurar el respeto a los derechos y libertades consagrados en la Constitución, lo que conlleva un deber de las instituciones de prevenir y combatir el ciberacoso.

Además, el Código Penal español aborda conductas relacionadas con el ciberacoso a través de varios artículos. El artículo 78 menciona que se sancionan las acciones que atentan contra la dignidad de los miembros de los centros educativos, enfocándose en comportamientos discriminatorios. Por su parte, el artículo 197.7 del Código Penal establece sanciones para la difusión sin consentimiento de fotografías o grabaciones que atenten contra la intimidad de las personas, con penas que van de tres meses a un año de prisión, especialmente agravadas si la víctima es un menor de edad.

La Ley 26/2015, de 28 de julio, del sistema de protección a la infancia y adolescencia, también es fundamental, ya que obliga a los menores a respetar a sus compañeros en el entorno

escolar y a evitar situaciones de acoso, incluyendo todas las formas de ciberacoso. Asimismo, el artículo 172 del Código Penal castiga conductas reiteradas que atenten contra la libertad y seguridad de una persona, lo que puede conllevar penas de tres meses a dos años de prisión.

No solo la legislación nacional respalda el marco legal, sino que también se basa en directrices internacionales que subrayan la relevancia de salvaguardar a los menores en el entorno digital. Instituciones como UNICEF impulsan la formación y concienciación acerca de los peligros del ciberacoso, motivando a los gobiernos a implementar políticas que promuevan la prevención y la acción frente a situaciones de hostigamiento en línea. No solo las autoridades y el sistema educativo tienen la responsabilidad, sino también las plataformas digitales, que deben establecer medidas de resguardo y sistemas de denuncia eficaces.

De este modo, se busca crear un entorno en línea más seguro y responsable para todos los usuarios, especialmente para los más vulnerables. La legislación actual, como la Ley Orgánica de Protección Jurídica del Menor y la Ley de Protección de la Seguridad Ciudadana, establece que el ciberacoso es considerado un tipo de violencia que puede acarrear consecuencias legales para los agresores. Este marco legal no solo busca sancionar el comportamiento agresivo en el entorno digital, sino también ofrecer un entorno más seguro para el desarrollo de los adolescentes en el espacio virtual (Ferrández Sampietro y Hermoso Traba, 2022; UNICEF, 2024).

2.4 Formas y Tipos de Ciberacoso en Adolescentes

El ciberacoso, una forma de acoso que utiliza tecnologías digitales, se manifiesta en diversas modalidades que pueden variar en su naturaleza y severidad. Según la clasificación propuesta por Kowalski et al. (2010), se identifican siete conductas específicas que abarcan el espectro del ciberacoso.

Primero, las ofensas digitales o **flaming** se distinguen por el intercambio intenso de ofensas entre dos o más individuos en plataformas digitales. Estos intercambios pueden intensificarse rápidamente, transformándose en guerras de fuego, en las que predominan la agresividad y los desacreditamientos. Este tipo de hostigamiento puede suceder en lugares públicos o privados, como plataformas de redes sociales o chats.

La segunda modalidad es el **hostigamiento**, que se define por el envío repetido y unilateral de mensajes ofensivos. A diferencia de los insultos electrónicos, el hostigamiento implica una continuidad temporal en el comportamiento agresivo, donde un agresor acosa de

manera sistemática a una única víctima. Esta persistencia puede provocar un perjuicio psicológico significativo, generando un ambiente adverso para la víctima.

Otra forma significativa de ciberacoso es la **denigración**, que implica la difusión de rumores o información falsa sobre una persona con la intención de causar daño. Esto puede incluir la publicación de fotografías o vídeos manipulados que perjudican la reputación de la víctima y afectan su bienestar emocional.

La **suplantación de identidad** es otra técnica utilizada por los acosadores, donde el agresor se hace pasar por la víctima en espacios digitales. Esto puede implicar el uso de las cuentas de redes sociales de la víctima para enviar mensajes dañinos o publicar contenido perjudicial, lo que complica aún más las relaciones interpersonales de la víctima y daña su reputación.

Además, el ciberacoso puede incluir la **violación de la intimidad**, que consiste en la divulgación de información personal sin consentimiento, con la intención de humillar o chantajear a la víctima. Esta información suele ser obtenida de manera ilegítima, ya sea por coacción o intromisión en conversaciones privadas.

Por otro lado, la **exclusión** implica impedir de manera deliberada que la persona afectada participe en redes sociales o grupos en línea. Este tipo de hostigamiento puede causar un efecto devastador en la autoestima y el bienestar mental del individuo afectado, dado que la marginación social es un factor crucial en la dinámica del hostigamiento.

Por último, se encuentra la **ciberpersecución**, que implica el envío repetido de mensajes amenazantes y denigrantes. Este tipo de acoso es más intenso y busca crear un clima de miedo, aumentando la angustia emocional de la víctima.

Además de estas formas, Julián Pérez Porto (2022) indica que en el contexto de la violencia escolar se pueden diferenciar tres tipos fundamentales de agresión: la violencia practicada por estudiantes hacia sus pares, la que se presenta contra el personal educativo y la que surge entre los maestros y otros integrantes de la comunidad educativa. Esta variedad de manifestaciones de violencia resalta la complejidad del fenómeno tanto en el ámbito educativo como en el ámbito digital, resaltando la importancia de un cuidado apropiado y tácticas eficaces para su prevención y terapia.

3. Impacto del Ciberacoso en la Salud Mental de los Adolescentes

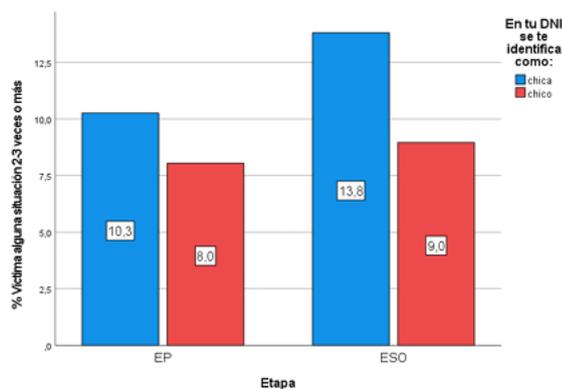
El ciberacoso afecta desproporcionadamente a los adolescentes, quienes, debido a su intensa interacción con las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), están más expuestos a este tipo de violencia. Un informe revela que alrededor del 24% de los adolescentes han sido víctimas de ciberacoso, siendo las mujeres adolescentes las más afectadas. Este grupo enfrenta mayores riesgos debido a su alta participación en plataformas digitales, lo que aumenta su exposición a este tipo de violencia (Polanco García y Hernández Santos, 2023).

