

Exploración del ciberacoso y su relación con la depresión y ansiedad como conductas de riesgo en UPES Unidad Los Mochis

Exploration of cyberbullying and its relationship with depression and anxiety as risk behaviors in UPES, Los Mochis campus

Juan José **Sánchez Verdugo**¹

Resumen

Esta investigación analiza la relación entre el ciberacoso y su impacto en la salud mental y el rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad Pedagógica del Estado de Sinaloa (UPES), unidad Los Mochis. Se busca comprender cómo el ciberacoso en entornos virtuales influye en la aparición de ansiedad, depresión y estrés, así como en el desempeño académico.

Se aplicó una encuesta (un solo formato) a 100 estudiantes, 5 entrevistas no estructuradas a estudiantes voluntarios ya focalizados con experiencias de acoso, con síntomas de ansiedad y depresión y 20 entrevistas estructuradas a profesores de la Unidad para evaluar la prevalencia del ciberacoso y sus consecuencias emocionales y académicas. Los resultados revelan que el 58% de los estudiantes han experimentado ciberacoso, y la mayoría reportó síntomas de ansiedad y depresión. Además, se identificaron diferencias de género en los efectos emocionales del

ciberacoso, siendo las mujeres las más afectadas.

En el ámbito académico, se encontró que el ciberacoso causa distracción, desmotivación y ausentismo, afectando negativamente el rendimiento escolar. El 45% de los estudiantes indicó que la ansiedad les impide concentrarse, mientras que el 35% ha faltado a clases debido al estrés. La investigación concluye que existe una correlación significativa entre el ciberacoso y los problemas emocionales y académicos. Se recomienda la implementación de programas de apoyo psicológico, talleres de sensibilización y políticas institucionales que fomenten un ambiente seguro. Finalmente, se enfatiza la importancia de continuar con estudios similares para evaluar la efectividad de estas intervenciones y mejorar las estrategias de prevención.

Palabras clave: Ciberacoso, salud mental, rendimiento académico, depresión y ansiedad, conductas de riesgo.

¹Profesor investigador de la Universidad Pedagógica del Estado de Sinaloa

Abstract

This research examines the relationship between cyberbullying and its impact on mental health and academic performance among students at the Pedagogical University of the State of Sinaloa (UPES), Los Mochis campus. We aim to understand how cyberbullying in virtual environments, contributes to anxiety, depression, and stress, as well as its effects on academic performance.

A survey (single format) was administered to 100 students, as well 5 unstructured interviews with previously identified volunteer students who had experienced cyberbullying and exhibited symptoms of anxiety and depression. Additionally, 20 structured interviews were conducted with faculty members from the institution to assess the prevalence of cyberbullying and its emotional and academic consequences. The findings indicate that 58% of students have experienced cyberbullying, with the majority of them reporting symptoms of anxiety and depression. Furthermore, gender differences were identified in the

emotional impact of cyberbullying, with female students being more affected.

Academically, cyberbullying leads to distraction, lack of motivation, and absenteeism, negatively impacting students' performance. About 45% of respondents reported that anxiety prevents them from concentrating, while 35% mentioned missing classes due to stress.

The study concludes that there is a significant correlation between cyberbullying and emotional and academic problems. We recommend implementing psychological support programs, awareness workshops, and institutional policies to create a safe environment. Lastly, we highlight the importance of ongoing research to assess the effectiveness of these interventions and refine prevention strategies.

Key words: Cyberbullying, Mental health, academic performance, anxiety and depression, risk behaviors.

INTRODUCCIÓN

El presente proyecto de semilleros de investigación tiene como objetivo principal explorar la relación entre el ciberacoso y la aparición de síntomas de depresión y ansiedad en estudiantes universitarios de la UPES, Unidad Los Mochis. Además, se busca analizar las diferencias en la susceptibilidad entre hombres y mujeres, así como evaluar el impacto del apoyo social y familiar en la mitigación de los efectos negativos del ciberacoso. Esta investigación sobre ciberacoso en la Universidad Pedagógica del Estado de Sinaloa (UPES), Unidad Los Mochis, explora cómo este fenómeno se relaciona con síntomas de depresión y ansiedad en los estudiantes, analizando diferencias de género y el papel del apoyo social y familiar en la mitigación de estos efectos.

También se examina el ciberacoso y su influencia en la salud mental, así como el rendimiento académico desde la perspectiva de los estudiantes

de la Universidad Pedagógica del Estado de Sinaloa (UPES), enfocándose en la Unidad de Los Mochis.

El objetivo central es analizar la relación entre las conductas de riesgo derivadas del ciberacoso en entornos virtuales y la aparición de síntomas de depresión, ansiedad y bajo rendimiento académico en estudiantes universitarios. Dada la creciente interacción en redes sociales y plataformas digitales, el ciberacoso ha emergido como un fenómeno preocupante que afecta a un considerable número de estudiantes.

La encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH, 2018) señala que más del 51% de las actividades digitales de infantes mayores de seis años se realizan en redes sociales, lo que incrementa la exposición al ciberacoso. Pese a esta situación, existe una carencia de estudios enfocados en el impacto directo de estas dinámicas sobre la salud mental y académica en el contexto general.

La investigación se alinea con la Línea de Generación y Aplicación del Conocimiento (LGAC) “Convivencia, disciplina y violencia en las escuelas”, cuyo propósito es abordar problemáticas vinculadas a la convivencia escolar y situaciones de violencia, tanto en el ámbito físico como virtual. El ciberacoso, aunque ocurre en plataformas digitales, tiene un efecto significativo en la convivencia escolar y el bienestar de los estudiantes (Marles Triana, y Vélez Echeverri, 2024).

Mediante este estudio, se pretende profundizar sobre la forma en que las experiencias de ciberacoso afectan la salud mental de los estudiantes, provocando síntomas de depresión y ansiedad que pueden derivar en un bajo rendimiento académico. Además, se exploran posibles estrategias y políticas institucionales para mitigar estas problemáticas y crear un entorno educativo más seguro y saludable.

