

<https://doi.org/10.5281/zenodo.18424799>

ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN CIENCIAS SOCIALES

Consecuencias psicológicas del bullying prolongado. Revisión sistemática.

Psychological consequences of prolonged bullying. Systematic review.

Daniela Comas Sánchez

dcomas@uti.edu.ec

Universidad Tecnológica Indoamérica, Ambato, Tungurahua
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0006-2550-4936>

Jhosua Ismael Coba Quintana

jcoba5@uti.edu.ec

Universidad Tecnológica Indoamérica, Ambato, Tungurahua
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0002-7225-9428>

Gabriela Lorena Abril Lucero

gabrielaabril@uti.edu.ec

Universidad Tecnológica Indoamérica, Ambato, Tungurahua
Ecuador

<https://orcid.org/0000-0003-0233-6651>

Recibido: 09/12/2025

Revisado: 17/12/2025

Aprobado: 23/12/2025

Publicado: 01/01/2026



RESUMEN

El bullying constituye un factor de riesgo para el desarrollo de alteraciones psicológicas. Este estudio tuvo como objetivo identificar y sintetizar las consecuencias psicológicas asociadas al bullying prolongado en niños, adolescentes y adultos. Se realizó una revisión sistemática de la literatura siguiendo el protocolo PRISMA y los criterios PICO-S, incluyendo 15 estudios publicados entre enero de 2022 y mayo de 2025 en inglés, español y portugués. Los resultados evidenciaron que las consecuencias más frecuentes fueron ansiedad, depresión, estrés postraumático, insomnio, retraimiento social y riesgo suicida, principalmente en población adolescente. La evaluación metodológica mostró una calidad media a alta en la mayoría de los estudios. Se concluyó que el bullying prolongado produce un impacto psicológico acumulativo y persistente, lo que resalta la necesidad de intervenciones diferenciadas y políticas públicas orientadas a su prevención y atención.

Descriptores: Acoso psicológico; revisión bibliográfica; trastornos psíquicos; relaciones interpersonales.

ABSTRACT

Bullying constitutes a risk factor for the development of psychological disorders. This study aimed to identify and synthesize the psychological consequences associated with prolonged bullying in children, adolescents, and adults. A systematic literature review was conducted following the PRISMA protocol and PICO-S criteria, including 15 studies published between January 2022 and May 2025 in English, Spanish, and Portuguese. The results showed that the most common consequences were anxiety, depression, post-traumatic stress, insomnia, social withdrawal, and suicidal risk, mainly among adolescents. The methodological assessment indicated medium to high quality in most of the studies. It was concluded that prolonged bullying produces a cumulative and persistent psychological impact, highlighting the need for differentiated interventions and public policies aimed at prevention and care.

Descriptors: Psychological harassment; literature review; mental disorders; interpersonal relationships.



INTRODUCCIÓN

El bullying prolongado es una forma sostenida de violencia interpersonal caracterizada por agresiones físicas, verbales, relacionales o digitales, que ocurren de manera repetida y persistente, usualmente durante meses o años. En estas agresiones donde la víctima se encuentra en una posición de indefensión, los efectos del bullying prolongado van más allá de lo escolar o social. Se convierten en un problema de salud pública con implicaciones a corto y largo plazo en la salud mental. Arseneault (2018), en una revisión longitudinal, advirtió que la exposición temprana al bullying puede dejar una huella emocional persistente, elevando el riesgo de trastornos afectivos, consumo de sustancias y dificultades en la vida adulta.

“Las víctimas de bullying crónico tienen un riesgo significativamente mayor de desarrollar trastornos mentales duraderos, incluso décadas después de que la victimización haya cesado, lo que sugiere que el bullying prolongado actúa como una forma de trauma acumulativo” (Arseneault, 2018).

Diversas revisiones sistemáticas y metaanálisis han documentado en los últimos años, la asociación entre el bullying y múltiples consecuencias psicológicas. Gini y Pozzoli (2013), en un metaanálisis con más de 77 estudios, sin discriminar la duración del acoso, confirmaron la relación entre victimización y problemas internalizantes como ansiedad, depresión y somatización. De forma similar, Van Geel, Vedder y Tanilon (2014) encontraron una fuerte correlación entre bullying e ideación suicida, especialmente en adolescentes.

La mayoría de estas investigaciones han tratado el bullying como un fenómeno homogéneo, sin distinguir entre episodios esporádicos y victimización prolongada. Esta omisión impide identificar con precisión los efectos acumulativos de la exposición sostenida. Moore et al. (2017), aunque demostraron consecuencias duraderas del acoso, no incorporaron la duración como una variable diferenciadora. Esta laguna metodológica ha sido señalada también por Zych, Farrington y Ttofi (2019), quienes advierten que los estudios tienden a subestimar el rol de los factores de duración e intensidad en el impacto psicológico del bullying.



A nivel neurobiológico, investigaciones recientes han mostrado que el bullying prolongado puede alterar estructuras cerebrales claves. Palamarchuk y Vaillancourt, (2022) encontraron cambios en la amígdala, el hipocampo y la corteza prefrontal en niños y adolescentes víctimas crónicas de acoso. Esto sugiere que las experiencias reiteradas de victimización no solo afectan el estado emocional, sino también el desarrollo cerebral. Estas alteraciones estarían asociadas a una mayor vulnerabilidad al estrés, dificultades en la regulación emocional y deterioro de las funciones cognitivas.