Las consecuencias de esta violencia son severas y pueden incluir problemas emocionales y psicológicos como ansiedad, depresión e, incluso, ideación suicida. Las víctimas de ciberacoso enfrentan una presión constante que aumenta el riesgo de pensamientos suicidas, con una relación directa entre la severidad de la cibervictimización y el suicidio (Polanco García y Hernández Santos, 2023).

3.1 Prevalencia del ciberacoso según género y etapa educativa

Según el informe de Díaz-Aguado et al. (2023), la prevalencia del ciberacoso varía significativamente en función del género y la etapa educativa. Los datos indican que un mayor porcentaje de adolescentes de secundaria experimenta ciberacoso en comparación con los estudiantes de primaria. Además, las chicas tienden a reportar una mayor victimización en formas de ciberacoso relacionadas con la exclusión social y la difusión de rumores, mientras que los chicos presentan más casos de hostigamiento directo. Estos resultados subrayan la necesidad de implementar estrategias de prevención específicas según las características del alumnado y el contexto educativo.

Figura 1. Prevalencia de ciberacoso según género y etapa educativa



Nota. Extraído de “Figura 7. Porcentajes de estudiantes que han sufrido alguna victimización a través de TIC en función de la etapa educativa y el género” de Díaz-Aguado et al. (2023, p. 105).

3.2 Problemas psicológicos vinculados: depresión, ansiedad, baja autoestima

El ciberacoso se ha reconocido como un problema psicosocial que conlleva graves repercusiones en la salud mental de los adolescentes. La victimización puede ser un factor determinante en el desarrollo de problemas psicológicos a lo largo de la vida. Estudios indican que las víctimas de ciberacoso son más propensas a experimentar síntomas de depresión, ansiedad y baja autoestima. Por ejemplo, una revisión sistemática destaca que más del 50% de los jóvenes que sufren acoso digital presentan ideaciones suicidas (Buelga et al., 2022; Bottino et al., 2015; Moore et al., 2017).

La relación entre ciberacoso y ansiedad es significativa. La ansiedad social puede manifestarse como consecuencia de ser víctima de acoso, y a su vez, puede actuar como un precursor del mismo (Wichstrøm et al., 2013). Los esquemas desadaptativos, que son patrones de pensamiento negativos sobre uno mismo, son comunes en adolescentes con ansiedad social y pueden perpetuar el ciclo de acoso (Calvete et al., 2018). Asimismo, la autoestima de las víctimas tiende a verse comprometida, ya que las evaluaciones negativas de sus compañeros pueden interiorizarse, disminuyendo su autovaloración (Rosenberg, 1965; van Geel et al., 2018). Este deterioro no solo afecta la percepción que tienen los adolescentes sobre sí mismos, sino que también aumenta la probabilidad de que se conviertan en blanco de futuros episodios de acoso.

3.3 Consecuencias a largo plazo: pensamientos suicidas y autolesiones

Las consecuencias del ciberacoso no se limitan a problemas inmediatos, sino que pueden tener efectos prolongados en la salud mental de los adolescentes. Investigaciones han indicado que la victimización por ciberacoso se asocia con un aumento significativo en las conductas autolesivas e ideaciones suicidas. Un estudio revela que más de la mitad de las víctimas de ciberacoso experimentan pensamientos suicidas, y alrededor del 20% ha intentado suicidarse (Nagamitsu et al., 2020). Estos datos subrayan la gravedad del impacto que el ciberacoso puede tener en el bienestar emocional de los adolescentes.

Además, los efectos negativos de ser víctima de bullying durante la infancia pueden extenderse hasta bien entrada la adultez, afectando no solo la salud mental, sino también el bienestar general (Copeland et al., 2013). La presencia de síntomas psicopatológicos como insomnio, dolor de cabeza, y trastornos de conducta alimentaria han sido reportados en adolescentes que han sufrido acoso (Natvig et al., 2001; Lie et al., 2019). En este contexto, es crucial reconocer la necesidad de intervenciones adecuadas para abordar y mitigar los efectos del ciberacoso en la salud mental de los jóvenes.

4. Factores de Riesgo y Protección

4.1 Factores de Riesgo

Los factores de riesgo asociados al ciberacoso son características y circunstancias que incrementan la probabilidad de que un adolescente se convierta en acosador o víctima de acoso. Según Sánchez Pardo et al. (2016), estos factores se pueden clasificar en cinco categorías: personales, relacionados con el grupo de iguales, familiares, escolares y tecnológicos. Estos factores no establecen una relación de causa y efecto directa, sino que aumentan la probabilidad de comportamientos intimidatorios. A medida que un individuo presenta más factores de riesgo, la posibilidad de que se vea envuelto en conductas de acoso también se incrementa.

Los **factores personales** de riesgo incluyen la edad y el género. Las conductas intimidatorias suelen manifestarse a partir de los 12 años y aumentan con el uso de tecnologías. En cuanto al género, los chicos están más involucrados en el acoso físico, mientras que las chicas son más frecuentemente víctimas de ciberacoso. Rasgos de personalidad como la baja

empatía y el narcisismo están asociados a una mayor probabilidad de comportamientos agresores. Adicionalmente, el estado psicológico (por ejemplo, depresión y baja autoestima) y el nivel socioeconómico juegan un papel significativo. La aceptación moral del acoso y comportamientos inadaptados también están vinculados a una mayor participación en el acoso.

El **grupo de iguales** desempeña un papel fundamental. El rechazo de compañeros y la falta de apoyo social afectan el ajuste psicosocial, mientras que la aceptación en el grupo es crucial para el desarrollo adolescente. La pertenencia a grupos que normalizan la intimidación aumenta el riesgo de victimización. Las relaciones entre amigos pueden actuar como amortiguadores o potenciadores de conductas intimidatorias, dependiendo de las normas que prevalezcan en el grupo.

