



MANUAL BREVE PARA LA

PREVENCIÓN Y EL ABORDAJE DEL ACOSO ESCOLAR (BULLYING)

En instituciones educativas
y organizaciones



Leonardo Aja Eslava





Manual breve para la prevención y el abordaje del acoso escolar (bullying) en instituciones educativas y organizaciones

© Corporación Buscando Ánimo, 2026
info@buscandoanimo.org

© Todos los derechos reservados, 2026
Bogotá D. C., Colombia
Octubre de 2026

Leonardo Aja Eslava
- Autoría

Corporación Buscando Ánimo
- Diagramación y fotografía

ISBN: en curso.

Este manual es un material de orientación y prevención. No reemplaza la valoración ni el tratamiento por parte de profesionales de la salud. En caso de emergencia, comuníquese con la línea 123.

RUTA DE EXPLORACIÓN

1	Introducción	6
2	Lo esencial para entender el acoso escolar	10
	1. ¿Qué es el acoso escolar?	11
	2. Lo que no es acoso escolar	12
	3. Las formas del acoso	12
	4. Los protagonistas: víctima, agresor y contexto	13
	5. El ciberacoso	15
	6. "Si siempre ha existido... ¿cuál es el problema ahora?"	15
3	Factores de riesgo y de protección	17
	1. Los dominios de los factores	18
	2. Estilos de crianza y acoso escolar: ¿guardan relación?	18
	3. Lo que la familia puede fortalecer	19
4	Mitos y realidades	21
5	Señales de alerta y consecuencias	24
	1. Señales en quien puede estar siendo víctima	25
	2. Señales en quien puede estar acosando	25
	3. Señales en el grupo	26
	4. Las consecuencias	26
6	Acoso escolar y suicidio	28
	1. Lo que dice la evidencia	29
	2. ¿Factor de riesgo o simple detonante?	30
	3. Lo que debe hacer el colegio	31
7	Cómo abordar el acoso escolar	33
	1. Principios para cualquier caso	34
	2. Con la víctima	34
	3. Con quien agrede	35
	4. Con los testigos	35
	5. Con las familias	36
	6. Clasificar la situación y actuar en consecuencia	36
	7. En las primeras 24 horas	37

8	Rutas de atención y responsabilidades	38
1.	El Comité Escolar de Convivencia	39
2.	La Ruta de Atención Integral	39
3.	El protocolo para las situaciones tipo II: el acoso escolar	40
4.	Lo que el colegio no debe hacer	41
5.	¿Quién responde ante la ley?	42
9	Prevenir lo que funciona	44
1.	Lo que dice la evidencia	45
2.	El papel de los docentes	46
3.	Un plan de prevención para el colegio	46
4.	En la casa	46
10	Cuando el acoso llega al trabajo	48
1.	¿Qué es el acoso laboral?	49
2.	El acoso sexual en el trabajo	50
3.	Las obligaciones de la organización	50
4.	La ruta en la organización	51
11	Conclusiones	53
12	Bibliografía	55



CAPÍTULO

1

Introducción

"No me preocupa tanto la gente mala, sino el espantoso silencio de la gente buena". Martin Luther King

Cada mañana, en miles de colegios del país, hay un niño o una niña que llega con el estómago apretado. No le preocupa la evaluación de matemáticas ni la tarea que no alcanzó a terminar. Le preocupa el descanso, la fila de la cafetería, el baño, el momento en que el profesor salga del salón. Le preocupa el grupo de WhatsApp del curso, donde anoche circuló otra vez su foto con un apodo. Y casi nunca lo dice. A veces lo cuenta en forma de dolor de cabeza los lunes, de pereza para ir al colegio o de notas que bajan sin explicación. Muchas veces, los adultos que lo rodean lo leen como lo que no es: "está en la edad", "es muy sensible", "eso son cosas de niños".

El acoso escolar, o *bullying*, no es un problema nuevo. Lo que sí es nuevo es lo que hoy sabemos de él. Sabemos que deja huellas que pueden durar años, que se asocia con depresión, ansiedad y estrés postraumático, y que en algunos casos termina en lo más grave: el suicidio. Sabemos también que ya no se queda en el colegio. Antes, cuando sonaba el timbre de salida, todo acababa. Hoy, como me dijo una vez un estudiante en consulta, "Doc, en su época ustedes salían del colegio y todo acababa. Ahora... continúa en la casa".

Las cifras confirman lo que muchos orientadores y docentes viven en el día a día. En la prueba PISA de 2022, el 23 % de los estudiantes colombianos de 15 años reportó ser víctima de acoso de manera frecuente: diez puntos por encima del promedio de los países de la OCDE, lo que ubicó a Colombia en el puesto 11 entre los países con más casos (Laboratorio de Economía de la Educación [LEE], 2026). En América Latina, cuatro de cada diez estudiantes de sexto grado han sufrido al menos una forma de acoso (Chávez et al., 2021). Y en 2025 los colegios colombianos registraron 10.695 casos de acoso y agresión de tipo II y III en el sistema oficial, una cifra que el mismo análisis reconoce como apenas la punta del iceberg (LEE, 2026).

El acoso escolar no es un asunto entre dos estudiantes. Es un asunto de todo un grupo, de un colegio y de los adultos que lo permiten, lo ignoran o lo detienen.

Detrás de cada cifra hay un estudiante que deja de querer ir al colegio, una familia que no sabe qué hacer y un docente que no sabe si intervenir o esperar. Por eso este manual parte de una convicción: frente al acoso no existen los espectadores neutrales. El silencio de los buenos, como recordaba Martin Luther King, termina siendo el mejor aliado de quien agrede.

¿Para quién es este manual?

Está escrito para quienes, en su día a día, pueden ser los primeros en notar que algo está pasando y los primeros en poder hacer algo:

En la institución educativa	En la organización
Orientadores y psicólogos escolares; docentes y directores de grupo; coordinadores de convivencia y directivos docentes; integrantes de los comités escolares de convivencia.	Equipos de talento humano y responsables del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST); integrantes del comité de convivencia laboral y del COPASST; jefes, supervisores y líderes de equipo.

¿Por qué incluir a las organizaciones en un manual sobre acoso escolar? Porque el acoso no desaparece al terminar el bachillerato. Cambia de nombre, de escenario y de ley, pero conserva su esencia: alguien con más poder que, de manera repetida, humilla, aísla o intimida a otro. Muchos investigadores sostienen que la escuela donde se toleran las humillaciones termina siendo el lugar donde se aprenden las conductas que luego se repiten en el mundo laboral (Heloani y Pinto e Silva, 2012). También puede ser útil para padres y madres de familia, que encontrarán aquí cómo reconocer las señales y qué esperar del colegio.

¿Qué encontrará el lector?