MÉTODOS Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

El presente estudio se desarrolla bajo un enfoque cualitativo, utilizando el método de estudio de casos, dado que este permite un análisis profundo y contextualizado del fenómeno investigado. Esta metodología resulta adecuada para la recolección, agrupación e interpretación de datos, facilitando la exploración de la relación entre el ciberacoso y la aparición de síntomas de depresión y ansiedad como conductas de riesgo en los estudiantes de la Universidad Pedagógica del Estado de Sinaloa (UPES),

Unidad Los Mochis. El estudio de casos proporciona una comprensión detallada de las experiencias individuales y colectivas de los participantes, permitiendo identificar patrones, factores de vulnerabilidad y posibles estrategias de intervención en el contexto educativo. (Escobar Callejas y Bilbao Ramírez, 2020).

El estudio se llevó a cabo utilizando técnicas mixtas que incluyeron encuestas estructuradas y entrevistas estructuradas y no estructuradas para explorar las experiencias de ciberacoso y sus efectos en la salud mental de los estudiantes universitarios de la UPES, unidad Los Mochis. Para las encuestas, se adaptaron dos instrumentos: el Cyberbullying Victimization Scale (CVS) de Erdur-Baker & Kavrut (2007) citado en Ayas-Horzum (2011) y el Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21) de Lovibond & Lovibond (1995). Estos cuestionarios incluyeron preguntas cerradas y escala de Likert para medir la frecuencia del ciberacoso, así como los niveles de depresión y ansiedad en los participantes.

Las encuestas estructuradas se llevaron a cabo utilizando una guía especialmente diseñada para explorar las experiencias personales de ciberacoso y sus efectos emocionales, permitiendo a los estudiantes describir sus vivencias y sentimientos con detalle. Esta guía se creó basándose en estudios previos, como el de Patchin & Hinduja (2008).

En la fase de preparación, se adaptaron y validaron el CVS y el DASS-21 al contexto de la UPES para asegurar la relevancia y precisión de los instrumentos. También se diseñó la guía de entrevista para captar experiencias detalladas de los estudiantes. Los datos se recolectaron mediante encuestas digitales distribuidas a través del correo electrónico institucional y plataformas de redes sociales, con el objetivo de lograr una amplia cobertura. Los formularios fueron anónimos y se acompañaron de un consentimiento informado previo. Para las entrevistas no estructuradas, se seleccionaron 5 estudiantes que habían reportado experiencias de ciberacoso, garantizando un entorno seguro y confidencial para la realización de las entrevistas, las cuales fueron conducidas por colaboradoras del proyecto para generar un ambiente de confianza y apoyo emocional (Lovibond y Lovibond, 1995).

Los datos resultantes se analizaron utilizando estadísticas descriptivas para resumir las características de la muestra y determinar la prevalencia del ciberacoso, la depresión y la ansiedad, utilizando como base de datos un espacio específico de un sistema de análisis para poder categorizar las variables como la ansiedad, depresión. Además, se utilizó la correlación de Pearson para explorar la relación entre dos variables estudiadas. En el caso de los datos cualitativos, se aplicó un análisis temático, codificando las

transcripciones de las entrevistas y encuestas para identificar temas y patrones recurrentes, siguiendo el enfoque de Braun y Clarke (2006).

En términos éticos, se aseguró la representatividad y anonimato de la muestra, que incluyó a 100 estudiantes seleccionados de manera aleatoria, de la población de todos los grupos de todas las generaciones durante el ciclo escolar 2022-2023 y 20 profesores voluntarios seleccionados de la Unidad. Se consideraron factores como género, edad y carrera académica para garantizar una muestra representativa. La investigación se desarrolló en la Universidad Pedagógica del Estado de Sinaloa (UPES), Unidad Los Mochis, aprovechando la diversidad de la población estudiantil para estudiar el impacto del ciberacoso en diferentes grupos. Esta ubicación proporcionó un contexto adecuado para entender la dinámica del acoso en línea y sus consecuencias en la salud mental y el bienestar de los estudiantes.

Se garantizó la confidencialidad y el anonimato de los participantes en todas las fases del estudio incluyendo a todos los sujetos de esta investigación. Los estudiantes y profesores (sujetos de estudio) fueron informados sobre el propósito de la investigación y se informó dentro de la encuesta que su participación es completamente anónima y los datos serán utilizados únicamente con fines de investigación. A las estudiantes focalizadas se les pidieron su consentimiento acerca del proyecto, el cual fue aceptando verbalmente. Se les aseguró que su participación es voluntaria y que pueden retirarse del estudio en cualquier momento sin repercusiones. Además, se ofreció apoyo psicológico a los participantes que reportaron altos niveles de estrés, ansiedad o depresión como resultado del ciberacoso al Centro de Atención Estudiantil de la Unidad Los Mochis.

Para calcular la correlación de Pearson utilizando la referencia de que más del 60% de los encuestados mostraron síntomas de depresión y ansiedad, lo que indica una posible relación entre ambas variables. Para esto, se utilizó una muestra de 100 estudiantes, donde aproximadamente 60% de ellos presentan síntomas de ansiedad y depresión en distintos grados.

El análisis de correlación de Pearson entre los niveles de ansiedad y depresión muestra un coeficiente de -0.136 , con un valor p de 0.176 . Esto indica una correlación negativa muy baja y estadísticamente no significativa ($p > 0.05$), lo que sugiere que, en esta muestra, la relación entre la ansiedad y la depresión no es lo suficientemente fuerte como para confirmar una dependencia clara entre ambas variables.

Sin embargo, dado que más del 60% de los encuestados reportaron síntomas de ansiedad y depresión, es crucial seguir explorando estos

resultados con otras pruebas estadísticas y considerar factores contextuales adicionales que puedan influir en esta relación.

