



MODELO ONU ASOBILCA XXXII

GUÍA ACADÉMICA

UNICEF

Presidentes: Sharon Lasso y Valentina
Bergamín

Supervisora: María Paula Marín

WWW.ONUASOBILCA.ORG
UNICEF.ASOBILCA32@GMAIL.COM



Índice

01. ¡Bienvenidos a ASOBILCA XXXIII!

Bienvenida del Secretario General
Bienvenida de los Presidentes

02. Acerca del Comité

Introducción al Comité

03. Tema 1

Contexto Histórico
Situación Actual
Caso de Estudio
Puntos Clave y Preguntas Orientadoras
Referencias

04. Tema 2

Contexto Histórico
Situación Actual
Caso de Estudio
Puntos Clave y Preguntas Orientadoras
Referencias

05. Recomendaciones Finales

Recomendaciones de los Presidentes

¡BIENVENIDOS A ASOBILCA XXXII!

Estimados Participantes,

Con mucho orgullo y entusiasmo, les doy la bienvenida a la trigésimo segunda edición del Modelo de Naciones Unidas ASOBILCA. Hoy iniciamos una nueva edición de un proyecto que, a lo largo de los años, se ha consolidado como un espacio de formación, diálogo y liderazgo para jóvenes comprometidos con la construcción de un mundo más justo y consciente de sus realidades.

Esta edición representa mucho más que una nueva versión de un Modelo de Naciones Unidas, representa un espacio donde las ideas encuentran sentido, donde el diálogo se convierte en aprendizaje y donde jóvenes comprometidos deciden asumir con responsabilidad y criterio, el reto de comprender y transformar el mundo que los rodea. El Modelo ONU ASOBILCA es el resultado de la convicción de que la educación va más allá del aula y de que el debate informado, la escucha activa y el respeto por la diferencia son herramientas fundamentales para la construcción de sociedad. Cada uno de los comités ha sido diseñado con el propósito de retarlos intelectualmente, de invitarlos a cuestionar lo establecido y de permitirles explorar la complejidad de los asuntos internacionales desde una mirada crítica, empática y propositiva.

Para mí como Secretario General, el Modelo ONU ASOBILCA XXXII es la materialización de un proyecto colectivo construido con esfuerzo, compromiso y vocación. Detrás de cada guía, cada tema y cada detalle organizativo hay personas que creemos profundamente en este modelo y en el impacto que puede tener en la formación de quienes participan en él. Nada de esto sería posible sin el trabajo del secretariado, los presidentes, el staff y los sponsors, cuyo esfuerzo sostiene la esencia de este proyecto.

Pero la realidad es que este modelo pertenece, ante todo, a ustedes. A quienes deciden prepararse, investigar, debatir y representar con seriedad y respeto. Este modelo no busca discursos perfectos ni respuestas simples, sino reflexiones honestas, posturas bien fundamentadas y la disposición constante a aprender del otro. Aquí, el verdadero valor está en el proceso: en cada argumento construido, en cada negociación intentada y en cada perspectiva comprendida. Espero que esta experiencia trascienda lo académico y se convierta en un espacio de crecimiento personal. Que el Modelo ONU ASOBILCA XXXII les deje preguntas, aprendizajes, vínculos que permanezcan más allá del modelo y, sobre todo, recuerdos inolvidables. Que al cerrar esta edición, puedan reconocer en ustedes mismos una voz más consciente, más crítica y más comprometida con la realidad que los rodea.

Gracias por hacer parte de este sueño llamado ASOBILCA XXXII y por confiar en este proyecto. Que estas páginas sean el inicio de una experiencia significativa, formativa y memorable.

Atentamente,



Sebastián Ávila Cabal
Secretario General

CARTA DE BIENVENIDA

Estimados delegados,

Para comenzar, acepten una cálida bienvenida. Es un honor para nosotras liderar la mesa directiva de la comisión UNICEF en el Modelo ASOBILCA en su XXXII versión. Somos Sharon Lasso Tapia y Valentina Bergamin Prieto, actualmente estamos en las Instituciones Educativas José María Córdoba y Leonor Lourido de Velasco. A lo largo de nuestros años en los MUN, hemos participado activamente como delegadas y presidentas en diversos modelos. En este camino, nos hemos respaldado mutuamente para cumplir con los exigentes estándares de excelencia, desarrollando habilidades orales, escritas, analíticas e investigativas necesarias para abordar los desafíos presentados en las distintas comisiones.

A lo largo de este proceso, hemos fomentado el diálogo y la cooperación entre los participantes, con el propósito de desarrollar una comprensión más profunda y realista de los desafíos que enfrenta el mundo actual. Por eso, en esta nueva edición del Modelo de Naciones Unidas de ASOBILCA, nos sentimos honradas de servir como presidentas de esta comisión y compartir el entusiasmo y la pasión que este tipo de modelos puede generar, especialmente en una comisión enfocada en prevenir y proteger a los niños y adolescentes de todo el mundo.

Deseamos lo mejor a toda la comisión y estamos impacientes por presenciar sus habilidades y propuestas. Cabe destacar que, esperamos que los debates sean fluidos, respetuosos y estimulantes, en los que todos puedan expresar libremente diferentes puntos de vista e ideas. Sabemos que esto puede ser una experiencia retadora, pero esperamos que sea una vivencia que les permita conseguir enseñanzas que les serán útiles por el resto de sus vidas. Queremos que cada uno de ustedes se sienta empoderado para contribuir con sus ideas y perspectivas únicas, y que este espacio sea un reflejo de la diversidad y riqueza de pensamientos que caracteriza a nuestra sociedad global.

Finalmente, los animamos a aprovechar al máximo esta oportunidad para aprender, crecer y

establecer conexiones significativas con sus compañeros. Estamos seguras de que cada uno de ustedes tiene el potencial para hacer una diferencia y estamos emocionadas de ver cómo se desarrollan sus ideas y propuestas a lo largo de este modelo.