Asimismo, Lereya et al. (2015) demostraron que los efectos del bullying pueden extenderse más allá de la adolescencia, influyendo en la aparición de trastornos mentales en la adultez. Su metaanálisis comparativo mostró que la victimización en la niñez puede tener un impacto mayor que el maltrato intrafamiliar, en la aparición de ansiedad, depresión o conductas suicidas años después. Esta evidencia refuerza la importancia de considerar no solo la presencia del bullying, sino también su duración. A pesar del avance en la comprensión del fenómeno, existe una escasez de revisiones sistemáticas que se centren específicamente en el bullying prolongado y sus efectos psicológicos diferenciados. Además, la mayoría de los estudios han sido realizados en países del norte global, mientras que contextos como América Latina, Asia o África han sido escasamente representados en la literatura científica (Sivaraman y Bowes, 2018). Esta falta de diversidad limita la generalización de los resultados y el diseño de estrategias de intervención culturalmente sensibles.

La presente revisión sistemática busca llenar estas brechas al centrarse en estudios que abordan explícitamente el bullying con una duración mínima de seis meses. Esto permite distinguir con mayor precisión sus consecuencias psicológicas sostenidas. Además, se incorporan investigaciones desarrolladas en distintos continentes y en diversas lenguas (español, inglés y portugués), lo cual enriquece la perspectiva global sobre el fenómeno.

Desde el punto de vista metodológico, esta revisión se elaboró bajo las directrices del protocolo PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). Se estructuró con base en los criterios PICO-S, permitiendo definir la población afectada, la exposición (bullying prolongado), los resultados psicológicos,



los diseños de estudio elegibles y los criterios de selección. Además, se aplicaron herramientas de evaluación metodológica como la escala Newcastle-Ottawa y la guía CASP, garantizando así la calidad de la evidencia incluida.

Mediante una revisión sistemática de estudios publicados entre enero de 2022 y mayo de 2025, este estudio tiene como objetivo identificar, clasificar y sintetizar las consecuencias psicológicas asociadas al bullying prolongado en niños, adolescentes y adultos. Específicamente identificar diferencias en los efectos psicológicos según el tipo de bullying (tradicional, relacional o cibernético) y grupo étnico afectado. También comparar los enfoques metodológicos utilizados en los estudios, para evaluar estas consecuencias. Los hallazgos de esta revisión sistemática, proporcionan una base empírica para implementar protocolos diferenciados de detección e intervención. Además, pueden ser aprovechados por tomadores de decisiones, investigadores y profesionales de la salud mental, para fundamentar programas preventivos.

MÉTODOS

Diseño del estudio

El presente estudio desarrolló una revisión sistemática siguiendo las recomendaciones del protocolo PRISMA-P (Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analysis Protocols) (Page et al., 2021). El objetivo fue identificar y sintetizar la evidencia empírica sobre las consecuencias psicológicas del bullying prolongado, en diferentes etapas del ciclo vital.

Pregunta de investigación y criterios de elegibilidad (PICO-S)

La pregunta de investigación fue: ¿Qué consecuencias psicológicas se asocian con la exposición prolongada al bullying entre niños, adolescentes y adultos, según la evidencia publicada entre 2022 y 2025? En correspondencia con la pregunta de investigación, para la búsqueda en las bases académicas se aplicaron los criterios de elegibilidad del modelo PICO-S (Methley et al., 2014). La población (P) fueron niños, adolescentes y adultos que han sido víctimas de bullying prolongado. La intervención (I) fue la exposición sostenida al bullying (presencial o virtual) durante un periodo mínimo de 6 meses. El comparador (C) las personas sin exposición o con exposición esporádica al bullying. Los resultados o outcomes (O) fueron las consecuencias



psicológicas asociadas al bullying prolongado como ansiedad, depresión, ideación suicida, baja autoestima, estrés postraumático, entre otras.

Criterios de inclusión y exclusión

Se incluyeron estudios empíricos cuantitativos, cualitativos o mixtos y revisiones sistemáticas, publicados entre el 1 de enero de 2022 y el 31 de mayo de 2025. Los estudios incluidos estaban centrados en víctimas de bullying con una duración mínima de 6 meses y que reportaran efectos psicológicos como variables de resultado. Se seleccionaron estudios publicados en idioma español, inglés o portugués.

No se incluyeron estudios que no diferenciaban entre el bullying puntual y el bullying prolongado, ni estudios centrados exclusivamente en perpetradores o en observadores del bullying.

Fuentes de información y estrategias de búsqueda

Se revisaron cinco bases de datos electrónicas: PubMed, Scopus, Web of Science, PsycINFO y SciELO. Se aplicaron filtros por idioma español, inglés y portugués, fecha de publicación enero 2022 – mayo 2025 y tipo de documento artículos revisados por pares. La estrategia de búsqueda fueron la combinación de palabras claves con operadores booleanos adaptados para cada base de datos. Incluyó título, resumen y descriptores en los idiomas seleccionados. Por ejemplo, la cadena booleana de búsqueda aplicada para la base PubMed fue la siguiente ("bullying" OR "peer victimization" OR "cyberbullying") AND ("chronic" OR "long-term" OR "prolonged") AND ("mental health" OR "psychological consequences" OR "depression" OR "anxiety" OR "suicidal ideation").

