

Fecha: 17-02-2026  
Medio: La Estrella de Antofagasta  
Supl.: La Estrella de Antofagasta  
Tipo: Columnas de Opinión  
Título: **Columnas de Opinión: La violencia de opinar de todo**

Pág.: 7  
Cm2: 101,8  
VPE: \$ 84.250

Tiraje: 6.200  
Lectoría: 28.739  
Favorabilidad: ☐ No Definida

## COLUMNA

**Claudia Szita Ceroni**  
académica Escuela de Psicología, Universidad Andrés Bello



### La violencia de opinar de todo

Vivimos tiempos en que el silencio parece intolerable. Apenas alguien expresa una idea, surge otro para contradecirla, no desde el diálogo, sino desde el ataque. Ya no conversamos para comprender, sino para imponer. Da igual si hablamos de una receta, una relación, una postura política o la crianza: la urgencia de decir “no estoy de acuerdo” viene cargada de violencia.

Las redes sociales nos acostumbra-

ron a la vitrina permanente. Mostramos nuestras vidas y, con ello, diluimos la frontera entre lo íntimo y lo público. Se instaló la creencia equivocada de que “si lo compartes, debo opinar”. Pero el problema no es la opinión, sino el tono, la descarga emocional que muchas veces encubre heridas propias.

La rabia digital no se queda en las pantallas. Se filtra en las calles: en el bocinazo impulsivo, en la pelea

cotidiana, en el grito fácil. Estamos cansados, irritables, tristes. No lo decimos, pero se nota. Y así los vínculos se vuelven más frágiles, más impersonales, casi artificiales. Terminamos relaciones por mensaje, criamos desde el agotamiento y reaccionamos a desconocidos como si fueran enemigos íntimos.

Cuando el mundo avanza más rápido de lo que podemos procesar, respondemos desde la supervivencia.