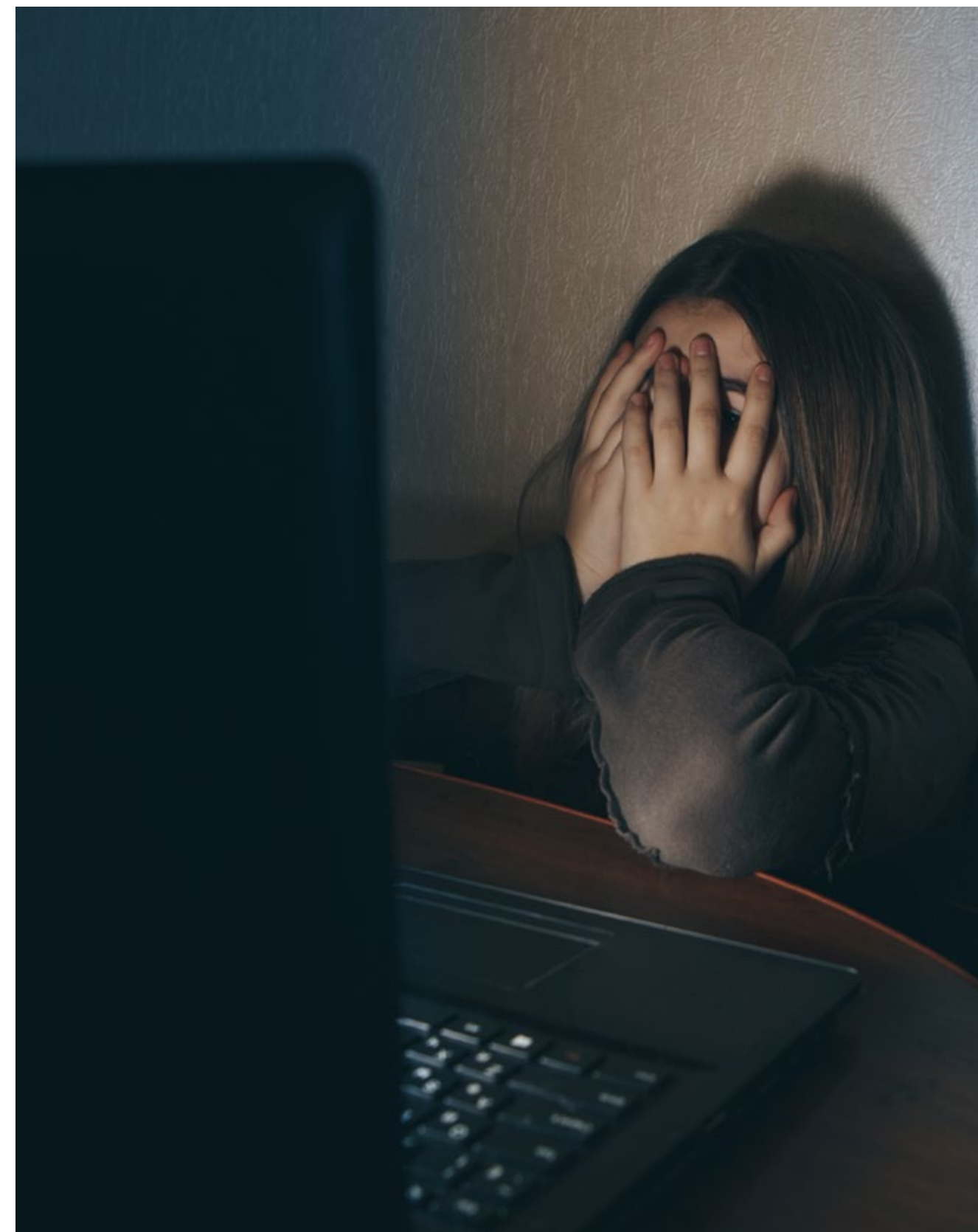


ACOSO CIBERNÉTICO, DEPRESIÓN Y RIESGO SUICIDA EN JÓVENES DE LA REGIÓN METROPOLITANA

Cyberbullying,
depression, and suicide
risk in young people in
the Metropolitan Region