Selección de estudios

La selección se llevó a cabo en tres etapas. Una primera etapa para la eliminación de los duplicados con ayuda del gestor de referencias Zotero. Una segunda etapa para el cribado de títulos y resúmenes realizada por dos revisores independientes y la tercera etapa de revisión de textos completos aplicando los criterios PICO-S. Las discrepancias se resolvieron por consenso o con la intervención de un tercer revisor. El proceso se documentó en un diagrama de flujo PRISMA.

Evaluación de la calidad metodológica de los estudios.



Para evaluar la calidad metodológica de los estudios se utilizó el Programa de Habilidades de Evaluación Crítica conocido como la herramienta CASP (Critical Appraisal Skills Programme, 2025) para estudios cualitativos y revisiones, y la escala de Newcastle-Ottawa conocida como escala NOS (Ottawa Hospital Research Institute, 2021) para estudios observacionales cuantitativos. Solo se incluyeron estudios con calidad metodológica moderada o alta.

Extracción y síntesis de datos

En una hoja Excel se recogieron los siguientes datos de los estudios: autores, año, país, diseño del estudio, población, tipo de bullying, duración de la exposición, instrumentos de evaluación y resultados psicológicos. Se realizó una síntesis narrativa, agrupando los resultados en categorías clínicas (ansiedad, depresión, trauma, ideación suicida, etc.).

RESULTADOS

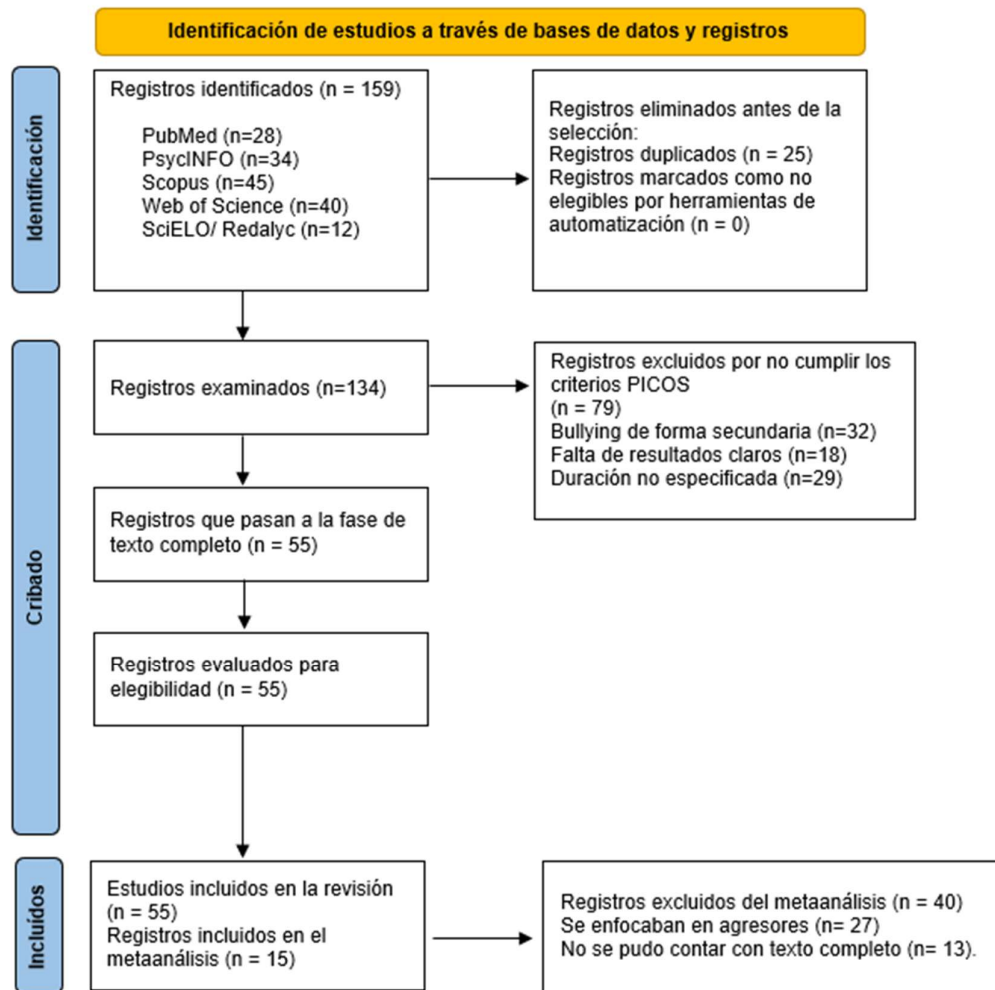
Proceso de selección de estudios.