El manual tiene tres partes. La primera (capítulos 2 a 4) ofrece lo esencial para entender el problema: qué es y qué no es acoso escolar, sus formas, los roles de quienes participan, el ciberacoso, los factores de riesgo y de protección, con un énfasis especial en los estilos de crianza, y los mitos que más estorban. La segunda (capítulos 5 a 9) es eminentemente práctica: cómo reconocer las señales, qué relación hay entre el acoso y el suicidio, cómo abordar a la víctima, al agresor, a los testigos y a las familias, qué ruta activar según la Ley 1620 de 2013 y qué programas de prevención han demostrado funcionar. La tercera (capítulo 10) está dedicada al acoso en el trabajo.

Una advertencia necesaria: este manual es un material de orientación y prevención. No reemplaza la valoración ni el tratamiento por parte de profesionales de la salud, ni constituye asesoría jurídica. Ante una emergencia, la línea es siempre la 123.

Este documento hace parte de la colección de materiales didácticos del programa escolar de prevención del consumo de sustancias, el riesgo de suicidio y el *bullying* "ANIMATE", de la Corporación Buscando Ánimo. ANIMATE fue creado como concepto en 1999 y se empezó a

desarrollar como prueba piloto en el Colegio San José de Calasanz. Originalmente estaba enfocado en la prevención del suicidio y del consumo de drogas; por el camino apareció el *bullying*, y con él la certeza de que los tres problemas comparten raíces y soluciones. En la actualidad, la institución le sigue dando curso y se han realizado 14 mediciones epidemiológicas para medir su efectividad. Es decir, ANIMATE es la madre misma de la Corporación Buscando Ánimo.



CAPÍTULO

2

Lo esencial para entender el acoso escolar

"Más que los actos de los malos, me horroriza la indiferencia de los buenos". Mahatma Gandhi

Para actuar bien, primero hay que entender. Y en el caso del acoso escolar, entender empieza por llamar las cosas por su nombre: ni todo conflicto es *bullying*, ni todo *bullying* deja moretones. Este capítulo resume lo esencial: qué es el acoso, qué no lo es, qué formas toma, quiénes participan y por qué hoy es un problema más complejo que hace treinta años.

1. ¿Qué es el acoso escolar?

La palabra *bullying* viene del inglés *bull*, toro: pasar por encima del otro sin contemplaciones. El término lo popularizó el psicólogo noruego Dan Olweus, quien empezó a estudiar el fenómeno en la década de 1970 y se volcó por completo a él a comienzos de los ochenta, cuando el suicidio de tres jóvenes que habían sido acosados conmocionó a su país (Olweus, 1993). Desde entonces, la definición que propuso sigue siendo la referencia: el acoso escolar es un **comportamiento negativo de agresión**, que tiene cuatro características:

- **Es intencional:** busca hacer daño. No es un accidente ni una torpeza.
- **Es reiterado y sistemático:** no ocurre una sola vez, sino de manera repetida o a lo largo de un tiempo.
- **Hay una asimetría de poder:** la víctima está en clara desventaja, sea por el número (varios contra uno), por la fuerza, la edad, la popularidad o el estatus en el grupo.
- **La víctima no puede salir sola de la situación:** precisamente por esa diferencia de poder, no logra defenderse ni hacer que pare.

La legislación colombiana recoge estos mismos elementos. La Ley 1620 de 2013 define el acoso escolar como "toda conducta negativa, intencional metódica y sistemática de agresión, intimidación, humillación, ridiculización, difamación, coacción, aislamiento deliberado, amenaza o incitación a la violencia o cualquier forma de maltrato psicológico, verbal, físico o por medios electrónicos contra un niño, niña o adolescente, por parte de un estudiante o varios de sus pares con quienes mantiene una relación de poder asimétrica, que se presenta de forma reiterada o a lo largo de un tiempo determinado" (Congreso de la República de Colombia, 2013, art. 2). Y añade algo que muchos olvidan: el acoso también puede ocurrir de docentes contra estudiantes, o de estudiantes contra docentes, "ante la indiferencia o complicidad de su entorno".

2. Lo que no es acoso escolar

Tan dañino es no ver el acoso como verlo en todas partes. Si todo es *bullying*, nada lo es, y la palabra pierde su fuerza. No es acoso escolar:

- **Una pelea entre iguales.** Si dos estudiantes se van a los golpes una vez y ambos salen lastimados, hay una falta al manual de convivencia, pero no hay acoso: no hay repetición ni asimetría de poder (Aja Eslava, 2014).
- **Las bromas entre amigos** que ambas partes disfrutan y en las que nadie queda humillado. La diferencia está en el efecto: si la broma siempre es contra el mismo y solo uno se ríe, ya no es broma.
- **Los accidentes**, como un balonazo en el partido o un empujón involuntario en la fila.
- **Las correcciones legítimas** de un docente o de un compañero, hechas con respeto.
- **Los conflictos:** los desacuerdos de intereses entre personas son parte normal de la convivencia y se resuelven conversando o con mediación.

Una regla práctica: "si duele, debe parar". Lo que define el acoso no es la intención que dice tener quien agrede ("era un chiste"), sino la experiencia de quien lo sufre. Y cuando hay acoso, la mediación entre víctima y agresor, como si se tratara de un conflicto entre iguales, no solo no sirve: puede ser contraproducente, porque pone a negociar a dos personas que no están en igualdad de condiciones.

3. Las formas del acoso

El Decreto 1965 de 2013, que reglamenta la Ley 1620, distingue cinco formas de agresión escolar (Ministerio de Educación Nacional, 2013, art. 39). A ellas conviene sumar el acoso sexual, que por su gravedad suele constituir una situación tipo III:

Forma	En qué consiste	Ejemplos
Física	Acciones que buscan causar daño al cuerpo o a la salud.	Golpes, patadas, empujones, pellizcos, jalones de pelo, daño o robo de pertenencias.
Verbal	Palabras que buscan degradar, humillar, atemorizar o descalificar.	Insultos, apodosos ofensivos, burlas, amenazas.
Gestual	Gestos que buscan degradar, humillar o atemorizar.	Miradas intimidantes, gestos obscenos, imitaciones burlonas.

Forma	En qué consiste	Ejemplos
Relacional o social	Acciones que buscan afectar las relaciones y la imagen de la persona.	Excluir de los grupos, aislar deliberadamente, difundir rumores o secretos, la "ley del hielo".
Electrónica (ciberacoso)	Agresión a través de medios digitales.	Comentarios ofensivos en redes, memes, creación de perfiles falsos, difusión de fotos o videos humillantes o íntimos.
Sexual	Conductas de connotación sexual no consentidas.	Comentarios sexuales, tocamientos, presión para enviar imágenes íntimas.

Las formas no se excluyen: en la mayoría de los casos se combinan. En América Latina, las burlas son la forma más frecuente (27 % de los estudiantes de sexto grado), seguidas de los golpes (13 %) y la exclusión (12 %); y uno de cada diez estudiantes dice sentir miedo de algún compañero (Chávez et al., 2021). En Colombia, entre los casos que los colegios reportan al sistema oficial predomina la agresión física, seguida de la relacional y la verbal; pero esto se debe en buena parte a que la agresión física es la que más se ve y la que más se denuncia (LEE, 2026).