Desde el **ámbito familiar**, tanto víctimas como agresores suelen estar expuestos a estilos de crianza negativos o negligentes. Los conflictos familiares están asociados con conductas intimidatorias; los niños que son testigos de violencia entre sus padres tienen más probabilidades de intimidar a sus compañeros. La sobreprotección parental limita el desarrollo de la autonomía, aumentando la vulnerabilidad a ser víctimas de acoso. La falta de supervisión en las actividades en línea de los adolescentes también incrementa el riesgo de convertirse en ciberacosadores.

En el **ámbito escolar**, agresores y víctimas suelen mostrar un menor apego a la escuela. Los agresores en línea a menudo presentan problemas de adaptación, bajo compromiso académico y actitudes negativas hacia el aprendizaje. Las víctimas de ciberacoso suelen obtener peores calificaciones y mayores niveles de absentismo. El clima escolar es crucial; los estudiantes que se sienten conectados a su escuela y perciben un ambiente de confianza tienen menos probabilidades de participar en el acoso cibernético.

Finalmente, las características de **las tecnologías de la información** y la comunicación pueden actuar como factores de riesgo. El anonimato percibido puede aumentar la disposición a participar en acoso cibernético. La desinhibición facilitada por la interacción virtual permite comportamientos que no se llevarían a cabo en encuentros cara a cara. Los adolescentes que pasan más tiempo en Internet y utilizan redes sociales son más vulnerables al ciberacoso. Además, comportamientos de riesgo como compartir información personal hacen que los adolescentes sean más susceptibles al ciberacoso.

La influencia de estos factores puede ser modulada por elementos de protección que reducen la probabilidad de que se desarrollen tales conductas. Por lo tanto, comprender estos factores es esencial para crear estrategias de prevención eficaces, que deben centrarse en identificar y mitigar los factores de riesgo, así como en fomentar aquellos que protegen a los jóvenes de caer en estas dinámicas (Sánchez Pardo et al., 2016).

4.2 Factores de Protección

Según el informe de Díaz-Aguado, Martínez-Arias, Falcón y Alvariño (2023), varios factores pueden actuar como protección frente al ciberacoso, especialmente en los contextos educativos y familiares.

Uno de los principales factores de protección es el desarrollo de competencias en el **uso adecuado de internet** y redes sociales. Programas educativos que enseñen a los adolescentes a navegar de manera segura reducen su exposición a riesgos en línea, disminuyendo así la probabilidad de ser víctimas o agresores en situaciones de ciberacoso.

Asimismo, la calidad de la **comunicación familiar** juega un papel fundamental. El apoyo y la supervisión en casa, junto a una relación abierta donde los adolescentes sientan confianza para pedir ayuda, reduce considerablemente el riesgo de verse implicados en ciberacoso, ya sea como víctimas o agresores.

En el **entorno escolar**, un ambiente positivo y un buen rendimiento académico, así como la inclusión en el grupo de iguales, son factores clave. Los estudiantes que se sienten parte de su escuela y mantienen buenas relaciones con sus compañeros tienden a estar menos involucrados en el ciberacoso. Un entorno escolar que promueva la cooperación y el respeto entre los estudiantes es esencial.

Además, es crucial resaltar la **disminución del tiempo** desmedido en **internet**. La utilización desmedida de las redes sociales aumenta la probabilidad de involucrarse en ciberacoso. Promover un uso prudente y consciente de las tecnologías, balanceado con otras actividades, ayuda a disminuir este riesgo.

Finalmente, las **amistades en el entorno educativo** funcionan como un potente elemento de protección. Poseer amigos en el colegio reduce la posibilidad de que un alumno

se vea comprometido en ciberacoso, ya sea como víctima o agresor, subrayando así la relevancia de promover relaciones de respaldo e inclusión en este ambiente.

Estos elementos subrayan la relevancia de incluir tanto a las familias como a los centros educativos en la construcción de un ambiente seguro, respaldado en la enseñanza y el seguimiento continuo. No solo se necesitan acciones reactivas para prevenir el ciberacoso, sino también esfuerzos proactivos que promuevan habilidades digitales, comunicación abierta y un ambiente educativo positivo.

5. Estrategias de Prevención

Después de examinar el efecto psicológico del ciberacoso en los adolescentes, es crucial reflexionar sobre cómo estas repercusiones pueden ser atenuadas. La prevención tiene un rol fundamental en la disminución de estos impactos negativos, no solo desde el punto de vista psicológico, sino también en la salvaguarda de la integridad emocional y social de los jóvenes.

La prevención del ciberacoso implica implementar acciones que incentiven el uso seguro de las TIC, promuevan el respeto en ambientes digitales y faciliten la identificación y prevención de situaciones de acoso antes de que se intensifiquen. Estas acciones tienen como objetivo disminuir el efecto del ciberacoso y salvaguardar a las potenciales víctimas.

Esto requiere un enfoque integral que se centre en reducir los factores de riesgo que pueden llevar a un estudiante a convertirse en agresor, víctima o espectador, así como a aquellos adultos que no se involucran en la situación. Simultáneamente, es vital impulsar los elementos de protección que fomenten el desarrollo de competencias personales y sociales, además de la adopción de valores éticos que ayuden a crear un ambiente educativo positivo y seguro (Musri, 2015).

Una de las particularidades más alarmantes del acoso cibernético es el desafío para que las víctimas puedan huir de las agresiones. En contraposición al acoso convencional, que puede restringirse a determinados espacios físicos como el colegio, el ciberacoso se produce mediante la tecnología, lo que implica que los agresores tienen la capacidad de hostigar a sus víctimas en cualquier instante del día y desde cualquier sitio. Esto potencia el sentimiento de vulnerabilidad y aislamiento en las víctimas, que no logran hallar un lugar seguro ajeno a las agresiones (Sánchez Pardo et al., 2016).

Dada la naturaleza persistente y dañina del ciberacoso, es esencial que tanto las instituciones educativas como las familias adopten medidas preventivas. Estas medidas incluyen la promoción de un uso seguro y responsable de las TIC y el desarrollo de programas de apoyo para adolescentes que sufren este tipo de violencia. Las intervenciones deben centrarse en la detección temprana y en proporcionar recursos que ayuden a las víctimas a enfrentarse a las agresiones y reducir su impacto emocional (Polanco García y Hernández Santos, 2023).