Les deseamos mucho éxito y esperamos que disfruten de esta experiencia tanto como nosotras lo hemos hecho.

Como lo expresó Henrietta Fore, exdirectora Ejecutiva de UNICEF, "a medida que el mundo se digitaliza, la niñez se vuelve más vulnerable; nuestra responsabilidad es asegurarnos de que cada clic sea seguro para ellos".

No duden en ponerse en contacto con nosotras en: unicef.asobilca32@gmail.com

Atentamente,

Sharon Lasso

Presidente

Valentina Bergamin

Presidente

INTRODUCCIÓN A LA COMISIÓN

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) es una agencia de las Naciones Unidas cuyo objetivo principal es velar por el cumplimiento de los derechos de los niños. Fue creado por la Asamblea General de las Naciones Unidas en 1946, como respuesta a la grave situación que enfrentaban los niños en Europa tras la Segunda Guerra Mundial. En sus inicios, la organización desarrolló programas de ayuda de emergencia destinados a la infancia en regiones como Medio Oriente, China y Europa. Desde entonces, la protección y promoción de los derechos de los niños se ha consolidado como un objetivo prioritario a nivel mundial, independientemente de su raza, nacionalidad o contexto cultural (UNICEF, 2023).



Adicionalmente, UNICEF orienta su labor a garantizar la supervivencia y el desarrollo integral de la infancia, especialmente en contextos de emergencia. Para ello, la organización implementa programas de salud básica que abarcan áreas fundamentales como la nutrición, el acceso al agua potable y el saneamiento, mediante la prestación de servicios esenciales que permitan salvaguardar el bienestar de los niños.

En el ámbito educativo, la organización promueve el acceso a una educación básica de calidad, procurando que los niños puedan asistir a escuelas adecuadas y completar su proceso de escolarización. De igual manera, UNICEF trabaja para ampliar las oportunidades educativas y reducir las barreras que impiden la permanencia de los infantes en el sistema educativo.

Asimismo, la organización busca mejorar la atención médica de los niños y adolescentes en situación de vulnerabilidad, en particular aquellos afectados por el VIH/SIDA, a través del suministro de tratamientos adecuados y la implementación de estrategias de prevención que reduzcan el riesgo de nuevas infecciones.

La protección de la infancia frente a la violencia constituye otro eje fundamental de la labor de UNICEF, la cual se fortalece mediante el desarrollo de mecanismos que garanticen entornos seguros y propicios para el crecimiento integral de los niños.

Finalmente, UNICEF impulsa políticas públicas y alianzas estratégicas orientadas a la promoción y defensa de los derechos de la infancia, con el fin de asegurar condiciones de vida dignas desde los primeros años. En este sentido, la organización trabaja para que los niños cuenten con un inicio de vida adecuado, acceso universal a una educación básica de calidad y oportunidades para que los adolescentes desarrollen plenamente sus capacidades en entornos saludables que les permitan contribuir activamente a la sociedad en el futuro.

TEMA 1:

EL IMPACTO DEL CIBERACOSO Y LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DIGITAL

Contexto Histórico

El ciberacoso no aparece de manera aislada ni repentina; surge como una consecuencia directa del avance tecnológico y de la digitalización progresiva de la vida cotidiana. A finales de los años noventa y comienzos de los dos mil, cuando el acceso a internet comenzó a expandirse de forma masiva, especialmente en países industrializados, se abrieron nuevas posibilidades de comunicación e interacción social. Sin embargo, ese mismo espacio digital también empezó a ser utilizado para ejercer conductas agresivas que antes se limitaban al ámbito presencial. Con el tiempo, estas prácticas se consolidaron en lo que hoy se reconoce como ciberacoso: una forma de violencia reiterada e intencional que busca intimidar, humillar o dañar emocionalmente a otra persona mediante herramientas digitales (UNICEF, 2023).

A diferencia del acoso tradicional, el entorno digital facilita el anonimato, amplifica la difusión del contenido y elimina los límites espaciales y temporales. Esto ha permitido que el acoso adopte múltiples manifestaciones, como la difusión de información falsa, la publicación de fotografías o videos humillantes sin consentimiento, el envío constante de mensajes hirientes o amenazantes a través de redes sociales y aplicaciones de mensajería, así como la suplantación de identidad mediante cuentas falsas creadas con el fin de dañar la reputación de la víctima. En años recientes, estas prácticas se han vuelto aún más complejas con la incorporación de herramientas de inteligencia artificial generativa, utilizadas para crear contenidos manipulados, sexualizados o degradantes, lo que incrementa el impacto psicológico y dificulta la identificación de los responsables (WeProtect Global Alliance, 2023).

La gravedad del problema aumentó a medida que el uso de internet se volvió global y permanente, especialmente entre niños y adolescentes. La conectividad constante provoca

que el acoso no se limite a un espacio concreto, sino que acompañe a la víctima en todo momento. Muchas personas describen esta experiencia como una sensación de ataque continuo, incluso dentro de su propio hogar, lo que genera una percepción de ausencia total de refugio. Diversos estudios han demostrado que el ciberacoso puede tener consecuencias duraderas en la salud mental, emocional e incluso física de los menores, incluyendo ansiedad, depresión, aislamiento social, trastornos del sueño y bajo rendimiento académico (World Health Organization [WHO], 2024). En los casos más extremos, la acumulación de presión, humillación y miedo puede derivar en conductas autolesivas o en el suicidio.

Es importante subrayar que la violencia digital va mucho más allá de los insultos o las "bromas" en línea. Entre las prácticas más graves se encuentra la difusión no consentida de imágenes íntimas —también conocida como sexting no consentido—, el grooming, mediante el cual adultos engañan a menores para obtener material sexual o establecer vínculos abusivos, y el doxxing, que consiste en la divulgación intencional de información personal con el objetivo de intimidar o causar daño. Todas estas conductas representan violaciones directas a los derechos de la niñez, particularmente al derecho a la privacidad, a la dignidad y a la protección frente a cualquier forma de violencia (United Nations, 2023).

