

UACM

Universidad Autónoma
de la Ciudad de México

NADA HUMANO ME ES AJENO

COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD

La violencia digital en adolescentes.

**Elementos para la creación de entornos favorables: Un enfoque
de promoción de la salud**

TRABAJO RECEPCIONAL

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD

P R E S E N T A :

ANGELICA GARCÍA SALDAÑA

D I R E C T O R

DR. MIGUEL ANGEL GODÍNEZ GUTIÉRREZ

Ciudad de México, marzo de 2025.

SISTEMA BIBLIOTECARIO DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE LA CIUDAD DE MÉXICO COORDINACIÓN ACADÉMICA

RESTRICCIONES DE USO PARA LAS TESIS DIGITALES

DERECHOS RESERVADOS[©]

La presente obra y cada uno de sus elementos está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor; por la Ley de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, así como lo dispuesto por el Estatuto General Orgánico de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México; del mismo modo por lo establecido en el Acuerdo por el cual se aprueba la Norma mediante la que se Modifican, Adicionan y Derogan Diversas Disposiciones del Estatuto Orgánico de la Universidad de la Ciudad de México, aprobado por el Consejo de Gobierno el 29 de enero de 2002, con el objeto de definir las atribuciones de las diferentes unidades que forman la estructura de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México como organismo público autónomo y lo establecido en el Reglamento de Titulación de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México.

Por lo que el uso de su contenido, así como cada una de las partes que lo integran y que están bajo la tutela de la Ley Federal de Derecho de Autor, obliga a quien haga uso de la presente obra a considerar que solo lo realizará si es para fines educativos, académicos, de investigación o informativos y se compromete a citar esta fuente, así como a su autor ó autores. Por lo tanto, queda prohibida su reproducción total o parcial y cualquier uso diferente a los ya mencionados, los cuales serán reclamados por el titular de los derechos y sancionados conforme a la legislación aplicable.

Ciudad de México 2025

Dedicatoria

Con amor especial a Dios

Con cariño especial y único a mí hija Itzel R.G.

con amor a Jonathan J. Gómez Mejía por su motivación,

por creer en mí, apoyarme y tener paciencia.

A mis padres por encaminarme en la vida y hermanos.

A mí prima Uri N. Saldaña González y su familia por su gran apoyo

con gratitud a mis valiosas amistades

Angélica García Saldaña

Agradecimiento

Agradezco a Dios en primer lugar, porque gracias a Él he logrado culminar otra etapa de mi vida. Porque puso en mi camino la escuela, la carrera, la economía, la salud y las personas indicadas para cumplir con mi objetivo. También porque estuvo conmigo en momentos donde pensé que ya no podía más, y donde obtenía logros que no olvidaré, me tomo de su mano para llevar a cabo mi sueño de ser profesional de la salud y que estoy muy segura de que seguirá guiándome como profesionista.

Nuevamente le doy gracias a mi hijita Itzel Ramírez García, ya que me repetía en muchas ocasiones que podía con la tesis y no me desanimara. Por su paciencia y su atención al platicarle el tema, ya que es importante para mí su opinión como adolescente.

Gracias a mis padres Gregorio García Petriarce y madre Lagos Saldaña Levario, por estar en cada etapa de mi vida, aunque mi padre este descansando, estoy segura de que estaría orgulloso de este término.

Agradezco a Jonathan J. Gómez Mejía, por todo lo que me ha apoyado, por creer en mí, y gracias por las opiniones que en su debido tiempo le pedí para mis investigaciones, y que me ayudaron mucho en mi profesión, sobre todo con la vinculación de la salud con la arquitectura.

Además, a mi director de tesis Miguel Ángel Godínez Gutiérrez, por su paciencia en cada revisión, sus consejos, su guía para poder titularme, por su sabiduría, el conocimiento que me aporta para esta tesis y como profesión. Además, por tomar de su tiempo para instruirme y sobre todo en el ánimo para que siguiera y no abandonará la titulación.

A mí prima Uri N. Saldaña, por su apoyo e incluso económicamente, gracias por su cariño y amor hacia mí, me ayudo en toda la carrera.

Por último, a mis lectores: Dr. Oswalth Manuel Basurto Bravo, Mtro. Enrique Cruz Villagrán y al Mtro. Jaime Molina Correa, que con sabiduría son parte de este trabajo.

INDICE

Introducción.....	5
CAPITULO I	9
Redes sociales y su uso.....	9
Contexto Histórico	9
Redes Sociales De <i>Facebook, Youtube y Tiktok</i>	10
CAPITULO II	24
Adolescencia.....	24
Violencia Digital	28
Clasificación De Violencia Digital.....	31
Sexting Sin Consentimiento.....	31
<i>Sextorsión</i>	32
Ciberacoso y <i>Cyberbullyng</i>	34
<i>Happy Slapping</i>	44
Grooming	45
Retos Virales	47
CAPITULO III	51
Salud Y Promoción De La Salud.....	51
Qué Es Un Problema De Salud	51
Problemas De Salud Por Mal Uso De Plataformas	52
Políticas Públicas.....	53
Promoción De La Salud.....	54
Creación De Entornos Favorables, Enfoque De Promoción De La Salud	59
CAPITULO IV.....	60
Metodología.....	60
Metodología Cualitativa	61
Propósito.....	61
Objetivo General.....	62
Objetivos Especificos.....	62
Entrevistas	62
Resultados.....	63
Conclusiones	68
Recomendaciones	70
Referencias	73
Anexos.....	79

INTRODUCCIÓN

El uso de redes sociales es parte de la actualidad que ha impactado visible e invisiblemente a todo el mundo. Esto ha generado una nueva manera de interactuar, creando un entorno donde la mayoría de las personas se desarrollan y comparten de su vida.

Por ello ha generado interés en mí, ya que, a lo largo de la licenciatura de Promoción De La Salud, nos demuestra que el entorno del ser humano es importante para la salud, y la era digital es parte del entorno de todos, esta investigación está focalizada en la etapa de la adolescencia.

En este contexto, la vida digital ha generado estilos de vida principalmente en niños, adolescentes y jóvenes, que los hacen depender más de lo digital, incluyendo las redes sociales. Es precisamente en este escenario virtual en donde se transmiten formas de pensar, de ser, de emocionarse y de comportarse pero que también pueden ser presa fácil de absorción o contemplación de todo tipo de ideologías y tendencias que puedan dañarlos.

Los adolescentes en su mayoría cuentan con teléfonos móviles, tabletas o computadoras, por mencionar algunos. Estos dispositivos les permiten participar en redes sociales, también les posibilita entrar a páginas web de cualquier tipo o crearlas ellos mismos, esta era digital es muy amplia.

En este sentido, se presupone que el uso y contenido de dichos medios tecnológicos muestran ciertas condiciones que se perciben principalmente en la dimensión interactiva; es decir, en la posibilidad de relacionarse con otros.

La motivación que causa en mí la investigación de este tema es porque tengo una hija adolescente, ella tiene 12 años actualmente, en el que su crecimiento y salud son importantes para mí, he notado varios cambios en ella y desafíos que jamás los había pasado, la era digital me ha llegado a preocupar un poco y con temor a que pueda sufrir algún engaño o malestar por las redes por un mal uso. Ella siendo una adolescente, puedo notar como está cambiando, y es importante para mí guiarla con todo tipo de temas.

Además, en mi actual empleo, trabajo con adolescentes, y sería un reto importante para mí trabajar como promotora de salud con estos temas digitales, ya que son parte de su vida.

Tengo variedad de metas en la vida, pero, una de ellas es poder titularme como licenciada de Promoción de la salud, he pasado por muchas situaciones en mi vida como estudiante, a tal grado que jamás pensé llegar a esta etapa, porque hubo varias razones en las que me iba a dar de baja de la escuela, ser mamá soltera ha sido difícil para mí, pero llegar hasta aquí me motiva a seguir adelante.

En la licenciatura de Promoción de la Salud he aprendido que los entornos influyen en la salud, que la salud no es solo la ausencia de enfermedad, me llama la atención que el entorno virtual con las redes sociales es parte de la vida diaria de toda la población. Esto me ha llevado a investigar la violencia digital, como influye en la salud de los adolescentes, y sobre todo de qué manera podría intervenir la Promoción de la salud.

Como promotora de salud, me gustaría alcanzar planes de acción para los adolescentes o niños en el ámbito de lo digital, ya que considero que no se refuerza en ese ámbito para poder tomar mejores decisiones.

Por otro lado, en las noticias por la televisión e internet, han anunciado muertes y prácticas de los adolescentes y jóvenes en práctica de retos virales, y que suben en sus redes sociales, como cadenas. Así mismo, aumentó mucho más mi interés por el tema.

En las prácticas que hicimos mis compañeros de clase durante el octavo semestre en la materia de Promoción de la salud II, fue a diferentes grupos de edad en la población, por lo que pude darme cuenta de que la etapa de la adolescencia me agrada y se me facilita más trabajando con ellos.

Por otro lado, en el año 2022, comencé a servir en una comunidad religiosa llamada “adventista del séptimo día”, trabajar con el grupo de adolescentes, se me ha facilitado y me ha motivado por lo que también me motiva el trabajar con adolescentes.

En dicha comunidad y en comunidades no religiosas, los cambios físicos mentales y sociales cambian a lo que era en una niñez, creo que he aprendido más yo de ellos que ellos de mí, en esta comunidad comencé en la participación con los adolescentes en un club llamado “conquistadores” dos años continuos hasta diciembre 2023, así mismo en el año 2023 fui directora del departamento de salud, por lo que se llevó a cabo ciertas actividades con lo que son las adicciones por sustancias, y llenándome de lo que es violencia digital, me encantaría realizar actividades como promotora de salud, en ayuda a mi comunidad adventista.

He notado que el tema de los retos virales y la violencia digital en adolescentes no es muy trabajado y mucho menos con promoción de la salud.

Desde tiempos remotos, el ser humano busca la manera de relacionarse, de comunicarse con otros seres humanos ya que somos seres sociales. Sin embargo, a lo largo de la historia, se han ido modificando las maneras en que las personas se comunican para relacionarse, como el enviar cartas, hacer llamadas, pero, la manera de comunicarse en la actualidad ha cambiado, ahora es por medio de plataformas, celulares, correos, y esto ha generado una comunicación más rápida. Esto a su vez ha generado que las personas le den buen uso, pero existe la contraparte, por lo que es usado también para hacer daño (Jorge, 2024).

La violencia digital está afectando a los adolescentes, dañando su estado de salud mental, psicológico, físico y social, por lo que la intervención de promoción de la salud junto con la participación de los adolescentes y padres de familia influiría en la mitigación de esta violencia digital.

La exposición de esta tesis se divide en tres capítulos teóricos, donde se analiza lo que es violencia digital, tipos de violencia digital, el significado de salud desde varias perspectivas, promoción de la salud, carta de Ottawa, modelo

operativo de Promoción de la Salud, redes sociales, retos virales, problemas de salud por violencia digital, la adolescencia, etc.

Como cuarto capítulo se realiza estudio en cinco adolescentes a través de metodología cualitativa a través de entrevistas, con la finalidad de conocer si han tenido o conocido a alguien con problemas debido a la violencia digital o retos virales y con ello analizan las diferencias en función del sexo y el nivel socioeconómico.

Finalmente, los resultados y análisis desde un enfoque de Promoción de la salud para la creación de entornos favorables junto a mis conclusiones como aprendizaje y como promotora de salud. Se espera que este estudio proporcione la importancia del impacto que causa la violencia digital en la salud de los adolescentes, así como recomendaciones desde un enfoque de promoción de la salud la creación de alternativas de entornos favorables.

En la parte final se anexan los anexos, y referencias que avalan esta tesis.

CAPITULO I

REDES SOCIALES Y SU USO

CONTEXTO HISTÓRICO

Desde tiempos remotos el ser humano busca la manera de relacionarse y comunicarse con otros seres humanos ya que somos seres sociales, por ende, se vuelve un acto de primera necesidad en cualquier etapa de la vida.

En toda comunicación está presente una serie de elementos sin los cuales no se llevaría a cabo este proceso tan complejo. No basta sólo con hablar, es necesario ir más allá, romper la barrera de lo superficial. No se trata solamente de transmitir información, sino de expresar ideas, opiniones, sentimientos, emociones, tanto de un lado (emisor), como del otro (receptor). Para que se logre la comunicación entre dos personas, se tiene que dar un intercambio mutuo (Gómez y Simón, 2016).

Las conversaciones que se mantienen con las personas son las que determinan las relaciones. Lo que se habla y escucha, como lo que se dice el mismo individuo, determina el mundo de acciones que es posible para todos. Por ello el desarrollo de las competencias conversacionales puede llevar a los individuos a una mayor efectividad y bienestar en su vida.

Debemos conocernos a nosotros mismos para lograr tratar a los demás, sabiendo que somos seres con limitaciones. Ponernos en nuestro sitio es la más grande victoria que puede tener el ser humano. Cuando te pones en tu sitio logras ver todo con claridad y logras ver tu alrededor como seres humanos que, como tu merecen ser tratados de manera respetuosa, ese es el primer paso para lograr relaciones interpersonales exitosas.

Todo ha estado evolucionando y junto con esa evolución, la manera de comunicarse, ahora las redes sociales son el presente y es la manera más usada de comunicarse entre los jóvenes, adultos, ancianos y hasta niños.

Por lo tanto, debido a la parte de desarrollo social en la comunicación de las personas es importante, anteriormente se utilizaba el teléfono fijo, buzón en el domicilio, posteriormente, correos electrónicos, llamadas y mensajes de texto por celular, evolucionando a ser indispensables, junto con ello las redes sociales, donde se puede subir fotos, comentarios, *likes* a cualquier persona y en cualquier parte del mundo.

La popularidad y la moda de tener redes sociales, es parte de este siglo, en la que cualquier persona conoce al menos una red social. Es parte del presente que incluso los niños las identifican.

REDES SOCIALES DE FACEBOOK, YOUTUBE Y TIKTOK

Definiciones y conceptos:

Redes sociales

Las redes sociales tal como dice Ingrid Nass de Ledo (2011):

Actúan como puntos de encuentro donde es posible acceder a información, compartir impresiones, consultar archivos y recursos disponibles a tiempo real, como es el caso de Facebook, Twitter, YouTube, Instagram, etc. Pero aún más útil que tan solo el intercambio de fotos, videos o mensajes es la creación de otra clase de redes sociales, aquellas que tienen como fin el apoyo y la difusión de diversos temas. (...) El efecto de las redes sociales es exponencial y las posibilidades no tienen límites. Es sorprendente el número de usuarios que crece cada día y es parte de este nuevo y dinámico mundo (pág. 133).

En este trabajo de tesis, las plataformas en las que se tomaran en cuenta son *YouTube, Facebook y TikTok*. Considero que estas plataformas son las más utilizadas ya que de cierto modo son entretenimiento para todos.

Las redes sociales, son usadas para diversas actividades como tutoriales, música, *reels* naturaleza, noticias, capsulas, películas, violencia, etc.

Según *Abello Madariaga* (1999), las redes sociales tienen características:

Cuantitativas

Número de miembros (tamaño)

¿Con que frecuencia son utilizados?

Tamaño de la red

Funciones

Cualitativas

Amistad

Protección de datos

Etc. (págs. 116-135)

Para *Burgueño* (2009), los tipos de redes sociales destacan:

Redes sociales directas: Redes sociales horizontales:

Estos no son temas subjetivos, sino que están enfocados a la audiencia en su conjunto enfocándose en la comunicación y el propósito principal de comunicarse a través de sus herramientas. Los más famosos son Facebook. Burgueño (2009) ve las redes sociales como una red que se enfoca en todo tipo de usuarios y no en un solo segmento del mercado (Burgueño, 2009).

Redes sociales verticales:

Se especializan y centran en analizar los intereses de sus usuarios con la intención de proporcionar un ambiente en el que puedan intercambiar gustos (Burgueño, 2009).

Redes sociales por temática:

Son los que se centran en el aspecto objetivo común que tienen los usuarios, con la finalidad de que compartan experiencias y conecten grupos a través de su profesión (Xing y LinkedIn) (Burgueño, 2009).

Redes sociales por su actividad:

Estas unen a sus usuarios para jugar e interactuar en diferentes aspectos como el entretenimiento o la fotografía. La red social más representada en este ranking es Twitter, que se ha vuelto muy popular a través de SMS (Burgueño, 2009).

Redes sociales por contenido compartido:

Redes sociales donde los usuarios trabajan juntos para compartir y comentar contenido. Puede concentrarse en fotos (Flickr o Instagram), música (Last.fm o Grooveshark), videos (YouTube), libros (Scribd), programas 25 (Slideshare), mensajes (Menéame) o Library thing. (Servicio Central de la Biblioteca de la Universidad Autónoma de Madrid, 2013) (Burgueño, 2009).

Redes sociales verticales profesionales:

Tiene como propósito que sus usuarios generen relaciones en el ámbito profesional (Burgueño, 2009).

Redes sociales verticales de ocio:

La finalidad es reunir a colectivos que promueven actividades lúdicas y deportivas, así como a aficionados de videojuegos, entre otros (Burgueño, 2009).

Redes sociales indirectas

El (SCBUAM, 2013), destaca que se trata de actividades en donde un perfil que no es visible para todo el mundo comparte información sobre un tema o controla la misma, estas pueden ser blogs y foros (Burgueño, 2009).

En algún momento utilizamos las redes sociales, por tanto, existen ventajas y desventajas de su uso.

Ventajas:

- Envío rápido de archivos
- Participar en foros, debates o cursos
- Brinda oportunidades de aprendizaje
- Facilita la publicidad de productos
- Ayuda a los policías de investigación de algún delito, pues, pueden ver el perfil de las personas.

Desventajas:

- Cualquier persona, así sea peligrosa, puede tener información libre sobre otras, dañar cuentas y realizar amenazas.
- Esto elimina la oportunidad de conocer personas del mismo ambiente, lo cual conlleva a alejarse de la familia, amistades, compañeros, etc.
- Dar confianza a un desconocido.