En la ejecución del protocolo PRISMA, se revisaron las cinco bases de datos con términos centrados en bullying prolongado y consecuencias psicológicas. Se filtró por estudios publicados en idioma inglés, español y portugués con fecha entre el 1 de enero del 2022 y el 31 de mayo del 2025. La fase de identificación inicial reportó un total de 159 registros. De estos fueron identificados 28 estudios en PubMed, 45 en Scopus, 34 en PsycINFO, 40 en Web of Science y 12 en SciELO/Redalyc. Posteriormente fueron eliminados, con ayuda del software Zotero, 25 estudios por estar duplicados, pasando a la fase de cribado 134 estudios. En la fase de cribado los dos revisores tras la lectura de títulos y resúmenes descartaron 79 estudios por no cumplir con los criterios PICO-S. Los motivos de esta exclusión fueron: falta de relevancia temática por tratar al bullying de forma secundaria 32 estudios, ausencia de resultados psicológicos claros 18 estudios, duración no especificada 29 estudios. De esta manera pasaron a la fase de evaluación de texto completo 55 estudios. Durante esta fase los dos revisores excluyeron 40 estudios. La exclusión fue debido a que 27 estudios se enfocaban en agresores u observadores y en el caso de 13 estudios no se pudo contar con acceso al texto completo. Finalmente quedaron



validados 15 estudios para la síntesis cualitativa y potencial metaanálisis. La figura 1 resume los resultados de la aplicación del protocolo PRISMA.

Figura 1. Resultados de la aplicación del protocolo PRISMA.



Fuente: Los autores.

Características generales de los estudios.

Los 15 estudios incluidos presentan una diversidad metodológica, geográfica y poblacional que enriquece la comprensión del bullying prolongado como un fenómeno global y persistente. En cuanto al diseño de los estudios, 8 de ellos (53,3 %) se basaron en diseños cuantitativos de tipo transversal, seguidos por 3 de revisiones sistemáticas o meta-síntesis (20 %), 2 fueron estudios longitudinales (13,3 %) y 2 estudios cualitativos o mixtos (13,3 %). Los estudios transversales permitieron



capturar asociaciones entre la exposición al bullying y sus efectos en el tiempo presente, mientras que los estudios longitudinales ofrecieron una visión evolutiva del fenómeno. Las revisiones sistemáticas, por su parte, sintetizaron hallazgos de múltiples investigaciones primarias, ampliando la comprensión global del problema. La distribución geográfica abarcó varias regiones lo que otorgó solidez y riqueza comparativa de los resultados. Europa estuvo representada por 1 estudio de España y 2 estudios de Suecia. De Asia se analizaron 2 estudios de China, 1 estudio de Indonesia y 1 estudio de Arabia Saudita. De América Latina 1 estudio de México y 1 estudio de Chile. De Norteamérica se analizaron 2 estudios de Estados Unidos. Del continente africano se incluyó 1 estudio de Nigeria y los otros 3 estudios fueron multinacionales.

Un criterio fundamental en la inclusión de los estudios fue que reportaran una exposición prolongada al bullying, definida como mínimo de seis meses de victimización continua o recurrente. En este punto, todos los estudios analizados cumplieron este requisito. En varios casos se trató de exposiciones extendidas a lo largo de varios años, o con experiencias reiteradas en distintas etapas de la vida educativa.

Tipo de bullying y grupo etáreo estudiado

El 40 % de los estudios abordaron específicamente el bullying tradicional, el 20 % se centraron en el cyberbullying prolongado y el otro 40 % analizó ambas modalidades de forma integrada. En la revisión se pudo observar el interés creciente por el impacto del acoso en entornos digitales, especialmente en estudios recientes realizados en población universitaria.

En cuanto a la población objetivo, el grupo etáreo más estudiado fueron los adolescentes (66,6 % de los estudios) con edades entre 12 y 18 años y mayormente en contextos escolares. Le siguieron los jóvenes universitarios representados en un 26 % de los estudios y un 7,4 % de los estudios contó con seguimiento desde la infancia hasta la adultez temprana.

Evaluación metodológica de los estudios.

La calidad metodológica general de los estudios fue moderada a alta. De ellos 12 estudios (80 %) fueron evaluados como de calidad alta debido a la utilización de



muestras representativas, instrumentos validados clínicamente, o aplicación de revisiones sistemáticas rigurosas. Los estudios cualitativos también alcanzaron una valoración alta por el uso de análisis temáticos estructurados y entrevistas múltiples. Solo 3 estudios (20 %) fueron clasificados como de calidad metodológica moderada, principalmente por limitaciones en el tamaño muestral o el uso de herramientas menos estandarizadas.

Consecuencias psicológicas abordadas

Las consecuencias psicológicas mas abordadas en los estudios sobre bullying prolongado fueron la ansiedad en un 86,6 % de los estudios y la depresión en el 73,3 %. La ansiedad fue abordada mediante cuestionarios validados como el Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7) o escalas específicas de ansiedad en población adolescente y universitaria. Por ejemplo, Zhao, Yang y Zhang (2023) analizaron datos de más de 95,000 estudiantes y encontraron que el bullying prolongado aumentaba significativamente el riesgo de ansiedad clínica, con una *odds ratio* (OR) de 4.72. El estudio de Accardo et al. (2024), enfocado en jóvenes neurodivergentes, también evidenció una asociación significativa entre victimización sostenida y altos niveles de ansiedad. De forma similar, Breitenstein, Kelley y Simmons (2025) reportaron que estudiantes universitarios con historia de bullying prolongado mantenían síntomas ansiosos persistentes años después de la exposición.

