



Doctora Mariana Labbé
Grupo Cetep.

Este 2 de mayo, en el Día Internacional contra el Bullying o Acoso Escolar, es urgente mirar más allá de las cifras y preguntarnos qué estamos haciendo, como sociedad, para proteger a los niños, niñas y adolescentes de una forma de violencia que puede dejar marcas de por vida. Según

El bullying no empieza con un diagnóstico, pero puede terminar con uno

el último informe de Acción Educar, las denuncias por convivencia escolar en Chile llegaron a su nivel más alto desde que se tiene registro: 8.864 casos solo en lo que va de 2024. Más allá de lo numérico, estas cifras evidencian un deterioro progresivo en la convivencia escolar y, por ende, en la salud mental de miles de estudiantes.

No se trata de una exageración. El acoso escolar puede tener consecuencias devastadoras a corto y largo plazo. Quienes lo sufren pueden desarrollar ansiedad, depresión, baja autoestima, fobia escolar, desmotivación académica o incluso ideación suicida. Y

si este sufrimiento se cronifica, puede derivar en cuadros psiquiátricos graves en la adolescencia o adultez, incluyendo síntomas psicóticos como alucinaciones o ideación paranoide, especialmente cuando hay una predisposición genética previa. El estrés sostenido que produce el bullying puede actuar como detonante de enfermedades mentales severas.

Las cifras sobre ciberbullying también son alarmantes. Solo en 2024 se han reportado 664 casos, un aumento del 15,5% respecto al año anterior. Estos datos reflejan una convivencia escolar que, como lo señaló la Defensoría de la Niñez, ha

empeorado significativamente, en particular en lo relacionado con agresiones entre estudiantes.

Los datos también lo confirman. Según las conversaciones registradas por MHAITE, una asistente virtual de Grupo Cetep, que realiza triage automatizado para detectar síntomas de salud mental en tiempo real, los adolescentes de entre 10 y 17 años identifican como principales causas de su malestar los problemas familiares, la autoestima, el colegio y, en un 33% de los casos, el “no sé”, una señal clara del desconcierto emocional que viven. Los sentimientos más frecuentes expresados

por estos jóvenes fueron cansancio, tristeza, soledad y frustración.

No podemos seguir esperando a que el sistema educativo resuelva este problema por sí solo. Es necesario fortalecer la educación emocional de profesores y estudiantes, involucrar a las familias y fomentar espacios seguros para el diálogo. Debemos estar atentos a señales de alerta como el aislamiento, los cambios de humor, el desinterés por el colegio o síntomas físicos sin causa médica clara. Escuchar a los niños y niñas, creerles, contenerlos y, cuando sea necesario, buscar ayuda profesional, puede

marcar la diferencia entre un episodio difícil y un trastorno de salud mental crónico. Aún queda mucho que capacitar y realizar.

El bullying no es un rito de paso, ni una simple “etapa”. Es una forma de violencia que daña profundamente a víctimas, agresores y testigos. Como sociedad, debemos asumir que prevenirlo no es solo responsabilidad de las escuelas, sino que es un deber de toda la sociedad. Actuar a tiempo es proteger su salud mental hoy, y su bienestar emocional para toda la vida.

Y recuerden, #ConversarDeSaludMental puede salvar vidas!