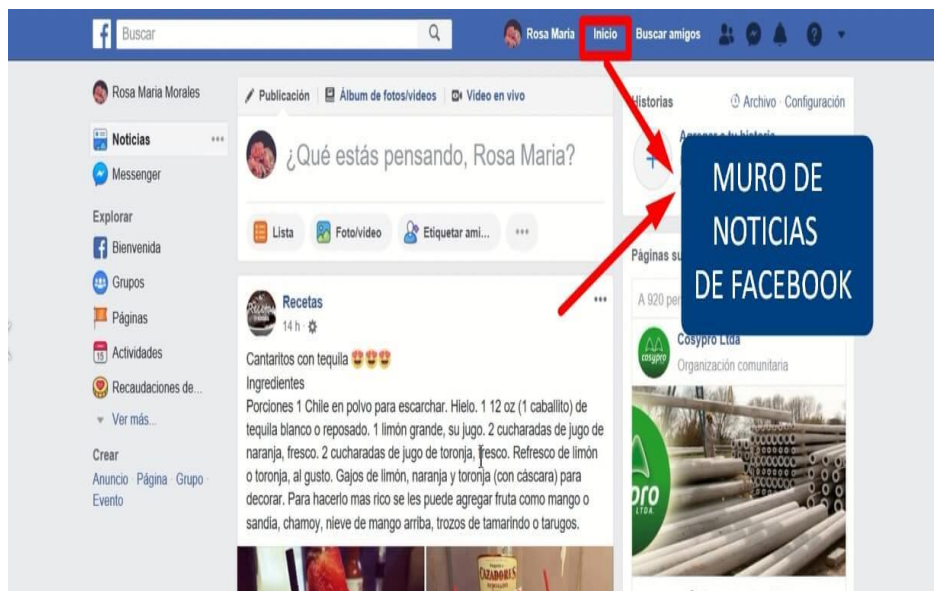
Facebook

Al igual que en todas las redes sociales, lo primero en esta red social es crear un perfil y conseguir contactos que formen parte de su comunidad. Facebook es una red donde prima la información personal de los perfiles. A la hora de crear un perfil o página hay que tener en cuenta que la foto de perfil es una imagen importante ya que aparece en cada publicación, mensaje, información, comentarios que se haga. Facebook, tiene las siguientes funciones (SUMMA, 2024).

Muro

En este lugar aparecen ordenadas cronológicamente, en función de los intereses, del seguimiento de determinados perfiles o páginas y de características específicas que establece el algoritmo de Facebook, las publicaciones de la comunidad junto con los anuncios que pueden ser interesantes para el perfil (SUMMA, 2024), como se puede apreciar en la fig. 1.

Fig. 1

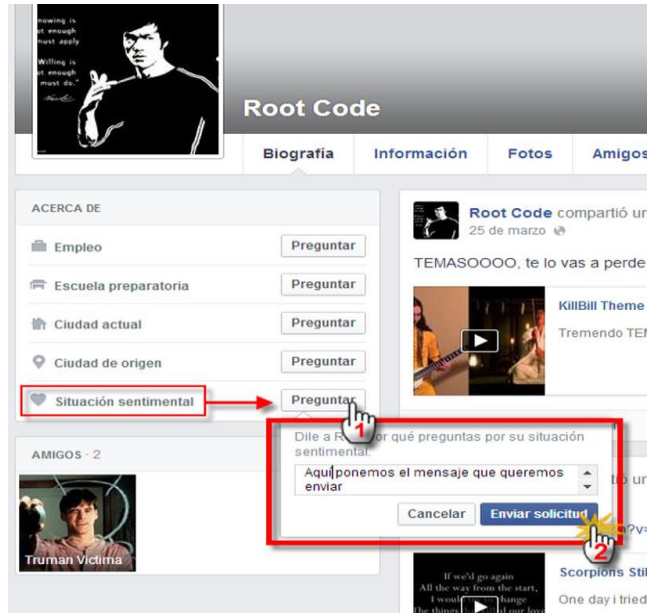


Nota: adaptado de *Diferencia entre el muro de noticias y el muro personal de Facebook por Mayores conectados*, 2021, <https://mayoresconectados.com.ar/muro-de-noticias-y-muro-personal-facebook/>

Información

“Es el lugar donde se recoge la descripción del perfil o página” ver fig. 2

Fig. 2



Nota: adaptado de informática-fotografía-composiciones por Pérez, Ignacio, 2014, Informática-Fotografía-composiciones: ¿Tu información personal oculta? Pregúntale a Facebook
<https://imagenmar.blogspot.com/2014/06/tu-informacion-personal-oculta.html> ook

Amigos/Comunidad

“Se llama amigos al grupo de personas que el perfil sigue y/o le siguen. Comunidad es el nombre que se le da a los miembros que están interesados en una determinada página de una marca, empresa, organismo, etc.” (SUMMA, 2024)

Notificaciones

Si gestionas un perfil, aquellos datos de interés sobre publicaciones de perfiles o páginas que sigues, actualizaciones de otros perfiles o páginas, información sobre la gestión de las páginas que se administra y cualquier información de interés que establezca el algoritmo de Facebook aparece en la imagen del símbolo del mundo. En el caso de las páginas este aparece

en el apartado con dicho nombre en la parte superior pero solo centrado en información de interacciones o información sobre las publicaciones de la página (SUMMA, 2024).

Messenger

Facebook, al igual que el resto de las redes sociales, también tiene una opción de contactar mediante mensaje privado con el resto de los usuarios mediante la aplicación conocida como Messenger. En el caso de perfiles da la posibilidad de contactar con cualquiera que esté en Facebook siempre y cuando la otra persona admita el mensaje. En el caso de páginas sólo se puede contactar con aquellos que forman parte de la comunidad o han interactuado con alguna publicación (SUMMA, 2024).

Messenger también permite el realizar videollamadas y llamadas de voz, y poder convertirlo en una sala de chat si quieres agregar más personas a la conversación (SUMMA, 2024).

Cuando vamos a realizar una publicación utilizaremos el cuadro de texto de Facebook que incluye la pregunta ¿Qué estás pensando? y que contiene una serie de botones. Aparte del texto que se redacte en las publicaciones podemos incluir con los botones fotos, un video, un sentimiento, una etiqueta o una localización, entre otros. Tanto las fotos como los videos tienen la opción de etiquetar a otros perfiles, esta opción facilita la posibilidad de comunicar directamente la publicación (SUMMA, 2024).

En el caso de los perfiles, a la hora de publicar también podemos configurar el grado de privacidad de dicha publicación señalando quienes queremos que vean dicha publicación. (SUMMA, 2024)

YouTube

Es el segundo sitio web con mayor tráfico a nivel mundial” (Viscaíno-Verdú, Constreras Pulido, & Guzmán Franco, 2019), que permite a sus usuarios subir vídeos para que otros puedan consumirlos en cualquier momento y de manera Online. Es una especie de televisión a la carta por Internet. Todo el mundo puede crear una cuenta en ella y ofrecer sus propios vídeos al resto del mundo. Es también considerado un espacio omnipresente y una red social con perfil propio, en donde lo que determina el vínculo entre usuarios no es el texto escrito, sino el relato audiovisual (vídeos) en el que “los jóvenes pasan a difundir ideas, creencias y costumbres (Viscaino-Verdù et al, 2019)

En este sentido, es un escenario a través del cual, las marcas de empresas comerciales, las instituciones, grupos e individuos pueden comunicar sus valores y mensajes de forma potencial. Con muchos productos y formas de ver sus vídeos, se ha convertido en algo que forma parte de nuestra vida cotidiana, ya sea para ver vídeos de humor, seguir a nuestro creador de contenido favorito, ver algún tutorial o escuchar música y se podría decir que es imprescindible, sobre todo para los jóvenes que han ido creciendo con la plataforma.

Sin embargo, como veremos más adelante, con el tiempo, es utilizada esta plataforma como herramienta de violencia.

En el año 2006, *YouTube* implementó la idea de las “famosas cinco estrellas”, para que los usuarios mostraran el nivel de agrado hacia un vídeo.

En 2010 se empezó a utilizar algo parecido a su algoritmo actual, para recomendar vídeos de interés a sus usuarios teniendo en cuenta aspectos como su edad, género, ubicación y de más características. También en este año surgieron los pulgares del “Me gusta” y “No me gusta”. Y a partir de 2020 dejaron de verse los no me gusta ya que los *Rewinds* de 2018 y 2019 fueron apabullantemente criticados.

Otro cambio en este mismo fue el diseño que lo modernizó y lo llevó a ser lo que es hoy. Entre estos cambios encontramos el nuevo logotipo de la plataforma, la opción de ver vídeos en vertical si así han sido creados, la posibilidad de adelantar o atrasar el vídeo 10 segundos, cambiar la velocidad de este, el modo oscuro de la interfaz, además de una buena adaptación para teléfonos móviles o Smart TV. Todo esto define al YouTube actual, aunque, siempre cabe la posibilidad de mejorar en algunos aspectos en el futuro.

Al ser concebida por sus creadores como una plataforma para alojar contenidos audiovisuales, de casi toda índole, tiene muchas otras posibilidades y funcionalidades, como:

- Crear un canal propio
- Permite suscribirse a otros canales y ser avisados cuando el usuario en cuestión sube un nuevo vídeo
- Se pueden hacer comentarios de los vídeos que se han visto, así como expresar la opinión mediante el uso de *likes* o *dislikes*
- Permite emitir vídeos en directo y luego dejarlos alojados en la plataforma o no. (Función útil de promoción, para eventos *Online*)
- También se puede ganar dinero a través de ella. (A partir de tener una cuenta en donde se introduce publicidad para conseguir ingresos recurrentes. De hecho, hay personas que se dedican profesionalmente a subir vídeos a esta web con esta finalidad, además de para aportar contenido informativo).
- Se ha convertido actualmente en una profesión que son los *youtubers*.
- A nivel profesional, muchas marcas ya llevan tiempo poniendo en práctica la técnica del video marketing.
- Su algoritmo permite ver un contenido de interés y a su término, la plataforma vincula de manera automática con otro video del mismo tema.

YouTube también ha sido fuente o por lo menos distribuidora de los ya mundialmente conocidos como memes. A lo largo de los años siempre hay algún que otro vídeo que se hace viral, con muchas visualizaciones y compartido por todas las redes sociales. Pero, en otras ocasiones, vídeos y memes que se han generado en otros sitios web, son visionados por millones de personas. La diversidad de vídeos virales ha ido creciendo con los años. Desde canciones absurdas a vídeos de lo más creativos. Los memes y el humor viral no para en ningún momento. Incluso hay quien ha recopilado los vídeos virales creados hasta la fecha del décimo aniversario de la plataforma.

Las políticas de seguridad y privacidad en *YouTube* establecen los comportamientos y normas de uso que deben seguir los usuarios. En este punto se hace hincapié en el respeto a la privacidad y a los grupos más vulnerables, como pueden ser los menores de edad.

Se hace énfasis a las exigencias y limitaciones en cuanto a la publicación de contenido en *YouTube*. Así, están prohibidos los vídeos que contengan:

- Desnudos totales o parciales y contenido pornográfico.
- Contenido que anime a otros, especialmente menores de edad, a realizar actos peligrosos.
- Escenas de violencia excesiva y gratuita.
- Incitación al odio entre personas o razas.

YouTube al ser una plataforma que contiene de manera libre una cartelera sin fin de videos, cualquier persona puede tener acceso a cualquiera y si esto ha estado cambiando a la sociedad, sobre todo a los menores de edad, ya que imitan lo que ven.

La influencia de los *youtubers* en niños y adolescentes es parte de la plataforma. En un artículo de *El Economista*, se habla sobre un estudio realizado por *Lingokids*, una plataforma digital especializada en el aprendizaje de inglés

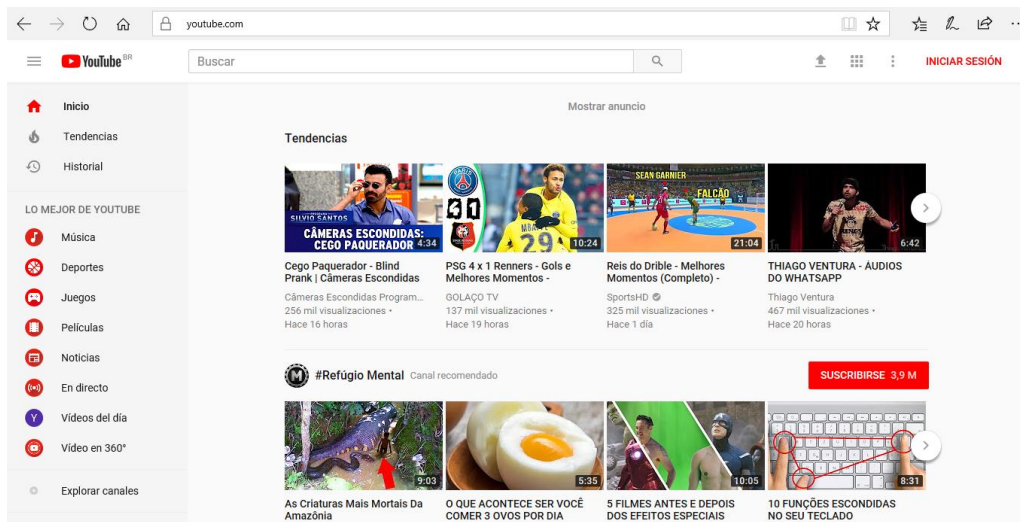
para niños de 2 a 8 años (2019) El estudio consistía en preguntarle a estos niños qué querían ser de mayores, pudiendo elegir tres opciones dentro de las catorce posibles. Los resultados sorprendieron, ya que, dentro de las cinco profesiones favoritas mencionadas por los niños, el 16% fue la de ser *youtubers* (*gamers* y *bloggers*). La explicación a esto se escribe en el propio artículo: “A edades tempranas, las respuestas de los niños acerca de qué quieren ser de mayores vienen condicionadas por el imaginario infantil, por lo que ven en el cine o la televisión o por sus propios gustos o aficiones. Por eso es frecuente que quieran ser futbolistas, bomberos, veterinarios, profesores. La elección de la profesión de *youtuber* denota, por un lado, la influencia que comienza a ejercer Internet y las redes desde el inicio de nuestra vida, y por otro, los hábitos de consumo de los más pequeños respecto a los contenidos que ven en los dispositivos electrónicos”.

Es interesante destacar el cómo Internet y las redes sociales están empezando a implementarse en el crecimiento de los niños, llegando a preguntarnos cómo será el resultado dentro de unos años, en un contexto de crisis económica e incertidumbre laboral.

La plataforma no es mala, es una herramienta que podría ser de mucha ayuda en temas que necesita y es importante para la vida de cada persona, sin embargo, es utilizada como herramienta para ejercer violencia. Ver fig. 3

Figura 3

Página de inicio de Youtube



Nota: Esta figura demuestra la página principal de youtube.

Las redes sociales forman parte de nuestros días, forman parte de la vida de la mayoría de los seres humanos, ya que lo incluyen en las actividades de sus vidas. Todas estas han tenido su historia y diferente uso, como publicar contenidos, sin embargo, son utilizadas todas en casi todo el mundo. Es posible que las redes sociales son utilizadas no solamente para un desarrollo comunitario favorable, sino que contenga problemas que afectan la vida social de las personas.

Los anteriores conceptos se esclarecerán con el tema en lo que sigue. A su vez se complementa con la adolescencia, y es justo lo que sigue y así poder tener la mejor visión de problema de salud en redes sociales.

TIKTOK

Durante el aislamiento causado por la pandemia de COVID-19 se convirtió en la aplicación más descargada y usada. A diferencia de Instagram, Tik Tok pone en acción a la juventud porque participan activamente de las tendencias que incluyen challenges de baile, actuaciones, tutoriales, entre otros. En esta plataforma coexisten distintos tipos de entretenimiento; sin embargo, su algoritmo secreto pone en duda si visibiliza en

mayor medida a jóvenes que cumplen con ciertos estereotipos de belleza (Quiroz, 2020).

El aislamiento a partir de la pandemia COVID-19, cambió nuestras vidas de forma imprevisible y lo virtual comenzó a reemplazar el mundo del trabajo, de las relaciones interpersonales y el modo de entretenimiento (Quiroz, 2020).

TikTok, en su web oficial se presenta como el principal destino para videos móviles de formato corto, esto es así porque a diferencia de la tradicional plataforma YouTube, TikTok permite subir videos que duren de 6 a 15 segundos (y encadenar como máximo cuatro videos durante un total de 60 segundos). La aplicación se navega hacia abajo y al no saber qué es lo que viene en el próximo video, genera una gran adicción y entretenimiento (Quiroz, 2020).

Al abrir la aplicación de TikTok, el usuario se encuentra con una interfaz distinta a la de otras redes sociales: una sección llamada «Para ti» y otra de «Seguidores». Allí se dividirán los videos entre los de las personas que la aplicación cree que pueden interesarte y los de las personas que seguís, respectivamente (Quiroz, 2020).

Debajo, se encuentra un espacio para la descripción, el audio o la música y los efectos de imagen utilizados, al hacer clic en estos elementos, se puede usar para hacer tu propia versión. Del lado derecho del video, se encuentra las opciones para compartir al video o reaccionar al mismo (Quiroz, 2020).

También TikTok destaca que «tienen como misión inspirar la creatividad y brindar alegría» (TikTok, 2020). Los usuarios, que son en su mayoría jóvenes de 16 a 24 años (Podium, 2020), dejan de ser receptores pasivos de contenido multimedia, para convertirse en los protagonistas de una infinidad de challenges (desafíos) (Quiroz, 2020).

(...) la generación digital busca experiencias y no simplemente contenido, por lo que TikTok cumple con los requisitos para ser la favorita: su plataforma es una completa experiencia interactiva para los jóvenes (Quiroz, 2020).

Al subir tus primeros videos, te premia con un pico de visualizaciones y luego si no se mantiene una creación de contenido constante, puedes caer en el olvido (Quiroz, 2020).

En los últimos tres años TikTok se ha convertido en una red muy popular, siendo la aplicación más descargada y la segunda más utilizada por adolescentes y preadolescentes (32,5%) (Montag et al., 2021). Es una plataforma que permite crear e imitar vídeos, sus contenidos incluyen bailes, memes, retos, uso de filtros, y se caracteriza porque su algoritmo facilita la viralización de los videos mediante sugerencias personalizadas y la creación de tendencias (trend). Esto incrementa su carácter adictivo y el poder que ejercen los tiktokers (Xu et al.,2020), como referentes en los procesos de formación de la identidad juvenil citado en (Muñoz et al., 2003)

Aunque TikTok tiene filtros y directrices que prohíben la violencia, el acoso y la discriminación, algunas investigaciones han advertido que presenta riesgos como la disociación entre el yo real y virtual, la vulnerabilidad ante la exposición pública (Bossen y Kottasz, 2020; Soriano Ayala, 2022) y el acoso afectivo, sexual hacia mujeres jóvenes (Instituto de las mujeres, 2022). También se señala que la representación de las mujeres tiende a la cosificación, hipersexualización y subordinación (Kennedy, 2020; Khattab, 2020). Al respecto, el Consejo del Audiovisual de Cataluña (CAC) ha alertado sobre la elevada presencia de contenidos protagonizados por adolescentes o jóvenes que objetivaban y sexualizan a las mujeres, acompañados de mensajes vejatorios, el autor lo cita en (CAC, 2021) (Muñoz et al., 2003).