La depresión fue identificada en el 73,3 % de los estudios. Se abordó mediante escalas clínicas como el Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) o entrevistas estructuradas. Varios estudios no solo reportaron presencia de depresión durante o inmediatamente después del bullying, sino que también identificaron síntomas depresivos que persisten a lo largo del tiempo, incluso años después de cesar la victimización. Como ejemplo tenemos el estudio longitudinal de Brolin Låftman, Grigorian y Lundin (2024), con adolescentes suecos que habían sido víctimas de bullying durante la transición entre varios niveles escolares. Los resultados mostraron que aquellos expuestos al bullying en dos oleadas consecutivas, presentaban una probabilidad mayor de experimentar síntomas depresivos a los 20–21 años. No así los que no fueron víctimas o solo lo fueron en una fase. De igual manera Breitenstein, Kelley y Simmons (2025) analizaron a universitarios que habían sufrido acoso escolar



años atrás. Encontraron sintomatología depresiva persistente, especialmente en estudiantes que no contaron con redes de apoyo emocional durante la infancia. Por otra parte, Accardo et al. (2024) evidenciaron sintomatología depresiva elevada en adolescentes neurodivergentes expuestos a bullying persistente. Adicionalmente Zhao et al. (2023) reportaron una odds *ratio* de 3,64 para depresión en víctimas de acoso crónico.

El trastorno de estrés postraumático (TEPT) fue identificado en el 13,3 % de los estudios. Esta condición fue evaluada a través de entrevistas clínicas o escalas específicas como el Impact of Event Scale (IES-R). Sobre este trastorno Cortés et al. (2025) examinaron universitarios que habían sufrido bullying escolar prolongado y reportaron síntomas característicos de TEPT, como hipervigilancia, evitación y recuerdos intrusivos. De forma similar, Nugroho y Azizah (2024) encontraron que los estudiantes con experiencias reiteradas de bullying relacional presentaban síntomas compatibles con trauma psicológico persistente.

El insomnio fue mencionado también en el 13,3 % de los estudios. Esta condición fue medida mediante escalas de calidad de sueño como el Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). En el estudio realizado por Ali y Shahbuddin (2022) encontraron una alta prevalencia de insomnio, entre universitarios expuestos a ciberbullying prolongado. Asimismo, en el estudio de Zhao et al. (2023), se observó que los estudiantes con exposición crónica al bullying reportaban significativamente más problemas de sueño que sus pares no expuestos.

La adicción a internet apareció como una consecuencia emergente en el 6,7 % de los estudios. Esta fue evaluada mediante escalas de uso problemático de internet, como la Internet Addiction Test (IAT). Esta consecuencia quedó evidenciada en el estudio de Zhao et al. (2023) donde destacaron que los estudiantes con historial de bullying crónico, presentaban mayor propensión a conductas adictivas en entornos digitales. Este resultado podría interpretarse como un mecanismo de escape o regulación emocional disfuncional, tras experiencias prolongadas de acoso.

Por último, el riesgo de ideación o conducta suicida fue abordado en 4 estudios, (26,7 %) generalmente vinculado a la gravedad o cronicidad del acoso. Sobre este Accardo et al. (2024) observaron que los adolescentes neurodivergentes, es decir, con



Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) o Trastorno del Espectro Autista (TEA) víctimas de bullying sostenido, tenían una probabilidad elevada de ideación suicida, asociada a niveles clínicamente significativos de ansiedad y depresión. Por otra parte, el estudio de Bansal et al. (2024), una revisión sistemática y bibliométrica, destacó que los casos de ciberbullying crónico estaban significativamente correlacionados con intentos de suicidio en poblaciones adolescentes de múltiples países. Además, la revisión sistemática de Agustiningsih et al. (2024) confirmó que la exposición sostenida al acoso incrementa la probabilidad de pensamientos suicidas, especialmente cuando la victimización ocurre en la adolescencia temprana y se mantiene sin intervención.

La tabla 1 resume las consecuencias psicológicas del bullying prolongado abordadas en los estudios analizados.

Tabla 1. Consecuencias psicológicas abordadas por los estudios analizados.

Elaboración: Los autores.

No	Autor/es (Año)	País	Tipo de bullying	Consecuencias psicológicas abordadas
1	Accardo, A. L., Neely, L. C., Pontes, N. M. H., & Pontes, M. C. F. (2024)	Estados Unidos	Tradicional	✓ Ansiedad ✓ Depresión ✓ Riesgo suicida ✓ TEPT
2	Agustiningsih, N., Kurniawati, E., & Prasetyo, B. (2024)	Multinacional	Tradicional y cibernético	✓ Ansiedad ✓ Depresión ✓ Baja autoestima ✓ Ideación suicida
3	Ali, S. I., & Shahbuddin, N. B. (2022).	Arabia Saudita	Cibernético	✓ Ansiedad ✓ Insomnio ✓ Bajo rendimiento académico.
4	Awhangansi, S., et al. (2024).	Nigeria	Tradicional escolar y cibernético	✓ Depresión ✓ Ansiedad ✓ Conductas disociales
5	Bansal, S., Garg, N., Singh, J., & Van Der Walt, F. (2024)	Multinacional	Cibernético	✓ Depresión ✓ Ansiedad ✓ ideación suicida
6	Breitenstein, R. S., Kelley, M. L., & Simmons, L.M.(2025)	Estados Unidos	Tradicional escolar	✓ Ansiedad ✓ Depresión ✓ Estrés psicológico persistente