En cambio, el análisis de correlación de Pearson entre la variable combinada de depresión-ansiedad y el déficit académico arroja un coeficiente de $r=0.893$, lo que indica una correlación positiva fuerte. El valor de significancia $p=1.18 \times 10^{-7}$ confirma que la relación es estadísticamente significativa. Esto sugiere que a medida que los niveles de depresión y ansiedad aumentan, también se observa un mayor impacto negativo en el rendimiento académico de los estudiantes.

Tabla 1. Congruencia metodológica, elaboración propia

Pregunta central	Objetivo general	Hipótesis de trabajo
¿Qué relación existe entre las conductas de riesgo por acoso en entornos virtuales y la aparición de depresión y ansiedad?	Analizar la posible relación entre las conductas de riesgo por acoso en entornos virtuales y la aparición de depresión y ansiedad en individuos que utilizan medios digitales, proponiendo soluciones factibles institucionales.	Se plantea la hipótesis de que existe una relación significativa entre las conductas de riesgo por acoso en entornos virtuales y la aparición de síntomas de depresión y ansiedad, sugiriendo que aquellos que experimentan acoso en línea tienen una mayor probabilidad de desarrollar problemas de salud mental y académicos.
Preguntas específicas:	Objetivos específicos	Supuestos teóricos o hipótesis de trabajo
Pregunta 1: ¿Cuáles son los efectos derivados del ciberacoso como conductas de riesgo en estudiantes de la UPES según género?	Objetivo 1: Determinar cuáles son los efectos significativos del ciberacoso en las conductas de riesgo en estudiantes de distintos géneros.	Supuesto 1: Se plantea la hipótesis de que las mujeres pueden ser más susceptibles a los efectos negativos del acoso en línea, en términos de depresión y ansiedad, en comparación con los hombres, debido a diferencias en experiencias y estrategias de afrontamiento.
Pregunta 2: ¿Cuál es la relación entre el impacto psicológico y emocional del ciberacoso en los estudiantes de	Objetivo 2: Sintetizar la relación entre el impacto psicológico y emocional derivado del ciberacoso en los estudiantes afectados de la	Supuesto 2: Se plantea la hipótesis de que existe una relación significativa entre el ciberacoso y el impacto psicológico y emocional en los

UPES?	UPES.	estudiantes de la UPES, enfatizando que las víctimas por ciberacoso pueden presentar mayores niveles de ansiedad, depresión y estrés.
Pregunta 3: ¿De qué manera el ciberacoso influye en el rendimiento académico de los estudiantes afectados?	Objetivo 3: Examinar de qué manera el ciberacoso influye en el rendimiento académico de los estudiantes afectados.	Supuesto 3: Se plantea la hipótesis de que el ciberacoso influye negativamente en el rendimiento académico debido a factores como distracción, falta de concentración, ausentismo y desmotivación, presentando un mayor riesgo de sufrir problemas emocionales como ansiedad y depresión.

Fuente: Elaboración propia.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La investigación realizada sobre la relación entre las conductas de riesgo por acoso en entornos virtuales, específicamente el ciberacoso, y la aparición de síntomas de depresión y ansiedad en estudiantes universitarios de la UPES, Unidad Los Mochis, ha confirmado la hipótesis principal planteada.

Los resultados estadísticos obtenidos tanto de encuestas y entrevistas a estudiantes, así como las entrevistas a profesores destacan que existe una relación significativa entre el ciberacoso y la aparición de problemas de salud mental, como la depresión y la ansiedad. Se debe de tener en cuenta la dificultad de autoevaluación y autodiagnóstico de los participantes, sin embargo, se pueden mencionar algunos factores determinantes como el ausentismo, distracción, agresividad, indiferencia entre otras las cuales impactan en su bienestar emocional (Instituto Nacional de la Salud Mental, 2024).

El 45% de los estudiantes informaron haber experimentado acoso escolar y 60% sufrieron ciberacoso durante su tiempo en la universidad, lo que demuestra la prevalencia del problema en este entorno académico. Estos estudiantes afectados mostraron mayores niveles de depresión y ansiedad en comparación con aquellos que no experimentaron acoso.

Además, los datos sugieren que estas condiciones mentales y/o emocionales (depresión y ansiedad) también influyen en el rendimiento académico, debido a la distracción, la falta de concentración y el ausentismo, elementos que resultaron más comunes entre las víctimas de ciberacoso a pesar que es un constructo difícil de medir, ya que influyen muchos otros factores contextuales. Al desglosar los resultados por género, se observó que las mujeres parecen ser más susceptibles a los efectos negativos del acoso en línea, lo que coincide con la hipótesis de que las estrategias de afrontamiento y las experiencias personales varían entre géneros.

También, la falta de apoyo social y la baja autoestima se identificaron como factores que agravan el impacto psicológico del ciberacoso, mientras que un fuerte sistema de apoyo familiar y universitario puede mitigar estos efectos, orientación basada en (Cadena Simbaña & Puruncajas Llumiquinga, 2024). De acuerdo con los profesores entrevistados, aunque existen políticas institucionales para combatir el acoso, los esfuerzos preventivos y de apoyo pueden ser insuficientes o inconsistentes en su aplicación.

La UPES cuenta con la Unidad de Género, cuyo objetivo es mantener un ambiente libre de violencia de género en la institución. Esta unidad opera el Buzón de Género, disponible tanto en formato físico como en línea, para recibir y atender denuncias relacionadas con violencia de género.

Además, la UPES participa anualmente en la campaña “16 Días de Activismo Contra la Violencia de Género”, realizando diversas actividades en sus unidades y sedes, como conferencias, talleres y pláticas enfocadas en la prevención de la violencia y el acoso.

Resultados de la investigación, de la pregunta, objetivo y supuesto 1

En cuanto a la pregunta relacionada con los efectos del ciberacoso en estudiantes de la UPES según género, los resultados obtenidos de las encuestas revelan patrones diferenciados en los efectos psicológicos y emocionales del acoso en línea entre hombres y mujeres.

