LITORALPRESS

Fecha: 06-07-2025
Medio: El Austral de la Araucanía
Supl. : El Austral de la Araucanía - Domingo
Tipo: Noticia general
Título: Amenazas digitales y retos virales: cómo los juegos ponen en riesgo a la infancia

Pág. : 6
Cm2: 596,6
VPE: $ 927.129

Tiraje: 8.000
Lectoría: 16.000
Favorabilidad: No Definida

Amenazas digitales y retos virales: cómo los juegos ponen en riesgo a la infancia

El caso de dos niñas desaparecidas el fin de semana pasado en Toltén, quienes afortunadamente son halladas sanas y salvas 18 horas más tarde da mucho para reflexionar y conversar. Ambas fueron víctimas de un reto viral que las mantuvo incomunicadas de sus familias. A una semana del hecho, académicas de la Región analizan el fenómeno y las forma de advertir y prevenir sus consecuencias.

Andrea Poblete P.
cronica@australtemuco.cl

FOTO: REFERENCIAL / NICOLE HERNÁNDEZ

Retos como "La Ballena Azul", "Momo Challenge" o "Blackout Challenge" se han viralizado en los últimos años, afectando la integridad física y emocional de niñas, niños y adolescentes. En América Latina y Chile sus consecuencias - autolesiones, desapariciones y muertes - evidencian la vulnerabilidad psicológica de una generación hiperconectada y, a menudo, desprotegida.

El "juego" de La Ballena Azul, originado en Rusia en 2016, plantea 50 desafíos que van desde ver películas de terror hasta autolesiones y, al final, incita al suicidio. Aunque se ha intentado desmentir como leyenda urbana, en América Latina se han confirmado casos. En La Araucanía existen 5 denuncias por menores lesionados.

Estos retos se difunden por TikTok, WhatsApp y Discord, muchas veces, mediante invitaciones a grupos cerrados. Un "curador" o líder establece un vínculo con la víctima que escala a la extorsión emocional. Las amenazas inducen al miedo y anulan el juicio del o la menor.

"La manipulación por parte de adultos con psicopatologías (conducta antisocial, pedofilia) es un proceso escalonado impulsado por su necesidad de excitación. Al encontrar víctimas que no pueden establecer límites, estos adultos intensifican sus demandas. El miedo, en el cerebro infantil en desarrollo, es un factor clave que lleva a los niños a tomar decisiones impulsivas y obedecer al manipulador. Esta dinámica genera violencia y trauma, afectando profundamente el desarrollo de los menores", explica la psicóloga Mónica Hetz, líder de capacitación de OPA UFRO.

REGIÓN

En La Araucanía el 44 % de jóvenes de 15 a 17 años ha sufrido violencia física, lo que los desensibiliza y aumenta el riesgo de suicidio, acota la Dra. Tamara Otzen, presidenta de OPA UFRO. Según INJUV, el 45 % de jóvenes entre 15 y 29 años ha pensado en suicidarse en la última semana, y muchos tienen dificultades para hablar con sus padres o baja autoestima. En este contexto, los retos virales pueden ofrecer una falsa sensación de éxito y pertenencia.

EL IMPACTO

Bajo esta realidad, la importancia de cuidar las horas de sueño en la infancia y adolescencia es vital, ya que influye directamente en el desarrollo de la autorregulación y la toma de decisiones.

"Muchos niños llegan al colegio con pensamientos rumiantes derivados de los retos o juegos online que enfrentaron durante la noche, estímulos que persisten en cuerpo y mente. Tras la pandemia, estos desafíos virales han aumentado las autolesiones en niños y adolescentes, frecuentemente, en espacios escolares como los baños. Factores como el acoso, el estrés académico y conflictos familiares agravan esta situación. Aunque las autolesiones no buscan el suicidio reflejan un dolor profundo y pueden volverse adictivas, manifestándose en cortes o quemaduras en zonas ocultas, lo que hace imprescindible una detección e intervención temprana", opina Mónica Hetz.

Más allá de regular el tiempo frente a las pantallas es clave fortalecer redes comunitarias sólidas que integren a familias, escuelas, servicios de salud, organizaciones juveniles y espacios digitales seguros, destaca la doctora Otzen. "Estas redes no solo previenen el aislamiento, sino que ofrecen canales de ayuda inmediatos, debilitando el discurso de los adultos manipuladores. No podemos transar con rutinas básicas como dormir bien, compartir una comida o reír en grupo. Estas acciones activan neurotransmisores como la serotonina, dopamina y oxitocina, esenciales para el bienestar emocional".

PODER SIMBÓLICO

"Las redes sociales son como una plaza pública sin filtros, donde muchos niños navegan sin acompañamiento. Creen interactuar con pares, pero pueden toparse con adultos que buscan dañarlos. Dar un celular a los 9 años sin control parental es similar a dejarlos solos por la noche en una plaza", advierte Mónica Hetz.

Las redes sociales no sólo son plataformas tecnológicas: son entornos simbólicos donde niños y adolescentes construyen identidad, miden su valor y buscan pertenencia. Para muchos, no aparecer en redes equivale a no existir. En esa lógica, los retos virales pueden parecer una vía rápida para sentirse visibles o aceptados.

"Cuando refuerzo en el menor la idea de no pertenecer - justo mientras busca validarse en el mundo adulto - el riesgo aumenta. Adultos manipuladores refuerzan esa exclusión y ofrecen una falsa integración: 'serás parte si haces esto', aunque implique ponerse en peligro", advierte la Dra. Otzen.

Formar ciudadanos digitales implica acompañarlos desde el primer día que usan un dispositivo, "entendiendo esta etapa como cuando les enseñamos a andar en bicicleta: primero con ruedas, después con apoyo, y siempre con presencia adulta. En lo digital no podemos soltarlos de golpe", acota M. Hetz.

El control parental no reemplaza el vínculo y la conversación, explica la . Es fundamental que los padres hablen con sus hijos sobre los contenidos y riesgos online, dándoles espacio para expresarse, pero siempre asegurando que los temas importantes se abordan con seriedad y cuidado, priorizando el bienestar emocional sobre cualquier filtro tecnológico", agrega la psicóloga.

Aquí los factores de riesgo incluyen dificultad en la solución de problemas, sentimientos negativos, diversidad sexual, baja autoestima, estrés, violencia familiar o escolar y abuso sexual.

"Es vital estar alerta a cambios de conducta como alteraciones en sueño/alimentación, exigencias materiales como compras compulsivas, abandono de hobbies o restricciones emocionales (lenguaje monosilábico, reacciones polares). En casos de adicción, en vez de horarios rígidos, se recomienda equilibrar el tiempo de pantalla con actividades 'desconectadas' para reeducar el cerebro y promover el placer en el mundo real. La adicción se manifiesta en la reducción del vocabulario, descenso académico (especialmente en matemáticas e historia), búsqueda de inmediatez y dificultades interpersonales, ya que los juegos limitan el desarrollo de la tolerancia a la frustración y la persistencia".

Frente a este fenómeno, las escuelas y familias deben contar con protocolos de derivación a salud mental. Chile cuenta con recursos como el Fono Infancia (800 200 818), Red de Salud Digital Escolar y en el sitio opa.ufro.cl, donde se consolidan mecanismos de apoyo, incluyendo un catastro actualizado de teléfonos de ayuda, muchos de bajo costo o gratuitos.