7	Brolin Låftman, S., Grigorian, K., & Lundin, A. (2024)	Suecia	Tradicional escolar	✓ Síntomas depresivos a largo plazo
8	Caicedo Bohórquez, L. X., & Fernández Guayana (2022)	Multinacional	Tradicional escolar y cibernético.	✓ Depresión ✓ Baja autoestima ✓ Ansiedad ✓ Bajo rendimiento escolar.
9	Cortés S., T., Birkner D., V., & Delicio G., R. (2025).	Chile	Tradicional y cibernético	✓ Desvalorización ✓ Ansiedad ✓ Retraimiento social ✓ TEPT
10	Domínguez, T., Nieto, L., Fresán, A., Sheinbaum, T., & Robles, R. (2025)	México	Tradicional escolar	✓ Depresión ✓ Ansiedad ✓ Alteraciones en la conducta social
11	Feng, Y., Zhang, S., Liao, X., Jia, Y., & Yang, Y. (2024)	China	Cibernético	✓ Trastornos de ansiedad. ✓ Aislamiento social. ✓ Ideación suicida
12	Låftman, S. B., Grigorian, K., Lundin, A., Östberg, V., & Raninen, J. (2024)	Suecia	Tradicional repetido.	✓ Depresión ✓ Ansiedad ✓ Problemas psicosociales
13	Nugroho, S. E., & Azizah, N. (2024)	Indonesia	Tradicional escolar	✓ Depresión ✓ Ansiedad ✓ Trauma psicológico persistente.
14	Rusillo M., A., De la Torre C., M. J., Ruiz A., A., & Suárez M., S. (2024).	España	Tradicional escolar y cibernético	✓ Estrés postraumático ✓ Ansiedad ✓ Síntomas psicopatológicos generales
15	Zhao, N., Yang, S., & Zhang, Q. (2023)	China	Tradicional y cibernético	✓ Ansiedad ✓ Depresión ✓ Adicción a internet ✓ Trastorno de estrés postraumático (TEPT). ✓ Insomnio ✓ Adicción a internet



DISCUSIÓN

Los resultados de esta revisión sistemática confirman que la exposición prolongada al bullying tiene consecuencias psicológicas importantes entre las que destacan la ansiedad, la depresión, el trastorno de estrés postraumático (TEPT), el insomnio y, en los casos más graves, la ideación suicida. Estos hallazgos coinciden con estudios previos, que ya advertían que el bullying no es solo un conflicto pasajero entre pares, sino un evento potencialmente traumático con implicaciones clínicas importantes (Arseneault, 2018; Moore et al., 2017).

Uno de los aportes de esta revisión es que define una cota para la variable tiempo de exposición, seleccionando solo estudios que evaluaron el bullying prolongado (victimización sostenida durante al menos seis meses). Esta delimitación temporal ha sido poco sistematizada en otras revisiones del tema, por lo que representa una mejora metodológica para distinguir el acoso crónico del acoso ocasional. Por ejemplo, investigaciones previas como la de Gini y Pozzoli (2013) analizaban el impacto del bullying en general, sin distinguir duración. Por el contrario, este estudio identifica patrones de sintomatología persistente en contextos educativos donde el acoso se mantiene durante ciclos escolares completos.

Los hallazgos de los síntomas de ansiedad y depresión como las mayores consecuencias psicológicas del bullying prolongado, están alineados con los resultados de estudios anteriores que ya habían señalado esta relación (Reijntjes et al., 2010; Arseneault, 2018). En la presente revisión, además, se identifican indicadores de que los síntomas depresivos pueden persistir incluso varios años después del acoso. Este aspecto temporal quedó demostrado en los estudios de Brolin Låftman et al. (2024) y Breitenstein et al. (2025) y constituye un dato a tener en cuenta para el abordaje clínico.

De la misma manera se confirman los hallazgos previos que vinculan al bullying con los trastornos de sueño (Tu et al. 2019), pero esta vez queda documentado su aparición en contextos universitarios. El trabajo de Ali y Shahbuddin (2022) et al. (2025), por ejemplo, muestra que cuando la experiencia de victimización no es adecuadamente tratada en etapas previas, el insomnio puede mantenerse.



En cuanto al riesgo suicida los resultados de este estudio coinciden con investigaciones que identificaban una correlación entre el bullying especialmente cibernético y la ideación suicida (Van Geel et al., 2014). Adicionalmente esta revisión aporta evidencia cualitativa en poblaciones vulnerables como adolescentes neurodivergentes (Accardo et al. 2024). Esto amplía la perspectiva inclusiva y el enfoque diferencial del fenómeno.