4. Los protagonistas: víctima, agresor y contexto

El acoso escolar no es una relación entre dos personas. Es un fenómeno de grupo, con tres elementos que siempre están presentes: una víctima, un victimario y un contexto que lo permite.

La víctima

No existe un "perfil" que justifique el acoso, y nada de lo que una persona es o hace la convierte en culpable de ser agredida. Pero la experiencia clínica y la investigación muestran algunas características que hacen a ciertos niños y jóvenes más vulnerables (Aja Eslava, 2014; Olweus, 1993):

- Habilidades sociales escasas y, por ende, dificultad para establecer límites; tienden a ser excesivamente condescendientes.
- Pocos amigos o ninguno: sin un grupo de respaldo, quedan expuestos.
- Particular sensibilidad y fragilidad emocional, inseguridad, ansiedad y baja autoestima.
- Sobreprotección y sobrevaloración por parte de sus padres, que no les permiten desarrollar recursos propios para enfrentar la adversidad.

- En ocasiones, contextura física delicada o alguna característica que el grupo señala como diferente.
- Algunas víctimas tienen comportamientos que los demás perciben como "provocadores" o irritantes. Esto no justifica nada, pero ayuda a entender por qué ciertos chicos son elegidos.

El victimario

Quien acosa tampoco es simplemente "un niño malo". Con frecuencia (Aja Eslava, 2014; Olweus, 1993):

- Proviene de un entorno familiar en el que él mismo es agredido o donde la violencia es la forma de resolver las diferencias.
- Tiene capacidad de liderazgo y de inducir a otros a que le obedezcan.
- Pudo haber sido antes víctima de acoso.
- Carga ira, rabia, dolor y resentimientos enmascarados.
- Sabe identificar a los más débiles del grupo.
- Justifica y ve como válida la violencia para lograr sus propósitos; transgrede las normas.
- Es impulsivo, tiene baja tolerancia a la frustración y bajos niveles de empatía.

Hay un grupo que merece especial atención: los **agresores-víctimas**, chicos que son acosados en un escenario y acosan en otro. Son los que presentan mayores problemas emocionales y el mayor riesgo de conducta suicida (Wilson et al., 2023).

El contexto: los observadores

El tercer elemento es el que más se olvida y el que más poder tiene para detener el acoso. Las investigaciones de Christina Salmivalli mostraron que, en un salón donde hay acoso, casi todos los estudiantes cumplen algún papel: hay quienes **ayudan** al agresor, quienes lo **refuerzan** con risas o aplausos, quienes se mantienen **al margen** y unos pocos que **defienden** a la víctima (Salmivalli et al., 1996). El agresor busca estatus, y el público se lo da.

Los observadores suelen mostrarse indiferentes, apáticos o incluso condescendientes, con una aprobación oculta. Y no siempre por miedo al agresor: muchas veces es simple indolencia. Entre los observadores también hay adultos: docentes que no saben identificar

la situación, o que la subestiman y no intervienen. Cuando un adulto no actúa, los estudiantes interpretan que el acoso está permitido, y los testigos dejan de intervenir (Dawes et al., 2024).

5. El ciberacoso

El ciberacoso es el uso deliberado de las tecnologías de la información (redes sociales, mensajería, videojuegos en línea, telefonía móvil) para ejercer maltrato psicológico y continuado (Congreso de la República de Colombia, 2013). Tiene cuatro rasgos que lo hacen especialmente dañino:

- 1. Permanencia de la capacidad de dañar.** Lo que se publica queda y puede reaparecer en cualquier momento. La agresión no termina cuando termina el día.
- 2. Anonimato.** El agresor puede esconderse detrás de un perfil falso, lo que lo desinhibe y deja a la víctima sin saber de quién defenderse.
- 3. Amplitud de la audiencia.** En el patio hay diez testigos; en una red social puede haber miles.
- 4. Acceso y alcance.** No hay lugar seguro: el acoso entra en la casa, en el cuarto, en la cama, a cualquier hora.

En el mundo, cerca del 15 % de los jóvenes reporta haber sido víctima de ciberacoso, frente a un 36 % que reporta acoso presencial. Pero el dato más importante es otro: dos de cada tres episodios de acoso en línea están conectados con episodios fuera de línea (World Health Organization [WHO], 2022). Es decir, el ciberacoso casi siempre es la continuación digital de lo que pasa en el salón, y por eso le corresponde al colegio atenderlo. En Colombia, los casos de ciberacoso reportados por los colegios crecieron un 185 % entre 2022 y 2025, y tres de cada cuatro víctimas son mujeres (LEE, 2026).

6. "Si siempre ha existido... ¿cuál es el problema ahora?"

Es la pregunta que más escucho en colegios y en reuniones de padres. Y merece una respuesta seria, porque de ella depende que el problema se tome en serio:

- **Que algo siempre haya existido no lo hace aceptable.** También han existido siempre el maltrato infantil, la violencia contra la mujer y el suicidio, y a nadie se le ocurriría decir que, por eso, no hay que hacer nada. Lo que ha cambiado es la sensibilidad social frente al daño.

- **El ciberacoso no existía antes.** El acoso de hoy no termina al salir del colegio.
- **Los estilos de socialización cambiaron.** Hoy el grupo se moviliza con rapidez: "lo que es con él, es conmigo".
- **Antes era casi exclusivamente entre varones.** Hoy no. Como me dijo una estudiante, "Doc, nosotras no nos vamos a los golpes, pero con la lengua destruimos la reputación de cualquiera". En Colombia, el 60 % de las víctimas reportadas son mujeres (LEE, 2026).
- **Los estilos de crianza también han cambiado,** y juegan un papel que veremos en el próximo capítulo.

¿Existe el acoso en las universidades? Sí, y de hecho es frecuente. El problema es que las universidades están "entre dos mundos": sus estudiantes son, en la mayoría de los casos, mayores de edad, pero la dinámica del acoso es la misma. La Ley 1620 de 2013 no menciona a las universidades; sin embargo, la Ley 2365 de 2024 obliga a las instituciones de educación superior a prevenir y atender el acoso sexual (Congreso de la República de Colombia, 2024a).



CAPÍTULO

3

Factores de riesgo y de protección

"El mundo no va a cambiar por mis necesidades personales. Sin embargo, colectivamente podemos crear entornos saludables".

Ningún factor, por sí solo, convierte a un niño en víctima o en agresor. Los factores de riesgo aumentan la probabilidad de que el acoso aparezca o se agrave, y los factores de protección la disminuyen; unos y otros se suman y se compensan. Lo más valioso de este enfoque es que muchos de estos factores se pueden modificar desde la casa, el colegio y la comunidad.