Por:

Jorge Varela, PhD, Director del Centro de Estudios en Bienestar y Convivencia Social, Facultad de Psicología,
Fernanda Rojas, ex alumna Facultad de Psicología, Emanuel Pacheco, Director ejecutivo Fundación Katy Summer
y Constanza Bravo, practicante de Fundación Katy Summer.





La aparición y expansión mundial del virus COVID-19 forzó de manera generalizada a tomar medidas sanitarias enfatizadas en el aislamiento físico, provocando una paralización de las actividades interpersonales, donde las Redes Sociales [RRSS] tomaron un gran protagonismo al convertirse en uno de los principales medios de conexión.

Las RRSS constituyen una valiosa fuente informativa, la cual además cumple con el objetivo de conectar a la población, no obstante, se han producido ciertas problemáticas emergentes en torno a esta nueva modalidad de comunicación, tal como lo es el aumento progresivo de las distintas formas de ciber violencia, entre ellas el ciberacoso y ciberacoso escolar, fenómenos que afectan en mayor medida a niños(as) y jóvenes alrededor de los 15 años (MINEDUC, 2018).

Según un estudio realizado por la Compañía Light (2020), cuyo objetivo era evidenciar los altos niveles de odio y "toxicidad" online en tiempos de pandemia, evidenciaron que este tipo de mensajes, que incluyen discursos de odio, entre niños(as) y jóvenes mediante chat online aumentaron en un 70%, mientras que la toxicidad en plataformas de juego aumentó en un 40%. Esto evidencia que la digitalización de los procesos cotidianos trae consigo una serie de efectos negativos en las relaciones interpersonales en el espacio virtual, donde el aislamiento ha entorpecido el acceso a redes de apoyo, intensificando así las consecuencias en salud mental y factores de riesgo a la población afectada.

Es importante mencionar que en el ciberacoso aumenta la dificultad de la identificación del agresor, y a diferencia de la modalidad tradicional limitada al espacio físico, en este fenómeno los factores tiempo, espacio, horarios y audiencia, son ilimitados (Herrera-López, et al, 2018). En consecuencia, el daño emocional y psicológico es mayor, pudiendo incluso afectar directamente en la honra y reputación de la víctima, siendo este uno de los efectos más negativos. Además,



The appearance and worldwide expansion of the COVID-19 virus generally forced everyone to take sanitary measures emphasizing physical isolation and causing paralysis of interpersonal activities. As a result, Social Networks [RRSS] took a leading role by becoming one of the main means of connection.

Social networks are a valuable source of information, connecta the population, However, there have been certain emerging problems around this new communication modality, such as the progressive increase in different forms of cyber violence, among them cyberbullying and school cyber bullying, phenomena that affect children and young people around the age of 15 (MINEDUC, 2018).

According to a study carried out by the Light Company (2020), the objective of which was to show the high levels of hate and "toxicity" online in times of pandemic, these types of messages, which include hate speech, between children and young people using online chat increased by 70%, while toxicity on gaming platforms increased by 40%. Thus, the digitization of daily processes brings with it a series of negative effects on interpersonal relationships in virtual space, where isolation hinders access to support networks, thus intensifying the consequences on mental health and risk factors for the affected population.

It is important to mention that cyberbullying increases the difficulty of identifying the aggressor, and unlike the traditional modality limited to physical space, in this phenomenon the factors of time, space, hours, and audience are unlimited (Herrera-López, et al., 2018). Consequently, the emotional and psychological damage is great, and may even directly affect the honor and reputation of the victim, one of the most negative effects. In addition, the feelings of helplessness and powerlessness when being disabled by systemic Cyberbullying [AEC], of which they are victims,

los sentimientos de indefensión e impotencia al verse inhabilitados(as) ante el Acoso Escolar Cibernético [AEC] sistémico del cual son víctimas, podría aumentar la sensación de miedo y angustia emocional, facilitando la aparición de síntomas depresivos (Sánchez et al., 2016).