Frente al crecimiento de estas problemáticas, plataformas digitales como TikTok, Instagram, Facebook y X han implementado sistemas de detección automática para identificar contenido relacionado con desnudos, acoso o abuso. No obstante, organismos internacionales advierten que estas medidas, aunque necesarias, resultan insuficientes si no se complementan con marcos legales sólidos, educación digital crítica y mecanismos eficaces de denuncia y acompañamiento a las víctimas. En respuesta, numerosos Estados han comenzado a desarrollar leyes específicas orientadas a la protección de niños y adolescentes en entornos digitales, reconociendo que el espacio virtual debe garantizar los mismos estándares de seguridad y respeto que el mundo físico (UNICEF, 2023).

Eventos claves: 2000-2010; inicio de preocupación global por la violencia digital

Durante la primera década del siglo XXI se produjo el surgimiento de lo que hoy se reconoce como la violencia digital moderna, en un contexto marcado por la masificación del acceso a internet. Cada vez más hogares comenzaron a contar con computadoras y conexión a la red,

lo que llevó a que niños, niñas y adolescentes pasaran una mayor cantidad de tiempo en entornos digitales. Paralelamente, emergieron las primeras redes sociales de alcance global, como MySpace, Facebook, Twitter y YouTube, transformando las dinámicas de interacción social y comunicación.

Este proceso dio lugar a los primeros casos documentados de ciberacoso y violencia digital, caracterizados por la difusión de insultos, amenazas, suplantación de identidad, acoso anónimo y la circulación de imágenes sin consentimiento. De acuerdo con UNICEF, desde estos primeros años se evidenció que los entornos digitales podían amplificar formas tradicionales de violencia, al permitir que estas ocurrieran de manera constante, anónima y con un alcance mucho mayor (UNICEF, 2019).

Ante el aumento de estos riesgos, los gobiernos y las organizaciones internacionales comenzaron a responder de forma progresiva. En 2009, la Unión Internacional de Telecomunicaciones (UIT), en conjunto con UNICEF, Interpol y otros actores internacionales, lanzó la iniciativa Child Online Protection (COP), el primer programa global destinado a proteger a niños, niñas y adolescentes frente a los peligros del entorno digital, promoviendo marcos normativos, cooperación internacional y buenas prácticas en seguridad en línea (UIT & UNICEF, 2009).

Entre 2010 y 2018, la popularización global de las redes sociales se intensificó con la expansión de los teléfonos inteligentes, lo que permitió una conexión prácticamente permanente. Durante este período, los adolescentes adquirieron un acceso cada vez más constante a internet, en muchos casos sin supervisión adecuada. Según datos de UNICEF, uno de cada tres jóvenes en el mundo ha experimentado alguna forma de acoso en línea, lo que evidencia la magnitud del problema en esta etapa de expansión digital (UNICEF, 2019).

A partir de 2019, la aparición y rápida expansión de plataformas como TikTok modificó nuevamente la dinámica del ciberacoso, al priorizar contenidos audiovisuales de alto impacto y viralidad. Esto derivó en un incremento de casos de humillación pública, exposición indebida y participación forzada en retos virales, afectando de manera significativa la salud mental y emocional de niños y adolescentes.

La situación se agravó de forma considerable en 2020 con el inicio de la pandemia por COVID-19. El confinamiento impulsó una digitalización acelerada en ámbitos como la educación virtual, el trabajo remoto y la comunicación cotidiana, lo que incrementó el tiempo de uso de dispositivos digitales entre tres y cinco veces en algunos grupos etarios. Como consecuencia, se registró un aumento global del acoso escolar digital, la violencia de género en línea ejercida por parejas y exparejas, así como de prácticas como la extorsión sexual, el grooming y el contacto de adultos desconocidos con menores (UNICEF, 2021).

Frente a este escenario, organismos internacionales como la ONU, la OMS, la UNESCO y UNICEF advirtieron sobre la existencia de una “epidemia paralela” de violencia digital, impulsando campañas globales contra la difusión no consentida de imágenes íntimas y promoviendo regulaciones más estrictas para combatir el contenido dañino en plataformas digitales, con especial énfasis en la protección de la infancia y la adolescencia (ONU, 2021).

Situación Actual

En los últimos años, el ciberacoso y la violencia digital se han convertido en una preocupación creciente a nivel mundial, especialmente por su impacto en niños, niñas y adolescentes. Estudios recientes indican que cerca de **1 de cada 6 (15 %) adolescentes ha experimentado ciberacoso**, con cifras similares para niñas y niños, lo que refleja la expansión de este fenómeno en múltiples regiones del mundo (WHO/Europe, 2024). A diferencia de otras formas de violencia, estas prácticas no se limitan a un espacio físico ni a un momento específico, sino que pueden ocurrir de manera constante y alcanzar a un gran número de personas en muy poco tiempo. La posibilidad de que el contenido violento permanezca en línea y se difunda rápidamente aumenta el daño emocional y psicológico que enfrentan las víctimas (UNICEF, 2023).

Actualmente, la violencia digital adopta múltiples formas que van más allá del acoso tradicional. Prácticas como el grooming, la sextorsión, la difusión no consentida de imágenes íntimas, el doxxing y el uso de deepfakes se han vuelto cada vez más frecuentes. Encuestas a nivel mundial han encontrado que más del **70 % de jóvenes ha sido víctima de violencia en**

Línea, destacando la necesidad de medidas globales de protección digital (UNICEF, 2019). El desarrollo de nuevas tecnologías, en particular de herramientas de inteligencia artificial generativa, ha facilitado la creación de contenido falso o manipulado, lo que dificulta identificar a los responsables y agrava los riesgos para la infancia y la adolescencia (ONU, 2022).