1. Los dominios de los factores

Dominio	Factores de riesgo	Factores de protección
Individual	Impulsividad, baja tolerancia a la frustración, poca empatía; o, del lado de la víctima, inseguridad, ansiedad y pocas habilidades sociales. Haber sido víctima antes. Pasar mucho tiempo en línea.	Empatía e inteligencia emocional; asertividad para poner límites; autocontrol; autoconfianza; amigos que respaldan.
Familiar	Violencia en la casa; estilos de crianza autoritario o negligente; sobreprotección; poca supervisión; falta de demostración de afecto.	Estilo democrático: calidez con límites claros; comunicación abierta; supervisión equilibrada; disciplina consistente; implicación de los padres.
Escolar	Clima escolar hostil; adultos que no intervienen; zonas sin supervisión (baños, recreo, salida); normas poco claras o aplicadas de manera desigual.	Clima escolar positivo; vínculo con los docentes; normas claras y conocidas; supervisión; canales confidenciales para denunciar; programas de prevención sostenidos.
Social y digital	Normalización de la violencia; acceso sin supervisión a redes; contenidos que glorifican la humillación.	Educación digital; acuerdos familiares sobre el uso de la tecnología; pares que defienden a las víctimas.

Fuentes: Zhu et al. (2021); Gaffney et al. (2021); Lereya et al. (2013).

2. Estilos de crianza y acoso escolar: ¿guardan relación?

La respuesta corta es sí. La forma como los padres combinan dos ingredientes, el **afecto** y la **normatividad** (las reglas, los límites, la exigencia), da lugar a cuatro estilos de crianza que se relacionan de manera distinta con el acoso:

Estilo	Afecto	Normas	Cómo se ve en casa
Democrático (autoritativo)	Alto	Altas	Comunicación abierta y en doble vía; límites claros y consistentes; fomento de la autonomía; apoyo emocional y calidez; disciplina razonada, con consecuencias justas.
Autoritario	Bajo	Altas	Altas exigencias con poca calidez; comunicación en una sola vía; disciplina estricta y uso frecuente del castigo (que a veces raya en el maltrato); reglas inflexibles y control excesivo.
Permisivo	Alto	Bajas	Mucho afecto pero poca guía; pocas exigencias y bajas expectativas; se evita el conflicto y la confrontación; poca o ninguna disciplina.
Negligente	Bajo	Bajas	Poca o nula respuesta a las necesidades del hijo; falta de límites y de supervisión; padres centrados en sus propias necesidades.

La evidencia es consistente en tres puntos. El estilo **democrático** se asocia con menos victimización y menos agresión. Los estilos **autoritario** y **negligente** se asocian con más victimización y más agresión (Zhu et al., 2021). Y hay factores específicos que conviene vigilar: el control negativo excesivo, la **sobreprotección** y la falta de demostración de afecto se asocian con mayor riesgo de ser víctima, mientras que el maltrato y la negligencia aumentan el riesgo de convertirse en agresor-víctima (Lereya et al., 2013).

El estilo permisivo merece un comentario aparte. Un niño que crece sin límites tiene dificultades para desarrollar autodisciplina y empatía, tolera poco la frustración y busca gratificación inmediata. Ese cóctel puede llevarlo a reaccionar como victimario cuando el mundo no se acomoda a sus deseos.

La sobreprotección no protege. Es comprensible que un padre quiera evitarle todo sufrimiento a su hijo, pero el niño que nunca ha tenido que resolver un problema por sí mismo llega al colegio sin herramientas para poner límites, defenderse o pedir ayuda. Proteger no es evitarle todas las dificultades, sino acompañarlo a enfrentarlas.

3. Lo que la familia puede fortalecer

Los programas que trabajan con los padres están entre las intervenciones más eficaces para reducir el acoso: su efecto es mayor que el de muchos programas centrados solo en el colegio (Li et al., 2026). Las metas para trabajar en casa son claras:

- **Claridad normativa:** reglas pocas, claras y coherentes, que se cumplen.
- **Firmeza y sentido de justicia:** las consecuencias se aplican siempre, sin humillar y sin ceder a la presión.
- **Espacios para la autonomía:** dejar que el hijo resuelva lo que está a su alcance.
- **Autocontrol emocional y autoconfianza.**
- **Los cuatro tipos de tolerancia** que todo niño necesita desarrollar para enfrentar la vida: tolerancia al **fracaso**, a la **frustración**, al **rechazo** y a la **incertidumbre**.

Fortalecer el carácter no significa convertir a un hijo en otro matón. He conocido muchos casos de chicos víctimas de acoso que aprendieron artes marciales y nunca tuvieron que usarlas: lo que cambió fue la seguridad con la que caminaban. Y por supuesto, nada de lo anterior autoriza a pensar "mi hijo se lo buscó por ser tan frágil". La responsabilidad del acoso es siempre de quien acosa y del entorno que lo permite.



Para las familias: *El lazo de tres hilos*. Es el curso de la Corporación Buscando Ánimo para padres, madres y cuidadores que quieren ser padres efectivos y afectivos. Trabaja los tres hilos que sostienen una crianza protectora: la **disciplina**, la **afectividad** y la **protección**, y con ellos la comunicación familiar, la inteligencia emocional y la prevención del acoso, el consumo de sustancias y el riesgo de suicidio. Puede conocerlo en lazitreshilos.info y adquirirlo en Hotmart. Escanee el código con la cámara del celular.



CAPÍTULO

4

Mitos y realidades

Una opinión que se repite mucho no se convierte en evidencia.

Los mitos sobre el acoso escolar no son ideas inofensivas. Minimizan el daño, culpan a la víctima, justifican la inacción de los adultos y, en últimas, protegen al agresor. Estos son los que más encontramos en colegios, en familias y en empresas.

Mito	Lo que dice la evidencia
<i>"El matoneo siempre ha existido."</i>	Que algo haya existido siempre no lo hace aceptable. Hoy sabemos que el acoso deja secuelas graves y duraderas, y que se puede prevenir.
<i>"Son cosas de niños; las bromas son normales."</i>	Una broma que siempre es contra el mismo, en la que solo uno se ríe y el otro queda humillado, no es una broma: es una agresión.
<i>"Son los adultos los que les ponen malas intenciones a los niños."</i>	El acoso es, por definición, intencional. Los niños saben perfectamente a quién molestan, cuándo y frente a quién.
<i>"La agresividad es parte de la naturaleza de los niños."</i>	La agresividad es una emoción; el acoso es una conducta aprendida que se refuerza cuando el entorno la tolera.
<i>"Así se hacen fuertes."</i>	El acoso no fortalece: se asocia con depresión, ansiedad, estrés postraumático y conducta suicida, incluso años después (Wilson et al., 2023).
<i>"Si no hay golpes, no es bullying."</i>	Las formas verbal, relacional y digital pueden ser más dañinas que los golpes, y el miedo a un compañero afecta más el aprendizaje que el maltrato físico (Chávez et al., 2021).
<i>"Él se lo buscó."</i>	Nada justifica el acoso. Culpar a la víctima es la forma más eficaz de garantizar que no vuelva a pedir ayuda.
<i>"Si lo ignora, el acosador se detiene."</i>	Con frecuencia ocurre lo contrario: el agresor escala para conseguir una reacción. Ignorar no es una estrategia; pedir ayuda sí.
<i>"Es un asunto solo entre el agresor y la víctima."</i>	El acoso es un fenómeno de grupo que se sostiene por el público que lo aplaude o lo tolera. Los testigos son la clave para detenerlo (Salmivalli et al., 1996).
<i>"Lo que pasa en redes no es problema del colegio."</i>	Dos de cada tres casos de ciberacoso están conectados con lo que pasa en el colegio (WHO, 2022), y la Ley 1620 incluye el ciberacoso entre las situaciones que el colegio debe atender.
<i>"Una charla sobre bullying es suficiente."</i>	Las intervenciones aisladas tienen poco o ningún efecto. Los programas eficaces son sostenidos, involucran a toda la comunidad y duran meses (WHO, 2022).