Se ha detectado que las mujeres tienden en mayor medida a ser víctimas de AEC que los hombres, especialmente a los 15 años, edad de mayor vulnerabilidad frente a esta forma de acoso. Así mismo, se identifica que las personas pertenecientes a la comunidad LGBTIQ+ son más vulnerables que los(as) heterosexuales a varias formas de victimización, presentando un bajo nivel de salud mental y un mayor riesgo suicida. Desde un punto de vista epidemiológico se estima que las mujeres tienen dos veces mayor riesgo de presentar sintomatología depresiva y conductas/intentos suicidas en comparación a los hombres, pese a que estos tienden a ser el doblemente efectivos en la consumación del suicidio en comparación a las mujeres, lo que cobra especial relevancia si se considera que el suicidio constituye la segunda causa de muerte a nivel mundial entre los 15 y 29 años (OPS, 2014; UNICEF, 2017).

En síntesis, ser víctima de AEC pone a los individuos en una situación de mayor vulnerabilidad ante la posibilidad de desarrollar sintomatología depresiva y según su severidad, incluso a conductas asociadas al espectro suicida (OMS, 2020; Salazar, 2020). Las mujeres y quienes se identifican como LGBTIQ+, son las personas más propensas a formas virtuales de acoso, mostrando mayor riesgo de presentar sintomatología depresiva y estar más expuestos al riesgo suicida en comparación con hombres y heterosexuales (OMS, 2014; Vásquez, 2016).

Con el fin de observar el fenómeno y distinguir la relación entre la victimización por acoso escolar cibernético, sintomatología depresiva y riesgo suicida en adolescentes y jóvenes entre 15 y 29 años de la Región Metropolitana en contexto de pandemia, la Fundación Katy Summer, junto con el Centro de Estudios en Bienestar y Convivencia Social (CEBCS) de la Universidad del Desarrollo y el apoyo de StatKnows realizaron una encuesta en línea a 2.056 jóvenes. Para esto se siguieron los principios bioéticos para la investigación con personas, y se contó con la aprobación del comité de ética de la Universidad del Desarrollo.

Los resultados mostraron que 45% de la población encuestada reconoce ser acosada virtualmente una o más veces durante los últimos 3 meses, grupo compuesto en su mayoría por mujeres y personas que identifican su orientación sexual

could increase the feeling of fear and emotional anguish, facilitating the appearance of depressive symptoms (Sánchez et al., 2016).

It has been found that women tend to be victims of CEC to a greater extent than men, especially at 15 years of age, the age of greatest vulnerability to this form of harassment. Likewise, people belonging to the LGBTIQ+ community are identified as more vulnerable than heterosexuals to various forms of victimization, and present a low level of mental health and a greater risk of suicide. From an epidemiological point of view, it is estimated that women have twice the risk of presenting depressive symptoms and suicidal behaviors/ attempts compared to men, despite the fact that men tend to be twice as effective in committing suicide compared to women, which is especially relevant if it is considered that suicide is the second cause of death worldwide between 15 and 29 years of age (PAHO, 2014; UNICEF, 2017).

In summary, being victims of AEC puts individuals in a situation of greater vulnerability to the possibility of developing depressive symptoms, according to their severity, that include behaviors associated with the suicidal spectrum (WHO, 2020; Salazar, 2020). Women and those who identify as LGBTIQ+ are the people most prone to virtual forms of harassment, showing a greater risk of presenting depressive symptoms and being more exposed to suicidal risk compared to men and heterosexuals (WHO, 2014; Vásquez, 2016).