5.1 Medidas de prevención en el ámbito escolar

La prevención e intervención en el acoso escolar y el ciberacoso son elementos esenciales para asegurar un ambiente educativo seguro y saludable. De acuerdo con Fernández Reigosa (2021), resulta crucial implementar sistemas eficientes de prevención, identificación y acción en el sector educativo con la meta de disminuir la prevalencia del ciberacoso. En este escenario, Landazabal (2021) enfatiza la relevancia de establecer estrategias definidas que traten estos problemas desde múltiples enfoques. Las acciones que se describen a continuación son sugeridas por Landazabal y buscan prevenir y responder ante situaciones de hostigamiento.

En primer lugar, es necesario implementar **programas psicoeducativos** que fomenten el desarrollo socioemocional de los estudiantes, así como establecer **programas antibullying** que aborden de manera específica las dinámicas de acoso. Además, es importante definir **protocolos** claros que incluyan fases específicas para gestionar casos de victimización y pautas de conducta para los adultos involucrados, tanto con las víctimas como con los agresores y los testigos.

Es importante tener en cuenta que, a pesar de que hay rasgos compartidos en los casos de acoso escolar, cada circunstancia es única. Esto significa que la acción debe ser adaptable y tener en cuenta no solo a la víctima y al agresor, sino también al **ambiente social** que les circunda. Por esta razón, es necesario incorporar las estrategias en un plan de convivencia que promueva un **entorno educativo positivo** y que se fundamente en la educación en valores, que resulta esencial para prevenir la violencia.

La **colaboración** de todos los miembros de la comunidad educativa, incluidos profesores, padres, alumnos y personal no docente, resulta fundamental para la efectividad de estas medidas. Las intervenciones deben abordarse en tres niveles: (1) mediante acciones generales que promuevan la convivencia y reduzcan la conflictividad; (2) a través de

intervenciones tempranas ante situaciones de maltrato incipiente; y (3) mediante acciones específicas en casos consolidados, que se enfoquen en proporcionar apoyo a las víctimas y supervisar a los agresores.

Las **guías de actuación** redactadas por las Consejerías de Educación de las Comunidades Autónomas subrayan la relevancia de tener en cuenta las interacciones entre los alumnos y de establecer programas de prevención. Dentro de las sugerencias más destacadas se incluyen: la creación conjunta de reglas de convivencia con los estudiantes, la creación de comités de estudiantes para intervenir en disputas, la supresión de áreas ciegas en la institución educativa y la implementación de tutorías para identificar y tratar posibles situaciones de acoso. Además, se recomienda establecer vías anónimas para que los alumnos puedan comunicar dificultades, además de comunicar un mensaje claro de "tolerancia cero" hacia cualquier comportamiento agresivo.

Estas estrategias no solo buscan prevenir el ciberbullying, sino también construir un entorno escolar que favorezca el desarrollo integral de los estudiantes y su bienestar emocional (Landazabal, 2021).

5.2 Prevención desde el ámbito familiar

Es fundamental prevenir el ciberacoso en el contexto familiar para resguardar a los hijos de los peligros vinculados al uso de la tecnología. De acuerdo con Sánchez Pardo et al. (2016), la tarea primordial de los padres radica en prevenir el dolor y los perjuicios asociados a este fenómeno. Para conseguirlo, es crucial crear un entorno que fomente una comunicación franca y un uso consciente de las herramientas tecnológicas.

En primer lugar, los padres deben adoptar un estilo educativo que favorezca el apoyo y la cercanía emocional. Este enfoque implica establecer normas claras y dialogadas, fomentando un clima familiar en el que prevalezca el afecto y la confianza. Un modelo educativo basado en el apoyo es más efectivo que los estilos autoritarios o permisivos, ya que promueve la autonomía y la responsabilidad en los hijos. Este tipo de relación no solo reduce la probabilidad de que los jóvenes se vean involucrados en situaciones de acoso, sino que también les proporciona herramientas para afrontar problemas cotidianos.

Además, es vital que los progenitores inculquen a sus hijos competencias y habilidades individuales que les faciliten gestionar las interacciones en línea de forma eficaz. Esto implica instruirles a solucionar conflictos de manera pacífica, fomentar la empatía y manejar el estrés. La capacidad para manifestar puntos de vista y sentimientos de forma saludable es igual de relevante, pues promueve la comunicación y el vínculo emocional entre progenitores e hijos.

La enseñanza acerca del ciberacoso y otros comportamientos peligrosos debe ser un elemento constante en el diálogo familiar. Es imprescindible que los padres ofrezcan datos imparciales acerca del ciberacoso y otros asuntos pertinentes, neutralizando de esta manera las influencias provenientes de fuentes poco fiables. Esta formación no solo asiste a los hijos en la identificación y prevención de circunstancias de riesgo, sino que también les ofrece un contexto para comprender la relevancia de valores como el respeto y la solidaridad.

Finalmente, resulta crucial que los progenitores establezcan reglas apropiadas que controlen la vida en el hogar y la utilización de la tecnología. Es fundamental establecer de manera precisa las expectativas y los límites para que los hijos se sientan seguros y dirigidos, lo que les facilita adaptarse de manera más efectiva a las dinámicas sociales y familiares. La puesta en marcha de estas acciones no solo ayuda a evitar el acoso cibernético, sino que también robustece la relación familiar y fomenta el bienestar emocional de los hijos.

5.3 Medios de comunicación

El impacto que los medios de comunicación de masas tienen en la difusión de saberes y valores es un factor que requiere una reflexión intensa. En un entorno en el que la violencia a menudo se manifiesta como un mecanismo para solucionar conflictos, es crucial que estas plataformas asuman una actitud crítica y responsable. En este contexto, resulta esencial que los medios de comunicación establezcan un código ético que impida la representación de individuos agresivos como ejemplos a imitar. Esta medida podría aportar de manera notable a la formación de un ambiente social que condene la violencia y fomente opciones pacíficas para la solución de conflictos (Musri, 2015).