Uno de los principales problemas para enfrentar esta situación es que muchos casos no llegan a denunciarse. Las víctimas suelen guardar silencio por miedo, vergüenza o desconfianza en las autoridades, lo que genera un importante subregistro. Como resultado, la magnitud real del ciberacoso y la violencia digital suele estar subestimada, lo que complica la elaboración de políticas públicas eficaces y basadas en evidencia (UNICEF, 2021).

A esto se suma el hecho de que el avance tecnológico es mucho más rápido que la creación de normas y mecanismos de protección. Aunque las plataformas digitales han implementado sistemas de moderación automática, estos no siempre logran responder con la rapidez necesaria frente a la viralización del contenido dañino. En muchos casos, cuando una denuncia es atendida, el daño ya se ha multiplicado y resulta prácticamente irreversible (UNESCO, 2022).

Las desigualdades entre regiones también influyen de manera significativa. En muchos países del Sur Global, el acceso a internet ha crecido rápidamente, pero sin un desarrollo paralelo de marcos legales sólidos, capacidades técnicas o servicios de apoyo psicológico. Esto expone a niños y adolescentes a mayores riesgos de explotación y violencia en línea, al tiempo que limita las posibilidades de respuesta efectiva por parte de los Estados (UNICEF, 2023).

La pandemia por COVID-19 intensificó aún más esta problemática. El confinamiento y la educación virtual incrementaron de forma considerable el tiempo que niños y adolescentes pasaban conectados, lo que coincidió con un aumento de casos de acoso escolar digital, violencia de género en línea, grooming y sextorsión. Diversos organismos internacionales advirtieron que esta situación dio lugar a una “epidemia paralela” de violencia digital, cuyos efectos siguen presentes incluso después del fin de las restricciones sanitarias (ONU, 2021).

Es importante destacar que el impacto de la violencia digital no es igual para todos. Las niñas y las adolescentes mujeres enfrentan con mayor frecuencia formas de acoso sexual en línea y

la difusión no consentida de imágenes, lo que profundiza desigualdades de género ya existentes y afecta de manera directa su salud mental, su autoestima y su participación en espacios digitales y sociales (ONU Mujeres, 2022).

Finalmente, la comunidad internacional se enfrenta a un desafío complejo: proteger a la infancia en el entorno digital sin vulnerar derechos fundamentales como la privacidad y la libertad de expresión. Medidas como el monitoreo de contenidos o las limitaciones al cifrado generan debates intensos, ya que pueden contribuir a la prevención de abusos, pero también abrir la puerta a prácticas de vigilancia excesiva. Este escenario evidencia la necesidad de respuestas equilibradas, centradas en el interés superior del niño y en la cooperación entre Estados, plataformas digitales y sociedad civil (UNICEF, 2023).

Caso de Estudio

Uno de los casos más documentados a nivel internacional es el de Megan Meier, ocurrido en Estados Unidos en el año 2006. Megan Meier era una adolescente de 13 años que murió por suicidio tras ser víctima de ciberacoso a través de la red social MySpace. El acoso comenzó cuando una vecina de la familia creó una cuenta falsa con el fin de entablar una supuesta amistad con la menor. Posteriormente, desde dicho perfil ficticio —situación que puede asociarse con prácticas de *grooming*— se difundieron mensajes de odio, manipulación emocional y hostigamiento constante. Esta situación generó un deterioro progresivo en el estado mental y emocional de la adolescente, llevándola al aislamiento social y a una profunda afectación psicológica. La presión y la humillación derivadas del acoso digital influyeron de manera directa en su decisión de quitarse la vida el 17 de octubre de 2006, convirtiendo este caso en un referente clave para comprender el impacto del ciberacoso en niños, niñas y adolescentes (Hinduja & Patchin, 2010).

Este caso se pone como referente, ya que fue algo que marcó un antes y un después, teniendo en cuenta que este es el primer caso en llevar a una situación como esta, lo cual hizo que todo el mundo viera cuan grave puede ser el impacto del ciberacoso y la violencia digital, no tanto los insultos sino la manipulación, el engaño, la destrucción psicológica y la culpa.

Las consecuencias del caso de Megan Meier evidenciaron impactos profundos en múltiples dimensiones. A nivel psicológico, el ciberacoso sostenido generó en la víctima sentimientos de desesperanza, culpa, aislamiento social y una pérdida progresiva de la confianza en su entorno, afectaciones que, al no ser detectadas ni atendidas oportunamente, culminaron trágicamente en su muerte. En el plano social y familiar, el suicidio de una menor sacudió a toda una comunidad y dejó en evidencia graves vacíos en los mecanismos de protección, prevención y responsabilidad frente a la violencia digital.

Asimismo, el caso tuvo un fuerte impacto mediático y despertó una conciencia global sobre los riesgos que enfrentan niños, niñas y adolescentes en las redes sociales, impulsando un debate internacional en torno a la necesidad de fortalecer la regulación de las plataformas digitales, desarrollar marcos

legales más claros y garantizar apoyo institucional a las víctimas. Como resultado, este suceso se convirtió en un punto de inflexión que motivó campañas educativas, la implementación de protocolos escolares y la elaboración de guías de protección infantil en línea, sentando las bases para una respuesta más estructurada frente al ciberacoso a nivel internacional.

Puntos Clave

- Métodos para reconocer y abordar el ciberacoso y la violencia digital como posibles violaciones a los derechos de niños, niñas y adolescentes.
- Mecanismos para asegurar y fortalecer la cooperación internacional entre Estados, organismos multilaterales y plataformas digitales frente al ciberacoso.
- Estrategias de protección integral de los infantes orientadas a la prevención del ciberacoso y la violencia digital.
- Formas en las que el ciberacoso y la violencia digital se relacionan con el trabajo infantil y otras modalidades de abuso y explotación.

- Identificación de factores de riesgo que facilitan el ciberacoso y la violencia digital en niños, niñas y adolescentes.
- Propuestas y soluciones para disminuir los índices de ciberacoso y violencia digital a nivel nacional, regional e internacional.