In order to observe the phenomenon and distinguish the relationship between cyberbullying victimization, depressive symptoms, and suicidal risk in adolescents and young people between 15 and 29 years of age in the Metropolitan Region in the context of a pandemic, the Katy Summer Foundation, together with the Center for Studies in Welfare and Social Coexistence (CEBCS) of the Universidad del Desarrollo and the support of StatKnows conducted an online survey of 2,056 young people. For this, the bioethical principles for research with people were followed, and it was approved by the ethics committee of the Universidad del Desarrollo.

The results showed that 45% of the surveyed population admit to being harassed virtually one or more times during the last three months. This group was made up mostly of women and people who identify their sexual orientation as one of those grouped in the acronym LGBTIQ+, which corresponds to a quarter of the population that

It is important to mention that cyberbullying increases the difficulty of identifying the aggressor, unlike the traditional modality limited to physical space.

como una de las agrupadas en la sigla LGBTIQ+, que a su vez corresponde a un cuarto de la población que ha sufrido al menos una vez acoso por medios digitales. Si bien los y las jóvenes entre 15 y 19 años son los más afectados, llama atención que 100% de las respuestas que indican ciberacoso todos los días corresponden a jóvenes heterosexuales entre 25 y 29 años. Otro de los resultados a destacar, es que un 69% reconoce haber sido testigo de ciberacoso al menos una vez en los últimos 3 meses y un 10% declara haber sido ciber testigo todos los días.

Las RRSS más utilizadas para ejercer ciberacoso según los(as) encuestados(as) son Facebook, WhatsApp y otros medios de chat online e Instagram, las cuales son usadas en su mayoría por jóvenes entre 15 y 19 años. En cuanto a la identificación del agresor, un 20% reconoce ser agredido(a) por adultos o mayores de 18 años y un 18% por un hombre adolescente, siendo esta las dos respuestas más frecuentes. Es importante considerar que las formas de acoso virtual más comunes reconocidas por los y las encuestadas son las amenazas en línea y los comentarios hirientes o malintencionados, que afectan en mayor medida a las mujeres y personas de la comunidad LGBTIQ+.

En cuanto a las emociones que perciben las personas que han sido acosadas virtualmente predomina el sentimiento de indefensión, enfado y preocupación respecto a lo que puedan pensar o hablar de ellos(as), además cuando se les consulta si le contarían a un adulto respecto a lo que está ocurriendo en sus plataformas digitales, solo un 2% declara que le diría a un inspector o profesor y tan solo un 7% le contaría a sus padres.

Por otro lado, respecto a los indicadores de sintomatología depresiva, se observa que un 26% de los encuestados indica presentar sintomatología del trastorno depresivo mayor, de ellos un 44% corresponde a jóvenes entre 15 y 19 años y un 25% pertenecería a la comunidad LGBTIQ+, mientras que pareciera no haber grandes diferencias entre hombres y mujeres. Por otro lado, un 12% declara poseer sintomatología asociada a trastorno depresivo menor, y de ellos, una vasta mayoría corresponde a jóvenes entre 20 y 29 años.

Es importante tener en cuenta, que aun cuando se analizan separadamente los resultados de aquellos que declaran no haber sido acosados aparece sintomatología depresiva, lo cual es preocupante,

has at least once suffered harassment through digital media. Although young people between 15 and 19 years old are the most affected, it is striking that 100% of the responses indicating cyberbullying every day correspond to heterosexual young people between 25 and 29 years old. Another noteworthy result is that 69% admit having witnessed cyberbullying at least once in the last three months, and 10% state that they have witnessed cyberbullying every day.

The RRSS most used to exercise cyberbullying according to the respondents are Facebook, WhatsApp, other online chat media, and Instagram these are used mostly by young people between 15 and 19 years. Regarding the identification of the aggressor, 20% acknowledge being attacked by adults or persons over 18 years of age and 18% by an adolescent man, these being the two most frequent responses. It is important to consider that the most common forms of virtual harassment recognized by respondents are online threats and hurtful or malicious comments, which affect women and people in the LGBTIQ + community the most.