CAPITULO II

ADOLESCENCIA

“La adolescencia es una etapa entre la niñez y la edad adulta. Según la OMS (Organización Mundial De La Salud) la adolescencia es la etapa que transcurre entre los 10 y 19 años, considerándose en dos fases: Adolescencia temprana (10-14 años) y adolescencia tardía (15 -19 años)” (OMS, Organización Mundial de la Salud, 2024).

Cada una tiene sus características, sin embargo, en esta investigación se enfoca en la adolescencia temprana.

Papalia, Wedkos y Duskin (2004) sugieren que “la adolescencia puede considerarse una construcción social en donde se reconoce un prolongado periodo de transición en el cual se realiza una transformación del desarrollo entre la niñez y la edad adulta” (pág. 461).

Susana Quiroga (2004) planteó lo siguiente:

(...) la adolescencia es un fenómeno multideterminado, la cual se ve atravesada por factores biológicos, psicológicos, cronológicos, y sociales. Entre los aspectos biológicos que conforman a la adolescencia se encuentra la pubertad. La misma es definida y entendida por varios autores como parte y desencadenante de la adolescencia” (pág. 15).

Andrea Seoane (2015) citó y está de acuerdo con lo siguiente:

Amorín (2008) propone que, “etimológicamente el término pubertad remite a la “aparición de vellos”, y la relaciona con fenómenos biológicos como la maduración gonadal y los efectos en los caracteres sexuales primarios y secundarios, asimismo plantea que ésta se encuentra dentro de la adolescencia temprana” (pág. 9).

Susana Quiroga (2004) mencionó lo siguiente:

Llama pubertad al momento de la vida en que los procesos biológicos prepuberales empiezan a tener efectos visibles en el cuerpo, permitiendo el desarrollo de caracteres sexuales primarios y secundarios que darán lugar a aspectos físicos llamativos que conformarán la apariencia femenina y masculina” (pág. 18).

Algunas características de la adolescencia son las siguientes:

1. *Crecimiento corporal dado por aumento de peso, estatura y cambios de la forma y dimensiones corporales. Al momento de mayor aceleración de la velocidad de crecimiento en esta etapa, se le denomina estirón puberal.*
2. *Se produce un aumento de la masa muscular y de la fuerza muscular, más marcado en el varón, acompañado de un aumento en la capacidad de transportación de oxígeno, incremento de los mecanismos amortiguadores de la sangre, que permiten neutralizar de manera más eficiente los productos químicos derivados de la actividad muscular, también se produce un incremento y maduración de los pulmones y el corazón, teniendo por tanto un mayor rendimiento y recuperación más rápida frente al ejercicio físico.*
3. *El incremento de la velocidad de crecimiento, los cambios en la forma y dimensiones corporales los procesos endocrinos, metabólicos y la correspondiente maduración, no siempre ocurren de manera armónica, por lo que es común que presenten torpeza motora, incoordinación, fatiga, trastornos del sueño, que pueden generar trastornos emocionales y conductuales de manera transitoria.*

4. *El desarrollo sexual está caracterizado por la maduración de los órganos sexuales, la aparición de los caracteres sexuales secundarios y el inicio de la capacidad reproductiva.*
5. *Los aspectos psicosociales están integrados en una serie de características y comportamientos que en mayor o menor grado están presentes durante esta etapa, que son:*
 - *Búsqueda de sí mismos y de su identidad, necesidad de independencia.*
 - *Tendencia grupal*
 - *Evolución del pensamiento concreto al abstracto. Las necesidades intelectuales y la capacidad de utilizar el conocimiento alcanzan su máxima eficiencia.*
 - *Manifestaciones y conductas sexuales con desarrollo de la identidad sexual.*
 - *Contradicciones en las manifestaciones de su conducta y constantes fluctuaciones de su estado anímico.*
 - *Relaciones conflictivas con los padres que oscilan entre la dependencia y la necesidad de separación de estos.*
 - *Actitud social reivindicativa: en este período, los jóvenes se hacen más analíticos, comienzan a pensar en términos simbólicos, formular hipótesis, corregir falsos preceptos, considerar alternativas y llegar a conclusiones propias.*
 - *La elección de una ocupación y la necesidad de adiestramiento y capacitación para su desempeño.*

- *Necesidad de formulación y respuesta para un proyecto de vida.* (Pineda Pérez & Aliño Santiago, 1999).

Precisamente, la parte psicosocial de esta edad es importante en este tema, ya que más adelante, intentare demostrar, como se vincula con las redes sociales y detallarlo aún más con el diagnóstico comunitario.

Uno de los aspectos más importantes en el uso de las redes sociales es que hacen posible desarrollar su identidad ya que se presentan, contactan, se relacionan compartiendo fotografías, vídeos. Conforman comunidades afines por gustos o intereses (Meso et al, 2011)

En muchos casos, la mejora de la autoestima viene dada por las buenas respuestas de los demás ante lo que se comparte, es decir, colgar una foto y recibir *likes* y comentarios positivos, hacen que su seguridad crezca. Sin embargo, según las redes sociales han desarrollado actitudes narcisistas en la concepción y representación de la identidad. La creación de su identidad está influenciada por el círculo social que crean a partir de temas e intereses comunes.

En esta misma línea, tener un perfil en una red social, se convierte en una forma de exhibicionismo personal, enseñan quienes son sus amigos, familia, lugares que visitan, exponen sus opiniones y emociones.

Por lo anterior, los adolescentes, pueden tomar ciertas conductas de riesgo, considero necesario exponer que se entiende por riesgo, ya que este tipo de comportamiento está ligado al riesgo.

De acuerdo con Dina Krauskopf (1995)

Riesgo implica la probabilidad que la presencia de una o más características o factores incrementa la aparición de consecuencias adversas para la salud, el proyecto de vida, la supervivencia personal o de otros. El conocimiento del riesgo da una medida de la necesidad de atención y la integridad de los factores que se toman en cuenta, aumenta la posibilidad de que la intervención sea adecuada (pág. 3).

Dicho esto, el riesgo podría afectar tanto en la vida del adolescente que no podría tener reparación y peor aún provocar morbilidad y mortalidad en los adolescentes.

VIOLENCIA DIGITAL

La violencia según la Real Academia Española es “1. Cualidad de violento. 2. Acción y efecto de violentar. 3. Acción violenta o contra el natural modo de proceder” (RAE,2006).

Iván Nieto (2015) coincide y cita a Serrano y Morales (2012), sobre la siguiente afirmación:

“la violencia está inscrita y modelada en la cultura, internalizada en nuestras mentes y objetivada en prácticas sociales, con tan profundo impacto en la vida individual interpersonal y colectiva, que se ha ido imponiendo como forma de cultura dominante. El concepto utilizado de comportamiento agresivo indica que las conductas disociales pasan a convertirse en actos violentos a través del no respeto del otro en la relación de convivencia”.
(pág. 26)

La Organización Panamericana de la Salud (2024) define la violencia como “el uso deliberado de la fuerza física o el poder ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte” (OPS)

Johanna Olascoaga y Yesenia Rosario (2022) se basan y citan a Sarker (2006) en la siguiente idea:

“las nuevas tecnologías han logrado expandir la forma de comunicación e interacción, facilitando el intercambio de información de manera rápida y simple. Los jóvenes se adaptan

a las nuevas tecnologías de forma práctica y la utilizan como medio para establecer vínculos con sus pares, descargar archivos y buscar información, formando así su propio sistema cultural” (pág. 1).

Es así como Johanna Olascoaga y Yesenia Rosario (2022), coinciden como punto de discusión a Trujano (2009) sobre lo siguiente:

La violencia en los medios digitales puede manifestarse de distintas maneras y en diversos contextos; lo que facilita la perpetración de expresiones violentas, las cuáles son ejercidas de forma individual o grupal. Además, estos medios adquieren la ventaja de esconder en el anonimato a los responsables de dichos comportamientos y, a su vez, propagar la información a toda la red virtual (Trujano, 2009, p. 22).

ARTÍCULO 20 Quáter.- Violencia digital es toda acción dolosa realizada mediante el uso de tecnologías de la información y la comunicación, por la que se exponga, distribuya, difunda, exhiba, transmita, comercialice, oferte, intercambie o comparta imágenes, audios o videos reales o simulados de contenido íntimo sexual de una persona sin su consentimiento, sin su aprobación o sin su autorización y que le cause daño psicológico, emocional, en cualquier ámbito de su vida privada o en su imagen propia (Unión, 2022).

A esta edad surgen muchas dudas y miedos entre los padres. Internet y las redes sociales han revolucionado el entorno educativo y la presencia del maltrato entre iguales y del uso de la violencia verbal o física entre los niños ha generado grandes inquietudes en no pocas familias. El bullying y el ciber bullying son fenómenos que están tristemente en la actualidad (Milán Fitera, 2018).

Las redes sociales son el espejo de la humanidad. Son el lugar donde todos sus usuarios se muestran abiertos al mundo, enseñando sus vidas casi al

completo, sus gustos, sus emociones y sus pensamientos. Aquí surgen dos puntos de vista posibles, puesto que podríamos decir que son un reflejo incluso más real que la propia realidad, valga la redundancia, ya que las personas se abren y enseñan todo aquello que los conmueve o les atrae, cosa que sólo ocurre en ocasiones muy específicas en la vida real. Sin embargo, también podemos pensar que es un reflejo demasiado distorsionado, debido a la constante presión de intentar demostrar que tenemos una vida perfecta, aunque no sea así.

En el lado negativo se dan la presión social o el *ciberbullying*, la cual se ve más adelante del trabajo. En el lado positivo se dan la conectividad y la interacción social, las facilidades en muchos aspectos, el acceso libre a información de todo tipo o, el punto que nos afecta, la representación de la diversidad.

Dentro de este ámbito, también se puede decir que las redes sociales se convierten en una vía de escape para otros/as muchos/as jóvenes. Aquellos/as que tienen dificultades para comunicarse y conocer gente en persona, se sienten más cómodos entablando una conversación o relación por chat y mediante mensajes privados. Las redes sociales, permiten expresar sus sentimientos y emociones sin el temor de pasar vergüenza o hacer el ridículo.

Fernanda Morocho (2019) cita las ideas de los siguientes autores, destacando una puntual manera de observar las redes sociales como medios de gran expresión:

Son las potencialidades de Internet, tales como el anonimato, la flexibilidad y la facilitación de múltiples interacciones, así como de lenguajes y medios de expresión, las que estimulan a las personas introvertidas a comunicarse con otros (Gross, 2004; Williams y Merten, 2008). Así pues, “las redes sociales son un espacio de libre acceso donde entra todo tipo de gente” (Echeburúa y Requesens, 2012:23) Por su parte Liu, Zhang, Ye y Liu (2018) en su investigación, concluyen que “la extroversión, la timidez, la soledad y el narcisismo son características de la personalidad que influyen en el intercambio social y en el uso de las redes sociales” (págs. 10-11).

En algunas otras formas de violencia como el delito de producción y/o difusión de imágenes de abuso sexual infantil (pornografía infantil) y otros relacionados con la corrupción de menores, no los analizaremos en profundidad. Tampoco se estudiarán cuestiones también de gran gravedad como son la trata de menores, la explotación sexual, las redes de pedofilia o pederastia, etc.

CLASIFICACIÓN DE VIOLENCIA DIGITAL

SEXTING SIN CONCENTIMIENTO

El termino sexting es el resultado de la contracción de sex (sexo) y texting (envío de mensajes), y se utiliza para denominar el intercambio de mensajes o material online con contenido sexual. El mismo aparece utilizado por primera vez en 2005, en el Sunday telegraph por Yvonne Roberts, en un caso de infidelidad entre personas adultas en el que una de ellas enviaba contenido sexual a sus amantes (Save the children, 2019).

Por lo tanto, se define como “conductas o prácticas entre adolescentes consistentes en la producción de cualquier tipo de imágenes digitales en las que aparezcan menores de forma desnuda o semidesnuda y en su transmisión a más menores, ya sea a través de la telefonía móvil o el correo electrónico, o mediante su puesta a disposición de terceros a través de internet”. Pueden ser fotos propias en posturas provocadoras o con desnudos; o bien fotos o vídeos en el momento de las relaciones sexuales que se envían a otras personas. Los y las adolescentes han incorporado esta práctica a su forma de relacionarse, pero no son conscientes de que el sexting es una conducta de alto riesgo (Save the children, 2019).

Desafortunadamente, en el momento en que el mensaje es enviado, escapa del control de quien lo envía. El contenido

puede ser compartido o difundido sin saberlo a otras personas. El sexting sin consentimiento es una forma de violencia, ya que la víctima no da su autorización para su difusión. Así, desemboca en otras formas de violencia como el ciberacoso o la difusión de pornografía infantil que acaba compartida en una red en manos de quienes abusan de menores online. Existe un fenómeno relativamente reciente que puede calificarse como sexting sin consentimiento llamado “pornografía de venganza”, que se caracteriza por la difusión de imágenes íntimas, habitualmente de la expareja, con el objetivo de dañarla y humillarla públicamente. Un ejemplo claro de cómo las formas de violencia ocurren a la vez: violencia en la pareja o expareja, sexting sin consentimiento (si incluye elementos sexuales) y ciberacoso (Save the children, 2019).

Los adolescentes como parte de su desarrollo tienden a tener relaciones amorosas en las que pueden caer en este tipo de prácticas, por lo que es importante señalar la importancia de este tema a los adolescentes para que su intimidad no sea difundida.

SEXTORSIÓN

El término sextorsión es una contracción de la palabra sexo y extorsión. Como su nombre indica, se trata del chantaje o amenaza de publicar contenido audiovisual o información personal sexual; en este caso, de un adolescente. Así, se entra en la dimensión online del chantaje que puede durar horas, meses o años, y que puede llevarlo a cabo una persona tanto conocida como desconocida por la víctima (Save the children, 2019).

Esto puede suceder, por ejemplo, en el caso de que un adolescente se encuentre jugando en *online* y conoce el perfil de una mujer, en el que ella puede ganarse su confianza y pedirle fotos o videos sexuales, y si la otra persona lo envía, la mujer puede pedirle dinero a cambio de no difundir el contenido íntimo.

También puede pasar viceversa, un hombre que se gane la confianza de una adolescente para extorsionarla.

Además, es muy poco probable que la persona que lo sufre pida ayuda, ya sea porque se siente avergonzada, culpable, o tenga miedo de que se difunda su material íntimo. En la mayoría de las ocasiones, el o la adolescente teme que su círculo familiar y de amistades descubran que ha compartido material sexual (Save the children, 2019).

En cuanto a sus características, existen cuatro elementos esenciales en la sextorsión, que ayudan a concretar una definición completa (Save the children, 2019).

Material: *El objeto del chantaje es un contenido que suele ser íntimo, explícito o embarazoso, normalmente sexual, y que la víctima desea mantener privado. El contenido puede haber sido compartido por la víctima de forma voluntaria, a través del sexting, o no, incluso mediante engaño (Save the Children, Del bullying al cyberbullying: la violencia en redes se vuelve viral, 2019).*

Amenaza: *Este elemento es determinante para la sextorsión. Se trata del escenario que la víctima quiere evitar (normalmente la difusión del material) y es utilizado por quien chantajea para conseguir su objetivo (Save the children, 2019).*

Valor: *El valor es aquello que se pretende conseguir del adolescente. El objetivo puede ser obtener dinero, más material, o que la víctima haga algo. A diferencia del sexting sin consentimiento, en la sextorsión necesariamente debe contar con este elemento (Save the children, 2019).*

Internet: *Internet será el medio para la extorsión, que se dará a través de redes sociales, páginas webs, chats, servicios de mensajería instantánea, etc. (Save the children, 2019).*

CIBERACOSO Y CYBERBULLYNG

Es una violencia entre iguales que consiste en el hostigamiento hacia una víctima, a través de mensajes, imágenes, vídeos o comentarios, todos ellos con intención de dañar, insultar, humillar o difamar. A diferencia del acoso, no hay contacto directo cara a cara y se prolonga más en el tiempo a causa de la viralización del contenido mediante su difusión, perdiendo de control sobre el mismo. El contenido, una vez publicado digitalmente, puede ser reproducido y reenviado infinitas veces. Así, la viralización de los contenidos hace que el acoso incluso se dé entre niños y niñas que no se conocen entre sí, mediante insultos en comentarios online (Save the children, 2019).

Cuando el acoso ocurre en línea, la víctima siente como si la estuvieran atacando en todas partes, hasta en su propia casa. Puede parecerle que no hay escapatoria posible. Las consecuencias pueden durar largo tiempo y afectar a la víctima de muchas maneras (infancia, 2024):

Mentalmente. Se siente preocupada, avergonzada, tonta o tonto y hasta asustada (o) o enfadada (o).

Emocionalmente. Se siente avergonzada (o) y pierde interés en lo que le gusta.

Físicamente. Se siente cansada (o) (pierde el sueño) o sufre dolores de estómago y de cabeza (infancia, 2024).

Esto puede llevarte a aislarte de tus amigos y familiares, a tener pensamientos negativos y a sentirte culpable por las cosas que has hecho o dejado de hacer, y a creer que te están juzgando negativamente. También es habitual sentirse solo y abrumado, y sufrir dolores de cabeza, náuseas o dolores de estómago frecuentes.

Puedes perder la motivación para llevar a cabo las cosas que normalmente te gustan y sentirte aislado de las personas que quieres y en las que confías, lo que podría perpetuar los sentimientos y pensamientos negativos que afectan negativamente a tu salud mental y a tu bienestar.