La exposición constante a contenidos violentos en los medios de entretenimiento, como los videojuegos, el cine o la televisión, puede generar efectos negativos en el desarrollo de los jóvenes. Diversos estudios han evidenciado que el contacto reiterado con estas narrativas no solo fomenta conductas agresivas, sino que también contribuye a la desensibilización frente al

sufrimiento ajeno. En este sentido, se ha establecido una relación directa entre la visualización de escenas violentas y la prevalencia del acoso escolar, lo que pone de manifiesto la influencia del entorno mediático en el comportamiento juvenil.

Musri (2015) subraya que la exposición a imágenes violentas se relaciona con el incremento de comportamientos relacionados con el acoso, subrayando la importancia de un enfoque más responsable por parte de los medios de comunicación. Fomentar contenidos que promuevan la empatía, la solución pacífica de conflictos y el respeto puede ser una táctica fundamental para prevenir tanto el hostigamiento escolar como el ciberacoso. En este escenario, la narrativa en los medios puede transformarse en un instrumento de transformación social, fomentando valores que promuevan la coexistencia y minimicen la normalización de la violencia durante la infancia y la adolescencia.

Asimismo, al abordar la violencia desde una perspectiva crítica, los medios pueden educar a la audiencia sobre las consecuencias del acoso, ayudando a construir una sociedad más consciente y comprometida en la erradicación de estas conductas. La responsabilidad de los medios no solo radica en informar, sino también en formar y transformar actitudes que, en última instancia, impactan la convivencia social y el bienestar emocional de los jóvenes.

5.4 Estrategias exitosas documentadas en otros estudios

Las estrategias psicoeducativas juegan un rol crucial en el crecimiento socioemocional de los alumnos y en la prevención de la violencia en el ambiente educativo. En años recientes, España ha puesto en marcha varios programas con la finalidad no solo de disminuir el hostigamiento, sino también de robustecer la coexistencia y el respeto recíproco en las aulas. A continuación, se examinan dos proyectos de intervención psicoeducativa y dos acciones contra el acoso escolar que han probado su efectividad en diferentes métodos, de acuerdo con lo registrado por Landazabal (2021).

5.4.1 Programas de intervención psicoeducativa

Uno de los programas destacados es el **Programa EMOCIONES**, que se centra en la educación emocional desde la etapa de Educación Infantil. Este programa, diseñado por Giménez-Dasí, Fernández, Daniel y Arias (2017), se estructura en actividades adaptadas a cada grupo de edad, promoviendo el reconocimiento y la reflexión sobre las emociones. A través de

técnicas como el uso de marionetas, cuentos y actividades de atención plena, el programa busca desarrollar habilidades emocionales desde los 2 hasta los 5 años, estableciendo una base sólida para la convivencia y la resolución de conflictos.

Otro programa relevante es el **Programa SEA**, que tiene como objetivo mejorar la inteligencia socioemocional de los jóvenes. Implementado por Celma y Rodríguez (2017), este programa se desarrolla en 18 sesiones semanales, donde se trabajan habilidades emocionales y sociales mediante diversas técnicas, incluyendo el mindfulness. A través de actividades individuales y grupales, el programa ayuda a los jóvenes a reconocer y gestionar sus emociones, así como a mejorar sus relaciones interpersonales, siendo una herramienta útil en el ámbito escolar y otros contextos.

5.4.2 Programas antibullying

En cuanto a los programas antibullying, uno de los más destacados es el **Cyberprogram 2.0**, diseñado para prevenir y reducir el acoso en todas sus formas. Validado por Garaigordobil y Martínez-Valderrey (2014a, 2016b), este programa incluye 25 actividades que buscan identificar y conceptualizar el bullying y el ciberacoso, así como desarrollar estrategias de afrontamiento para prevenir situaciones de acoso. Además, potencia habilidades como la empatía y la cooperación, y se complementa con un videojuego accesible de forma gratuita, que permite reforzar los contenidos aprendidos en el aula.

Otro programa relevante es **ConRed**, desarrollado por del Rey et al. (2012) para jóvenes de 11 a 19 años. Este programa se enfoca en la seguridad y la utilización consciente de Internet y las redes sociales, incluyendo también a las familias y a los educadores. El propósito principal de ConRed es concienciar a la comunidad educativa acerca del ciberacoso y promover comportamientos proactivos en la prevención del acoso en línea. Mediante distintas acciones, se persigue incrementar el entendimiento sobre la salvaguarda de datos y fomentar un uso óptimo de las tecnologías, además de evitar la participación en comportamientos agresivos en el ámbito digital.

5.5 Entidades sociales involucradas con la problemática del ciberacoso

En España, diversas entidades se dedican a abordar el acoso y ciberacoso, desempeñando un papel crucial en la concienciación y prevención de estas problemáticas en el

entorno educativo. Estas organizaciones ofrecen apoyo, recursos y programas destinados a garantizar un ambiente seguro para los menores, lo que resulta fundamental para combatir el fenómeno del ciberacoso. A continuación, se presentan algunas de las principales entidades involucradas en esta causa.

- **Stop Bullying Aragón** es una asociación sin ánimo de lucro que se centra en ofrecer respuestas integrales al acoso escolar. Su objetivo principal es proporcionar apoyo y recursos a estudiantes, padres y educadores para prevenir y abordar situaciones de acoso.
- **Asociación Protégeles**, creada en 2002, está compuesta por profesionales de diversas disciplinas que buscan hacer de Internet un entorno seguro para los menores. Esta asociación sin ánimo de lucro trabaja en la promoción de la seguridad en el uso de nuevas tecnologías.
- **StopHaters** es otra entidad que se dedica a asistir gratuitamente a las víctimas de ciberacoso. Su equipo está formado por abogados, informáticos y psicólogos que ofrecen asesoramiento desinteresado a quienes sufren este tipo de hostigamiento, brindando apoyo legal y emocional.
- **Save the Children** es una organización no gubernamental (ONG) independiente que se centra en la defensa de los derechos de los niños y niñas, especialmente de aquellos más vulnerables. Su labor incluye la promoción de un entorno seguro y protector frente a cualquier tipo de violencia, incluido el ciberacoso.
- **AEPAE (Asociación Española para la Prevención del Acoso Escolar)** es una organización no lucrativa formada por expertos de diferentes áreas, tales como psicólogos, educadores y educadores sociales. Se enfoca en prevenir el acoso en las escuelas, comprometiéndose a brindar apoyo a las víctimas y a sus familias.
- Por su parte, la **Fundación Mutua Madrileña**, en colaboración con la Fundación ANAR, lleva a cabo programas centrados en el acoso escolar. Sus iniciativas incluyen análisis de datos y estudios sociológicos sobre la problemática, así como actividades de concienciación en centros escolares a través de charlas dirigidas a alumnos de Primaria y ESO.
- Por último, la **Fundación ANAR** es una entidad no lucrativa que brinda asistencia a niños y adolescentes en circunstancias de riesgo desde 1970. Su objetivo es impulsar y proteger los derechos de los menores en situación de desamparo, realizando iniciativas tanto en España como en América Latina.