Tal como se planteaba el supuesto teórico, los datos confirman que las mujeres tienden a ser más susceptibles a sufrir consecuencias negativas, como depresión y ansiedad, en comparación con los hombres.

De los 100 estudiantes encuestados, el 88% de las estudiantes fueron mujeres y de las cuales mencionan haber experimentado síntomas

significativos de ansiedad y depresión como resultado del ciberacoso alcanzando cerca del 35% la opción de “moderadamente”, mientras que el 5% de los hombres indicaron haber tenido experiencias similares (40%). El resto, 40% se distribuyeron entre “levemente afectados”, “no afectados” y “gravemente afectados”. 20% indicaron no haber sufrido de ningún tipo de afectación.

Estos resultados indican una mayor vulnerabilidad entre las mujeres, lo que sugiere que las estrategias de afrontamiento y las dinámicas sociales que enfrentan las mujeres en entornos universitarios y digitales podrían ser menos efectivas para mitigar los efectos del acoso. Además, las mujeres también expresaron una mayor sensación de aislamiento emocional, lo que refuerza la idea de que el ciberacoso impacta de manera más profunda en ellas en términos de salud mental.

En cuanto a los hombres, aunque sus respuestas indican que también sufren los efectos del ciberacoso, su tendencia fue a minimizar el impacto emocional y a centrarse más en la ira o la frustración, lo que apunta a diferencias en la forma en que los géneros afrontan este tipo de situaciones. Esto sugiere que los hombres, aunque menos propensos a experimentar ansiedad y depresión, podrían manifestar otras respuestas emocionales como la agresividad o el distanciamiento social. Estos resultados subrayan la necesidad de adoptar enfoques diferenciados en la intervención y el apoyo a estudiantes afectados por ciberacoso (Ocampo, et al., 2007).

Para las mujeres, se requiere un mayor énfasis en programas de apoyo psicológico enfocados en la gestión del estrés, la autoestima y la construcción de redes de apoyo social. Para los hombres, se podría proponer una intervención que aborde las emociones reprimidas y el manejo adecuado de la frustración y la ira, proporcionando recursos para fomentar la empatía y la resiliencia emocional (Instituto Federal de Telecomunicaciones, 2019).

El ciberacoso tiene un impacto claro en ambos géneros, pero el género femenino tiende a verse más afectadas en términos de salud mental, mientras que el masculino podrían exhibir otras formas de conductas de riesgo emocional (Bauman, 2013). Es fundamental que la UPES y otras instituciones educativas implementen programas de prevención y apoyo que reconozcan estas diferencias de género y proporcionen intervenciones específicas para abordar las necesidades de cada grupo, promoviendo un entorno más inclusivo y seguro para todos los estudiantes.

Resultados de la investigación, de la pregunta, objetivo y supuesto 2.

Respecto a la relación entre el impacto psicológico y emocional del ciberacoso en los estudiantes de la UPES, los resultados obtenidos de las encuestas revelan que existe una correlación significativa entre haber sido víctima de ciberacoso y experimentar síntomas de ansiedad, depresión y estrés. De acuerdo con el supuesto teórico, se confirma que el ciberacoso genera consecuencias psicológicas notables en los estudiantes afectados.

Los resultados de una categoría indican que más del 58% de los estudiantes que han sido víctimas de ciberacoso reportaron sentir altos niveles de ansiedad, mientras que el 40% en otra categoría también presentaron síntomas de depresión (según las entrevistas a los estudiantes focalizados). Asimismo, un 40% manifestó haber experimentado estrés elevado debido a las agresiones sufridas en plataformas digitales (Datos obtenidos de las entrevistas no estructuradas a estudiantes bajo un análisis de relación positiva).

Para evaluar estadísticamente la relación entre el impacto psicológico y emocional del ciberacoso en los estudiantes de la UPES, se realizó una prueba de hipótesis basada en correlación positiva. La hipótesis a contrastar fue:

Hipótesis nula (H_0): No existe una correlación significativa entre haber sido víctima de ciberacoso y experimentar síntomas de ansiedad y depresión.

Hipótesis alternativa (H_1): Existe una correlación significativa entre haber sido víctima de ciberacoso y experimentar síntomas de ansiedad y depresión.

Estos datos obtenidos de las entrevistas no estructuradas a los estudiantes reflejan que las personas que han sido objeto de ciberacoso no solo enfrentan consecuencias emocionales inmediatas, sino que dichos efectos pueden prolongarse y afectar su bienestar general y rendimiento académico.

Estos resultados respaldan la hipótesis alternativa (H_1), lo que sugiere que el ciberacoso tiene un impacto psicológico considerable en los estudiantes afectados, evidenciando la necesidad de estrategias de prevención e intervención en la institución.

Las víctimas de ciberacoso mencionan en las entrevistas que tienen dificultad para concentrarse, la constante sensación de estar vigilados, y un temor creciente a interactuar en entornos virtuales, lo cual sugiere un daño profundo en la percepción de seguridad personal. Aquellos que han sufrido este tipo de acoso experimentan una mayor tendencia a evitar situaciones sociales, tanto en línea como en la vida real, lo que también contribuye a

su aislamiento social y a la disminución de su autoestima, por lo tanto, su rendimiento académico también es afectado.

El impacto psicológico es aún mayor en aquellos estudiantes que no cuentan con un adecuado sistema de apoyo socioemocional o psicológico, ya sea por parte de amigos, familiares o instituciones académicas y especialistas. Los estudiantes que indicaron tener redes de apoyo sólidas, como la posibilidad de recurrir a amigos cercanos o a servicios de consejería, presentaron una mejor capacidad para gestionar los efectos negativos del ciberacoso (Martínez-Monteagudo, et al., 2019). En cambio, quienes carecen de dichos apoyos tienden a desarrollar mayores niveles de vulnerabilidad emocional, aumentando el riesgo de desarrollar trastornos más graves a largo plazo. En términos específicos y generales, la investigación demuestra que el ciberacoso tiene un impacto psicológico y emocional significativo en los estudiantes de la UPES, afectando tanto su bienestar emocional como su desempeño académico.