Faltar a la escuela es otro efecto frecuente del ciberacoso que puede afectar a la salud mental de los jóvenes, y llevarlos a utilizar sustancias como el alcohol y las drogas o a desarrollar comportamientos violentos para hacer frente a su dolor psicológico y físico (infancia, 2024)

Como padres o tutores es muy importante estar atentos a cualquier cambio en su comportamiento, también es ideal conversar con ellos sobre el tema. Los adolescentes pueden tener mayor riesgo de ser víctimas o bien de realizar bullying sobre sus pares, por lo que es ideal hablar del tema en familia, para que a la primera aparición de alguna señal que nos indique "Bullying" podamos generar acciones al respecto (Visión, 2020)

Según el comunicado de prensa número 413/24 del INEGI (2024), podemos observar los siguientes datos obtenido sobre el ciberacoso en México:

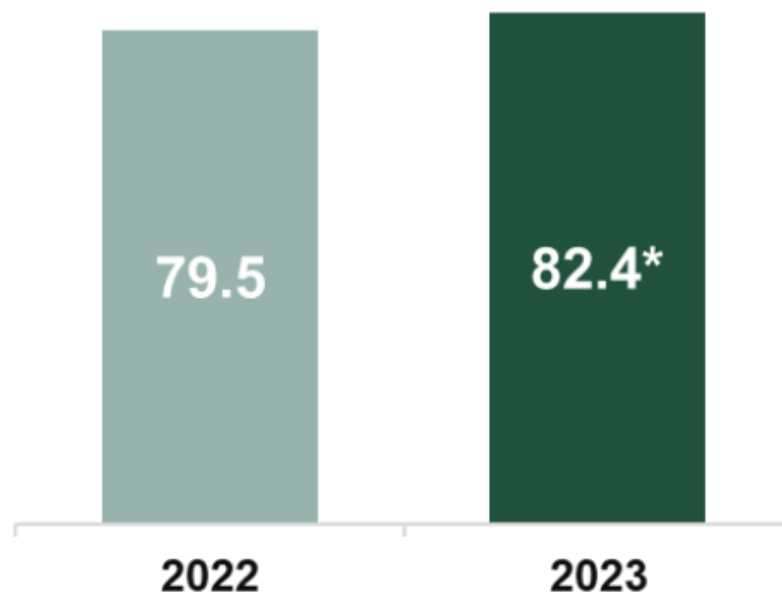
- *En México, en 2023, 20.9 % de la población usuaria de internet (18.4 millones de personas de 12 años y más) vivió alguna situación de ciberacoso.*
- *El mismo año, 22.0 % de las mujeres y 19.6 % de los hombres que usaron internet fueron víctimas de ciberacoso*
- *. El ciberacoso más frecuente que experimentaron ambos sexos fue el contacto mediante identidades falsas.*
- *Las 3 entidades federativas con mayor porcentaje de población de 12 años y más que experimentaron alguna situación de ciberacoso fueron: Durango (28.8 %), Oaxaca (25.5 %) y Puebla (25.0 %). (pág. 1)*

El MOCIBA 2023 presenta resultados de la prevalencia de ciberacoso en los 12 meses previos a su captación y caracteriza las diferentes situaciones declaradas. Asimismo, indaga sobre la identidad y sexo de la persona que cometió este delito, la intensidad, así como el impacto que causó en la víctima. Además, incluye el rango de edad y nivel de escolaridad de la población que se declaró víctima de ciberacoso, las acciones que se tomaron contra este y las medidas de seguridad que realizó la población usuaria de internet para proteger su información y equipos (INEGI, 2024).

En la gráfica 1 se puede observar que, a diferencia del año 2022, el año 2023 ha tenido un incremento en el uso de internet. Esto quiere decir que la exposición de poder encontrar situaciones de peligro en las puede seguir y mayor razón poder tener las herramientas necesarias para no ser víctimas.

Gráfica 1

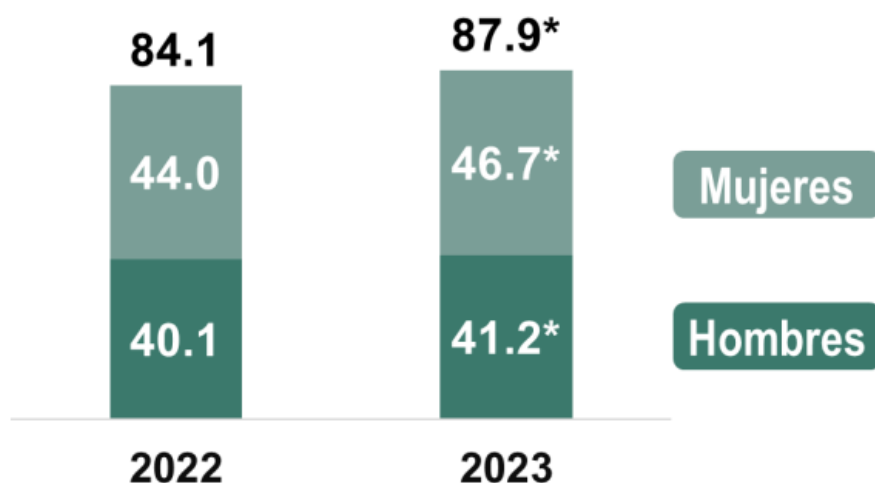
Población de utilizó internet entre 2022 y 2023



Nota: La población que utilizó internet, se consideró un rango de 12 años y más, INEGI, 2024, inegi.org.mx.

En la gráfica 2 se muestra que la población femenina, es la que utiliza más internet que los hombres, e incluso arroja el resultado del INEGI, a diferencia del año 2022 el año 2023 siguió en aumento.

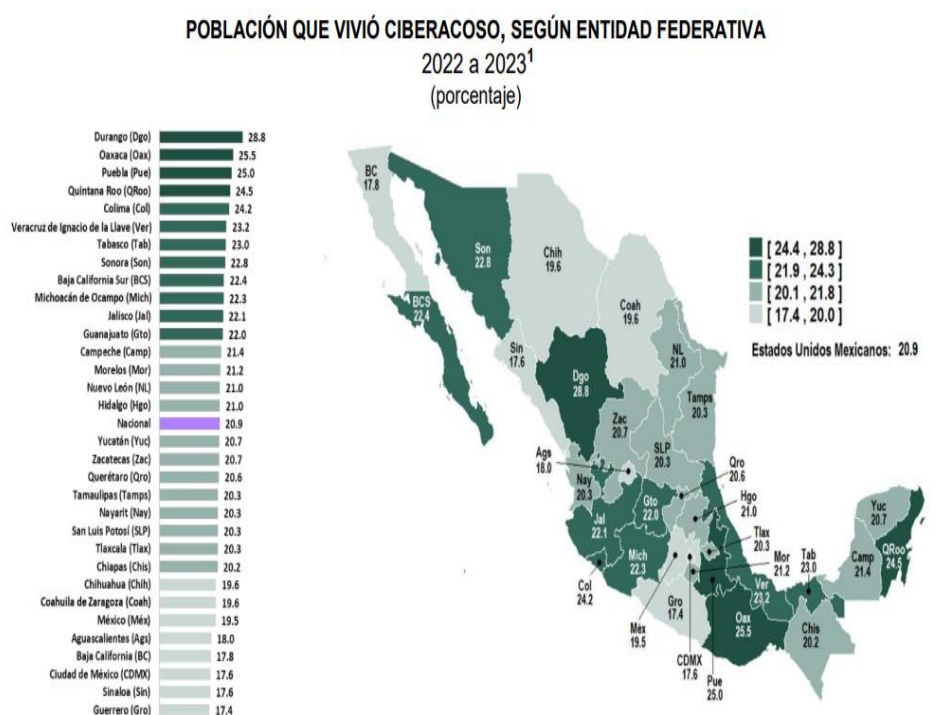
Gráfica 2



Nota: La población que utilizó internet en cualquier dispositivo, se consideró un rango de 12 años y más, INEGI, 2024, inegi.org.mx.

La mayor prevalencia de ciberacoso se registró en Durango, con 28.8 por ciento. Siguió Oaxaca y Puebla, con 25.5 y 25.0 %, respectivamente. Las entidades con menor prevalencia fueron Guerrero, con 17.4 % y Sinaloa y Ciudad de México, ambas con 17.6 %, ver gráfica 3

A nivel nacional, 35.9 % de la población de 12 años y más que vivió ciberacoso durante los últimos 12 meses manifestó haber sido contactada mediante identidades falsas. Así también, 33.3 % recibió mensajes ofensivos y 26.0 % recibió contenido sexual.



Nota: La población que utilizó internet en cualquier dispositivo, se consideró un rango de 12 años y más, INEGI, 2024, inegi.org.mx.

Identidad de la persona ciberacosadora, según el estudio INEGI (2024):

Durante 2023, 61.7 % de la población de 12 años y más víctima de ciberacoso desconocía a la persona acosadora; 23.4 % identificó solo a personas conocidas y 14.8 % señaló haber sufrido ciberacoso tanto de personas conocidas como desconocidas (pág. 4).

De la población de hombres de 12 años y más que fueron víctimas de ciberacoso que pudieron identificar el sexo de las personas agresoras, 60.4 % indicó haber sido agredido solo por hombres. Por su parte, de la población de mujeres que fueron víctimas de ciberacoso y que pudieron identificar el sexo de las personas agresoras, 53.0 % manifestó haber sido agredida solo por hombres (pág. 4).

Medios digitales en los que se efectuó el ciberacoso

A nivel nacional, de la población de 12 años y más que experimentó alguna situación de ciberacoso, 41.8 % sufrió el acoso mediante Facebook. Siguieron WhatsApp y llamadas de teléfono celular, con 37.8 y 28.9 %, respectivamente (pág. 4).

Efectos del ciberacoso en la víctima:

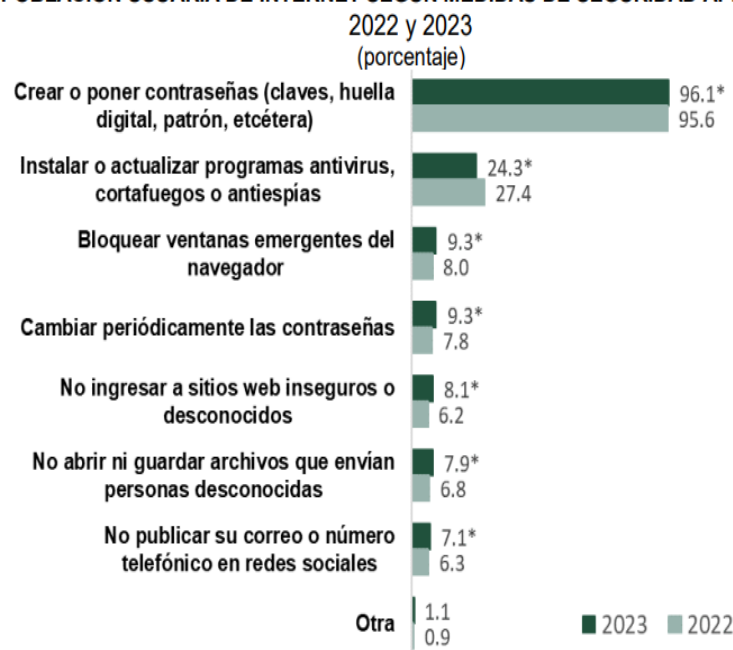
Durante 2023, 60.9 % de la población de 12 años y más víctima de ciberacoso manifestó haber experimentado enojo ante esta situación. Siguieron desconfianza, con 37.6 % e inseguridad, con 30.1 por ciento (pág. 4).

Medidas de seguridad contra el ciberacoso experimentado:

De la población de 12 años y más víctima de ciberacoso, 67.3 % tomó como acción bloquear personas, cuentas o páginas; 12.2 % optó por ignorar o no contestar y 11.1 % eliminó la publicación, el mensaje o video (pág. 4).

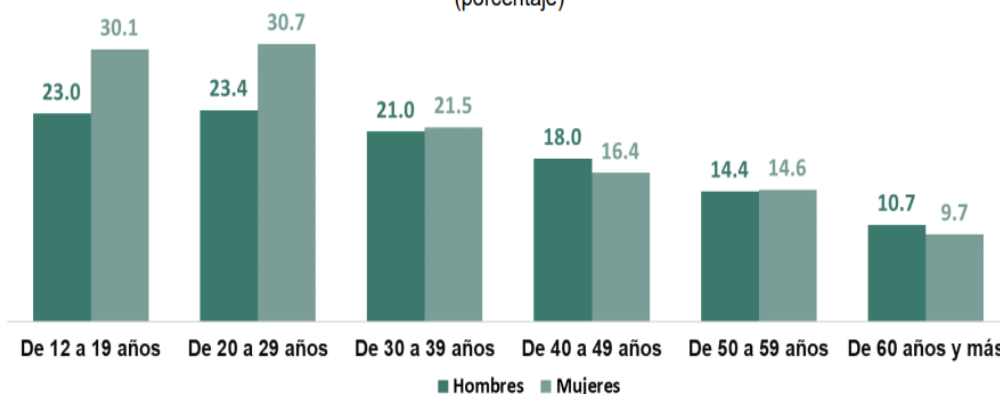
Me llama la atención en estas medidas que realizaron, sin embargo, puedo notar que no hubo dato de denunciar a los agresores.

POBLACIÓN USUARIA DE INTERNET SEGÚN MEDIDAS DE SEGURIDAD APLICADAS



Nota: La población que utilizó internet en cualquier dispositivo, se consideró un rango de 12 años y más, INEGI, 2024, inegi.org.mx.

POBLACIÓN VÍCTIMA DE CIBERACOSO,¹ SEGÚN RANGO DE EDAD
2022 a 2023
(porcentaje)



Nota: La población que utilizó internet en cualquier dispositivo, se consideró un rango de 12 años y más, INEGI, 2024, inegi.org.mx.

Durante los últimos 12 meses, 35.8 % de las mujeres y 35.9 % de los hombres víctimas de ciberacoso experimentaron contacto mediante identidades falsas. Asimismo, 31.0 % de las mujeres víctimas de ciberacoso recibió contenido sexual y 30.8 %, insinuaciones o propuestas sexuales. Para los hombres, estos porcentajes fueron 19.6 y 14.7 %, respectivamente, ver gráfica 4

Gráfica 4

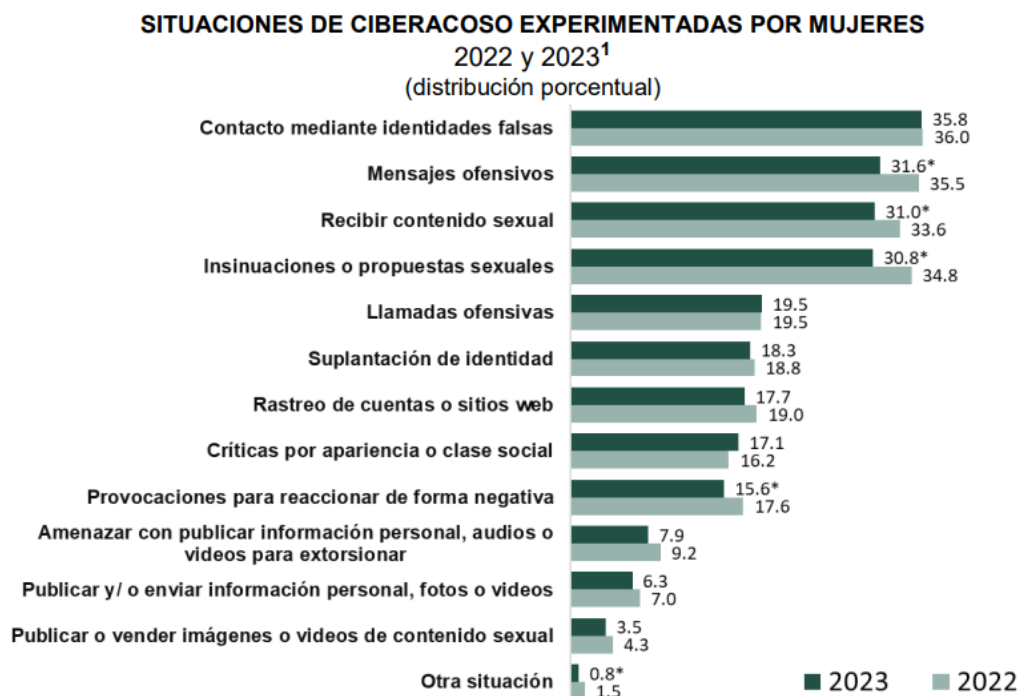
SITUACIONES DE CIBERACOSO EXPERIMENTADAS SEGÚN SEXO
2022 a 2023¹
(distribución porcentual)



Nota: La población que utilizó internet en cualquier dispositivo, se consideró un rango de 12 años y más, INEGI, 2024, inegi.org.mx.

En la gráfica 5 número 12, de situaciones de ciberacoso experimentadas por mujeres, arroja los siguientes resultados.

Gráfica 5



Nota: La población que utilizó internet en cualquier dispositivo, se consideró un rango de 12 años y más, INEGI, 2024, inegi.org.mx.

El mayor porcentaje obtenido es mediante el contacto con identidades falsas y un incremento mayor en 2023 a diferencia de 2022. Seguido de incremento de mensajes ofensivos, en la cual tuvo un incremento a comparación del año 2022. Y con énfasis en la gráfica, se observa un incremento muy notorio en las insinuaciones o propuestas sexuales, provocaciones negativas y mensajes ofensivos.

En la gráfica 6 del estudio INEGI, muestra situaciones de ciberacoso experimentado por hombres. Arroja resultados de manera significativa por parte de identidades falsas, publicar o enviar información personal, de un incremento a comparación del año 2022.