Mito	Lo que dice la evidencia
<i>"Si lo denuncio, empeora."</i>	Lo que empeora el acoso es denunciar ante adultos que no actúan, o que actúan mal. Por eso el colegio debe garantizar confidencialidad y protección para quien informa.



CAPÍTULO

5

Señales de alerta y consecuencias

La mayoría de las víctimas no lo cuenta. Lo muestran.

Muy pocas víctimas de acoso llegan donde un adulto a decir "me están haciendo bullying". Les da vergüenza, temen que el colegio no haga nada o que la situación empeore, o han aprendido que contarle no sirve. Por eso la detección depende, en buena medida, de la capacidad de los adultos para leer las señales. Y como en cualquier otro problema, lo que importa no es una señal aislada, sino el conjunto, el cambio frente a cómo era antes el estudiante y que ese cambio se sostenga en el tiempo.

1. Señales en quien puede estar siendo víctima

- Deseo persistente de no ir al colegio; dolores de cabeza o de estómago frecuentes, sobre todo los domingos en la noche o los lunes.
- Disminución en el rendimiento escolar, dificultad para concentrarse.
- Lesiones físicas como moretones o raspaduras que no se explican (y no, no está en el equipo de fútbol).
- Pertenencias escolares dañadas o perdidas con frecuencia; pide dinero de más o "pierde" las onces.
- Tristeza, ansiedad, irritabilidad o explosiones de rabia en la casa.
- Dificultades en el sueño: insomnio o pesadillas.
- Se niega a hablar del colegio; no menciona amigos ni lo invitan a ningún plan.
- Busca quedarse cerca de los adultos en los descansos, o pide que lo recojan en vez de usar el transporte escolar.
- Cambios bruscos en el uso del celular: lo revisa con angustia, lo esconde o, al contrario, de repente no quiere tocarlo; cierra sus redes sociales.
- Autolesiones o *cutting*.
- Ideas o intentos de suicidio.

Sobre las autolesiones: una frase que todavía se escucha en los colegios es "eso es una modita entre los chicos". Aunque en algunos casos haya imitación, siempre hay que remitir a salud mental para hacer una exploración en profundidad, porque detrás de unos cortes puede haber acoso escolar, abuso sexual, maltrato, un trastorno de la conducta alimentaria o una depresión con ideas de suicidio.

2. Señales en quien puede estar acosando

- Se burla con frecuencia de otros, les pone apodos, los imita o los excluye.

- Busca el control del grupo y que otros le obedezcan; se rodea de seguidores.
- Justifica la violencia ("se lo merecía", "era un chiste") y culpa a las víctimas.
- Tiene dinero, objetos o comida que no son suyos y no explica de dónde salieron.
- Es impulsivo, se irrita con facilidad y tolera poco la frustración.
- Ha sido sancionado varias veces por agresiones.
- En la casa puede haber violencia, o él mismo puede estar siendo acosado en otro escenario.

3. Señales en el grupo

El grupo también da señales: risas cuando un estudiante pasa al tablero, silencio cuando llega el docente, un estudiante que siempre se sienta solo o que nadie elige en los trabajos en grupo, apodos que todos usan, un chat del curso del que alguien fue sacado. Conviene que el director de grupo observe con atención los momentos sin supervisión: el descanso, la salida, los baños, los cambios de clase y las excursiones son los lugares de mayor riesgo.

4. Las consecuencias

El acoso deja huellas en todos los que participan, pero sobre todo en las víctimas. Las consecuencias más documentadas son:

- **Trastornos de ansiedad** y fobia escolar.
- **Trastornos depresivos.** Se estima que más de una cuarta parte de los casos de depresión a los 18 años podría atribuirse a la victimización sufrida en la adolescencia temprana (Bowes et al., 2015, citado en Guzman-Holst et al., 2022).
- **Estrés postraumático.** Algunos jóvenes acosados por mucho tiempo desarrollan síntomas similares a los de quienes han vivido una guerra: hipervigilancia, recuerdos intrusivos, embotamiento emocional. Esa mirada perdida que los psiquiatras militares describieron como "la mirada de las mil yardas".
- **Bajo rendimiento académico.** En América Latina, sentir miedo de un compañero o ser amenazado se asocia con hasta 16 a 18 puntos menos en las pruebas de lectura (Chávez et al., 2021).
- **Autolesiones, ideación e intentos de suicidio**, que veremos en el próximo capítulo.

Los agresores tampoco salen indemnes: tienen más riesgo de conductas antisociales, consumo de sustancias y problemas con la ley en la vida adulta. Y los testigos, aunque no lo parezca, también sufren: el miedo de ser los siguientes y la culpa por no haber hecho nada.

Las dos consecuencias más graves y extremas son el suicidio de la víctima y, en casos excepcionales, el homicidio. El caso de Columbine, en Estados Unidos, en 1999, es tristemente célebre: los dos estudiantes que asesinaron a doce compañeros y a un profesor antes de quitarse la vida habían construido su relato alrededor de las humillaciones que decían haber sufrido (Aja Eslava, 2014). Nada justifica la violencia, pero conviene no olvidar que el acoso siembra resentimientos que a veces estallan de la peor manera.



CAPÍTULO

6

Acoso escolar y suicidio

El acoso escolar no es un simple detonante: es un factor de riesgo que expone a la víctima a un estrés crónico y sostenido.

En 2012, el mundo conoció la historia de Amanda Todd, una adolescente canadiense de 15 años. Un desconocido con quien había hablado por internet la convenció de mostrarse frente a la cámara, la fotografió y empezó a chantajearla. Las imágenes circularon en su colegio. Cambió de colegio, de ciudad, de amigos. El acoso la siguió a todas partes. Antes de quitarse la vida, publicó un video en el que, con tarjetas escritas a mano y sin decir una palabra, contaba su historia. El caso de Amanda mostró al mundo algo que en Colombia también hemos visto: el acoso escolar, presencial o digital, puede terminar en un suicidio.