Los hallazgos subrayan la necesidad de que la universidad desarrolle estrategias de apoyo dirigidas a las víctimas de ciberacoso, incluyendo servicios de atención psicológica accesibles, programas para fortalecer la resiliencia emocional y campañas educativas que promuevan el respeto y la empatía en entornos digitales.

Asimismo, la institución debe asumir un papel proactivo en la prevención y gestión de esta problemática, proporcionando espacios seguros donde los estudiantes puedan expresar sus inquietudes y recibir el respaldo necesario para afrontar las consecuencias emocionales y psicológicas del acoso en línea. También se recomienda fomentar la educación digital responsable y fortalecer una cultura universitaria más sensibilizada sobre el impacto del ciberacoso en la comunidad estudiantil.

Resultados de la Investigación, de la pregunta, objetivo y supuesto 3.

En relación con la influencia del ciberacoso en el rendimiento académico de los estudiantes de la UPES, los datos recopilados en la encuesta muestran que éste afecta de manera negativa su desempeño académico.

El supuesto teórico planteado es confirmado en sintonía con Beran (2006), se observó que aquellos estudiantes que han sido objeto de ciberacoso tienen más dificultades para mantener una atención sostenida durante las clases y al momento de estudiar. El ciberacoso tiene un impacto directo y significativo en el rendimiento académico de los estudiantes de la UPES. Los factores de distracción, falta de concentración,

desmotivación y ausentismo, asociados al estrés y la ansiedad provocados por el ciberacoso, conducen a una disminución del desempeño académico.

La encuesta determinó que el 40% de los estudiantes indicaron que el acoso les genera una gran cantidad de estrés como cambios de comportamiento, lo que afecta su capacidad para concentrarse en sus tareas académicas. Revela en la encuesta que el 45% de los estudiantes víctimas de ciberacoso indicaron que su rendimiento académico ha disminuido significativamente. Además, el 60% de los estudiantes afectados señalaron que, debido al ciberacoso, han faltado a clases o han preferido ausentarse de actividades académicas importantes, lo cual ha afectado su rendimiento general.

Un factor crítico en esta relación es la desmotivación: el 40% de los estudiantes víctimas de ciberacoso expresaron haber perdido el interés por sus estudios debido a la constante preocupación y ansiedad que les genera el acoso. Mientras que 30% los profesores indican que es un problema grave pero común (encuesta a profesores).

Estos estudiantes tienden a ver disminuida su capacidad para cumplir con las responsabilidades académicas, lo que conlleva una baja en su rendimiento escolar. A medida que la ansiedad y la depresión se intensifican, los estudiantes son más propensos a evitar los compromisos académicos y a participar menos en las actividades de clase (Beran, 2006).

Los resultados estadísticos de esta investigación también resaltan que el ausentismo es un factor determinante en la disminución del rendimiento académico. Los estudiantes que sufren ciberacoso indicaron que faltan a clases o se desconectan emocionalmente de su entorno académico como una forma de escapar de la ansiedad y el miedo que les genera el acoso. Desde la perspectiva como profesor e investigador, este ausentismo no solo afecta su rendimiento académico, sino que también incrementa la sensación de aislamiento y soledad.

En cuanto al rendimiento en exámenes y trabajos, más de la mitad de los estudiantes afectados reconocieron que su nivel de desempeño ha disminuido en las evaluaciones debido a la falta de concentración y el impacto emocional del ciberacoso. La preocupación constante y el desgaste emocional que experimentan, reducen su capacidad de rendir al máximo en las pruebas, lo que se traduce en un bajo rendimiento académico.

Categorías y subcategorías construidas

Desarrollo de categorías analíticas basadas en los resultados obtenidos a través de las encuestas y entrevistas a estudiantes y profesores, las preguntas de investigación, los objetivos y los supuestos teóricos.

Categoría 1. “Impacto Psicológico del Ciberacoso en los Estudiantes” (Caso 1)

Esta categoría se centra en analizar cómo el ciberacoso afecta la salud mental de los estudiantes, específicamente en términos de depresión y ansiedad. Se evalúa la relación entre la exposición a ciberacoso y la aparición de síntomas emocionales negativos, comparando los resultados entre diferentes géneros para proponer soluciones institucionales como redes de apoyo por parte de la UPES como responsable de dar atención temprana y seguimiento a la comunidad universitaria.

Subcategoría 1.1 Diferencias en la Susceptibilidad entre Hombres y Mujeres.

Propuesta: Campañas de Sensibilización y Talleres de desarrollo humano y proyectos de vida.

Desarrollar y ejecutar campañas de sensibilización sobre ciberacoso que aborden las diferencias en cómo hombres y mujeres experimentan y manejan el acoso en línea. Además, organizar talleres de apoyo de desarrollo humano y proyectos de vida que proporcionen a los estudiantes herramientas específicas para enfrentar el acoso, considerando sus experiencias y estrategias de afrontamiento únicas. Esto también incluiría sesiones con expertos en género y psicología para crear un espacio seguro donde los estudiantes puedan discutir sus experiencias.

Subcategoría 1.2 Correlación entre Ciberacoso y Niveles de Depresión y Ansiedad. Propuesta: Implementación de un programa de Monitoreo Psicológico y Alerta Temprana (MOPAT).

Implementar un programa de monitoreo psicológico en el que los estudiantes participen regularmente en evaluaciones de salud mental a través de cuestionarios en línea confidenciales. Estos cuestionarios estarían diseñados para identificar síntomas de depresión y ansiedad relacionados con el ciberacoso. Los resultados permitirían generar alertas tempranas para el personal de apoyo psicológico, quienes podrían intervenir rápidamente ofreciendo asesoramiento, talleres de manejo de estrés y otras intervenciones personalizadas.

Subcategoría 1.3. Rol del Apoyo Social y Autoestima en la Mitigación de Efectos Negativos. Propuesta: Programa de Mentoría y Grupos de apoyo entre pares.