SITUACIONES DE CIBERACOSO EXPERIMENTADAS POR HOMBRES
2022 y 2023¹
(distribución porcentual)



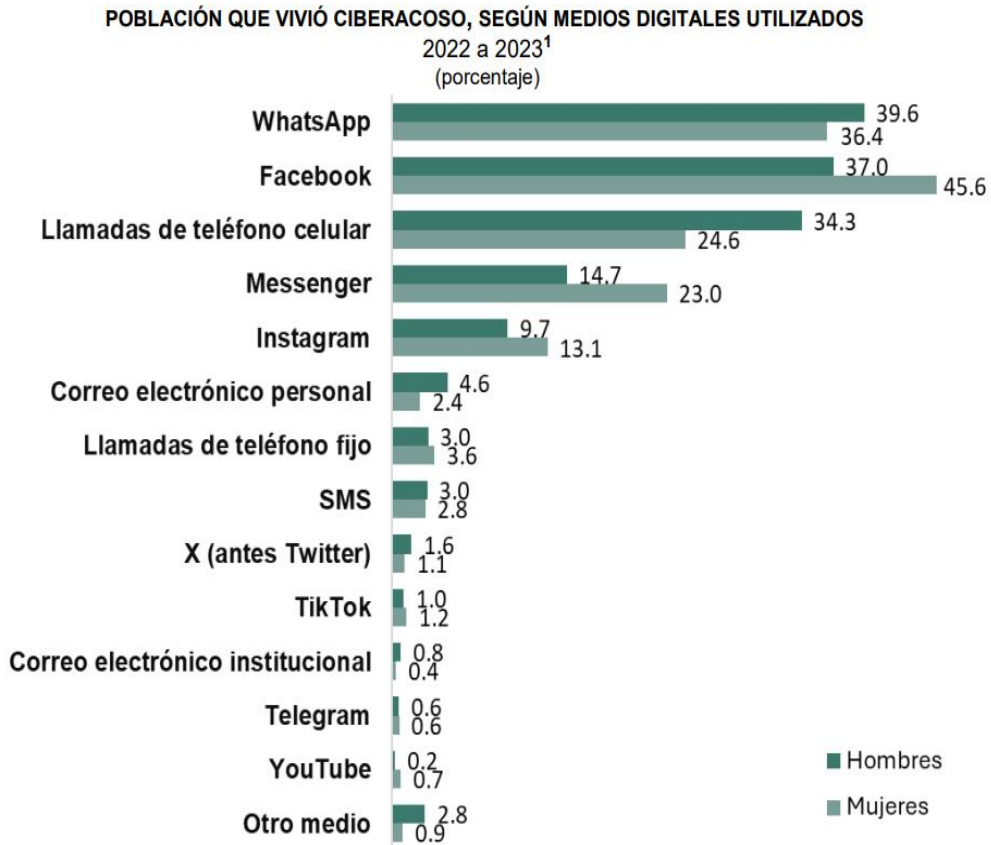
Nota: La población que utilizó internet en cualquier dispositivo, se consideró un rango de 12 años y más, INEGI, 2024, inegi.org.mx.

Estos datos son útiles para el mayor conocimiento de lo que el ciberacoso está impactando a la población y en este caso a los adolescentes.

En la gráfica 7 del estudio realizado del INEGI, muestra la población que vivió ciberacoso, según medios digitales utilizados en año 2022 y 2023.

La siguiente gráfica muestra cuales fueron las redes que a continuación se muestra.

Gráfica 7



Nota: La población que utilizó internet en cualquier dispositivo, se consideró un rango de 12 años y más, INEGI, 2024, inegi.org.mx.

En esta gráfica se observa, que *WhatsApp*, *Facebook* y *Messenger*, son las redes con mayores casos de ciberacoso. Para esta investigación es importante los resultados que arroja este estudio dado que las plataformas utilizadas en la investigación es *Facebook*, *TikTok* e *Instagram*, por lo tanto, se observa que otras redes también son más utilizadas para ciberacoso.

Los daños que causó ciberacoso en la salud, según el INEGI, son los siguientes presentados en la gráfica 8:

Gráfica 8



Nota: La población que utilizó internet en cualquier dispositivo, se consideró un rango de 12 años y más, INEGI, 2024, inegi.org.mx.

En la gráfica se puede observar que la emoción que más le causo tanto a hombres y mujeres fue el enojo, la desconfianza, inseguridad, estrés, miedo, frustración, nervios, problemas familiares, con mayor prevalencia en su mayoría en mujeres.

HAPPY SLAPPING

El happy slapping (bofetada feliz, en español) es un término que nace en Reino Unido y que se ha ido extendiendo alrededor del mundo durante los últimos años. Define la violencia que consiste en la grabación de una agresión, física, verbal o sexual hacia una persona, que se difunde posteriormente mediante las tecnologías de la comunicación. La agresión puede ser

publicada en una página web, una red social, una conversación a través del teléfono móvil, etc (Save the children, 2019)..

Por último, en el happy slapping no siempre se pretende dañar o humillar a la víctima. Algunas personas únicamente quieren generar contenido que consideran «gracioso» o «entretenido», para ganar popularidad en internet. Esta conducta es un uso insano e irresponsable de las redes, donde agresores o agresoras no se sienten responsables de causar ningún daño y juegan en la ambigüedad entre ser cómplice o testigo (Save the children, 2019).

Este tipo de violencia generalmente se encuentra con mayor contenido en plataformas como el TikTok, que son videos cortos, parece que entre más violento más vistas tiene.

GROOMING

Es el delito por el cual una persona adulta contacta con una niña, un niño o adolescente por medios electrónicos con el fin de hacerle participar en cualquier actividad sexual. Para ello, hay diferentes maneras de conseguir esa interacción, pero, al igual que en el abuso sexual “físico” se caracteriza por:

Establecer un vínculo de confianza, ya sea a través del engaño, soborno, coacción, fingir otra identidad, etc.

Aislamiento de la víctima para asegurar su desprotección y que el abuso no se descubra.

Valoración del riesgo con preguntas y acciones de control para garantizar que la situación de abuso sigue sin salir a la luz.

Ruptura una vez que el agresor se siente con confianza para introducir la temática sexual.

Petición sexual que puede ser material audiovisual, un encuentro físico, ambos, etc. (Save the children, 2019).

De acuerdo con la profesora de la Facultad de Psicología de la UNAM, María Santos Becerril Pérez, es considerado como el hostigamiento de índole sexual por parte de adultos quienes con una identidad falsa contactan a menores que navegan en las plataformas digitales. Con engaños se ganan su confianza y obtienen de ellos información confidencial.

Además de redes socio digitales como Facebook o TikTok, una de las plataformas que más utilizan los pederastas son los videojuegos, mediante los cuales fingen tener su misma edad de sus víctimas y comienzan a compartir información sobre gustos musicales, personajes de moda, artistas y deportes favoritos.

Además, suelen aprovechar sus momentos de vulnerabilidad, particularmente cuando enfrentan algún castigo o regaño en casa, o problema familiar, fingiendo que los comprenden, los seducen para entrar al plano de la intimidad emocional, entonces les piden compartir fotografías familiares, de sus vacaciones, en la playa con en traje de baño. Una vez que las obtienen, los pederastas se vuelven más intimidantes y amenazantes.

El objetivo es distribuirlos en el mercado negro, incluso extorsionarlos o llevarlos a una situación de chantaje con amenazas de subirlas a redes sociales o enviarlas a sus progenitores y familiares si no envían contenido más erótico o pagan cierta cantidad de dinero; incluso los presionan para tener una cita directa (Global Revista, 2023)

Este tipo de violencia es sumamente alarmante y que debe de ser trabajado en todas las instancias ya que él o la agresora puede ser parte de la participación de trata de personas, un problema que afecta a todos.

RETOS VIRALES

“Los retos vírales son desafíos o pruebas que se popularizan en las redes sociales. Suelen consistir en un reto o tarea que parece imposible, pero la persona que lo completa recibe mucha atención de sus amigos y seguidores” (FAMILY, 2022).

Muchos de estos retos virales o *challenges* tienen tintes entretenidos e incluso ha habido retos virales mundiales con causas sociales, como para reunir fondos.

Internet y los dispositivos digitales son las herramientas para el acceso a las redes sociales encargándose de promover en el individuo, una continua creación de tendencias que invitan a ser seguidas en todo el mundo; sin embargo, estas han pasado a perder el valor de solidaridad, inocencia, comicidad y/o un carácter humorístico, tornándose en riesgoso, peligroso y amenazador al punto que los medios de comunicación a nivel global han podido documentar las consecuencias sufridas por familias de niños y jóvenes. Esto ha conllevado a que los Estados tengan que implementar medidas con la finalidad de dar protección a los Derechos Humanos fracturados por este fenómeno.

El entorno digital, sin duda, facilita que el cerebro de los adolescentes, todavía sin madurar, no se pare a pensar en las consecuencias de sus acciones. Los adolescentes no se toman el tiempo necesario para considerar si el detergente para lavar la ropa es un veneno que podría quemarles la garganta si lo ingiriesen ni si el uso inapropiado de medicamentos como la difenhidramina (Benadryl) puede ocasionar graves problemas en el corazón, convulsiones o coma. Ellos se centran en que alguien de su clase lo hizo y consiguió cientos de me gusta y comentarios en una determinada plataforma digital (Carnero, 2022).

Según lo establece la Real Academia Española de la Lengua, la palabra reto es definida como una «provocación o citación al duelo o al desafío»; en ese orden de ideas, el reto viral peligroso es el que se difumina por la red a través de todo el mundo digital, reproducido en diferentes plataformas y redes sociales,

atrapando a su público en acciones que van en contra de toda razón o lógica, su naturaleza es destructiva y atenta contra el autocuidado de quien la práctica.

El riesgo de estos retos pone en peligro la integridad física o psicológica. En unos casos no son conscientes de estos riesgos y al no tener supervisión de un adulto, participan. Algunos si son conscientes de que es peligroso, pero, eso les motiva más para hacerlo porque les hace sentir parte del grupo social.

Algunos retos virales son relacionados con el peso:

#A4WaistChallenge, un reto que se ha puesto de moda en Instagram y que básicamente consiste en colocar una hoja tamaño oficio frente a tu cintura, para corroborar si eres lo “suficientemente” delgada (Perezyera, 2016).

. Cuando este no se cumple significa problemas de autoestima para muchas personas jóvenes que ven que no pueden participar en estos retos y piensan que están “gordas”

Consumo de productos peligrosos:

Otros retos animan a las personas a ingerir productos que pueden poner en peligro su vida. Por ejemplo, el reto #comer canela, anima a ingerir una cucharada de canela en polvo, lo que puede crear un tapón en las vías respiratorias e impedir la respiración.

El “Tide Pod Challenge” es un nuevo reto viral que consiste en comer cápsulas de detergente, sin embargo, los doctores alertan a los jóvenes a evitar esto pues puede provocar intoxicaciones (UNIVERSAL, 2018).

Integridad física y Autolesiones y promover el suicidio:

Existen retos que pueden terminar con accidentes graves, en algunos casos, incluso la muerte. Retos como #hotwaterchallenge (tirarse un cubo de agua muy caliente por encima), #firechallenge (echarse alcohol médico por encima y prenderse fuego o #birdboxchallenge (realizar tareas cotidianas como conducir, cocinar o bajar escaleras con los ojos vendados). Estos retos ponen

en grave peligro la integridad física de las personas que los realizan, algunos de los más peligrosos pueden ser los siguientes:

“La ballena azul”, niñas, niños y adolescentes pasaban diferentes retos que subían de dificultad hasta llegar a la última prueba la cual consistía en cometer suicidio; la gran mayoría de estos retos tienen como objetivo pertenecer a diferentes grupos u organizaciones, lo que les da un sentido de pertenencia.

El reto Momo se identifica por una figura de ojos saltones, piel pálida y una sonrisa siniestra. Su imagen se ha hecho famosa a través de WhatsApp donde aparece... pero no se trata de un juego en línea. La supuesta mecánica del reto es la siguiente: se recibe un mensaje en WhatsApp de un número desconocido por la o el usuario, que si se responde como se ordena, generaría respuestas con imágenes violentas, amenazas y probable mención de información personal (Sistema Nacional de Protección de Niñas, Gobierno de México, 2018)

El reto de “Sal y Hielo” es otro más de los retos que se han vuelto virales en Internet y que terminan causando problemas de salud entre los jóvenes que no miden las consecuencias. (...) Estas pueden dejar quemaduras de segundo o tercer grado, lo que puede dejar deformidades en la piel (Gómez Hernández, 2017).

“El abecedario del diablo”, el juego incita a los infantes a provocarse heridas que tardan días en cicatrizar. El juego se dio a conocer a través de Facebook por medio de la Asociación Contra el Acoso Escolar (ACAE), después de que una madre de Mieres, en Asturias, España, se percatara que su hijo de apenas 8 años tenía dos heridas en el dorso de las manos (TECHBIT, 2017)

(...) él sociólogo de la UOC, el otro motivo que lleva a los adolescentes a sumarse a estos desafíos es la «presión social». «La posibilidad de tener un reconocimiento, de recibir likes, de

tener popularidad o prestigio tiene mucha fuerza» (Escriche Rivas, 2018)

Las perturbaciones a los derechos de la salud y la vida de los adolescentes que practican los retos virales peligrosos, así como la de sus posibles víctimas, son considerados una emergencia latente que está viviendo la juventud y la sociedad misma, puesto que, así como lo cita el autor anteriormente, existe un alto grado de complejidad para afrontar el fenómeno social por la inmensidad e indestructibilidad del sistema globalizado de internet; de este modo, se dificulta un afrontamiento del problema a nivel Estatal, toda vez que trasciende jurisdicciones de los mismos Estados y es por eso que si se quiere contrarrestar tan grave flagelo que está llevando a nuestros jóvenes y a las víctimas de sus retos virales a salas de hospital inclusive morgues, se debe hacer un esfuerzo articulado a nivel mundial, entre las familias, la sociedad y el Estado, para darle fin a estos hechos que perjudican la salud pública (Avellaneda,2021).

El Senado de la República (Coordinación de comunicación social LXV Legislatura), Segunda Comisión avala proyecto para solicitar a la SEP campañas de concientización para advertir riesgos de retos virales, trabaja para las Relaciones Exteriores, Defensa Nacional y Educación Pública, que preside el senador José Erandi Bermúdez Méndez, aprobó un dictamen por medio del cual el Congreso solicita a la Secretaría de Educación Pública y a sus homólogas en todos los estados del país, realizar campañas de concientización sobre los riesgos que implica para las niñas, niños y adolescentes la realización de retos virales surgidos en redes sociales (República, 2024).

CAPITULOIII

SALUD Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

El concepto de salud es muy amplio, tiene diferentes definiciones, por lo que quiero agregar diferentes conceptos de salud, ya que, la promoción de la salud juega un papel importante en la definición de salud, y en lo que se respalda este trabajo de investigación.

La OMS produjo una definición de salud en la década de 1940, que se ha utilizado sin cuestionamiento en la mayoría de los programas dirigidos por médicos o gobiernos en las últimas cuatro décadas, “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (OMS, 2014).

David García (2007) cita y está de acuerdo con lo que dice:

Chapela (2001) “(...) la salud es la capacidad del sujeto individual o colectivo de mirar el pasado para gobernar el presente para la construcción de futuros viables. Es la capacidad corporeizada de inventar futuros y alcanzarlos” (pág. 4)

QUÉ ES UN PROBLEMA DE SALUD

David García (2007) cita y está de acuerdo con:

Chapela toma en cuenta que una de las cosas que nos caracteriza como especie humana es la posibilidad de imaginar escenarios diferentes a los que vivimos. El ser humano usa estos escenarios como fuente de inspiración para modificar su entorno. Puede imaginar mejores condiciones de vida, el logro de un bienestar, la satisfacción de una necesidad o la solución de un problema (pág. 4).

Las relaciones y espacios pedagógicos son el método que los promotores de la salud deben de aplicar con las personas o comunidades para que estas tomen conciencia

PROBLEMAS DE SALUD POR MAL USO DE PLATAFORMAS

Veamos de forma más detallada qué consecuencias tiene la violencia digital para las personas que la sufren:

Impacto emocional y psicológico. *La ciber violencia se traduce en ansiedad, baja autoestima, depresión, estrés y traumas emocionales.*

Deterioro de la salud mental. *Del mismo modo, puede ocasionar pensamientos suicidas y distintas clases de trastornos: de alimentación, de estrés postraumático (TEPT) y de sueño.*

Aislamiento social. *La violencia en el ciberespacio causa aislamiento físico y emocional, rechazo a participar en actividades sociales y, por ende, pérdida de amigos o contactos.*

Daño a la reputación y autoimagen. *No menos relevante: la violencia digital, está vinculada a la difamación y humillación pública de personas. Víctimas que desarrollan una identidad virtual negativa y pierden confianza en sí mismas.*

Problemas laborales y educativos. *Además, las personas afectadas por la violencia digital pueden perder su empleo o tener dificultades para encontrar trabajo. Y también ver disminuido su rendimiento académico e incluso interrumpir sus estudios.*

Riesgo de comportamientos autodestructivos. *De igual manera, este tipo de violencia se asocia al abuso de sustancias, autolesiones y conductas de riesgo por parte de las víctimas.*

Desconfianza en la tecnología y las relaciones en línea. Sin duda, quienes padecen la violencia digital evitan el uso de Internet y las redes sociales, tienen dificultades para establecer relaciones virtuales y les da miedo la intimidad en línea.

Bajo rendimiento escolar

Impacto económico. Motiva que las víctimas inviertan en medidas de seguridad en línea. Y, en casos extremos, que también deban gastar dinero en abogados para afrontar procesos judiciales (Ciberilatam, 2022)

Estos son sólo algunos ejemplos de las consecuencias que tiene la violencia digital en las personas afectadas. Y pueden variar dependiendo del contexto y la gravedad de la situación.

POLÍTICAS PÚBLICAS

La situación de la violencia digital. El gobierno de México proporciona a la población: Policía cibernética de la comisión Nacional de Seguridad al número telefónico 088, el cual opera las 24 horas del día, los 365 días del año. También puedes realizar denuncias a través de la cuenta de Twitter @CEAC_CNS, el correo ceac@cns.gob.mx, y de la aplicación PF Móvil, disponible para todas las plataformas de telefonía celular (Mujeres, 2016).

La “Ley Olimpia” y el combate a la violencia digital.

Es un conjunto de reformas a la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia y al Código Penal Federal, que buscan reconocer la violencia digital y sancionar los delitos que violen la intimidad sexual de las personas a través de medios digitales, también conocida como ciber violencia. (Consumidor, 2021).

“La secretaria de salud ha tomado acciones para poder atender el *ciberbullyng*. Los institutos de psiquiatría y de pediatría ofrecen atención médica integral en módulos” (Salud, 2013).

Para lograr un ambiente escolar seguro, es necesario sensibilizar y las autoridades escolares estén al pendiente para brindar el apoyo necesario.

El Gobierno de México, en el sistema Nacional de Protección de niñas, niños y adolescentes. Menciona que la DDII (Dirección de difusión, Información e interlocución) difunde blogs con características de redes y plataformas más usadas para que, mediante controles parentales y cuidado de los mensajes, se protejan los derechos de este grupo en el ciberespacio (Sistema Nacional de Protección de Niñas, Gobierno de México, 2024).

PROMOCIÓN DE LA SALUD

Restrepo (2001) nos dice lo siguiente:

Existen varias definiciones de “Promoción De La Salud” por lo que se integran algunas de esas definiciones para percibir este concepto con mayor claridad y amplitud para su integración en la población.

Promoción De La Salud: una breve cronología:

1974- Informe Lalonde: Una nueva perspectiva sobre la salud de los canadienses/ A new Perspective on the Health of Canadians.

1976- Prevención y Salud: interés para todos, DHSS (Gran Bretaña).

1977- Salud para todos en el año 2000- 30ª Asamblea Mundial de Salud.

