

Vinculan el acoso infantil con trastornos mentales en la adolescencia

El acoso escolar o bullying es una lacra que aún no se ha conseguido erradicar a pesar de sus nefastas consecuencias para la salud y el bienestar emocional de los afectados, como indica un nuevo estudio que ha sido codirigido por investigadores de UCLA Health y la Universidad de Glasgow que revela que los niños que han sufrido acoso y se convierten en adolescentes desconfiados por esta causa tienen muchas más probabilidades de padecer problemas de salud mental tanto durante la adolescencia, como al llegar a adultos.

Los investigadores emplearon datos de 10.000 niños en el Reino Unido que habían sido estudiados durante casi 20 años como parte del Estudio de Cohorte del Milenio para determinar si existía un vínculo entre el acoso entre pares, la desconfianza interpersonal y el desarrollo posterior de problemas de salud mental, como ansiedad, depresión, hiperactividad e ira.

Comprobaron así que los adolescentes que fueron acosados a los 11 años y que a su vez desarrollaron una mayor desconfianza interpersonal a los 14 años tenían alrededor de 3,5 veces más probabilidades de experimentar problemas de salud mental clínicamente significativos a los 17 años, en comparación con aquellos que desarrollaron menos desconfianza.

Los hallazgos se han publicado en *Nature Mental Health* y podrían contribuir a que las escuelas y otras instituciones desarrollaran nuevas intervenciones basadas en evidencia para contrarrestar los efectos negativos del acoso en la salud mental, según ha señalado el Dr. George Slavich, que dirige el Laboratorio de Evaluación e Investigación del Estrés de UCLA Health y es el autor principal del estudio.

Identificar factores que dañen la salud mental de los adolescentes

“Hay pocos temas de salud pública más importantes en este momento que la salud mental de los jóvenes”, afirma Slavich. “Para ayudar a los adolescentes a alcanzar su máximo potencial, necesitamos invertir en investigaciones que identifiquen factores de riesgo de mala salud y que traduzcan este conocimiento en programas de prevención que puedan mejorar la

salud y la resiliencia a lo largo de toda la vida”.

La salud mental de los jóvenes se ha convertido en un problema de salud pública, y en este nuevo estudio los investigadores observaron esta alarmante tendencia desde la perspectiva de la teoría de la seguridad social, que plantea la hipótesis de que las amenazas sociales, como el acoso, impactan sobre la salud mental debido en parte a que inculcan la creencia de que no se puede confiar en otras personas, o que el mundo es un lugar hostil, peligroso o impredecible.

Investigaciones anteriores han identificado asociaciones entre el acoso y los problemas de salud mental y conductual entre los jóvenes, incluido su impacto en el abuso de sustancias, la depresión, la ansiedad, las autolesiones y los pensamientos suicidas. Sin embargo, el seguimiento a lo largo del tiempo que caracteriza a este estudio lo convierte en el primero en confirmar esta hipótesis, es decir, cómo el acoso conduce a la desconfianza y, a su vez, a problemas de salud mental en la adolescencia tardía.

Slavich dijo que cuando las personas desarrollan problemas de salud mental clínicamente significativos durante la adolescencia, puede aumentar el riesgo de que experimenten problemas de salud tanto mental, como física, a lo largo de toda la vida si no se abordan a tiempo. Los autores analizaron otros factores que podrían haber influido como el tipo de dieta, la calidad del sueño, o la práctica de actividad física, pero sólo encontraron que la desconfianza interpersonal relacionaba el acoso con un mayor riesgo de experimentar problemas de salud mental a los 17 años.

Con información de WebConsultas