Estos organismos, cada uno en su campo de acción, aportan a la formación de un ambiente más seguro y consciente en relación al ciberacoso, contribuyendo a concienciar y formar a la sociedad acerca de este problema presente (Ferrández Sampietro y Hermoso Traba, 2022).

6. Discusión

El problema del ciberacoso ha surgido como uno de los desafíos más graves y complicados en la época digital, especialmente en el sector adolescente. Conforme el uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) se ha vuelto omnipresente, las interacciones entre los jóvenes han experimentado una transformación drástica, lo que permite que el acoso supere las barreras físicas y temporales. Este estudio ha demostrado que el ciberacoso no solo impacta a las víctimas en el instante del ataque, sino que sus consecuencias pueden ser intensas y prolongadas, incluyendo trastornos de salud mental como la depresión, la ansiedad y los pensamientos de suicidio.

Los datos presentados demuestran que un porcentaje alarmante de adolescentes experimenta ciberacoso, lo que indica una necesidad urgente de atención y acción. La justificación del estudio resalta que el ciberacoso es un fenómeno en crecimiento, exacerbado por factores como la pandemia de COVID-19, que ha aumentado significativamente las interacciones digitales entre los jóvenes. La revelación de que un 24% del acoso escolar en España se lleva a cabo a través de plataformas digitales subraya la importancia de abordar el ciberacoso como un reto prioritario en el ámbito educativo.

Además, el debate evidencia que los impactos del ciberacoso son de múltiples aspectos. Mediante el estudio de la bibliografía, se ha determinado que los trastornos psicológicos asociados, como la baja autoestima y la ansiedad, son habituales entre las víctimas, creando así un ciclo de victimización que puede resultar complicado de interrumpir. Este descubrimiento subraya la importancia de adoptar un enfoque holístico que no solo se enfoque en la acción después del incidente, sino que también promueva la prevención y concienciación desde una edad precoz.

Uno de los principales factores que perpetúa el ciberacoso es el anonimato que ofrecen las plataformas digitales, lo cual permite a los agresores actuar sin enfrentar consecuencias inmediatas. Esta característica amplifica el daño infligido a las víctimas, quienes se ven

expuestas de manera continua a la agresión, sin poder encontrar refugio. El anonimato también presenta un desafío significativo para las instituciones educativas y los padres, quienes deben encontrar maneras efectivas de monitorear y abordar el comportamiento en línea de los jóvenes.

Las estrategias de prevención presentadas en este trabajo se enfocan en disminuir tanto los elementos de riesgo como en fortalecer los factores de protección. Este enfoque dual es fundamental para crear un entorno en el que los adolescentes se sientan seguros y apoyados. Además, la creación de protocolos de actuación en las escuelas y la promoción de la colaboración entre familias e instituciones son cruciales para asegurar que los jóvenes tengan acceso a recursos adecuados y que se fomente un diálogo abierto sobre el uso responsable de la tecnología.

6.1 Limitaciones del Estudio

Es necesario reconocer ciertas limitaciones en este estudio. En primer lugar, se ha basado principalmente en la revisión de estudios previos, por lo que no cuenta con datos empíricos propios que permitan evaluar la relación directa entre los factores de riesgo y protección en situaciones de ciberacoso. Además, aunque se han propuesto diversas estrategias de prevención, la implementación práctica de estas puede verse afectada por la falta de colaboración entre los diferentes agentes (familia, escuela, plataformas tecnológicas). Asimismo, el anonimato que caracteriza a las agresiones digitales complica la detección temprana de estas conductas, lo que representa un obstáculo para una intervención efectiva.

6.2 Implicaciones en la criminología

El ciberacoso tiene repercusiones evidentes en el campo de la criminología, dado que representa una nueva modalidad de victimización en la era digital, en la que los obstáculos físicos se desvanecen y los agresores pueden actuar desde cualquier sitio y en cualquier momento. Esto requiere una revisión de los métodos convencionales de prevención y control del delito, destacando la relevancia de la cibercriminología como una disciplina en ascenso. Los progresos tecnológicos exigen que las políticas de seguridad y el marco legal modifiquen sus tácticas para enfrentar comportamientos delictivos en el entorno cibernético, donde el anonimato y la accesibilidad potencian el efecto de las agresiones.

Además, el ciberacoso está vinculado a otros fenómenos como la **ciberviolencia** o el **cibercontrol**, que pueden escalar hacia delitos más graves, como la extorsión o la distribución de contenido ilícito. En criminología, se deben explorar estrategias para identificar patrones de riesgo y crear herramientas predictivas que ayuden a anticipar y prevenir conductas delictivas en línea. Los criminólogos, por tanto, juegan un papel fundamental en el desarrollo de políticas públicas orientadas a la **prevención del ciberacoso**, y en la creación de sistemas de **vigilancia y monitoreo** de comportamientos en línea.

Desde un punto de vista teórico, el acoso cibernético desafía las teorías tradicionales del delito, tales como la teoría de la oportunidad o la teoría del aprendizaje social, dado que los medios digitales modifican las dinámicas del crimen. Por ende, la investigación del ciberacoso brinda la posibilidad de reinterpretar conceptos fundamentales en criminología, tales como la relación entre el perpetrador y la víctima, los lugares de acción delictiva, y los métodos de intervención y penalización en un entorno digital.