1978- Conferencia Internacional sobre Atención Primaria en la Salud- Declaración de Alma Ata.

1979- Población Saludable/ Healthy People: the surgeon general's report on health promotion and disease prevention. US-DHEW (EE. UU).

1980- Informe negro sobre las desigualdades en salud/ Black report on inequities in health, DHSS (Gran Bretaña).

1984- Toronto saludable 2000- Campaña lanzada en Canadá.

1985- Oficina europea de la Organización Mundial De La Salud: 38 metas para la salud en la región europea.

1986- Alcanzando la Salud para todos: Un marco de referencia para la promoción de la salud/ Achieving Health For All: a framework for health promotion- Informe del ministerio de la Salud de Canadá, Min. Jack Epp.

1986- Carta de Ottawa sobre Promoción De La Salud – 1 Conferencia Internacional sobre Promoción de la Salud (Canadá).

1986- Promoción de la Salud: estrategias para la acción- 77ª Conferencia anual de la Asociación Canadiense de Salud Pública.

1987- Lanzamiento por la OMS del proyecto Ciudades Saludables.

1988- Declaración de Adelaide sobre Políticas Públicas Saludables-II conferencia Internacional sobre Promoción de la Salud (Australia).

1988- De Alma- Ata al año 2000: Reflexiones a medio camino- Reunión Internacional promovida por la OMS en Riga (URSS).

1989- *Una llamada para la acción / A Call for Action- Documento de la OMS sobre la Promoción de la Salud en países en desarrollo.*

1990- *Cumbre Mundial de las Naciones Unidas sobre el niño (Nueva York).*

1991- *Declaración de Sunsväl sobre ambientes favorables para la salud- III conferencia Internacional sobre Promoción de la Salud (Suecia).*

1992- *Conferencia de las Naciones Unidas sobre Ambiente y Desarrollo (Río 1992).*

1992- *Declaración de Santa Fe de Bogotá- Conferencia Internacional sobre la Promoción De la Salud en la región de las Américas (Colombia).*

1993- *Carta del Caribe para la Promoción de la Salud- 1 Conferencia de Promoción de la Salud del Caribe (Trinidad y Tobago).*

1993- *Conferencia de las Naciones Unidas sobre los Derechos Humanos (Viena)*

1994- *Conferencia de las Naciones Unidas sobre Población y Desarrollo (El Cairo)*

1995- *Conferencia de las Naciones Unidas sobre la mujer (Pekín).*

1995- *Conferencia de las Naciones Unidas sobre el Desarrollo Social (Copenhague).*

1996- *Conferencia de las Naciones Unidas sobre Asentamientos Humanos (Habitat) (Estambul).*

1997- Declaración de Yakarta sobre la Promoción de la Salud del siglo XXI en adelante- IV Conferencia Internacional Sobre Promoción de la Salud (Yakarta).

2000- V Conferencia Internacional sobre Promoción de la Salud (México). (págs. 25-27)

Restrepo (2001) menciona que:

(...) la Promoción De La Salud es un proceso que pretende facilitar las decisiones saludables de individuos y colectividades. Por ello sus cinco ámbitos estratégicos son impulsados mediante dos procesos complementarios: a) el enfoque sobre los determinantes sociales de la salud (en tanto construcción de oportunidades y condiciones reales para que todos los integrantes de una sociedad disfruten plenamente de la vida en calidad y en extensión) y b) el empoderamiento de las personas individuales y las colectividades. (págs. 62-63)

La Promoción De La Salud, es una estrategia sanitaria relativamente reciente, el termino fue incorporado al discurso de la medicina y la salud pública a mediados del siglo XX.

OPS/OMS (1990): "La PS es concebida, cada vez en mayor grado, como la suma de las acciones de la población, los servicios de salud, las autoridades sanitarias y otros sectores sociales y productivos, encaminados al desarrollo de mejores condiciones de salud individual y colectiva". Esta definición fue aprobada por los ministros de Salud de los países miembros de la OPS/OMS en 1990, lo que revela que debieron pasar cuatro años desde Ottawa, antes que en esta región se hicieran los compromisos gubernamentales para incluir la Promoción de la Salud como un componente de las políticas nacionales de salud.

El concepto de Promoción de la Salud, en carta de Ottawa incorpora en su contenido la más amplia visión de Promoción de la Salud:

La Promoción de la Salud consiste en proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma. Para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones, de satisfacer sus necesidades y de cambiar o adaptarse al medio ambiente. La salud, se percibe pues, no como el objetivo, si no como la fuente de riqueza de vida cotidiana. Se trata, por tanto, de un concepto positivo que acentúa los recursos sociales y personales, así como las aptitudes físicas constituye la herramienta que ha hecho posible concretar las acciones propias de la PS; contempla cinco grandes áreas estratégicas a saber:

- 1. Construir Políticas Públicas Saludables.*
- 2. Crear los entornos favorables (ambientes físicos, sociales, económicos, políticos, culturales).*
- 3. Fortalecer la acción comunitaria.*
- 4. Desarrollar aptitudes personales (estilos de vida).*
- 5. Reorientar los servicios de salud.*

La Promoción de la Salud se nutre de muchas disciplinas y crea una innovadora teoría y práctica de salud pública que permite cumplir con metas y objetivos sociales, como conseguir comunidades e individuos que actúen más "salutogénicamente", alcanzando mayor bienestar con equidad social (Restrepo & Málaga, 2001).

CREACIÓN DE ENTORNOS FAVORABLES, ENFOQUE DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

La segunda área de acción de la Carta de Ottawa implica un trabajo concreto en el mejoramiento de los entornos o ambientes físicos, sociales, culturales, económicos, etc., haciéndolos más sanos y amigables, no sólo para proteger la salud sino para potenciarla al máximo y aumentar el nivel de calidad de vida. Desde el punto de vista práctico, esta área se implanta, fundamentalmente con Políticas Públicas Saludables. Es necesario pensar también en microambientes tales como viviendas, edificios, lugares de trabajo, escuelas, universidades, medios de transporte, etc., los cuales hay que convertir en objetos de la Promoción de la Salud. Así mismo la interrelación entre los ambientes y los estilos de vida y comportamientos saludables, es a su vez muy estrecha, de tal manera que ambientes amenazantes determinan una mayor probabilidad que los niveles de salud individual y colectiva sean deficitarios (Buck 1985). *Citado en: (Restrepo & Málaga, 2001).*

El mejoramiento de entornos sociales es más complejo y requiere de estímulos e incentivos especiales para fortalecer estrategias de ayuda mutua y de la organización de grupos de autogestión y soporte en problemáticas comunes; algunos ejemplos muy exitosos son los grupos de víctimas de la violencia sexual en países desarrollados, que han demostrado el poder que están alcanzando en la obtención de las correspondientes políticas públicas. Con relación al mejoramiento de ambientes culturales puede decirse que también es un área atractiva para proyectos intersectoriales de Promoción de la Salud. Entre los ejemplos están las ferias de arte y de salud que se organizan en muchas ciudades y municipios, la adecuación de parques y áreas verdes, la adecuación de zonas de espacio público para la recreación y el deporte, todas ellas muy valiosas para la promoción de opciones de vida saludable en la población de niños y jóvenes (Restrepo & Málaga, 2001).

CAPITULO IV

METODOLOGÍA

4.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En el mundo de hoy, nos rodean las nuevas tecnologías e internet, afectando a la forma en que nos relacionamos con el resto de la sociedad. Cada vez resulta más difícil separar el mundo físico del virtual, y esto es especialmente relevante en niños, niñas y adolescentes (Save the children, 2019)

Los adolescentes, en su búsqueda de identidad y pertenencia, pueden encontrarse entornos digitales tóxicos donde la violencia sigue aumentando. De esa manera, caer en entornos de violencia digital lo cual podría causar daños en la salud de los adolescentes, como la salud mental, social, psicológica, física y el peor de los casos la muerte.

Los niños y niñas pueden estar expuestos a publicidad que promueve alimentos poco saludables, estereotipos de género o material inapropiado para su edad. Ayúdales a reconocer los anuncios en línea y aprovecha la oportunidad para explorar juntos qué está mal con algunos de los mensajes negativos que ven (...) (chile, 2024).

Desafortunadamente, internet también representa riesgos para la niñez y la adolescencia. Según las encuestas nacionales, 25% de las y los adolescentes de entre 12 y 17 años ha vivido alguna forma de ciberacoso en México. Además, las autoridades federales también han advertido de un incremento considerable de crímenes digitales, violencia en internet y tráfico de pornografía infantil durante los meses de confinamiento (unicef, 2024)

Las niñas, niños y adolescentes están particularmente expuestos a la violencia en internet, la cual puede tener consecuencias graves en su desarrollo, salud mental e integridad personal que se verá más adelante en la investigación.

1.3 PREGUNTA GENERAL DE INVESTIGACION

¿Cuál es el impacto que crea la violencia digital en la salud de los adolescentes y cuáles pueden ser las alternativas para la creación de entornos favorables digital?

1.4.1 HIPOTESIS

La violencia digital causa problemas en la salud como la agresividad, bajo rendimiento escolar, baja autoestima, depresión, suicidio, problemas para tener amistades, acoso, *bullying*, estrés, ansiedad en los adolescentes.

METODOLOGÍA CUALITATIVA

La metodología cualitativa muestra un enfoque de investigación que se centra en comprender fenómenos sociales desde la perspectiva de los participantes, utilizando variedad de métodos como entrevistas, observaciones y análisis de texto para explorar significados, experiencias y contextos.

PROPÓSITO

La presente investigación, tiene como propósito conocer de qué manera la violencia digital afecta en la salud de los adolescentes y como promoción de la salud podría intervenir.

OBJETIVO GENERAL

Comprender como la violencia digital afecta a los adolescentes y examinar las posibles alternativas para la prevención y el apoyo de estrategia de Promoción de la salud para la mitigación del problema.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

Analizar los diferentes tipos de violencia digital.

Fomentar la importancia de crear entornos favorables en las plataformas de *YouTube, Facebook y TikTok*, desde un enfoque de la promoción de la salud.

Realizar cinco entrevistas en población adolescente para conocer de qué manera el entorno digital les afecta en su salud.

Dar a conocer que políticas o acciones que proponen para la mitigación de violencia digital en adolescentes en la Ciudad De México.

ENTREVISTAS

Esta entrevista se realiza como parte de trabajo de tesis para obtener el título como licenciatura en Promoción de la Salud, en Universidad Autónoma de la Ciudad de México.

El objetivo de esta investigación es comprender como la violencia digital afecta a los adolescentes y examinar las posibles alternativas para la prevención y el apoyo de estrategia de Promoción de la salud para la mitigación del problema. Es por ello por lo que las entrevistas de esta investigación son importantes, tu participación nos permitirá obtener datos valiosos para impulsar el conocimiento en este tema.

RESULTADOS

Las acciones positivas deben estar dirigidas a generar ambientes que produzcan sensaciones agradables, gratificación, estímulo, seguridad.

De acuerdo con la entrevista realizada, se realizó a 5 adolescentes de ellos 2 hombres y 3 mujeres, en la que expresan su sentir con el entorno digital en las redes sociales. Los resultados fueron los siguientes:

- **Variable Redes Sociales.**
- Los cinco adolescentes entrevistados cuentan con dispositivos, entre ellos, teléfono celular, tabletas y laptop. Esto me hace pensar que tienen conocimiento de la comunicación que nos aporta las redes sociales.
- En cuanto al uso que le dan a sus dispositivos, respondieron que les sirven para trabajos de la escuela, ver contenido de entretenimiento, mandar mensajes a amigos y familia y también para videojuegos.
- Todos tienen el conocimiento de lo que son las redes sociales y para qué para que se utilizan.
- Por lo que respecta a las redes sociales que más utilizan, los cinco respondieron que *TikTok* y *YouTube*. Lo que muestra que *Facebook* no es muy utilizada en adolescentes.
- Vinculada a la pregunta anterior, los cinco me comentan que participan también en *Instagram* y *WhatsApp*. Esto quiere decir que se podría hacer campañas de promoción de la salud vía internet en estas plataformas para trabajar con adolescentes, pues lo usan todos los días. De este modo, las redes sociales también se podrían trabajar como estrategia, pues los cinco adolescentes entrevistados, comentaron que utilizan el celular para estar conectados en dichas redes.
- En la pregunta acerca de con quiénes se comunican, mencionan que, con la familia, amigas y amigos. Sin embargo, llama la atención que dos de los adolescentes comentaron que en los videojuegos se relacionan con personas que no conocen.

- Tres de ellos comentaron no utilizar sus dispositivos en la escuela, pero sí lo hacen en la casa y en la calle.
- Los dos que comentaron que sí lo utilizan en la escuela, lo hacen en el receso. Esto quiere decir que el personal escolar podría estar más al pendiente de este uso.
- Dos de los entrevistados comentaron que sus padres no tenían conocimiento de que participan en redes sociales, y uno de ellos, respondió que saben de algunas redes sociales, no de todas, lo que indica que quizá no son supervisados.
- Los cinco entrevistados respondieron que no tenían agregados a sus padres a sus redes sociales, lo que significa que estos no tienen conocimiento de lo que hacen sus hijos en estos medios.
- Tres de los cinco entrevistados comentaron no conocer a todas las personas agregadas en sus redes sociales, lo que establece un riesgo de violencia digital.
- Los cinco manifestaron seguir a *influencers* por su contenido, que les parecen graciosos o por tratar temas de interés, como el fútbol. Esto puede significar que es posible elaborar contenidos para las redes sociales llamativos para los adolescentes.
- Los cinco comentaron que su participación en redes sociales les ha ocasionado problemas familiares (y escolares), debido a que se les percibe como que emplean mucho tiempo en ellas o se les califica de adictos a sus dispositivos.

Variable Ciberacoso.

- De los cinco entrevistados, sólo uno manifestó alguna experiencia en ciberacoso, por medio de mensajes en que lo hostigaban. Por otra parte, a los cinco se les ha explicado este tema en una plática escolar.
- A la pregunta de cuál sería la manera de enfrentar el ciberacoso, cuatro respondieron que bloquear a la persona que los moleste; una de ellas que le diría a su mamá; dos con amigos, y dos más no saben cómo actuarían.

Indagando más en la entrevista, confesaron dos de ellos que sí lo han padecido. Hago notar que en primera instancia no me lo habían contado.

- El ciberacoso fue ocasionado por compañeros de la escuela, y por desconocidos.
- Manifestaron que esta situación les ocasionó problemas emocionales (tristeza) y sociales. Dos de ellos, me comentaron conocer a otros adolescentes que pasan por el ciberacoso.
- Los cinco entrevistados respondieron que como un apoyo a quienes sufren de ciberacoso, puede realizar una denuncia del agresor, y recibir apoyo psicológico. Uno propuso que existiera un lugar como el de Alcohólicos Anónimos. Esto refleja una vez más que hay un gran campo de acción para realizar espacios de Promoción de la salud.

Variable *ciberbullyng*

- Dos de los cinco entrevistados no expresaron una definición de *ciberbullyng*. A todos se les comentó en la escuela, y concuerdan en que sus padres no les han orientado sobre este tema.
- Tres de los cinco adolescentes entrevistados han sido víctimas de *ciberbullyng*. Todo comenzó por mensajes amenazadores o de burla del físico y de su persona.
- Cuatro de los cinco experimentaron amenazas, insultos o propagación de rumores y chismes, de los que dos de ellos pudieron defenderse y tres de ellos no.
- Dos de los cinco adolescentes no identificaron al agresor, y dos de ellos sí lo conocen y saben que es de la escuela.
- Esa experiencia les provocó emociones encontradas, y expresaron que les ocasionó miedo, enojo y ansiedad.
- Los cinco entrevistados comentaron que sólo bloquearon a la persona que los agredió, sin tomar medidas más fuertes, como presentar una demanda contra el agresor. En estas experiencias de *ciberbullyng*, solo se

acercaron a sus amigos para buscar apoyo, y no a sus padres o a alguna autoridad.

- Todos manifestaron haber conocido de casos de *ciberbullyng* y que les provocó mucho enojo. Sin embargo, no intentaron intervenir, excepto uno de ellos que le aconsejó decirles a sus padres.
- Los cinco adolescentes, concordaron en aconsejar decirle a sus padres o alguna autoridad.

Variable retos virales

- Los cinco entrevistados conocen de los retos virales, además de sus implicaciones.
- Los cinco se enteraron de más de un reto viral, aunque no los conocen por su nombre. Dos de los entrevistados han practicado retos virales.
- Quienes han realizado retos virales comentan que los llevó practicarlos el deseo de popularidad y la presión de sus amigos, para no ser objeto de burla si no se atrevían a realizarlos.
- Tres de ellos piensan que quienes los practican lo hacen por popularidad y dinero. Esto me hace reflexionar en cómo los adolescentes están expuestos a experimentar o tomar decisiones que pueden perjudicarles en su vida.
- Con base a lo anterior, los entrevistados comentaron que sí hubo consecuencias en su salud, de manera física, como dolor estomacal, desmayo, golpes; aunque comentaron que no se arrepentían de hacerlo, y que han conocido a otros adolescentes que los practican.
- Es interesante que tres de ellos me comentan que son conscientes de lo que hacen, pero no les importa en qué les afecte. Los otros dos piensan que no hay problema en practicar retos virales, pues no ven que cause mucho daño.

Variable *Phishing*

- En general, ninguno manifestó conocer su significado.

- Únicamente dos de los entrevistados han recibido llamadas extrañas, pidiendo datos personales.
- Debido a estos sucesos, comentan que aconsejarían a otros adolescentes a no dar información, y menos personal, a personas desconocidas. Llama la atención que desconocían el tema por completo, así que durante la entrevista les di una explicación acerca de la práctica llamada *Phishing*.
- Entre las experiencias que han tenidos dos de los entrevistados se encuentran el *hackeo* de cuentas, uno de manera directa y otro en un familiar. El resto no han tenido experiencias del tema.

CONCLUSIONES

Las redes sociales es una de las formas en la que nos comunicamos con otras personas. Años atrás la comunicación llevaba tiempo para que a los demás llegara los mensajes, ahora, es instantánea. Ahora podemos tener gran variedad de información e incluso del otro lado del mundo. Es por ello por lo que todo es tan accesible mediante un dispositivo móvil. La participación en redes sociales se ha venido incrementando después de la pandemia Covid-19, pues aprendimos a utilizar múltiples plataformas donde teníamos comunicación por el confinamiento en todo el mundo.