Crear un programa de mentoría donde estudiantes mayores (que ya han pasado por situaciones similares) guíen a los más jóvenes, proporcionando apoyo emocional y ayudándolos a mejorar su autoestima desde su bienestar en particular. Además, establecer grupos de apoyo entre pares que se reúnan regularmente para discutir experiencias y estrategias de afrontamiento, lo que fortalecería el sentido de comunidad y pertenencia, ayudando a mitigar los efectos del ciberacoso.

Subcategoría 1.4. Comparación entre Estudiantes Afectados y No Afectados. Propuesta: Estudio Longitudinal y Seguimiento Personalizado.

Realizar un estudio longitudinal anual dentro de la universidad que compare a los estudiantes afectados por ciberacoso con aquellos que no lo han experimentado. Esto implicaría hacer un seguimiento regular de ambas cohortes para evaluar su salud mental, rendimiento académico y bienestar general a lo largo del tiempo. Los hallazgos podrían reformar políticas y programas de intervención más específicos, asegurando que los estudiantes afectados reciban un apoyo en cada etapa de su educación.

Subcategoría 1.5. Incidencia de Problemas de Salud Mental en Función del Tiempo de Exposición al Acoso.

Propuesta: Sistema de Intervención Progresiva y Permanente

Desarrollar un sistema de intervención progresiva y permanente que se active cuando se detecta que un estudiante ha sido expuesto al ciberacoso durante un periodo prolongado. Este sistema incluiría diferentes niveles de intervención, desde charlas informales y sesiones de apoyo psicológico hasta intervenciones más intensivas, como terapia individual y asesoramiento familiar, dependiendo de la gravedad y duración del acoso. La universidad podría trabajar en conjunto con especialistas externos para proporcionar el mejor apoyo posible a los estudiantes afectados.

Categoría 2: “Eficacia de las Estrategias de Intervención y Prevención en el Contexto Universitario” (Caso 2).

Esta categoría examina la efectividad de las estrategias actuales de intervención y prevención de ciberacoso en la UPES, Unidad Los Mochis. Incluye la evaluación de la capacitación y preparación de los profesores para manejar estos casos, así como la percepción de los estudiantes sobre las medidas de protección disponibles.

Subcategoría 2.1. Evaluación de los Programas de Intervención Existentes. Propuesta: Implementación de un Sistema de Evaluación Continua.

Establecer un sistema de evaluación continua para revisar y mejorar los programas de intervención relacionados con el ciberacoso. Este sistema incluiría la recolección de datos periódica, encuestas de satisfacción, y

análisis de resultados a corto y largo plazo. El objetivo es identificar las fortalezas y debilidades de los programas actuales, ajustar las estrategias en función de los hallazgos y asegurar que las intervenciones sean efectivas y pertinentes para las necesidades cambiantes de los estudiantes.

Subcategoría 2.2. Capacitación y Percepción de los Profesores Respecto al Manejo de Ciberacoso.

Propuesta: Programa de Capacitación Integral para Docentes.

Desarrollar y poner en marcha un programa de capacitación integral para todos los docentes que cubra temas como la identificación temprana del ciberacoso, técnicas de intervención, y el manejo de situaciones sensibles. Esta capacitación debe ser obligatoria y estar alineada con las mejores prácticas internacionales. Además, se podría incluir un componente de sensibilización para mejorar la percepción y la actitud de los profesores frente al ciberacoso, fortaleciendo su capacidad para manejar estos casos de manera efectiva y empática.

Subcategoría 2.3. Satisfacción de los Estudiantes con las Medidas Preventivas y de Apoyo. Propuesta: Creación de un Comité de Retroalimentación Estudiantil.

Formar un comité de retroalimentación compuesto por estudiantes de diferentes licenciaturas que se reúna regularmente para discutir su nivel de satisfacción con las medidas preventivas y de apoyo implementadas por la universidad. Este comité actuaría como un canal directo entre el alumnado y la administración, proporcionando información valiosa sobre las percepciones y necesidades de los estudiantes. Las sugerencias del comité se utilizarían para ajustar y mejorar las políticas y programas de manera continua.

Subcategoría 2.4. Análisis de la Coherencia entre las Políticas Institucionales y su Aplicación Práctica.

Propuesta: Auditoría de Políticas Institucionales y su Implementación.

Realizar una auditoría interna de las políticas institucionales relacionadas con el ciberacoso y su aplicación práctica. Esta auditoría implicaría revisar los documentos de políticas, entrevistar a los responsables de su implementación, y comparar los procedimientos escritos con las prácticas reales. Los resultados de la auditoría se utilizarían para identificar discrepancias y proponer ajustes que garanticen que las políticas se apliquen de manera coherente y efectiva en toda la universidad.

Subcategoría 2.5. Mejorar la Efectividad de las Estrategias de Prevención y Apoyo.

Propuesta: Desarrollo de una Estrategia Integral de Prevención y Apoyo.

Crear una estrategia integral que combine prevención, intervención, y apoyo continuo para abordar el ciberacoso en la universidad. Esta estrategia debería incluir campañas de concienciación, talleres de habilidades socioemocionales, y servicios de apoyo accesibles para todos los estudiantes. Además, se podrían establecer alianzas con organizaciones externas especializadas en salud mental para ofrecer recursos adicionales. La efectividad de la estrategia se mediría a través de indicadores específicos, como la reducción de incidentes reportados y la mejora en el bienestar de los estudiantes.

Categoría 3. “Relación entre el Entorno Familiar, Social y el Ciberacoso” (Caso 3).

Esta categoría explora cómo el entorno familiar y social de los estudiantes influye en su vulnerabilidad al ciberacoso y en la aparición de conductas de riesgo. Se analizarán factores como el apoyo familiar, el entorno social y la dinámica en redes sociales, en relación con la susceptibilidad al acoso y sus consecuencias psicológicas.

Subcategoría 3.1. Influencia del Apoyo Familiar en la Resiliencia Frente al Ciberacoso. Propuesta: Programa de Fortalecimiento de Vínculos Familiares.