La inclusión de estudios realizados en diversos contextos socioculturales (China, Estados Unidos, España, Nigeria, Suecia, etc.) representó un avance en la comprensión del bullying como fenómeno psicosocial. Esta ampliación geográfica permitió observar patrones transversales y reforzar la validez externa de los hallazgos. También se destacan los aportes cualitativos de estudios como el de Cortés et al. (2025), que visibilizan experiencias subjetivas de desvalorización y retraimiento social, permitiendo comprender los procesos emocionales internos que viven las víctimas. Resumiendo, esta revisión sistemática aporta evidencia sobre las consecuencias psicológicas del bullying prolongado en consonancia con estudios previos. Además, introduce mejoras, delimita con claridad el tiempo de exposición, amplía la cobertura geográfica, incluye poblaciones diversas y rescata la dimensión cualitativa de las experiencias. Los hallazgos aquí reportados no solo confirman lo ya sabido, sino que profundizan la comprensión del impacto sostenido del acoso entre pares.

CONCLUSIONES

Los hallazgos de esta revisión sistemática permiten concluir que el bullying prolongado tiene un impacto psicológico significativo y sostenido en las personas que lo padecen. Las consecuencias identificadas con mayor frecuencia fueron la ansiedad (presente en el 86,6 % de los estudios) y la depresión (73,3 %), seguidas por trastornos de estrés postraumático, insomnio, baja autoestima, retraimiento social, adicción a internet y riesgo suicida. Estos efectos aparecen tanto en el corto como en el largo plazo y, en muchos casos, persisten incluso años después de haber cesado la exposición al acoso.

Una de las principales características de este estudio radica en haber diferenciado el bullying prolongado del acoso puntual, delimitando la variable temporal de exposición



como un mínimo de seis meses. Esta precisión metodológica permitió identificar con mayor claridad los efectos acumulativos del fenómeno. De igual manera, la revisión incluyó estudios realizados en diversos contextos geográficos y lingüísticos, lo que enriquece la comprensión intercultural del problema.

La evaluación metodológica reveló que la mayoría de los estudios incluidos poseen una calidad media a alta, y en varios casos incorporaron instrumentos clínicamente validados. Además, la inclusión de enfoques cualitativos permitió captar la dimensión subjetiva del sufrimiento emocional, brindando una visión más humanizada de las experiencias de las víctimas. La convergencia entre los estudios incluidos sugiere que el bullying prolongado debe ser considerado no solo como una conducta disruptiva dentro del entorno escolar, sino como un problema de salud mental que requiere intervenciones clínicas, educativas y políticas.

Se recomienda que las instituciones educativas, los servicios de salud mental y los responsables de políticas públicas, implementen protocolos específicos para la detección temprana del bullying sostenido, y desarrollen intervenciones diferenciadas según el tipo de acoso y el grupo étnico afectado. De igual manera, se sugiere fomentar más investigaciones longitudinales y en contextos socioculturales diversos, que permitan identificar factores de riesgo, protección y recuperación en las víctimas. Por último, promover campañas de concientización que visibilicen el daño a largo plazo que puede producir este tipo de violencia.

REFERENCIAS

- Accardo, A. L., Neely, L. C., Pontes, N. M. H., & Pontes, M. C. F. (2024). Bullying victimization is associated with heightened rates of anxiety and depression among autistic and ADHD youth: National Survey of Children's Health 2016–2020. *Journal of Autism and Developmental Disorders*.
<https://doi.org/10.1007/s10803-024-06479-z>
- Agustiningsih, N., Kurniawati, E., & Prasetyo, B. (2024). The impact of bullying and cyberbullying on mental health: A systematic review. *International Journal of Public Health Science*, 13(2), 154–161.
<https://www.researchgate.net/publication/381068016>



- Ali, S. I., & Shahbuddin, N. B. (2022). The Relationship between Cyberbullying and Mental Health among University Students. *Sustainability*, 14(11), 6881. <https://doi.org/10.3390/su14116881>
- Arseneault L. (2018). Annual Research Review: The persistent and pervasive impact of being bullied in childhood and adolescence: implications for policy and practice. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*, 59(4), 405–421. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12841>
- Awhangansi, S., Salisu, T., Awhangansi, O., Dademathews, A., Abumere, E., Siddiq, B., Phillips, E., Mogan, M., Olushola, A., Archibong, A., Okewole, A., Adeosun, I., Sowunmi, O., Amosu, S., Lewis, M., Archard, P. J., Owoeye, O., & O'Reilly, M. (2024). Examining the role of bullying victimization in predicting psychopathology among in-school Nigerian adolescents. *Journal of Forensic Practice*, 27(2), 149-165. <https://doi.org/10.1108/JFP-06-2024-0031>
- Bansal, S., Garg, N., Singh, J., & Van Der Walt, F. (2024). Cyberbullying and mental health: Past, present and future. *Frontiers in Psychology*, 14, 1-19. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1279234>
- Breitenstein, R. S., Kelley, M. L., & Simmons, L. M. (2025). Can Social Support Protect Against the Psychological Impact of School Bullying? *Education Sciences*, 15(3), 388. <https://www.mdpi.com/2227-7102/15/3/388>
- Brolin Låftman, S., Grigorian, K., & Lundin, A. (2024). Bullying experiences before and after the transition from lower to upper secondary school and later depressive symptoms. *BMC Public Health*, 24, 325. <https://n9.cl/e26tr>
- Caicedo Bohórquez, L. X., & Fernández Guayana, T. G. (2022). Consecuencias del bullying en la formación de estudiantes según estudios latinoamericanos entre 2010–2021. *Revista Ensayos Pedagógicos*, 17(2), 161-179. <https://doi.org/10.15359/rep.17-2.8>
- Cortés S., T., Birkner D., V., & Delicio G., R. (2025). Violencia universitaria sin rastros: bullying y cyberbullying en el espacio universitario. *Revista InveCom*, 5(3), e050303. Epub 09 de marzo de 2025. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14015188>
- Critical Appraisal Skills Programme (CASP). (2025). Critical Appraisal Skills Programme. <https://n9.cl/6ln7p>