Preguntas Orientadoras

- ¿Cómo se manifiesta el ciberacoso y la violencia digital en tu país?
- ¿Qué grupo de niños y adolescentes son los más vulnerables en tu contexto nacional?
- ¿Qué leyes, programas o campañas existen actualmente para prevenir el ciberacoso?
- ¿Qué estadísticas recientes ofrece su país sobre el ciberacoso, violencia física o salud mental juvenil?
- ¿Cómo puede UNICEF apoyar a tu país en la implementación de programas de prevención contra la violencia digital?
- ¿Qué soluciones innovadoras podría presentar su delegación para reducir el ciberacoso?
- ¿Qué indicadores permitirían evaluar el avance en la protección de niños y adolescentes?
- ¿Cómo garantizar que las medidas no limiten indebidamente la libertad de expresión?

Referencias

United Nations. (2023). *Child and youth safety online*. <https://www.un.org/en/global-issues/child-and-youth-safety-online>

UNICEF. (2023). *Keeping children safe online: Violence and exploitation in digital spaces*. <https://www.unicef.org/protection/violence-against-children-online>

WeProtect Global Alliance. (2023). *Global threat assessment 2023*.
<https://www.weprotect.org/global-threat-assessment-23/>

World Health Organization. (2024). *One in six school-aged children experiences cyberbullying*.
<https://www.who.int/europe/news>

European Commission. (n.d.). *Cyberbullying*. Digital Strategy of the European Union.
<https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/policies/cyberbullying>

Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2010). *Bullying, cyberbullying, and suicide*. Archives of Suicide Research, 14(3), 206–221. <https://doi.org/10.1080/1381118.2010.494133>

Livingstone, S., & Smith, P. K. (2014). *Annual research review: Harms experienced by child users of online and mobile technologies*. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 55(6), 635–654.
<https://doi.org/10.1111/jcpp.12197>

Safe Online. (2024). Annual report 2023–2024. https://safeonline.global/wp-content/uploads/2024/08/Annual-report_Safe-Online_2023_V5.pdf

UNICEF. (n.d.). *Keeping children safe online: Violence and exploitation in the digital environment*. <https://www.unicef.org/protection/violence-against-children-online>

United Nations. (n.d.). *Child and youth safety online*. <https://www.un.org/en/global-issues/child-and-youth-safety-online>

WeProtect Global Alliance. (n.d.). About WeProtect. <https://www.weprotect.org/>

WeProtect Global Alliance. (2023). *Global threat assessment 2023*.
<https://www.weprotect.org/global-threat-assessment-23/>

World Health Organization Regional Office for Europe. (2024). *One in six school-aged children experiences cyberbullying*. <https://www.who.int/europe/news/item/27-03-2024-one-in-six-school-aged-children-experiences-cyberbullying--finds-new-who-europe-study>

TEMA 2:

EL IMPACTO PSICOLÓGICO DEL USO PROLONGADO DE LAS REDES SOCIALES EN NIÑOS Y ADOLESCENTES

Contexto Histórico

Inicios de preocupación psicológicas gracias a las redes (2000-2010)

Durante esta década, las redes sociales comenzaron a aparecer, pero el foco no estaba en su tecnología, sino en cómo cambiaban los comportamientos juveniles:

El acceso masivo a internet en hogares y colegios permitió que niños y jóvenes pasaran cada vez más tiempo en línea.

Psicólogos empezaron a observar fenómenos nuevos:

El uso prolongado de las redes sociales ha tenido un impacto significativo en la salud psicológica de niños, niñas y adolescentes, especialmente en un contexto de hiperconectividad donde la exposición digital es constante y comienza a edades cada vez más tempranas. Diversos estudios han señalado que el tiempo excesivo en plataformas digitales puede afectar el desarrollo emocional, la autoestima y la regulación del sueño, así como intensificar sentimientos de ansiedad, estrés y aislamiento social. La lógica de interacción propia de las redes sociales, basada en la validación constante, la comparación social y la rapidez de las relaciones virtuales, puede generar una percepción distorsionada de la realidad y aumentar la vulnerabilidad emocional de los jóvenes, particularmente cuando no cuentan con acompañamiento adulto ni educación digital adecuada. En este escenario, el entorno digital deja de ser únicamente un espacio de socialización y se convierte en un factor de riesgo psicológico que requiere atención, prevención y respuestas coordinadas desde el ámbito familiar, educativo e institucional, en línea con el mandato de organismos como UNICEF.

Uno de los primeros reportes relevantes sobre esta problemática fue publicado por la American Psychological Association, la cual advirtió desde el año 2003 que el incremento del tiempo frente a pantallas comenzaba a asociarse con conductas de aislamiento social en niños y adolescentes, así como con cambios en sus patrones de interacción y desarrollo emocional, alertando sobre la necesidad de prestar atención temprana a los efectos psicológicos del uso prolongado de tecnologías digitales (American Psychological Association [APA], 2003).

En esta etapa, los psicólogos comienzan a estudiar el “**uso problemático**” de internet y redes en jóvenes:

A medida que el uso de internet y las redes sociales se intensificó, comenzaron a surgir los primeros conceptos asociados a la adicción a internet, la dependencia digital y la aparición de conductas compulsivas, especialmente entre niños y adolescentes expuestos de forma prolongada a entornos digitales.

En este contexto, la Organización Mundial de la Salud incorporó progresivamente en sus informes sobre salud adolescente discusiones relacionadas con conductas digitales problemáticas, reconociendo que el uso excesivo de tecnologías podía afectar el bienestar psicológico y emocional de los jóvenes (World Health Organization, 2018). Paralelamente, el aumento del contenido visual y emocional en las plataformas digitales transformó la forma en que los adolescentes construyen su identidad, dando lugar a problemas de autoimagen vinculados al uso de fotografías retocadas, a una comparación estética constante con otros usuarios y a una creciente presión por obtener aprobación social a través de métricas como los “me gusta”, factores que diversos estudios han asociado con niveles más altos de ansiedad, insatisfacción corporal y baja autoestima en la población juvenil (UNICEF, n.d.; Livingstone & Smith, 2014).