Las redes sociales expuestas en este trabajo son *Facebook*, *TikTok* y *YouTube*. La plataforma *Facebook* funciona para interactuar con otras personas sin importar donde vivan, y es también utilizada para subir contenido como fotos o vídeos, en el perfil, y de esa manera aparecerá en la parte de “muro” de la plataforma, lo cual es visible para todos si no está programado para solo compartir con amigos.

Estas plataformas cuentan con programas de mensajería para comunicarse con quien esté suscrito, aunque no se encuentre conectado. Por tal motivo, todos estamos en la posibilidad de contactar a otros sin conocerlos.

En este trabajo se entrevistó a adolescentes del período conocido como “Adolescencia temprana”, que abarca en las edades de 10 a 14 años. En esta etapa se presentan diferentes cambios en la persona; algunos físicos como la talla, el peso, maduración de los órganos sexuales, y también los aspectos psicosociales como la búsqueda de identidad, énfasis en el cuidado de su apariencia, relación conflictiva con los padres por la necesidad de independencia, necesidad y respuesta de proyecto de vida.

Con respecto a lo anterior, los adolescentes se comunican por redes sociales, y con ello pueden llegar a ser víctimas de violencia digital, que es la transgresión de derechos mediante plataformas digitales o servicios telemáticos, con posibles efectos que repercuten en significativos perjuicios psicológicos o emocionales, afectando tanto la esfera privada como la percepción de la propia imagen del individuo.

En esta investigación se mencionan cinco tipos de violencia digital y algunos retos virales.

Sexting, son fotos de menores sin ropa o casi nada de ropa; *Sextorsión*, lo que significa sexo-extorsión, se trata de un chantaje o amenaza, dado que el o la adolescente compartieron contenido sexual a otra persona, el ciberacoso o *ciberbullying*, que consiste en el hostigamiento hacia una víctima, a través de mensajes, imágenes, vídeos o comentarios; el *Happy slapping*, que consiste en la grabación y difusión de una agresión, física, verbal o sexual hacia una persona; el *grooming*, ocasionado por una persona adulta que gana la confianza de la o el adolescente.

Los *retos virales* son reproducidos por las redes sociales y retan a los adolescentes o jóvenes a realizarlos, y tanto los adolescentes quieren ser populares y tienen una presión social que los invita para tener fama, ser popular, lo practican, y esto ha generado muchos problemas de salud, y en gran parte físicos.

Por otra parte, también investigué si existen políticas públicas respecto de estos temas, y las contraté con lo aprendido en la licenciatura de Promoción de la Salud.

En este trabajo se usa el método cualitativo, y se aplicó cinco entrevistas, cuyo guión se puede ver en el apartado de anexos, con el propósito de conocer de qué manera la violencia digital afecta la salud de los adolescentes y cómo la promoción de la salud podría intervenir.

Todos los adolescentes entrevistados han tenido experiencias en cuanto a la violencia digital. De acuerdo a los resultados, se les facilita tomar riesgos que pueden perjudicar su vida, como algunas consecuencias físicas derivadas de los retos virales, o ser víctimas de acoso, además de problemas emocionales, psicosociales y psicológicos que influyen en su toma de decisiones o, peor aún, en el progreso de construcción de su proyecto de vida.

Es posible desde la Promoción de la Salud, poder acercarnos a estas comunidades para apoyarlas directamente a través de las mismas redes sociales. La carta de Ottawa nos da herramientas para poder intervenir con

planes de acción en la salud de todos. El trabajo en la salud colectiva, y no solamente en la parte hegemónica, podrían los adolescentes reflexionar en la toma de decisiones. También orientarlos a los centros de ayuda, hacer que los adolescentes puedan aprender con actividades didácticas y los padres también en conjunto con sus hijos para fortalecer el entorno familiar, salud y social.

RECOMENDACIONES

Con esta investigación he aprendido más acerca de los adolescentes, de lo que les rodea y la presión social que ellos resienten, así mismo, su proceso de toma de decisiones, lo que les llama la atención en las redes sociales y que puede ser retomado como estrategia, las políticas públicas acerca de este tema, y así mismo, son una gran motivación para contribuir a que incrementen su salud. Este trabajo tiene esta limitación, que me propongo explorar en estudios siguientes, Deseo realizar un trabajo con adolescentes con un enfoque de Promoción de la salud, impulsar a las nuevas generaciones, y que puedan disminuir los casos de violencia digital, además de adicciones y muchos problemas emocionales.

Tomando en cuenta las entrevistas realizadas y sus resultados, me parece que se podría trabajar interdisciplinariamente con más profesionales para tomar acciones, con el objetivo de incrementar la salud de los adolescentes en el entorno digital. A continuación, presento un resumen de propuestas generales para estos efectos.

Problemas de salud identificados	Promoción de la salud
<p>El <i>ciberbullying</i> ocasiona problemas emocionales, como enojo, estrés, miedo, inseguridad.</p>	<p>Elaboración de campañas en redes sociales, sobre el tema de la violencia digital y cada uno de sus componentes, con el objetivo de informar y concientizar a los adolescentes y de esa manera evitar ser víctimas.</p> <p>Participación de profesionales de la salud, como psicología o terapeutas, y así mismo elaborar campañas y seminarios para el combate de <i>ciberbullying</i> y <i>ciberacoso</i> en escuelas.</p> <p>Orientar con talleres, a los padres de familia en escuelas y apoyo gubernamental para la educación de una vida libre de violencia digital.</p>
<p>Los retos virales, son practicados en el entorno escolar.</p>	<p>En la promoción de la salud un entorno escolar. Involucrar a personal directivo, cuerpo docente, familia, adolescentes y organizaciones.</p> <p>Plan para alcanzar un futuro escolar sostenible y saludable. Por ello, se propone:</p> <p>Orientar a los docentes para que trabajen en conjuntos con sus grupos.</p> <p>Elaborar programa escolar socioemocional y promoción de la salud, para el ataque de reducción de retos virales.</p> <p>Promover la participación del grupo estudiantil, en la participación de talleres, representaciones y de autocuidado para maximizar la salud y de esa manera tener resultados de bienestar para entornos saludables escolares.</p>

Falta de comunicación con los padres	<p>Crear actividades entre hijos y padres para mejorar la relación entre ambos.</p> <p>Gestionar alguna institución gubernamental o crear una escuela para padres donde equipo de promotores de la salud, puedan trabajar con los padres y la educación con ternura a sus hijos para la formalización de vínculos de seguridad.</p> <p>Crear espacios de actividad joven y adolescentes para la participación de:</p> <ul style="list-style-type: none">• Limpieza de entornos• Actividad Física• Campamentos• Juegos sociales saludables <p>Para que los adolescentes y jóvenes tengan un espacio de recreación y de entornos saludables.</p>
--------------------------------------	---

REFERENCIAS

- Abello Llanos, R., & Madariaga Orozco, C. (1999). Las redes sociales ¿Para qué? *Revista Científica Uninorte*, 2, 117-134. Obtenido de <https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/download/754/413/1424>
- AVELLANEDA, J., & OSORIO QUINTERO, A. M. (2021). *LOS RETOS VIRALES SON RIESGOS DIGITALES LATENTES Y CAMBIANTES*. Pereira: Universidad Libre Seccional Pereira. Obtenido de <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/23751/MD0364.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Burgueño, P. F. (Marzo de 2009). Clasificación de redes sociales. Madrid, España. Obtenido de <https://www.pablofb.com/2009/03/clasificacion-de-redes-sociales/>
- Carnero, E. (27 de abril de 2022). *Universitat de Catalunya*. Obtenido de Universitat de Catalunya: <https://www.uoc.edu/es/news/2022/099-retos-virales-crecen-preadolescentes>
- chile, u. (2024). *unicef chile*. Obtenido de <https://www.unicef.org/chile/como-proteger-tu-hijo-o-hija-en-internet>
- Ciberilatam. (13 de Diciembre de 2022). *CIBERILATAM*. Obtenido de CIBERILATAM: https://www.segurilatam.com/actualidad/violencia-digital-que-es-y-tipos-de-violencia-cibernetica_20221213.html
- Consumidor, P. F. (26 de Abril de 2021). *Gobierno de México*. Obtenido de Gobierno de México: <https://www.gob.mx/profeco/es/articulos/la-ley-olimpia-y-el-combate-a-la-violencia-digital?idiom=es>
- Escrache Rivas, E. (6 de abril de 2018). *Universitat Oberta de Catalunya*. Obtenido de Universitat Oberta de Catalunya: <https://www.uoc.edu/es/news/2018/079-retos-virales>
- FAMILY, D. (04 de 2022). *DIGITAL FAMILY*. Obtenido de DIGITAL FAMILY: <https://digitalfamily.mx/innovandojuntos/retos-virales-que-son-y-por-que-son-tan-populares/>
- García Cardenas, D. (2007). Introducción al enfoque emancipatorio de la promoción de la salud. *Academia de Promoción de la Salud*. Obtenido

- de <https://studylib.es/doc/5170884/introducci%C3%B3n-al-enfoque-emancipatorio-de-la>
- Global Revista, U. (15 de Diciembre de 2023). *GLOBAL REVISTA*. Obtenido de GLOBAL REVISTA:
https://unamglobal.unam.mx/global_revista/grooming-amenaza-sexual-latente-para-infantes-y-adolescentes/
- Gómez Hernández, S. (22 de Septiembre de 2017). *GLOBSA.ORG*. Obtenido de Latinamerica Post:
<https://latinamericanpost.com/es/vida/bienestar/las-consecuencias-del-reto-sal-y-el-hielo/>
- Gómez, J., & Simón, F. (septiembre-diciembre de 2016). La Comunicación. *Salus*, 20(3), 5. doi:<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=375949531002>
- INEGI. (2024). *MÓDULO SOBRE CIBERACOSO (MOCIBA) 2023*. Ciudad de México: INEGI. Obtenido de <https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2024/MOCIBA/MOCIBA2023.pdf>
- infancia, U. |. (2024). *unicef*. Obtenido de unicef: <https://www.unicef.org/es/end-violence/ciberacoso-que-es-y-como-detenerlo>
- Jorge. (8 de Enero de 2024). *feae*. Obtenido de Federación Enólogos: <https://www.federacionenologos.es/la-comunicacion-antes-y-ahora-como-ha-cambiado/>
- Krauskopf, D. (1995). Las conductas de riesgo en la fase juvenil. Cartagena de Indias, Colombia. Obtenido de <https://xdoc.mx/preview/las-conductas-de-riesgo-en-la-fase-juvenil-5f70109d24dd0>
- Meso Ayerdi, K., Pérez Dasilva, J. Á., & Mendiguren Galdospin, T. (2011). *Repositorio Institucional Universidad de Extremadura*. Obtenido de Servicio de bibliotecas Universidad de Extremadura:
<https://dehesa.unex.es/handle/10662/4555?locale=es>
- Milán Fitera, A. (2018). *Adolescentes hiperconectados y felices*. Madrid: Ediciones teconte.
- Morocho Sarchi, F. (2019). *INSTAGRAM: USO Y MOTIVACIONES DE LOS JÓVENES*. Madrid: Universidad complutense Matritensis. Obtenido de <https://docta.ucm.es/rest/api/core/bitstreams/85dce776-839d-43aa-b535-a94e94a9971b/content>

- Mujeres, C. N. (24 de Junio de 2016). *Gobierno de México*. Obtenido de Gobierno de México: <https://www.gob.mx/conavim/articulos/has-sufrido-acoso-cibernetico-te-decimos-a-donde-acudir>
- Muñoz Saavedra, J., Jarauta, B., Quile, E., & Calduch, I. (2023). *Libro de Actas de las Jornadas Internacionales EDIGA: Género, Entornos Digitales y Adolescencia*. Barcelona: EDIGA. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/377926225_Violencia_de_genero_simbolica_el_curriculum_oculto_de_TikTok
- Nass De Lerdo, I. (julio-septiembre de 2011). Las redes sociales. *Revista Venezolana de Oncología*, 23(3), 133. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=375634868003>
- Nieto Ugalde, I. (2015). *ANÁLISIS DESCRIPTIVO DE LA VIOLENCIA VIRTUAL QUE EXPERIMENTAN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS*. Universidad Autónoma del Estado de México. Edo. México: Universidad Autónoma del Estado de México. Obtenido de <http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/66631>
- Olascoaga Barrenechea, J. P., & Rorario Castillo, F. Y. (2022). *Revisión Sistemática de estudios sobre la violencia en adolescentes y jóvenes a través de medios digitales en los últimos 12 años*. Universidad César Vallejo, Facultad de ciencias de la salud. Trujillo: Universidad César Vallejo. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91663/Olascoaga_BJP-Rosario_CFY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- OMS. (2014). *Documentos básicos*. Suiza: Organización Mundial de la Salud. Obtenido de <https://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd48/basic-documents-48th-edition-sp.pdf?ua=1#page=7>
- OMS. (2024). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
- OPS. (2024). *Organización Panamericana de la Salud*. Obtenido de Organización Panamericana de la Salud: <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-violencia#:~:text=La%20violencia%20es%20el%20%E2%80%9Cuso%20intencional%20de%20la,psicol%C3%B3gico%2C%20lesiones%2C%20la%20muerte%2C%20privaci%C3%B3n%20o%20mal%20desarrollo.>

- Papalia, D., Wendkos, S., & Duskin, R. (2004). *Psicología del desarrollo de la infancia a la adolescencia* (Undécima ed.). México: McGraw-Hill.
Obtenido de https://www.academia.edu/12711436/Papalia_Wendkos_y_Duskin_Psicolog%C3%ADa_del_desarrollo_11_edici_Mc_Graw_Hill?auto=download
- Perezyera, A. (17 de marzo de 2016). *sdpnoticias*. Obtenido de sdpnoticias: <https://www.sdpnoticias.com/estilo-de-vida/a4waistchallenge-distorsionados-retos.html>
- Pineda Pérez, S., & Aliño Santiago, M. (1999). *Manual de Prácticas Clínicas para la atención en la adolescencia*. La Habana, Cuba. Obtenido de <https://platform.who.int/docs/default-source/mca-documents/policy-documents/operational-guidance/CUB-AD-17-01-OPERATIONAL-GUIDANCE-1999-esp-Manual-de-practicas-clinicas-adolescencia.pdf>
- Quiroga, S. E. (2004). *Adolescencia: del goce orgánico al hallazgo del objeto*. Buenos Aires: Editorial Universitaria de Buenos Aires. Obtenido de <https://clea.edu.mx/biblioteca/files/original/e0f84fc8ae6f04aa3f82acdea8e49cbd.pdf>
- Quiroz, N. T. (2020). TIKTOK La aplicación favorita durante el aislamiento. *Revista argentina de Estudios de Juventud*, 1-2. Obtenido de https://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/109976/Documento_completo.%252014.pdf-PDFA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- República, S. D. (17 de Julio de 2024). *COORDINACIÓN DE COMUNICACIÓN SOCIAL LXVI LEGISLATURA*. Obtenido de COORDINACIÓN DE COMUNICACIÓN SOCIAL LXVI LEGISLATURA: <https://comunicacionsocial.senado.gob.mx/informacion/comisionp/cp-comunicados/9271-segunda-comision-avala-proyecto-para-solicitar-a-la-sep-campanas-de-concientizacion-para-advertir-riesgos-de-retos-virales>
- Restrepo, H., & Málaga, H. (2001). *PROMOCIÓN DE LA SALUD: Cómo contruir vida saludable*. Bogotá: Editorial Médica panamericana.
- Salud, S. d. (12 de Octubre de 2013). *Gobierno de México*. Obtenido de Gobierno de México: <https://www.gob.mx/salud/prensa/secretaria-de-salud-cuenta-con-unidades-medicas-para-atender-a-victimas-de-bullying>
- Save the Children. (2019). *Del bullying al cyberbullying: la violencia en redes se vuelve viral*. Obtenido de Save the children:

- <https://www.savethechildren.es/laoportunidad/tu-hijo-no-quiere-que-le-veas-el-movil>
- Save the Children. (9 de Julio de 2019). *Happy Slapping, Cuando la violencia se hace viral*. Obtenido de Save the Children:
<https://www.savethechildren.es/actualidad/happy-slapping-violencia-online-menores>
- Save the Children. (julio de 2019). *Violencia Viral*. Obtenido de
https://www.savethechildren.es/sites/default/files/imce/docs/violenciaviral_resumenejecutivo_0.pdf
- Save the Children. (2023). Online Grooming. *Análisis de sentencias sobre online grooming a niños y niñas en España*. Barcelona, Barcelona, España: savethechildren.es. Obtenido de
https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2023-11/OnlineGrooming_vESP.pdf
- Seoane, A. (2015). *Adolescencia y Conductas de Riesgo*. Montevideo: Universidad de la República de Uruguay. Obtenido de
https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/7524/1/trabajo_final_de_grado._andrea_seoane._mayo.pdf
- Sistema Nacional de Protección de Niñas, N. y. (30 de Julio de 2018). *Gobierno de México*. Obtenido de Gobierno de México:
<https://www.gob.mx/sipinna/articulos/los-retos-en-internet-para-ninas-ninos-y-adolescentes-riesgos-contra-su-ciberseguridad?idiom=es>
- Sistema Nacional de Protección de Niñas, N. y. (8 de Octubre de 2024). *Gobierno de México*. Obtenido de Gobierno de México:
<https://www.gob.mx/sipinna/es/articulos/conoce-las-redes-sociales-y-plataformas-de-contenido-para-proteger-a-ninas-ninos-y-adolescentes-de-los-riesgos-en-internet-que-les-afectan?idiom=es>
- SUMMA, R. (2024). *Facebook*. Barcelona: Red Universitaria Virtual Internacional. Obtenido de
https://campusvirtual.iep.edu.es/recursos/recursos_premium/programa-habilidades/pdf/social_media_mk/contenido1/clase4.pdf
- TECHBIT. (25 de Mayo de 2017). El abecedario del diablo, el peligroso juego viral de moda. *El universal*. Obtenido de

- <https://www.eluniversal.com.mx/articulo/techbit/2017/05/25/el-abecedario-del-diablo-el-peligroso-juego-viral-de-moda/>
unicef. (2024). *unicef México*. Obtenido de <https://www.unicef.org/mexico/mantener-seguros-ni%C3%B1as-y-adolescentes-en-internet>
- Unión, C. d. (2022). *LEY GENERAL DE ACCESO DE LAS MUJERES A UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIA*. Ciudad de México: Secretaria de servicios parlamentarios. Obtenido de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/209278/LGAMVLV_15.02.23.pdf
- UNIVERSAL, E. (16 de Enero de 2018). El nuevo reto viral que ha llevado a decenas de jóvenes al hospital. *EL UNIVERSAL*. Obtenido de <https://www.eluniversal.com.mx/mundo/el-nuevo-reto-viral-que-ha-llevado-decenas-de-jovenes-al-hospital/>
- Viscaíno-Verdú, A., Constreras Pulido, P., & Guzmán Franco, M. D. (2019). Lectura y aprendizaje informal en YouTube: El booktuber. *Comunicar*, 96. Obtenido de <https://www.revistacomunicar.com/pdf/59/c5909es.pdf>
- Visión, W. (24 de Junio de 2020). *Wold Visión*. Obtenido de Wold Visión: <https://www.worldvision.cl/blog/7-claves-para-detener-el-ciberbullying#:~:text=El%20internet%20C%20redes%20sociales%20y%20el%20uso%20de,el%20desarrollo%20y%20la%20vida%20de%20nuestros%20ni%C3%B1os.>

ANEXOS

Las entrevistas fueron realizadas a 5 adolescentes, 3 mujeres y dos hombres. Se muestra la entrevista en la siguiente tabla.