1. Lo que dice la evidencia

La relación entre acoso escolar y conducta suicida está bien documentada. Una revisión de 35 estudios que siguieron a niños y jóvenes durante periodos de hasta 17 años encontró que ser víctima de acoso se asocia con más autolesiones, más ideación suicida y más intentos de suicidio (Wilson et al., 2023):

- Las niñas víctimas de acoso tienen entre 2 y 4 veces más probabilidad de tener ideas de suicidio que las que no lo han sido.
- El acoso frecuente se asocia con un riesgo de intento o muerte por suicidio seis veces mayor en las niñas y casi cuatro veces mayor en los niños.
- Los **agresores-víctimas** y quienes son victimizados con mucha frecuencia son los grupos de mayor riesgo.
- En los varones, el riesgo de intento de suicidio asociado al acoso persiste hasta la adultez joven.

En Colombia, los informes Forensis del Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses registran cada año las muertes por suicidio según su razón. Entre 2018 y 2024, en 50 casos la razón identificada fue el acoso escolar:

Año	Hombres	Mujeres	Total
2018	4	4	8
2019	6	1	7
2020	5	2	7
2021	5	5	10
2022	5	3	8
2023	3	3	6
2024	3	1	4
Total	31	19	50

Fuente: elaboración propia con datos del Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses (2019, 2020, 2022, 2023a, 2023b, 2024, 2026), tabla "Suicidios según razón y sexo de la víctima".

Cincuenta vidas. Y es muy probable que sean más, porque en muchos casos el acoso no queda registrado como motivo: la familia no lo sabía, el colegio no lo reportó, o simplemente nadie preguntó. A esto se suma una señal de alarma reciente: entre 2022 y 2025, los casos de acoso escolar reportados en los que hubo ideación suicida crecieron un 233 % (LEE, 2026).

Cuatro factores de particular potencia. Frente al riesgo de suicidio en menores de edad, hay cuatro situaciones que, por sí solas, deben encender todas las alarmas: el **acoso escolar**, el **abuso sexual**, el **maltrato físico o psicológico** y el **consumo de sustancias psicoactivas**. Los cuatro pueden desencadenar una depresión o un estrés postraumático, y los cuatro exigen preguntar siempre por las ideas de suicidio.

2. ¿Factor de riesgo o simple detonante?

En la literatura sobre suicidio se distingue entre los factores **predisponentes**, que hacen más vulnerable a una persona (antecedentes familiares, trastornos mentales, traumas en la infancia); los factores **contribuyentes**, que aumentan ese riesgo (el consumo de sustancias, la baja tolerancia a la frustración, un pobre afrontamiento); y los factores **precipitantes**, que activan un riesgo que ya existía: una ruptura amorosa, un fracaso académico, una pérdida. Los precipitantes son los que en el lenguaje común se llaman, equivocadamente, las "causas" del suicidio.

Cuando ocurre un suicidio en el que hubo acoso escolar, la pregunta es inevitable: ¿el acoso fue apenas el detonante de un riesgo que ya venía configurándose, o fue un factor de riesgo en sí mismo? Como lo planteé en un artículo publicado por Medicina Legal, la respuesta no es solo académica: de ella dependen las responsabilidades de los agresores, de sus padres y de la institución educativa (Aja Eslava, 2014).

Mi posición es clara. Una ruptura amorosa, una quiebra económica o un fracaso académico son adversidades normales y predecibles en la vida de cualquier persona. Ser víctima de acoso no lo es: no es una experiencia por la que todos debamos pasar, y obedece a la intención deliberada de otros de hacer daño. Por eso el acoso escolar no puede equipararse a un simple detonante. Es un **factor de riesgo** que expone a la víctima a un estrés crónico y sostenido, con daños y perjuicios propios. Y reconocer el daño implica reconocer una responsabilidad, como veremos en el capítulo 8.

3. Lo que debe hacer el colegio

- **Preguntar siempre por las ideas de suicidio** ante cualquier caso de acoso que haya durado semanas, que haya incluido humillación pública o difusión de imágenes, o en el que la víctima muestre señales de depresión. Preguntar no induce la idea; no preguntar puede costar una vida.
- **Conocer las señales de riesgo suicida:** amenazas o comentarios como "soy un estorbo", "sin mí todo estaría mejor"; despedidas o entrega de pertenencias; búsqueda de información sobre métodos; aislamiento; cambios en el sueño y la alimentación; y la llamada recuperación espontánea, una calma repentina después de un periodo de mucho sufrimiento.
- **Prestar especial atención a las tres "D"** que describió Edwin Shneidman: la **desesperanza** ("nada va a cambiar"), la **desesperación** ("ya no aguanto más") y el **desamparo** ("a nadie le importo"). Las tres son frecuentes en las víctimas de acoso que nunca recibieron ayuda (Shneidman, 1993).
- **Activar la ruta de inmediato** si hay riesgo: no dejar sola a la persona, informar a la familia, llamar a la línea 123 y activar el Código Dorado.



Para profundizar en cómo preguntar por el suicidio, cómo valorar el nivel de riesgo y cómo activar el Código Dorado, recomendamos el *Manual breve para intervención en crisis y postvención en instituciones educativas y organizaciones*, de la Corporación Buscando Ánimo (Aja Eslava, 2026), de descarga gratuita en intercrisis.buscandoanimo.org. Escanee el código con la cámara del celular.



CAPÍTULO

7

Cómo abordar el acoso escolar

Primero, como una situación de salud. Segundo, como un problema de convivencia. Tercero, ojalá no llegar allá, como un problema penal.

Cuando un caso de acoso sale a la luz, la forma como reaccionan los adultos en las primeras horas marca la diferencia. Una víctima que es escuchada y protegida vuelve a confiar. Una víctima a la que se le dice "no le pare bolas", o a la que se sienta frente a su agresor a "darse la mano", aprende que contar no sirve. Este capítulo propone cómo abordar a cada uno de los protagonistas.

1. Principios para cualquier caso

- **Creer y tomar en serio.** Toda denuncia se recibe con respeto, aunque luego haya que verificarla. Minimizar ("exagera", "es muy sensible") es la primera forma de revictimizar.
- **Proteger primero.** Antes de investigar o sancionar, la prioridad es que la víctima esté segura: en el salón, en el descanso, en el transporte y en las redes.
- **Conversar por separado.** Nunca reunir a la víctima y al agresor para que "hablen" o "se pidan perdón" mientras el acoso esté activo. En el acoso no hay un conflicto entre iguales que mediar: hay un abuso de poder que detener.
- **Hechos, no rumores.** Registrar lo que se observó o se denunció, con fechas, lugares, testigos y, en el caso del ciberacoso, capturas de pantalla.
- **Confidencialidad.** La información se maneja con discreción y solo la conocen quienes deben actuar. Exponer a la víctima o a quien denunció es ponerlos en riesgo.
- **No improvisar.** El colegio debe seguir el protocolo de su manual de convivencia y la Ruta de Atención Integral de la Ley 1620.