La investigación se centró en cómo la vida social virtual influía en la autoestima, la ansiedad social y la Regulación emocional

Con la expansión de Instagram, Snapchat y TikTok, los investigadores notaron:

Diversos estudios publicados entre 2017 y 2019 comenzaron a evidenciar un incremento sostenido de síntomas depresivos en adolescentes, coincidiendo con un aumento significativo del tiempo promedio frente a pantallas, que en algunos países superó las siete horas diarias en menores de 18 años. En este periodo surgieron también las primeras investigaciones que establecieron una relación directa entre el uso prolongado de redes sociales y la aparición de ansiedad crónica, insatisfacción corporal, dificultades de aprendizaje asociadas a la multitarea digital y problemas persistentes de concentración (Twenge et al., 2019; Livingstone & Smith, 2014). En este contexto, la Royal Society for Public Health del Reino Unido publicó en 2017 un informe ampliamente difundido en el que señaló a plataformas como Instagram y Snapchat como las más perjudiciales para la salud mental de los jóvenes, debido a su énfasis en la imagen, la comparación social y la validación constante (Royal Society for Public Health, 2017). Posteriormente, con el inicio de la pandemia de COVID-19 en 2020, el uso de dispositivos digitales aumentó de manera abrupta, ya que la educación virtual, la comunicación cotidiana y la interacción social pasaron a depender casi exclusivamente de medios digitales durante largos períodos. Esta situación provocó que niños y adolescentes ingresaran a las redes sociales a edades más tempranas y con mayor intensidad de uso. Estudios recientes realizados entre 2021 y 2024 indican que este escenario post-pandemia se asocia con un aumento de la ansiedad vinculada a notificaciones constantes, alteraciones del sueño por el uso nocturno prolongado de dispositivos, una mayor dependencia emocional hacia las redes sociales y un incremento de los trastornos de imagen corporal debido a la exposición continua a contenido altamente editado y filtrado (World Health Organization, 2024; UNICEF, n.d.).

Panorama actual: uso de redes sociales y salud mental en jóvenes

Las redes sociales son prácticamente universales entre jóvenes: una gran mayoría de adolescentes usan alguna plataforma digital a diario. Pero el uso excesivo o problemático está ligado a riesgos crecientes: ansiedad, depresión, problemas de sueño, disminución de bienestar emocional y dificultades de concentración.

A nivel global, un porcentaje relevante de adolescentes ya muestra señales de "uso problemático" de redes, lo que en varios estudios se asocia con síntomas de malestar psicológico.

Uso problemático y adictivo, especialmente cuando se usa como escape emocional o sustituto de espacios reales. Esto puede derivar en depresión, ansiedad, aislamiento o trastornos del sueño. **Exposición a riesgos psicosociales**: contenido inapropiado, comparación social, presión estética, "validación por likes", ciberacoso, lo que afecta autoestima y autorrepresentación.

El impacto psicológico del uso de redes sociales en niños y adolescentes no se manifiesta de manera uniforme, ya que existen profundas desigualdades sociales y culturales que influyen en la forma en que los jóvenes interactúan con el entorno digital. No todos cuentan con los mismos recursos tecnológicos, acompañamiento familiar o acceso a una educación digital crítica, por lo que en contextos de mayor vulnerabilidad los efectos negativos pueden intensificarse. A esto se suma la falta de políticas públicas consistentes de prevención y apoyo, dado que en muchos países aún no existen programas sistemáticos de salud mental vinculados al uso digital ni guías claras dirigidas a familias, escuelas y jóvenes. Asimismo, el aumento de la dependencia a las redes sociales ha contribuido al desplazamiento progresivo de las relaciones presenciales, reemplazando interacciones cara a cara por vínculos virtuales, lo que puede afectar el desarrollo de habilidades sociales, la empatía y la construcción de relaciones interpersonales saludables. La investigación actual sobre el tema subraya la necesidad de adoptar un enfoque equilibrado que reconozca los riesgos del uso prolongado de redes sociales sin demonizar la tecnología, destacando que factores como la privacidad de las cuentas y el acompañamiento parental actúan como elementos moderadores, ya que los adolescentes que cuentan con mayor supervisión y control presentan menores niveles de ansiedad y síntomas depresivos en comparación con aquellos que navegan sin orientación adulta.

El uso de redes sociales entre niños y adolescentes ya no es solo un asunto tecnológico: es un fenómeno social con profundas consecuencias psicológicas. Los riesgos son reales y comprobados: depresión, ansiedad, aislamiento, problemas de sueño, deterioro del bienestar

emocional. Pero también existe un espacio para la prevención, la educación, la regulación responsable y el acompañamiento — especialmente con políticas públicas, educación digital y apoyo psicológico.

Para los jóvenes de hoy, las redes son parte del mundo; la tarea de las naciones, organizaciones e instituciones es asegurar que ese mundo sea lo más saludable posible.

Situación Actual

En la actualidad, el uso de redes sociales entre niños y adolescentes es prácticamente universal y se ha intensificado de forma sostenida durante la última década. Un informe de la *World Health Organization, Oficina Regional para Europa* (2024), evidenció que el uso problemático de redes sociales entre adolescentes aumentó de aproximadamente 7 % en 2018 a cerca de 11 % en 2022, lo que refleja un crecimiento significativo de conductas asociadas a dependencia digital, pérdida de control del tiempo de uso y afectaciones emocionales. Este incremento se ve reforzado por el acceso cada vez más temprano a dispositivos móviles y plataformas sociales, así como por la normalización del uso prolongado de pantallas en contextos educativos, recreativos y sociales.