Variable	Pregunta	Respuesta sujeto1	Respuesta sujeto2	Respuesta sujeto3	Respuesta sujeto4	Respuesta sujeto5
Redes sociales	¿Cuentas con teléfono celular, Tableta o laptop?	Si, tengo un celular y una computadora en la casa	Sí, con teléfono	Sí, con las tres	Con teléfono y tableta	Sí, cuento con las tres

	¿Qué uso le das?	El celular lo utilizo para ver videos, escuchar música. La computadora la utilizo para hacer las tareas que me dejan en la escuela	Lo uso para jugar y ver vídeos de risa o los vídeos que salgan	Para la escuela, investigar, para ver vídeos de terror, jugar, mandar mensajes a mis amigos y a mi mamá	Para escuchar música, ver vídeos de futbol, para mandar mensajes a mi abuelita, a mi amigo, y a mis compañeros y jugar	Para platicar con mis amigos, ver vídeos, marcar, y ver lo que hacen los demás
	¿Sabes qué son las redes sociales?	Sí, son donde puedes compartir y ver lo que hacen los demás, también para buscar a tus amigos y poder enviarse memes o cosas así	Si, yo sé que son cuando publicas un video, o una historia de ti, como el TikTok	Obvio, para publicar, fotos, videos, hablar con amigos o ver vídeos	Sí, son aplicaciones donde usas wifi, y la gente las usa para subir contenido	Sí, creo que es cuando, Publicas, conocer también nuevas cosas

	¿Utilizas como red social Facebook, TikTok y YouTube?	Utilizo Facebook y TikTok para compartir cosas con mis amigos o ver que hacen los demás o suben a su perfil, a veces mis amigos suben videos a TikTok	De esas, solo YouTube	TikTok y YouTube	TikTok y YouTube	Sí, las tres
	¿Cuál es la que utilizas?	Para platicar o ver que hacen mis amigos utilizo Facebook, y para solo ver lo que hacen los demás utilizo TikTok	Facebook no tengo, TikTok sí, para ver vídeos chistosos, cortos, de animalitos, también YouTube	Uso YouTube y TikTok para ver los vídeos que suben mis artistas favoritos, también para cosas de la escuela, y hasta una vez me	TikTok para ver vídeos de futbol, de mis compañeros que suben contenido, en YouTube los vídeos de música, de algunas personas	Pues, Facebook lo uso para conocer los perfiles de mis amigos, también para ver lo que suben los demás, TikTok para ver vídeos chistosos, también en YouTube para

				hicieron subir un video en TikTok para mi clase de ingles	que juegan videojuegos	conocer más cosas como lugares de mundo
	¿Qué otra red social usas?	Utilizo Instagram y WhatsApp	Solo YouTube	Instagram y WhatsApp	WhatsApp	Instagram y WhatsApp

	¿Qué dispositivo utilizas para ocupar las redes sociales?	El celular por que la computadora está en la sala y mi mamá ve lo que estoy haciendo, además no me deja ocupar la computadora para otra cosa que no sea la tarea	Teléfono celular	El teléfono celular y la computadora YouTube	En el teléfono celular	El teléfono celular
	¿Con quién te comunicas más en las redes sociales?	Con mis amigos de la escuela	En un videojuego que se llama roblox	Con mis amigas y mi amigo de la escuela	Con mi prima, con mi abuelita, compañeros de la escuela	Pues. con mis amigos, mi familia, mis amigas de curso y con personas en los videojuegos

	¿En qué lugares no utilizas tu dispositivo?	En la escuela y cuando estoy comiendo con mis papás	En todos excepto en la casa	En la escuela y a veces en la calle	En la escuela, pero si he visto que en el recreo usan varios niños el celular, me lo llevo, pero no lo uso	Pues, en todos los lugares lo utilizo
	¿Usas celular en la escuela?	Cuando estoy en el receso	No, no me lo llevo	No	No, solo afuera, lo pongo en modo silencio	Sí, me lo han quitado como tres veces, y ya no lo saco en el salón más que en el receso
	¿Tus padres saben que tienes redes sociales?	Si, si saben que tengo Facebook, pero no saben que tengo Instagram, creo que no lo conocen	Si sabe, le pedí permiso para instalarlos, que no se acuerde es otra cosa	Solo mi mamá, mis papás están separados	Sí	Sí, pero no saben de todos, no quiero que se meta en lo que hago

	En caso de que tus padres sepan sobre tus redes sociales, ¿los tienes agregados a tus redes?	Si los tengo agregados, pero tengo dos cuentas de Facebook, para que no vean lo que hago	No	No, me da pena que me juzgue por lo que subo	No, no quiero que me diga nada	No en todos, solo WhatsApp
	¿Conoces personalmente a las personas agregadas en tus redes sociales?	No a todos, me mandan solicitudes personas que no conozco en persona, pero tenemos amigos en común y los acepto	En el juego de videojuegos, solo a mi prima	Sí	Sí	Son pocos los que no, pero por ese medio pude contactar amigos que quería conocer

	<p>¿Sigues a algún influencers? ¿Por qué?</p>	<p>Si a varios, porque me gusta el contenido que suben o también me gusta lo que hacen en sus historias o videos</p>	<p>Sí, porque hace buenos vídeos, sigo a dos, sigo a una tal Fede Dgovani y Domelipa</p>	<p>A muchos, a Polo Londra, FedeGeovani, Lucas, BST, Blackpink, porque son graciosos sus vídeos</p>	<p>Sí, a Cristiano Ronaldo, los jugadores del América y ya, los sigo porque me gusta el futbol, quiero ser como ellos</p>	<p>Sí. Porque me agrada lo que suben, vídeos chistosos, o de juegos</p>
--	---	--	--	---	---	---

	<p>¿El uso del teléfono, tableta o computadora, ha causado que tengas problemas en la casa, o en la escuela? ¿Cuál o cuáles?</p>	<p>Si, en la casa porque dicen que paso mucho tiempo en el celular y que no ayudo en nada y que solo pierdo el tiempo en el celular y en la escuela no dejan sacarlo a menos de que sea una emergencia y algunas veces lo he sacado en el salón y le han llamado a mi mamá</p>	<p>Sí, porque me paso todo el día con el teléfono, y me regaña mi abuelita, más el sábado.</p>	<p>Sí, en la casa porque no recojo mi regadero</p>	<p>Sí, en la casa, porque mis ojos se ponen rojos al estar todo el día</p>	<p>Sí, en la escuela me genero reportes y castigo por estar sacando el teléfono, también en la casa porque se me complica limpiar o querer hacer la tarea, y con mis amigos un poco porque les hice <i>stickers</i> de su cara</p>
--	--	--	--	--	--	--

Ciberacoso	¿Has experimentado alguna vez ciberacoso o acoso en línea?	No, nunca me han acosado	Un poco en el videojuego, no sé quién era el otro jugador y me seguía y me quería hablar, pero no le respondí	No	No	Pues, una vez sí, alguien que me acepte como amistad me mandaba mensajes con corazones
	¿Cómo ocurrió?	no	Estaba jugando, y aparecía el otro jugador siguiéndome	No	No	Una persona que acepte y no conozco, y me mandó mensajes por Facebook, enviándome un Hola primero, y le respondí con hola y me enviaba corazones, todos los días hasta que lo bloquee

	¿En qué plataforma sucedió?	no	En roblox	no	no	En Facebook e Instagram
	¿Cómo enfrentas ciberacoso o comportamiento intimidatorio en línea?	Pues solo los bloquee para que no me mandaran mensaje intimidándome sobre que me iban a pegar, me dio miedo decirles a mis papás	Si pasara por eso, le diría a mi mamá	Bloqueando a la persona	No sé, no sé qué haría	Lo bloqueo
	¿Conoces o sabías quien era el acosador?	Si, era un niño de otro salón, pero no sé porque le caía mal	-	-	-	La verdad no

	¿Has buscado apoyo o ayuda a tus padres, amigos, autoridades, o de tu confianza?	Con mis amigos	Si tuviera, si acudiese por ayuda con mi mamá	Les diría a mis papás	Yo lo acusaría con mi mami	Con mis amigos
	¿Cómo afectó esta experiencia tu vida (emocional, física o social)?	Que cualquier persona puede contactarte y decir que te puede hacer daño o que sabe dónde vives	Yo creo que me afectaría socialmente	Mi amiga que tuvo ese problema estuvo mal emocionalmente , porque lloraba mucho	Socialmente, porque no confiaría en nadie	Siento que emocionalmente, porque tenía miedo y enojo
	¿Recibiste apoyo de alguna institución, amigos o familiares?	No	-	Mi amiga recibió apoyo de las amigas, ellas la oían y la apoyaban	-	No, no le dije a nadie, porque me dio pena

	¿Qué tipo de apoyo crees que necesitan las víctimas de ciberacoso?	Creo que necesitan que la escuela los apoye con vigilancia afuera de la escuela para cuidar a los niños	No sé, yo creo que de demandar a quien lo hace	Yo creo que psicológico y emocionalmente	Que hubiera un lugar donde los ayudaran como esos lugares que ayudan a los alcohólicos anónimos	Pues, yo creo que psicológico, o no sé, la verdad no se me ocurre mucho
	¿En la escuela te han hablado de este tema?	Si, si nos han hablado del <i>bullying</i>	La maestra una vez	Sí, los maestros, nos dijeron que era, como evitarlo	no	no
<i>Ciberbullyng</i>	¿Has escuchado o tienes alguna experiencia con el <i>ciberbullyng</i> ? ¿Qué sabes sobre el <i>ciberbullyng</i> ?	Si, es cuando te molestan por las redes sociales, a mí me molestó un niño de otro salón	No, sé que el <i>ciberbullyng</i> es hacer <i>bullying</i> , pero en línea	He escuchado, donde me dieron platica, mis compañeros se hacen memes y los suben por el grupo	No se mucho de lo que es el <i>ciberbullyng</i> y no he tenido experiencia	Sí, es <i>bullying</i> en línea

	¿Tus padres, o en la escuela te orientan sobre lo que es el <i>ciberbullyng</i> ?	Si, la escuela nos ha platicado de este tema	No	Sí, en la escuela	No	No
	¿Alguna vez has sido víctima de <i>ciberbullyng</i> ? ¿Cómo empezó?	Sí, creo que alguien les dio mi número y me decían que me iban a pegar afuera de la escuela y que iban a llevar a sus hermanos mayores	Una niña me dijo cuatro ojos y yo le dije por 2, y lo subió en su WhatsApp, pero yo no tengo y no me entere bien, y los demás ya me decían cuatro ojos	No	No	Sí, en WhatsApp en grupo de la escuela, subían fotos de mí, haciéndome memes por el tono de mi piel, y fotos de mí, distraída

	¿Qué tipo de comportamiento o experimentaste? (insultos, amenazas, difusión de rumores, etc.)	me amenazaron con pegarme	Insulto	Rumores, chisme	Ninguno	Insulto, difusión y rumores
	¿Te sentiste capaz de responder o defenderte? ¿Lo hiciste?	No, porque su hermano mayor era el que me iba a pegar, solo le dije a mis amigos que no me dejaran solo en la salida de la escuela	Sí y si lo hice	Sí, lo enfrente	No he pasado eso	Pues no, me da pena, porque si no me van a dejar de hablar muchos

	¿Conociste a la persona que te agredió? ¿Era alguien de tu escuela, amigos o un desconocido?	Si, era un niño de otro salón	Sí, era una de mi escuela	Alguien de la escuela	No he pasado eso	De la escuela
	¿Cómo te hizo sentir esta experiencia? (tristeza, ansiedad, miedo, enojo, etc.)	Miedo y confusión porque no sabía la razón por la que me quería pegar si no le había hecho nada	Mucho enojo	Enojo y ansiedad	No he pasado	Pues miedo, ansiedad y enojo
	¿Intentaste bloquear al agresor o denunciarlo en la plataforma?	Sólo lo bloquee, pero me hacía burla con sus amigos cuando me veía en la escuela	No	Bloquearla	No he pasado	No

	¿Lo hablaste con alguien (padres, amigos, profesores)? ¿Cómo te apoyaron?	Con mis amigos	Con mis amigos, solo diciéndome que no me deje	Con mis amigos, dándome confianza	No he pasado	Con mis amigos
	¿Has visto a alguien ser víctima de <i>ciberbullyng</i> ? ¿Cómo reaccionaste en ese momento?	Si, a un amigo lo amenazaron con pegarle también a fuera de la escuela y me dio enojo porque él no hace daño a nadie	Sí, normal	Sí, con enojo	Sí, ninguna	Sí, pues da coraje porque no es justo que abusen
	¿Intentaste intervenir o ayudar a la persona afectada?	Le dije que les dijera a sus papás, pero tampoco quería	No	No	No	No, no supe como

	¿Qué consejo le darías a alguien que ha experimentado cyberbullyng en este momento?	Que les diga a sus papás lo que está pasando, ellos siempre los van a cuidar	Pues 1 la apoyaría, 2 la acusaría con la maestra	Que busque ayuda con alguien mayor	Le diría que tranquilo, la vida sigue	La verdad, no sé, yo creo que buscara apoyo
Retos virales	¿Sabes qué son los retos virales?	Si, es cuando varios influencers hacen retos entre ellos y desafían a otros, se llaman <i>challenges</i>	Sí, que alguien te diga que hacer en un reto	Sí, son cuando te metes en problemas por hacer esos juegos	Sí, son cuando haces videos para hacerlo viral	Sí, hacer vídeos que contengan retos que casi nadie se atreve
	¿Qué retos conoces?	Pues, no sé cómo se llaman, pero si conozco	Cortarse con agujas	Toca puertas, insultar	Decir el abecedario con un cuchillo en la boca, comer animales	Aguantar la respiración, ponerse la soga al cuello, la del momo

	¿Has participado en algún reto viral o conoces a alguien que lo haya hecho?	Si, unos amigos hicieron algunos retos	No	No	No	Sí
	¿Qué te llevo a participar en ese reto viral?	No lo he hecho	No lo he hecho	No lo he hecho	No lo he hecho	Querer tener amigos
	¿Qué crees que motiva a las personas a participar en estos retos? (Popularidad, diversión, presión de grupo, etc.)	Yo creo que, para ser populares principalmente, porque siempre que los hacen llaman la atención de los que no se atreven	Popular	Popularidad, dinero y diversión	Popularidad y ser famoso y ganar dinero	Pues ya viéndolo bien, por popularidad

	¿Conoces de alguna consecuencia que haya ocasionado en ti o alguien que conoces, la participación de retos virales?	Un amigo se desmayó y lo llevaron a la enfermería	No	Reporte en la escuela	Sí, dolor de estomago	Sí, dolor en el pecho
	¿Te arrepientes de haberlo hecho o continuarías realizando más?	Después de ver lo que le pasó a mi amigo, yo no lo haría	Lo repiten en la escuela	No se arrepienten y lo siguen haciendo	No se arrepienten porque les dan dinero	Sí me arrepiento porque fueron varios días que me sentí mal

	¿Conoces a alguien que haya tenido una mala experiencia participando en reto viral?	Sí, a mi amigo	No	Sí, le pusieron reporte y su mamá lo regañó	Si, les dolía la lengua	Sí, dolor de pecho, mareos, tristeza, burla de mis compañeros
	¿Crees que los adolescentes son conscientes de los riesgos asociados a un reto viral?	No, son los que más lo hacen	Creo que sí	No	Sí	No
Phishing	¿Has oído hablar del <i>phishing</i> ? ¿Cómo lo describes?	No, no lo conocía hasta ahorita que me lo explicaste	No	No	No	No

	¿Ha recibido mensajes sospechosos solicitando información personal?	No, nadie sospechoso me ha pedido información personal, solo un amigo me pidió mi dirección de donde vivo	No	No	No	Sí, por llamada
	¿Qué consejos darías a tus amigos para protegerse del <i>phishing</i> ?	No dar ninguna información a personas desconocidas	Que bloqueen	Bloquearlo	Que no den información	No dar información de nada
	¿Conoces alguna manera de prevenir en caer por el <i>phishing</i> ?	No hablar con extraños sobre temas personales o de tus datos	No	No	No dar información	Pues igual no dar nada de información

	¿Has tenido alguna experiencia cercana con <i>phishing</i> o conoces a alguien que haya sido afectado?	A mi tía le robaron su cuenta de WhatsApp y empezaron a pedir dinero a sus contactos	No	No	No	Hackearon mi cuenta, al dársela a una amiga, bueno
	¿Tienes supervisión por parte de tus padres de tus actividades por internet?	En la computadora sí, pero en el celular no	No	No	No	No
	¿Ha cambiado tu vida por el uso de redes sociales? ¿En qué?	No sé, un poco en lo de divertirse	No	Sí, en que tengo más información, veo videos, sé que pasa con la ciudad, crímenes	Si, me divierto más	Sí, es adictivo

	¿Has sentido ansiedad en algún momento por el uso de redes?	Creo que sí, cuando se va el internet y no sé qué pasa con algún evento o <i>streaming</i> que hace algún <i>influencers</i>	Si, cuando pygy del videojuego me mata o se va el internet	Cuando no me responde mi amiga	Sí, cuando se va el internet o mi mama me quita el celular	A veces en el momento cuando me castigan con el celular
	¿Qué emociones crees que te ha provocado con el uso de redes sociales?	Ansiedad por estar conectado y saber que hacen o suben los demás	Ansiedad, enojo y tristeza	Risa, enojo, tristeza	Alegría, vergüenza, ansiedad, y temor	Alegría, tristeza y enojo