2. Con la víctima

Busque un espacio privado y tranquilo. Empiece por lo que ha observado: "He notado que en los descansos estás solo y que estas semanas has estado muy callado; me preocupa cómo estás". Escuche sin interrumpir, sin juzgar y sin presionar.

"Lo que me cuentas es muy importante. No es tu culpa, y no vas a tener que enfrenarlo solo."

- Agradezca su confianza y reconozca su valentía.
- No le pida que lo ignore ni que "se defienda solo". Tampoco que devuelva la agresión.
- No le prometa guardar el secreto: explíquele, con honestidad, a quién le va a contar y para qué.

- Acuerden juntos medidas de protección concretas y un adulto de confianza a quien acudir.
- Explore cómo se siente, si está durmiendo y comiendo bien y, si el acoso ha sido prolongado o hay señales de depresión, pregunte directamente por las ideas de suicidio.
- Remita a salud mental si hay afectación emocional.

3. Con quien agrede

Quien acosa necesita límites claros y, al mismo tiempo, ayuda. Humillarlo o exponerlo frente al grupo solo le enseña que la humillación es una forma válida de ejercer poder.

- Conversación privada, a partir de hechos concretos, sin entrar en discusiones sobre si "era un chiste".
- Dejar claro que la conducta debe parar de inmediato y que habrá consecuencias, de acuerdo con el manual de convivencia.
- Ayudarle a reconocer el daño causado y a reparar: las medidas restaurativas enseñan más que el castigo aislado.
- Explorar qué hay detrás. Muchas veces quien acosa está siendo agredido en su casa, fue víctima antes o carga un dolor que no sabe expresar. Remitir a orientación y, si es necesario, a salud mental.
- Hacer seguimiento: el acoso tiende a reaparecer en formas más encubiertas, como la exclusión o el ciberacoso.

4. Con los testigos

Los testigos son la clave para detener el acoso, porque son el público que el agresor necesita. El trabajo con ellos busca que pasen de reforzar o ignorar a defender:

- Hablar en el grupo del acoso en general, sin exponer el caso particular ni a la víctima.
- Enseñar que reírse, compartir un meme o quedarse callado es una forma de participar.
- Dar herramientas concretas para defender: acompañar a la víctima, no reenviar contenidos, decir "eso no está bien", buscar a un adulto.
- Garantizar canales confidenciales, incluso anónimos, para informar sin miedo a represalias.
- Reconocer a quienes defienden.

5. Con las familias

Tanto la familia de la víctima como la del agresor deben ser informadas de inmediato. Es una obligación legal y es, además, condición para que la intervención funcione.

Con la familia de la víctima: reciba su angustia y su rabia sin ponerse a la defensiva. Explique qué medidas de protección se están tomando y cómo será el seguimiento. Oriente para que en casa escuchen sin culpar, eviten las reacciones impulsivas (como enfrentar ellos mismos al agresor o a su familia, o promover represalias) y vigilen las señales de riesgo. Si el estudiante tiene ideas de suicidio, la familia debe saberlo de inmediato.

Con la familia de quien agrede: es frecuente que la primera reacción sea la negación ("mi hijo no es así") o la justificación ("el otro también lo provocó"). Presente hechos, no juicios. El objetivo no es avergonzar a los padres, sino comprometerlos. Puede ser necesario recomendar terapia familiar, revisar el estilo de crianza, trabajar el control de impulsos, los cuatro tipos de tolerancia y el desarrollo de la empatía.

6. Clasificar la situación y actuar en consecuencia

La Ley 1620 de 2013 y el Decreto 1965 de 2013 clasifican las situaciones que afectan la convivencia en tres tipos. El acoso escolar y el ciberacoso corresponden, como mínimo, a las situaciones tipo II; y cuando constituyen un presunto delito, a las tipo III (Ministerio de Educación Nacional, 2013, art. 40). A esa clasificación conviene sumar una cuarta categoría, la del riesgo para la vida, que exige actuar antes que cualquier otra cosa.

Situación	Qué se observa	Qué hacer	Quién y cómo
Tipo I	Conflictos mal manejados o situaciones esporádicas que afectan el clima escolar, sin daño al cuerpo ni a la salud. Por ejemplo, una discusión que terminó en insultos, una burla aislada o un empujón en la fila.	Reunir a las partes, mediar de manera pedagógica, buscar la reparación y acordar una solución. Dejar constancia y hacer seguimiento.	Docente o director de grupo, con apoyo de orientación. Mediadores escolares si la institución los tiene. Si se repite, pasa a Tipo II.
Tipo II	Acoso escolar y ciberacoso: agresiones repetidas o sistemáticas, o que causan daño al cuerpo o a la salud sin incapacidad. Aquí está el bullying.	No mediar entre víctima y agresor como si fuera un conflicto entre iguales. Proteger a la víctima, informar a todas las familias, remitir a salud si hay afectación, definir medidas restaurativas y consecuencias.	Comité Escolar de Convivencia, protocolo Tipo II, reporte en el Sistema de Información Unificado de Convivencia Escolar (SIUCE) y seguimiento.

Situación	Qué se observa	Qué hacer	Quién y cómo
Tipo III	Agresiones que constituyen presuntos delitos: violencia sexual, lesiones con incapacidad, extorsión, amenazas graves, difusión de imágenes íntimas.	Atención inmediata en salud. Informar de inmediato a las familias. Proteger a la víctima, a quien se atribuye la agresión y a quienes informaron.	El presidente del comité informa a la Policía de Infancia y Adolescencia por el medio más expedito. ICBF o comisaría de familia. Reporte en el SIUCE.
Riesgo para la vida	La víctima expresa ideas de suicidio, se autolesiona, o hay amenazas creíbles de agresión grave o con armas.	No dejar sola a la persona. Retirar los medios con los que pueda hacerse daño. Intervención en crisis.	Línea 123 de inmediato. Si hay ideas o conducta suicida, activar el Código Dorado. Luego, la ruta Tipo II o III según el caso.

Ante la duda, siempre se asume la situación más grave. Y una situación puede cambiar de tipo: un conflicto mal manejado que se repite se convierte en acoso, y un acoso que incluye la difusión de imágenes íntimas o una lesión con incapacidad se convierte en una situación tipo III.

7. En las primeras 24 horas

- ☐ Escuchar a la víctima en privado y registrar lo ocurrido con fechas, lugares y testigos.
- ☐ Acordar medidas inmediatas de protección para la víctima.
- ☐ Valorar si hay daño a la salud o riesgo para la vida; si lo hay, atención en salud y línea 123.
- ☐ Preguntar por las ideas de suicidio si el acoso ha sido prolongado o hay señales de depresión.
- ☐ Informar a las familias de todos los estudiantes involucrados.
- ☐ Guardar las evidencias del ciberacoso (capturas, enlaces) antes de que se borren.
- ☐ Informar al Comité Escolar de Convivencia y aplicar el protocolo que corresponda.
- ☐ Definir quién hará el seguimiento y cuándo.