Regarding the emotions perceived by people who have been harassed, the feeling of helplessness, anger, and concern about what others may think or say about them virtually predominates, also when they are asked if they would tell an adult about what is happening on their digital platforms, only 2% stated that they would tell an inspector or teacher and only 7% would tell their parents.

On the other hand, with regard to the indicators of depressive symptoms, it was observed that 26% of those surveyed indicated presenting symptoms of major depressive disorder, of which 44% correspond to young people between 15 and 19 years old and 25% belong to the community LGBTIQ +, while there seem to be no major differences between men and women. On the other hand, 12% stated that they have symptoms associated with minor depressive disorder, and of these, a vast majority correspond to young people between 20 and 29 years old.

It is important to bear in mind that even when the results for those who state that they have not been bullied are analyzed separately, depressive symptoms appear, which is worrying, considering that these indicators (depression) increase as the frequency of cyberbullying increases. That is a population

si se considera que estos indicadores (depresión) aumentan a medida que aumenta la frecuencia del ciberacoso. Es decir, una población que aun cuando no es victimizada por medios digitales, presenta sintomatología depresiva de base, situación que podría acentuarse en contexto de pandemia y aislamiento social, lo cual podría haber influido en los indicadores de salud mental o depresión en el presente estudio, sobre todo si se considera que la actual pandemia ha dificultado el acceso a variadas redes de apoyo.

Además, es importante señalar que la sintomatología depresiva aumenta incluso cuando han sido acosados virtualmente una sola vez en los últimos 3 meses, lo cual se contradice con la actual definición de ciberacoso, la cual supone que, para ser considerado como tal, debe ocurrir de forma reiterada en el tiempo. Los resultados dan cuenta de que no hace falta la reiteración para provocar daños en el bienestar de la persona.

Todo lo anterior, levanta las señales de alarma, pues indica que los espacios digitales se han convertido en un medio para la ciber violencia, y que son los más jóvenes quienes están expuestos en mayor medida a los efectos negativos de esta y son a su vez, quienes representan a uno de los segmentos poblacionales más vulnerables al riesgo suicida. Aun así, es importante señalar que los otros segmentos etarios como el de 20-24 y 25-29 años declara también estar sufriendo los efectos negativos de esta forma de acoso. Por lo cual las iniciativas de prevención deberían dejar de estar orientadas exclusivamente a la población escolar e incluir a aquellos entre 20 y 29 años, pues ellos están igualmente expuestos a los efectos negativos en su salud mental.

Por otro lado, es importante poner atención a cómo estos espacios virtuales resultan ser, en ocasiones, un espacio inseguro especialmente para mujeres y personas que declaran no ser heterosexuales. Los resultados indican que el ciberacoso tiene una faceta donde predomina el machismo y la discriminación, replicando las dinámicas de poder y opresión. Estos resultados se condicen con la literatura, la cual apunta a que las mujeres y otras minorías, como lo son la comunidad LGBTIQ+ estarían más expuestas a distintas formas de victimización, incluido AEC, como también tienen mayor tendencia a la depresión y riesgo suicida cuando se les compara con hombres y heterosexuales (Moanne, 1999; Gómez y Delgado, 2012; COES, 2018).

that, even when it is not victimized by digital media, presents basic depressive symptoms, a situation that could be accentuated in the context of pandemic and social isolation. These factors could have influenced the indicators of mental health or depression in the present study, especially considering that the current pandemic has made it difficult to access various support networks.

In addition, it is important to note that depressive symptoms increase even when a person has been bullied virtually only once in the last three months, which is contradicted by the current definition of cyberbullying, which assumes that, to be considered as such, it must occur repeatedly over time. The results of this study show that repetition is not necessary to cause damage to the well-being of the person.