7. Conclusión y Propuestas de Prevención

El presente trabajo ha examinado el fenómeno del ciberacoso entre adolescentes, destacando su prevalencia, las formas en que se manifiesta y su impacto profundo en la salud mental de las víctimas. Las estadísticas revisadas demuestran que un porcentaje considerable de adolescentes en España ha sido víctima de ciberacoso, lo que pone de manifiesto la necesidad urgente de implementar medidas preventivas y de intervención más efectivas. El ciberacoso no solo genera problemas psicológicos inmediatos, como ansiedad y depresión, sino que también puede derivar en consecuencias graves a largo plazo, incluyendo ideación suicida.

El estudio ha demostrado que las tácticas preventivas deben ser completas, incorporando la educación en tecnología, la participación activa de las familias y la intervención precoz en el entorno educativo. Además, es crucial disponer de marcos legales apropiados que no solo sancionen estos comportamientos, sino que también resguarden eficazmente a las víctimas. Este estudio ayuda a entender cómo la victimización digital impacta en los adolescentes y resalta la relevancia de un enfoque multidisciplinario para tratar el problema.

7.1 Propuestas de prevención

7.1.1 Fortalecimiento de la Educación Digital en el Ámbito Escolar

- Implementar programas educativos para promover un uso seguro y responsable de las redes sociales e Internet. Estos programas deben abarcar conceptos básicos de seguridad digital, privacidad y el impacto emocional del ciberacoso.
- Incorporar talleres socioemocionales, tales como la identificación y gestión de emociones, la empatía y las capacidades de comunicación, para que los alumnos sean capaces de enfrentar e identificar situaciones de ciberacoso.

7.1.2 Protocolos de Intervención y Detección Temprana en Escuelas

- Crear y difundir protocolos claros para la actuación en casos de ciberacoso, los cuales incluyan fases de detección, atención y seguimiento tanto para la víctima como para el agresor y los testigos.
- Establecer canales confidenciales de denuncia y fomentar una cultura de "tolerancia cero" hacia cualquier forma de acoso, para reducir el miedo a denunciar y proteger a los involucrados.

7.1.3 Fomento de un Entorno Familiar de Confianza y Comunicación Abierta

- Formar a los progenitores en el manejo de tecnologías y en los peligros del ciberacoso, de manera que sean capaces de monitorear y orientar a sus hijos de forma eficaz en su interacción digital.
- Promover la formación de un entorno familiar en el que los jóvenes se sientan confiados para expresar sus vivencias en línea, promoviendo una comunicación fundamentada en la empatía y el respaldo.

7.1.4 Colaboración con Entidades Especializadas y los Medios de Comunicación

- Trabajar conjuntamente con organizaciones como la Fundación ANAR o Save the Children, que ofrecen apoyo psicológico y legal en casos de ciberacoso.
- Incentivar la colaboración de los medios de comunicación para desarrollar campañas informativas que visibilicen el impacto del ciberacoso y promuevan valores de respeto y empatía en el uso de redes sociales.

7.1.5 Evaluación Continua y Mejora de las Estrategias de Prevención

- Realizar evaluaciones periódicas en los centros escolares para medir la efectividad de las intervenciones preventivas y ajustar las acciones según las necesidades emergentes de los estudiantes.
- Fomentar una política de mejora continua en la que se revisen los protocolos y se actualicen las estrategias preventivas, adaptándose a las nuevas tendencias y riesgos del entorno digital.

8. Bibliografía:

- Bolognesi, S., y Bukhalovskaya, A. (2022). ACOSO ESCOLAR EN LA RED: CIBERACOSO. DATOS, PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN: Data, Prevention, and Intervention. *Etic@ net. Revista científica electrónica de Educación y Comunicación en la Sociedad del Conocimiento*, 22(2), 216-240. <https://doi.org/10.30827/eticanet.v22i2.23791>
- Bottino, S. M. B., Bottino, C., Regina, C. G., Correia, A. V. L., y Ribeiro, W. S. (2015). Cyberbullying and adolescent mental health: systematic review. *Cadernos de saude publica*, 31, 463-475. <https://doi.org/10.1590/0102-311x00036114>
- Buelga, S., Cava, M. J., Ruiz, D. M., y Ortega-Barón, J. (2022). Cyberbullying and suicidal behavior in adolescent students: A systematic review Cyberbullying y conducta suicida en alumnado adolescente: Una revisión sistemática. *Revista de Educación*, 397, 43-66. <https://doi.org/10.4438/1988-592X-RE-2022-397-539>
- Calvete, E., Fernández-González, L., González-Cabrera, J. M., y Gámez-Guadix, M. (2018). Continued bullying victimization in adolescents: Maladaptive schemas as a mediational mechanism. *Journal of youth and adolescence*, 47, 650-660. <https://doi.org/10.1007/s10964-017-0677-5>
- Calvete, E., Orue, I., Estévez, E., Villardón, L., y D'Araújo, G. (2022). Cyberbullying and psychopathology in adolescents: A systematic review. *Anales de Psicología*, 38(2), 210-220. <https://doi.org/10.6018/analesps.505951>
- Celma, L., y Rodríguez, C. (2017). Programa SEA. Desarrollo de habilidades sociales, emocionales y de atención plena para jóvenes. Madrid: TEA.
- Copeland, W. E., Wolke, D., Angold, A., y Costello, E. J. (2013). Adult psychiatric outcomes of bullying and being bullied by peers in childhood and adolescence. *JAMA psychiatry*, 70(4), 419-426. <https://doi:10.1001/jamapsychiatry.2013.504>
- Córdova, C. (2020). El ciberacoso: un fenómeno en aumento entre adolescentes. *Interculturalidad*, 9(1), 36-52. <https://doi.org/10.5377/rci.v33i2.17719>