- Domínguez, T., Nieto, L., Fresán, A., Sheinbaum, T., & Robles, R. (2025). The association of bullying and self-esteem with psychotic-like experiences and clinical high risk for psychosis symptoms. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 19(1), 51. <https://doi.org/10.1186/s13034-025-00900-w>
- Feng, Y., Zhang, S., Liao, X., Jia, Y., & Yang, Y. (2024). Association between bullying victimization and mental health problems among Chinese left-behind children: a cross-sectional study from the adolescence mental health promotion cohort. *Frontiers in Psychiatry*, 15. <https://n9.cl/d080s>
- Gini, G., & Pozzoli, T. (2013). Bullied children and psychosomatic problems: a meta-analysis. *Pediatrics*, 132(4), 720–729. <https://doi.org/10.1542/peds.2013-0614>
- Låftman, S. B., Grigorian, K., Lundin, A., Östberg, V., & Raninen, J. (2024). Bullying experiences before and after the transition from lower to upper secondary school: associations with subsequent mental health in a Swedish cohort. *BMC public health*, 24(1), 27. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17443-4>
- Lereya, S. T., Copeland, W. E., Costello, E. J., & Wolke, D. (2015). Adult mental health consequences of peer bullying and maltreatment in childhood: Two cohorts in two countries. *The Lancet Psychiatry*, 2(6), 524–531. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(15\)00165-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(15)00165-0)
- Methley, A. M., Campbell, S., Chew-Graham, C., McNally, R., & Cheraghi-Sohi, S. (2014). PICO, PICOS and SPIDER: a comparison study of specificity and sensitivity in three search tools for qualitative systematic reviews. *BMC Health Services Research*, 14(1), 579. <https://doi.org/10.1186/s12913-014-0579-0>
- Moore, S. E., Norman, R. E., Suetani, S., Thomas, H. J., Sly, P. D., & Scott, J. G. (2017). Consequences of bullying victimization in childhood and adolescence: A systematic review and meta-analysis. *World journal of psychiatry*, 7(1), 60–76. <https://doi.org/10.5498/wjp.v7.i1.60>
- Nugroho, S. E., & Azizah, N. (2024). The Devastating Psychological Impact on Elementary School Students of Bullying in Indonesia. *Academia Open*, 9(2), 10.21070/acopen.9.2024.8276. <https://doi.org/10.21070/acopen.9.2024.8276>
- Ottawa Hospital Research Institute. (2021). *The Newcastle-Ottawa Scale (NOS)*. https://www.ohri.ca/programs/clinical_epidemiology/oxford.asp



- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *PLOS Medicine*, 18(3), e1003583. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1003583>
- Palamarchuk, I. S., & Vaillancourt, T. (2022). Integrative brain dynamics in childhood bullying victimization: Cognitive and emotional convergence associated with stress psychopathology. *Frontiers in Integrative Neuroscience*, 16, 782154. <https://doi.org/10.3389/fnint.2022.782154>
- Reijntjes, A., Kamphuis, J. H., Prinzie, P., & Telch, M. J. (2010). Peer victimization and internalizing problems in children: a meta-analysis of longitudinal studies. *Child abuse & neglect*, 34(4), 244–252. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2009.07.009>
- Rusillo M., A., De la Torre C., M. J., Ruiz A., A., & Suárez M., S. (2024). Association of High Levels of Bullying and Cyberbullying with Test Anxiety in Boys and Girls Aged 10 to 16 Years. *Education Sciences*, 14(9), 999. <https://doi.org/10.3390/educsci14090999>
- Sivaraman, B., Nye, E., & Bowes, L. (2018). School-based anti-bullying interventions for adolescents in low- and middle-income countries: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior*, 45, 154–162. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2018.07.007>
- Tu, K. M., Spencer, C. W., El-Sheikh, M., & Erath, S. A. (2019). *Peer victimization predicts sleep problems in early adolescence*. *The Journal of Early Adolescence*, 39(1), 67–80. <https://doi.org/10.1177/0272431617725199>
- Van Geel, M., Vedder, P., & Tanilon, J. (2014). Relationship between peer victimization, cyberbullying, and suicide in children and adolescents: a meta-analysis. *JAMA pediatrics*, 168(5), 435–442. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2013.4143>



Zhao, N., Yang, S., & Zhang, Q. (2023). *School bullying results in poor psychological conditions: Evidence from a survey of 95,545 subjects*.
<https://arxiv.org/abs/2306.06552>

Zych, I., Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2019). Protective factors against bullying and cyberbullying: A systematic review of meta-analyses. *Aggression and Violent Behavior*, 45, 4-19. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2018.06.008>