All of the above raises alarm signals, as it indicates that digital spaces have become a medium for cyber violence and that the youngest are exposed to a greater extent to the negative effects of this cyber violence and who are, in turn, one of the population segments most vulnerable to suicide risk. Even so, it is important to note that the other age groups such as 20-24 and 25-29 years also declare that they are suffering the negative effects of this form of harassment. Therefore, prevention initiatives should cease to be oriented exclusively to the school population and include those between 20 and 29 years old, since they are equally exposed to negative effects on their mental health.

On the other hand, it is important to pay attention to how these virtual spaces turn out to be, at times, unsafe spaces, especially for women and people who declare not to be heterosexual. The results indicate that cyberbullying has a facet where machismo and discrimination predominate, replicating dynamics of power and oppression. These results are consistent with the literature, which indicates that women and other minorities, such as the LGBTIQ+ community, are more exposed to different forms of victimization, including AEC, as they also have a greater tendency to depression and suicide risk when compared with men and heterosexuals (Moanne, 1999; Gómez and Delgado, 2012; COES, 2018).

Finally, it is relevant to note that the population victimized by virtual bullying tends to a large extent not to turn to responsible adults in school commu-

In addition, it is important to note that depressive symptoms increase even when a person has been bullied virtually only once in the last three months.

Para finalizar, resulta relevante destacar que la población victimizada por el acoso virtual, tiende en gran parte a no acudir a adultos responsables en las comunidades escolares y tampoco a sus padres, madres o tutores legales. Esto es preocupante pues significa que los jóvenes se encuentran desprotegidos en estos espacios virtuales que hoy en día forman parte de su cotidianidad y espacios de socialización, y no consideran que dar aviso a un adulto pueda generar algún cambio. Esto da luces de la necesidad de alfabetizar digitalmente a los adultos entregando herramientas para abordar estas problemáticas, pues no pueden entregar ayuda si no conocen ni manejan adecuadamente las plataformas que podrían estar provocando daños en el bienestar de los jóvenes.

Todo lo anteriormente dicho, supone una de las grandes motivaciones para la Fundación Katy Summer, que surge a raíz de una madre y un padre que pierden a su hija de 16 años por suicidio, como consecuencia de reiterados acosos por redes sociales a manos de personas cercanas, varias de las cuales pertenecían entonces a su misma comunidad educativa. Por esto mismo, la Fundación junto con el apoyo de CEBCS, ha orientado sus esfuerzos a la obtención de datos concretos que permitan tomar acciones dirigidas y fundamentadas para combatir el ciberacoso y prevenir los daños que este pudiera provocar en la salud mental de quienes lo viven en primera persona. Por esta razón, este artículo es una invitación y un llamado a tomar un rol activo en la generación de iniciativas que permitan transformar la sociedad mediante la promoción de una convivencia saludable en todos los espacios que habitamos, incluido los espacios digitales.

and not to their fathers, mothers, or legal guardians. This is worrying because it means that young people are unprotected in these virtual spaces that today are part of their daily lives and spaces for socialization, and they do not consider that notifying an adult can generate any change. This highlights the need to make adults digitally literate by providing tools to address these problems, since they cannot deliver help if they do not know or properly handle the platforms that could be causing damage to the well-being of young people.

All the aforementioned is one of the main motivations for the Katy Summer Foundation, which arose from a mother and father who lost their 16-year-old daughter to suicide, as a result of repeated harassment through social networks by people close to them, several of whom belonged to the same educational community at the time. For this reason, the Foundation, together with the support of CEBCS, has focused its efforts on obtaining concrete data that will allow it to take targeted and well-founded actions to combat cyberbullying and prevent the damage that it could cause to the mental health of those who experience it personally. For this reason, this article is an invitation and a call to take an active role in the generation of initiatives that transform society by promoting a healthy coexistence in all the spaces we inhabit, including digital spaces.