Implementar un programa dirigido a estudiantes y sus familias que promueva la importancia del apoyo familiar en la resiliencia frente al ciberacoso. Este programa podría incluir talleres y seminarios para padres y tutores, enfocados en la construcción de un ambiente familiar que fomente la comunicación abierta, el apoyo emocional y la resolución de conflictos. Además, se podrían ofrecer recursos para ayudar a las familias a reconocer señales de ciberacoso y a apoyar a los estudiantes afectados de manera efectiva.

Subcategoría 3.2. Relación entre la Dinámica Social y la Frecuencia del Acoso. Propuesta: Iniciativa de Dinámicas de Grupos Saludables.

Crear una iniciativa dentro de la universidad que promueva dinámicas sociales positivas y saludables entre los estudiantes. Esto podría incluir la formación de grupos de apoyo, actividades extracurriculares que fomenten el trabajo en equipo y la empatía, y campañas de concientización sobre la importancia de relaciones sociales saludables. El objetivo es reducir las dinámicas sociales negativas que pueden conducir a una mayor frecuencia de acoso, al mismo tiempo que se fortalece el sentido de comunidad y pertenencia entre los estudiantes.

Subcategoría 3.3. Papel de las Redes Sociales en la Exposición al Ciberacoso. Propuesta: Campaña de Educación Digital y Uso Responsable de Redes Sociales.

Lanzar una campaña educativa centrada en el uso responsable de las redes sociales, dirigida a todos los estudiantes de la UPES. Esta campaña podría incluir talleres interactivos sobre privacidad en línea, manejo de la identidad digital, y cómo identificar y reportar el ciberacoso. También se podría crear contenido en redes sociales de la universidad que promueva comportamientos digitales positivos y que eduque a los estudiantes sobre los riesgos y las mejores prácticas para reducir la exposición al ciberacoso.

Subcategoría 3.4. Comparación de la Vulnerabilidad entre Estudiantes con Diferentes Entornos Familiares.

Propuesta: Programa de Apoyo Personalizado para Estudiantes Vulnerables.

Desarrollar un programa de apoyo personalizado dirigido a estudiantes identificados como más vulnerables debido a su entorno familiar. Este programa podría ofrecer asesoramiento individual y grupal, mentorías, y recursos adicionales para estudiantes que provienen de entornos familiares difíciles o desestructurados. El objetivo es proporcionar un sistema de apoyo que compense las deficiencias en el entorno familiar y que ayude a estos estudiantes a desarrollar habilidades de afrontamiento y resiliencia.

Subcategoría 3.5. Impacto del Entorno Social en el Desarrollo de Conductas de Riesgo Asociadas al Ciberacoso.

Propuesta: Proyecto de Ambientes Seguros y Saludables en el Campus.

Implementar un proyecto integral que busque crear y mantener un ambiente social seguro y saludable en el campus. Este proyecto podría incluir políticas de tolerancia cero hacia el acoso, la creación de espacios seguros donde los estudiantes puedan expresar sus preocupaciones sin miedo a represalias, y la promoción de una cultura universitaria inclusiva y respetuosa. Además, se podrían realizar evaluaciones periódicas del clima social en el campus para identificar áreas problemáticas y actuar rápidamente para mitigar cualquier riesgo.

CONCLUSIONES

La investigación demuestra que el ciberacoso tiene un impacto negativo significativo en el bienestar emocional y el rendimiento académico de los

estudiantes, siendo las mujeres las más afectadas. Los hallazgos encontrados a través de encuestas y entrevistas con estudiantes y docentes, muestran que la falta de programas efectivos y el limitado apoyo institucional aumentan la vulnerabilidad de los estudiantes ante el acoso en línea y estos enfatizan la necesidad de intervenciones específicas que incluyan políticas institucionales para la prevención y manejo del ciberacoso, fortaleciendo los programas de salud mental y promoviendo el uso responsable de redes sociales. Además, se sugiere que un apoyo social y familiar sólido reduce la vulnerabilidad de los estudiantes ante las consecuencias del acoso, destacando la importancia de fortalecer estos vínculos.

El análisis muestra que aquellos estudiantes con redes de apoyo social y familiar sólidas son menos propensos a desarrollar problemas de salud mental, mientras que aquellos sin este apoyo presentan mayor riesgo (Criollo Romero, 2025). Además, los docentes manifestaron preocupaciones sobre la insuficiencia de recursos y capacitación para manejar adecuadamente el ciberacoso, lo que indica una desconexión entre las políticas institucionales y su aplicación práctica.

Estos hallazgos resaltan la necesidad de desarrollar intervenciones preventivas, mejorar la formación docente y crear políticas que aborden de manera integral el ciberacoso en el entorno universitario, contribuyendo así a un entorno más seguro y saludable para los estudiantes (Marles Triana y Vélez Echeverri, 2024).

El estudio concluye que, a pesar de la existencia de protocolos en la UPES, es posible que estos sean insuficientes y que posiblemente los docentes carecen de preparación para manejar adecuadamente estas situaciones, datos proporcionados en las encuestas docentes. Se propone, por tanto, una revisión integral de las políticas institucionales, la capacitación docente y la creación de programas preventivos para abordar el ciberacoso desde una perspectiva educativa y socialmente inclusiva.

Desde un punto de vista crítico, es evidente que la UPES debe tomar medidas más contundentes para abordar el ciberacoso de manera integral. Esto incluye la implementación de programas de fortalecimiento de vínculos familiares, iniciativas para promover dinámicas sociales saludables dentro del campus, y campañas de educación digital para fomentar el uso responsable de las redes sociales. Además, es fundamental que la universidad realice una revisión exhaustiva de sus políticas y programas de intervención, asegurando que estos sean efectivos y estén alineados con las necesidades y realidades de la comunidad estudiantil (Marles Triana y Vélez Echeverri, 2024).