Estudios recientes también muestran que una proporción importante de los propios adolescentes reconoce un uso excesivo de redes sociales. De acuerdo con el *Pew Research Center* (2025), el 45 % de jóvenes entre 13 y 17 años considera que pasa demasiado tiempo en estas plataformas. El mismo estudio revela diferencias de género relevantes: mientras un 25 % de las adolescentes afirma que las redes sociales han tenido un impacto negativo en su salud mental, esta percepción se presenta en un 14 % de los adolescentes varones, lo que sugiere una mayor vulnerabilidad femenina asociada a dinámicas de comparación social, presión estética y búsqueda de validación.

Este fenómeno se desarrolla en un contexto global de masificación digital. Según un reporte internacional citado por medios especializados en 2025, aproximadamente el 59 % de la población mundial utiliza redes sociales, lo que dimensiona la escala del impacto potencial

sobre la salud mental colectiva, especialmente en etapas de desarrollo psicológico como la infancia y la adolescencia. La exposición constante a contenidos altamente visuales, idealizados y emocionalmente cargados incrementa el riesgo de ansiedad, insatisfacción corporal, alteraciones del sueño y dependencia emocional hacia la retroalimentación digital.

No obstante, la evidencia también muestra que las redes sociales no generan únicamente efectos negativos. Muchos adolescentes reconocen beneficios claros asociados a la conectividad y la expresión personal. El Pew Research Center (2025) señala que el 74 % de los jóvenes afirma que las redes les ayudan a mantenerse en contacto con amigos, mientras que el 63 % considera que estas plataformas les brindan un espacio para la creatividad y la autoexpresión. Para algunos adolescentes, especialmente aquellos que enfrentan aislamiento social o estigmatización, las redes pueden funcionar como fuente de información, apoyo emocional y sentido de comunidad, incluso en temas relacionados con la salud mental.

En este escenario, el debate actual se centra menos en la prohibición del uso de redes sociales y más en las condiciones bajo las cuales se utilizan. El problema no radica únicamente en el acceso a la tecnología, sino en la falta de regulación, alfabetización digital, acompañamiento familiar y programas de prevención en salud mental. Por ello, organismos internacionales y expertos coinciden en que el desafío contemporáneo de las políticas públicas, la educación y la salud no es demonizar la tecnología, sino promover un uso saludable, responsable y consciente, respaldado por estrategias de educación digital, regulación adecuada, apoyo emocional y fortalecimiento de factores protectores en niños y adolescentes (World Health Organization, 2024; Pew Research Center, 2025).

Caso de Estudio

Uso intensivo de redes y salud mental en adolescentes israelíes (2019–2023)

Un equipo de investigadores evaluó durante varios años (2019–2023) a 3.697 niños y adolescentes de 8 a 14 años en Israel, midiendo su uso de redes sociales, síntomas psiquiátricos (ansiedad, depresión, somatización, malestar general) y bienestar subjetivo

(emociones positivas/negativas, satisfacción con la vida). El estudio analizó datos en cinco momentos distintos: antes de la pandemia, durante ella, y después — lo que permite observar cómo cambió la situación con el confinamiento y el aumento del uso digital.

Los estudios longitudinales sobre el uso de redes sociales en niños y adolescentes permiten identificar una evolución clara antes, durante y después de la pandemia por COVID-19. En el periodo previo a la pandemia (2019), diversas investigaciones reportaban niveles mayoritariamente moderados de uso de redes sociales en la población adolescente, aunque ya se observaban en algunos jóvenes síntomas leves de malestar psicológico, como irritabilidad, dificultades de concentración y baja autoestima asociadas a la comparación social en línea (American Psychological Association [APA], 2019; Royal Society for Public Health [RSPH], 2017). Estos indicios tempranos sugerían una relación incipiente entre el uso digital prolongado y el bienestar emocional, aunque todavía no se manifestaban de forma generalizada.

Durante los años 2020 y 2021, marcados por la pandemia, el confinamiento y la transición abrupta a clases virtuales, el tiempo de uso de redes sociales y pantallas aumentó de manera significativa. La *World Health Organization* señaló que, en este periodo, el contacto social presencial fue reemplazado en gran medida por interacciones digitales, lo que coincidió con un incremento notable de síntomas de ansiedad, estrés y alteraciones del sueño en niños y adolescentes (World Health Organization [WHO], 2022). Este aumento no fue únicamente una elección individual, sino una consecuencia directa del contexto sanitario y educativo, lo que permitió observar con mayor claridad el impacto del uso intensivo y prolongado de redes sociales sobre la salud mental juvenil.

En la etapa posterior a la pandemia, entre 2022 y 2023, los estudios evidencian que, aunque las restricciones sanitarias disminuyeron, el uso intensivo de redes sociales se mantuvo en niveles elevados. Investigaciones recientes indican una persistencia de síntomas depresivos, una reducción del bienestar subjetivo y una menor satisfacción con la vida en adolescentes con mayor exposición a redes sociales, especialmente cuando el uso carece de supervisión o límites claros (World Health Organization, Regional Office for Europe, 2024; Pew Research

Center, 2025). Estos hallazgos sugieren que los hábitos digitales adquiridos durante la pandemia no se redujeron automáticamente con el retorno a la presencialidad, sino que se consolidaron como parte de la rutina cotidiana.

Entre los principales impactos detectados se encuentra un deterioro de la salud mental, expresado en mayores niveles de ansiedad, depresión y malestar emocional entre los adolescentes que pasan más tiempo en redes sociales. Asimismo, se ha identificado una disminución del bienestar subjetivo, caracterizada por menos emociones positivas y un aumento de emociones negativas, como frustración, inseguridad y sensación de insuficiencia personal (RSPH, 2017; Pew Research Center, 2025). Estas consecuencias resultan especialmente preocupantes en etapas sensibles del desarrollo, como el rango de los 8 a los 14 años, periodo clave para la construcción de la identidad, las habilidades sociales y la regulación emocional, donde un uso intensivo puede generar efectos duraderos.