- del Rey, R., Casas, J.A. y Ortega, R. (2012). El programa ConRed, una práctica basada en la evidencia. *Revista Científica de Educomunicación*, 20(39), 129-138. <http://dx.doi.org/10.3916/C39-2012-03-03>
- Díaz-Aguado, M. J., Martínez-Arias, R., Falcón, L., y Alvariño, M. (2023). Acoso escolar y ciberacoso en España en la infancia y en la adolescencia.
- En colaboración con la Fundación, A. N. A. R., y o la Fundación, M. M. Aspectos jurídicos del acoso y ciberacoso escolar. *Jóvenes: bullying y cyberbullying*, 13.
- Fernández Reigosa, P. (2021). *Propuesta de prevención, detección e intervención en cyberbullying en el ámbito educativo* (Master's thesis).
- Ferrández Sampietro, I., y Hermoso Traba, R. (2022). Una revisión bibliográfica acerca de la problemática del ciberacoso mediante las Redes Sociales.
- Fundación ANAR. (2022). *Informe sobre el acoso escolar y ciberacoso en España* (pp. 157-170).
- Garaigordobil, M., y Martínez-Valderrey, V. (2016b) Cybereduca cooperativo 2.0. Juego para la prevención del bull ying y cyberbullying. <http://www.cybereduca.com>.
- Giménez Dasí, M., Fernández Sánchez, M., y Daniel, M. F. (2013). *Programa Emociones: Pensando las emociones: programa de intervención para educación infantil*. Departamento de Comunicación I.
- Iranzo, B. (2017). *Ajuste psicosocial en adolescentes víctimas de cyberbullying* (Doctoral dissertation, Universitat de València).
- Jiménez Sánchez, M., Berrocal de Luna, E., y Alonso Ferres, M. (2021). Prevalencia y características del acoso y ciberacoso entre adolescentes. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy20.pcac>
- Julián Pérez Porto. (2009/2022). Definición de violencia escolar. Recuperado de. <https://definicion.de/violencia-escolar/>
- Kowalski, R., y Whittaker, E. (2015). Cyberbullying Via Social Media. *Journal of School Violence*, 14(11), 11-29. <https://doi.org/10.1080/15388220.2014.949377>

- Landazabal, M. G. (2021). *Bullying y cyberbullying: análisis, evaluación, prevención e intervención* (2ª ed. actualizada).
- Moore SE, Norman RE, Suetani S, Thomas HJ, Sly PD, Scott JG. Consequences of bullying victimization in childhood and adolescence: A systematic review and meta-analysis. *World J Psychiatr* 2017; 7(1): 60-76. <https://10.5498/wjp.v7.i1.60>
- Moore, S. E., Norman, R. E., Suetani, S., Thomas, H. J., Sly, P. D., y Scott, J. G. (2017). Consequences of bullying victimization in childhood and adolescence: A systematic review and meta-analysis. *World journal of psychiatry*, 7(1), 60. 10.5498/wjp.v7.i1.60
- Musri, S. M. (2015). *Acoso escolar y estrategias de prevención en educación escolar básica y nivel medio*. Academia.edu. https://www.academia.edu/10434415/ACOSO_ESCOLAR_Y ESTRATEGIAS_DE_PREVENCI%C3%93N_EN_EDUCACI%C3%93N_ESCOLAR_B%C3%81SICA_Y_NIVEL_MEDIO
- Nagamitsu, S., Mimaki, M., Koyanagi, K., Tokita, N., Kobayashi, Y., Hattori, R., ... y Croarkin, P. E. (2020). Prevalence and associated factors of suicidality in Japanese adolescents: results from a population-based questionnaire survey. *BMC pediatrics*, 20, 1-9.
- Natvig, G. K., Albrektsen, G., y Qvarnstrøm, U. (2001). School-related stress experience as a risk factor for bullying behavior. *Journal of youth and adolescence*, 30(5), 561-575.
- Pinedo, C. (2021). La pandemia, caldo de cultivo para el aumento de los casos de acoso escolar. *El País*. Recuperado de: <https://elpais.com/mamas-papas/2021-05-01/la-pandemia-caldo-de-cultivo-para-el-aumento-de-los-casos-de-acoso-escolar.html>. [Consulta 2021, Diciembre 24].
- Polanco Garcia, G. A., y Hernández Santos, F. A. (2023). *Ciberacoso y su relación con la ideación suicida en adolescentes de Latinoamérica y España del 2012 al 2022* (Doctoral dissertation, Universidad de El Salvador).
- Ramírez, A. M. (2020). Factores de riesgo y de protección y victimización por ciberacoso entre menores en Jerez de la Frontera: un estudio exploratorio. *Behavior and Law Journal*, 6(1), 51-63

- Ramírez, F. C., y Hernández, F. J. R. (2017). Medidas relativas al acoso escolar y ciberacoso en la normativa autonómica española. Un estudio comparativo. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 20(1), 113-126.
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg self-esteem scale. *APA PsycTests*.
- Sánchez Pardo, L., Crespo Herrador, G., Aguilar-Moya, R., Bueno-Cañigral, F. J., Aleixandre-Benavent, R., y Valderrama-Zurián, J. C. (2016). *Los adolescentes y el ciberacoso*. Ayuntamiento de Valencia. <http://hdl.handle.net/10261/163035>
- Torrego Seijo, J. C., Lorenzo Llamas, E. M., Silva Lorente, I., Bueno Villaverde, Á., Herrero Marcos, R., Hontañón González, B., y Monge López, C. (2023, 5 mayo). ESTUDIO ESTATAL SOBRE LA CONVIVENCIA ESCOLAR EN CENTROS DE EDUCACIÓN PRIMARIA. Ministerio de Educación y Formación Profesional. <https://www.educacionfpydeportes.gob.es/dam/jcr:f3070940-540d-4ea9-b85a8f9fcc301c1b/estudio-estatal-sobre-la-convivencia-escolar-en-centros-de-educacionprimaria-vf.pdf>
- UNICEF. (2024). *Ciberacoso: qué es, impacto y cómo detenerlo*. <https://www.unicef.es/blog/educacion/ciberacoso-que-es-impacto-y-como-detenerlo#:~:text=Legislaci%C3%B3n%20sobre%20ciberacoso%20en%20Espa%C3%B1a,de%20violencia%2C%20incluido%20el%20ciberacoso>
- Van Geel, M., Goemans, A., Zwaanswijk, W., Gini, G., y Vedder, P. (2018). Does peer victimization predict low self-esteem, or does low self-esteem predict peer victimization? Meta-analyses on longitudinal studies. *Developmental Review*, 49, 31-40. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2018.07.001>
- Wichstrøm, L., Belsky, J., y Berg-Nielsen, T. S. (2013). Preschool predictors of childhood anxiety disorders: a prospective community study. *Journal of child psychology and psychiatry*, 54(12), 1327-1336. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12116>