



Hacer 'bullying' aumenta el riesgo de problemas de salud mental

EP | Un nuevo estudio de la Facultad de Salud Pública Mailman de la Universidad de Columbia sugiere que existe una relación bidireccional entre el 'bullying' y los problemas de salud mental entre los jóvenes. Es decir, no solo desarrollan este tipo de trastornos las personas que reciben el acoso, sino también los verdugos. Y, además, aquellas personas con peor salud mental son más propensas a acosar a otras.

El 'bullying' se define como cualquier comportamiento agresivo no deseado por parte de otro joven o grupo de jóvenes, que no son hermanos o parejas, y se repite varias veces o es muy probable que se repita. En Estados Unidos, se ha estimado que entre el 18-31 por ciento de los jóvenes han sufrido este tipo de acoso alguna vez.

«Aunque está bien demostrado que el ‘bullying’ está asociado con problemas de salud mental inmediatos y de por vida, ningún estudio hasta la fecha ha examinado la hipótesis de que esta relación pueda ser bidireccional», señala Marine Azevedo Da Silva, una de las autoras de este trabajo, que se ha publicado en la revista científica ‘Journal of Adolescent Health’.

Los investigadores analizaron datos de 13.200 jóvenes de 12 a 17 años de edad en la ‘Population Assessment of Tobacco and Health’, realizada en Estados Unidos, para estudiar la asociación bidireccional entre la perpetración de intimidación y los problemas de internalización, es decir, inseguridad, dependencia, timidez, miedos, inestabilidad del estado de ánimo, obsesiones, etc. Entre los participantes, el 79 por ciento aseguró que nunca hizo ‘bullying’ a otros, el 11 por ciento sí pero hace más de un año, y el 10 por ciento en el último año.

Cuando los investigadores examinaron la relación entre realizar ‘bullying’ y problemas de internalización, encontraron que los jóvenes que reportaron ser los perpetradores del acoso eran más propensos a desarrollar una incidencia de moderada a alta de problemas de salud mental, en comparación con aquellos que no habían cometido ‘bullying’ en ningún momento de su vida.

Por otro lado, encontraron que los adolescentes que experimentaron problemas de internalización de moderados a altos tenían un mayor riesgo de hacer ‘bullying’ a los demás, en comparación con los que informaron que no tenían o tenían una incidencia baja de problemas de salud mental.

«Nuestros hallazgos indican que las estrategias de prevención e intervención de conductas de ‘bullying’ entre los jóvenes deben considerar cómo tomar en cuenta y manejar los sentimientos negativos y los problemas de salud mental», señala la autora principal del estudio, Silvia Martins, directora de la Unidad de Epidemiología del Abuso de Sustancias del Departamento de Epidemiología.

En España, al menos dos menores de cada clase sufren acoso escolar o violencia, una situación que se ve favorecida por la conexión con el entorno digital y la violencia en Internet, según Unicef. Se registraron un total de 5.500 casos de acoso escolar entre 2012 y 2017, de acuerdo con las cifras del Ministerio de Educación, la Policía Nacional, la Guardia Civil y varios cuerpos de policía local.

Una exposición continua al acoso durante la adolescencia puede provocar cambios físicos en el cerebro y aumentar la probabilidad de sufrir una enfermedad mental,

según un estudio reciente del King's College de Londres. Los investigadores midieron áreas del cerebro de adolescentes cuando tenían 14 y 19 años. De los últimos, los que habían sufrido acoso escolar crónico presentaron una disminución de las áreas cerebrales del núcleo caudal y el putamen, que los investigadores asociaron a unos mayores índices de ansiedad.