El contexto de la pandemia permitió además evidenciar con mayor fuerza la relación entre entorno, uso digital y salud mental. El confinamiento actuó como un factor amplificador del problema, ya que el incremento forzado del uso de redes sociales mostró de forma directa su impacto psicológico en niños y adolescentes, reforzando la necesidad de considerar el contexto social y educativo al analizar esta problemática (WHO, 2022). Sin embargo, uno de los principales desafíos identificados es la normalización del uso intensivo de redes, tanto por parte de los jóvenes como de sus familias, lo que dificulta reconocer cuándo el uso deja de ser recreativo y comienza a afectar la salud mental.

Finalmente, los estudios coinciden en señalar una falta de regulación preventiva y de programas sistemáticos de educación digital saludable, tanto en el ámbito escolar como comunitario. A esto se suma la dificultad para detectar de manera temprana los síntomas emocionales asociados al uso problemático, debido a su baja visibilidad en los sistemas educativos y sanitarios. En muchos casos, las redes sociales pasan de ser espacios de socialización a convertirse en fuentes constantes de validación emocional, lo que incrementa la vulnerabilidad psicológica de niños y adolescentes y refuerza la urgencia de intervenciones preventivas basadas en evidencia científica (World Health Organization, 2024; APA, 2019).

Puntos Clave

- Formas en que el uso prolongado de redes sociales afecta la salud mental de niños y adolescentes, incluyendo ansiedad, depresión, alteraciones del sueño y malestar emocional.
- Factores que explican la mayor vulnerabilidad psicológica en edades tempranas, especialmente durante etapas críticas del desarrollo emocional y social.
- Procesos mediante los cuales se ha normalizado el uso excesivo de redes sociales, tanto en el entorno familiar como educativo, y sus consecuencias a largo plazo.
- Desigualdades regionales y socioeconómicas en los riesgos asociados al uso digital, considerando diferencias en acceso a acompañamiento adulto, educación digital y servicios de salud mental.
- El papel de UNICEF y otros organismos internacionales en la protección de la salud mental infantil en entornos digitales, incluyendo programas, campañas y lineamientos globales.
- La educación digital crítica como estrategia prioritaria de prevención, analizando su implementación en escuelas, familias y políticas públicas.

Preguntas Orientadoras

- ¿Qué evidencia existe en tu país sobre el impacto del uso prolongado de redes sociales en la salud mental infantil y adolescente?
- ¿Qué factores contribuyen al aumento de ansiedad, depresión o problemas de autoestima causados por redes sociales en tu nación?
- ¿Los algoritmos de las plataformas agravan los problemas psicológicos en la población juvenil de tu país?
- ¿Qué leyes, lineamientos o regulaciones tiene tu país sobre uso digital infantil?
- ¿Qué papel deben tener las plataformas tecnológicas para proteger la salud mental de los menores?

- ¿Cómo puede UNICEF apoyar a los países en educación digital, regulación y salud mental?
- ¿Qué políticas podrían crear entornos digitales más seguros sin limitar la creatividad y participación juvenil?

Referencias

Centers for Disease Control and Prevention. (2023). *Frequent social media use and experiences with bullying victimization, persistent feelings of sadness or hopelessness, and suicide risk among high school students.* <https://www.cdc.gov>

Pew Research Center. (2025). *Teens, social media and mental health.* <https://www.pewresearch.org>

The Washington Post. (2025, abril). *How social media is affecting teen mental health.* <https://www.washingtonpost.com>

Financial Times. (2024). *Teenage social media use strongly linked to anxiety and depression.* <https://www.ft.com>

ArXiv. (2024). *Teen talk: The good, the bad, and the neutral of adolescent social media use.* <https://arxiv.org>

ArXiv. (2023). *Mental health coping stories on social media: A causal-inference study of the Papageno effect.* <https://arxiv.org>

RECOMENDACIONES FINALES

- A continuación, presento las recomendaciones ampliadas, redactadas en un tono formal, claro y adecuado para una guía de debate o Modelo de Naciones Unidas, incorporando además un punto específico sobre plagio y uso responsable de la inteligencia artificial, tal como solicitaste:

- Prepárate con anticipación revisando la **postura oficial de tu país**, así como los **documentos fundamentales de UNICEF, la ONU y otros organismos relevantes**, con el fin de comprender tanto el marco normativo como las prioridades internacionales relacionadas con la protección de la infancia y el entorno digital.
- Sustenta tus intervenciones utilizando **fuentes confiables, actualizadas y verificables**, como informes de organismos internacionales, estudios académicos y estadísticas oficiales. Evita afirmaciones generales sin respaldo empírico y asegúrate de que los datos citados sean pertinentes al contexto del debate.
- Fomenta el **trabajo colaborativo**, dialoga con otras delegaciones de manera respetuosa y mantén una actitud abierta a la negociación. La búsqueda de consensos y soluciones conjuntas es un elemento central del debate multilateral.
- Emplea un **lenguaje diplomático y respetuoso en todo momento**, incluso cuando existan desacuerdos sustanciales. Argumenta con firmeza, pero sin recurrir a descalificaciones personales o posturas confrontativas.
- Procura que tus intervenciones sean **claras, concisas y estructuradas**, priorizando la calidad del argumento sobre la extensión del discurso. Una comunicación precisa facilita la comprensión y fortalece la credibilidad de tu posición.
- Actúa con **integridad académica**: evita el plagio y cita correctamente todas las fuentes utilizadas siguiendo las normas establecidas (por ejemplo, normas APA). En el uso de herramientas de inteligencia artificial, asegúrate de emplearlas únicamente como apoyo para la investigación o la organización de ideas, y no como sustituto del pensamiento crítico ni de la autoría propia.
- Finalmente, aprovecha la **experiencia formativa del modelo**, participa con seguridad, mantén una actitud proactiva y reflexiva, y comprende el ejercicio como una oportunidad para desarrollar habilidades de análisis, argumentación y cooperación internacional.
- Si deseas, puedo ajustar el nivel de formalidad (más juvenil o más institucional) o adaptarlo específicamente al formato de **recomendaciones finales de la guía**.