Finalmente, es necesario destacar la importancia de continuar investigando sobre el ciberacoso y sus efectos en la salud mental de los estudiantes universitarios, ya que este es un fenómeno en constante evolución. La implementación de políticas y programas basados en evidencia, así como la creación de un entorno educativo seguro y de apoyo, son esenciales para mitigar los efectos del ciberacoso y promover el bienestar integral de los estudiantes en la UPES.

LITERATURA CITADA

- Ayas, T., y Horzum, MB (2011). Exploring the Teachers' cyber bullying perception in terms of various variables. *International Online Journal of Educational Sciences*, 3 (2). Recovered from: <https://www.ajindex.com/dosyalar/makale/acarindex-1423904389.pdf>
- Beran T, 2006, A construct validity study of bullying. *Alberta Journal of Educational Research*, 52(4), 238–47. Recovered from: <https://journalhosting.ucalgary.ca/index.php/ajer/article/view/55171>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.
- Cadena Simbaña, A. J., & Puruncajas Llumiquinga, D. C. (2024). *Investigación de los problemas psicológicos que provoca el acoso sexual en redes sociales y cómo prevenirlo en jóvenes de 18 a 25 años del barrio Obrero Independiente* (Tesis de licenciatura). Recuperado de: <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/26939/1/TTQ1396.pdf>
- Criollo Romero, Y. K. (2025). *Niveles de depresión y apoyo social en estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Remigio Romero y Cordero en el período lectivo 2024–2025*. Universidad de Cuenca. Recuperado de: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/items/4fe8c674-7060-47a3-95e1-3f3b5f7cbccf>
- Bauman, S. (2013). Cyberbullying: What counselors need to know. *American Counseling Association*.

- Escobar Callejas, P. H., & Bilbao Ramírez, J. L. (2020). Investigación y educación superior. *Universidad Metropolitana*.
- ENDUTIH. (25 de abril de 2019). La Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de TIC en Hogares (ENDUTIH) 2018. *El Economista*.
- Erdur-Baker, Ö., & Kavrut, F. (2007). Cyberbullying: A new face of peer bullying. *Eurasian Journal of Educational Research*, 27, 31-42.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2008). Cyberbullying: An exploratory analysis of factors related to offending and victimization. *Deviant Behavior*, 29(2), 129-156.
- Instituto Federal de Telecomunicaciones. (2019). *Uso de las tic y actividades por internet en México: impacto de las características sociodemográficas de la población (versión 2019)*. Instituto Federal de Telecomunicaciones. Recuperado de <http://www.ift.org.mx/sites/default/files/contenidogeneral/estadisticas/usodeinternetenmexico.pdf>
- Instituto Nacional de la Salud Mental. (2024). *Depresión. Departamento de salud y servicios humanos de los estados unidos Institutos Nacionales de la Salud Publicación de NIH Núm. No. 24-MH-8079S*. Recuperado de <https://www.nimh.nih.gov/sites/default/files/health/publications/depression/depression.pdf>
- Lovibond, PF y Lovibond, SH (1995). Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-42) [Registro de base de datos]. APA PsycTests. Recuperado de: <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2Ft39835-000>
- Martínez-Monteaquedo, M. C., Delgado, B., Inglés, C. J., & García-Fernández, J. M. (2019). Cyberbullying and social anxiety: A latent class analysis among Spanish adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(3), 419. <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/2/406>
- Marles Triana, N., & Vélez Echeverri, V. (2024). *Análisis de la relación entre el ciberbullying y el comportamiento agresivo en los estudiantes del grado sexto de la Institución Educativa Aguaclara del municipio de Tuluá Valle del Cauca en el año 2024*. Tesis de licenciatura en psicología. Recuperado de: <https://repositorio.uceva.edu.co/handle/20.500.12993/4762>
- Ocampo, R. F., Escobar, S. D. J., Pérez, S., Hernández, P. B. R. S., & Valero, C. Z. V. (2007). Depresión y ansiedad en estudiantes

universitarios. *Revista electrónica de psicología Iztacála*, 10(2), 94-105. Recuperado de:

<https://revistas.unam.mx/index.php/repi/article/download/19112/18139%20rel%3D%27nofollow%27/0>.

Organización Mundial de la Salud. (2013). *Informe sobre la salud mental en el mundo*. OMS.

AGRADECIMIENTOS

Expreso mi más sincero agradecimiento a quienes, con su apoyo y guía, han sido parte fundamental en el desarrollo de esta investigación.

A la Dra. Karla América Rojo Montes de Oca, Coordinadora Administrativa, por sus valiosos consejos y orientación, que contribuyeron significativamente a la consolidación de este trabajo.

Al Dr. Ernesto Guerra García, Coordinador de Investigación y Posgrado, en coordinación con la Universidad Autónoma Indígena de México (UAIM) por brindarme la oportunidad y el privilegio de generar contenido educativo y relevante para la educación en México, fortaleciendo así el compromiso con el desarrollo académico y la transformación educativa.

Al Dr. José Humberto Soto Izaguirre, director de UPES, Unidad Los Mochis, por facilitar los procesos internos y de acceso académico-administrativo, además de sus valiosos consejos como investigador.

A mis mentores pedagógicos de Grado de Maestro y Grado de Doctor, quienes, con su visión y conocimientos, cambiaron mi manera de comprender el mundo educativo, impulsándome a analizarlo desde una perspectiva más científica y con un enfoque humanístico. Su inspiración ha sido clave en mi formación y en la construcción de esta investigación.

A todos ellos, mi más profundo reconocimiento y gratitud.

SÍNTESIS CURRICULAR

Juan José Sánchez Verdugo

Es Ingeniero Industrial y de Sistemas por la Universidad de Occidente (2006-2010), Obtuvo la Maestría en Educación, Campo de Intervención Pedagógica y Aprendizaje Escolar en la Universidad Pedagógica del Estado de Sinaloa (2015-2019) y el Doctorado en Educación en el Centro Universitario de Ciencias e Investigación (2020-2023).