CAPÍTULO

8

Rutas de atención y responsabilidades

No activar la ruta, minimizar el caso o decir que la víctima exagera no son omisiones inocentes: pueden ser negligencia.

En Colombia, desde 2013 el acoso escolar dejó de ser un asunto que cada colegio manejaba a su criterio. La Ley 1620 de 2013 creó el Sistema Nacional de Convivencia Escolar y la Ruta de Atención Integral para la Convivencia Escolar, y el Decreto 1965 de 2013, hoy compilado en el Decreto Único Reglamentario del Sector Educación, definió los protocolos que todo establecimiento educativo, oficial o privado, debe aplicar (Congreso de la República de Colombia, 2013; Ministerio de Educación Nacional, 2013).

1. El Comité Escolar de Convivencia

Es la instancia que lidera la convivencia en cada colegio. Lo integran el rector, que lo preside; el personero estudiantil; el docente con función de orientación; el coordinador, cuando exista; el presidente del consejo de padres de familia; el presidente del consejo de estudiantes; y un docente que lidere procesos o estrategias de convivencia (Congreso de la República de Colombia, 2013, art. 12). Debe reunirse al menos cada dos meses, y de manera extraordinaria cuando un caso lo requiera; sus actas son confidenciales (Ministerio de Educación Nacional, 2013, arts. 23-25).

Entre sus funciones están identificar, documentar y analizar los casos; liderar las acciones de promoción y prevención; activar la Ruta de Atención Integral; hacer seguimiento a los casos; y liderar el ajuste del manual de convivencia.

2. La Ruta de Atención Integral

La ruta tiene cuatro componentes, y solo uno de ellos es la atención de casos:

Componente	En qué consiste
Promoción	Políticas institucionales que fomentan la convivencia y mejoran el clima escolar: manual de convivencia construido con la comunidad, competencias ciudadanas, educación socioemocional.
Prevención	Intervenir a tiempo en los comportamientos que podrían convertirse en patrones de agresión: identificar riesgos, formar a la comunidad, supervisar los espacios.
Atención	Asistir a los involucrados mediante los protocolos internos y, cuando es necesario, activar los de otras entidades (salud, ICBF, Policía).
Seguimiento	Registrar los casos tipo II y III en el Sistema de Información Unificado de Convivencia Escolar (SIUCE) y verificar que las acciones funcionaron.

3. El protocolo para las situaciones tipo II: el acoso escolar

El Decreto 1965 de 2013 establece, en su artículo 43, los pasos que el colegio debe seguir ante una situación tipo II, que es donde se ubican el acoso y el ciberacoso:

1

Atención en salud

Si hay daño al cuerpo o a la salud, garantizar la atención inmediata en salud física y mental, mediante la remisión a la entidad competente, y dejar constancia.



2

Restablecimiento de derechos

Si se requiere, remitir el caso a las autoridades administrativas (ICBF, comisaría de familia), y dejar constancia.



3

Medidas de protección

Adoptar medidas para proteger a los involucrados frente a posibles acciones en su contra, y dejar constancia.



4

Informar a las familias

Informar de manera inmediata a los padres, madres o acudientes de todos los estudiantes involucrados, y dejar constancia.



5

Escuchar a las partes

Generar espacios, por separado, para que los involucrados y sus familias expongan lo ocurrido, preservando su intimidad y confidencialidad.



6

Acciones restaurativas

Determinar las acciones que busquen la reparación de los daños, el restablecimiento de los derechos y la reconciliación, así como las consecuencias para quienes promovieron, contribuyeron o participaron.



7

Comité Escolar de Convivencia

El presidente del comité informa a los demás integrantes, que analizan el caso y hacen seguimiento a las soluciones; si no funcionan, se acude al protocolo tipo III.



8

Acta

Se deja un acta de todo lo ocurrido y de las decisiones adoptadas, firmada por los integrantes e intervinientes.



9

Reporte y seguimiento

El presidente del comité reporta el caso en el Sistema de Información Unificado de Convivencia Escolar (SIUCE) y se hace seguimiento periódico hasta el cierre.

Si la agresión constituye un presunto delito, como una agresión sexual, una lesión con incapacidad, una extorsión o la difusión de imágenes íntimas de un menor, se trata de una situación tipo III. Además de la atención en salud y la información a las familias, el presidente del comité debe poner el caso en conocimiento de la Policía de Infancia y Adolescencia "de manera inmediata y por el medio más expedito", sin dejar de proteger a la víctima, a quien se atribuye la agresión y a quienes informaron (Ministerio de Educación Nacional, 2013, art. 44).

¿Y si el colegio no actúa? Cualquier persona puede presentar una queja ante la secretaría de educación de su municipio o departamento cuando el colegio no activa la ruta, actúa de manera desproporcionada o aplica un protocolo que no corresponde (Ministerio de Educación Nacional, 2013, art. 47).

4. Lo que el colegio no debe hacer

- Tratar el acoso como una pelea o un conflicto entre iguales y "mediarlo" con un apretón de manos.
- Sancionar por igual a la víctima y al agresor "porque los dos estaban involucrados". Es una de las razones por las que las víctimas dejan de denunciar.
- Pedirle a la víctima que cambie de salón o de colegio como primera medida: el mensaje es que el problema era ella.
- Exponer el caso frente al grupo o en reuniones de padres.
- Esperar a que "se calme solo" o decir que "en las redes el colegio no tiene nada que ver".
- Expulsar al agresor sin ningún otro proceso: el problema se traslada a otro colegio y el estudiante pierde la oportunidad de cambiar.

5. ¿Quién responde ante la ley?

Es una de las preguntas que más inquietan a los directivos. Sin pretender reemplazar una asesoría jurídica, conviene conocer el marco legal:

- **La Ley 1098 de 2006**, Código de la Infancia y la Adolescencia, establece que los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a ser protegidos contra toda conducta que les cause daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico, incluidos los maltratos de los miembros de su grupo escolar (art. 18), y obliga a las instituciones educativas a protegerlos (Congreso de la República de Colombia, 2006b).
- **La Ley 1620 de 2013** prevé sanciones para quienes, dentro del sistema, omitan, incumplan o retrasen la aplicación de la Ruta de Atención Integral (art. 35).
- **El Código Penal** (Ley 599 de 2000) tipifica la inducción o ayuda al suicidio: "el que eficazmente induzca a otro al suicidio, o le preste una ayuda efectiva para su realización, incurrirá en prisión de dos (2) a seis (6) años" (Congreso de la República de Colombia, 2000, art. 107).
- **Los adolescentes entre 14 y 18 años** que cometen delitos responden ante el Sistema de Responsabilidad Penal para Adolescentes. Por los menores de 14 años responden sus padres o cuidadores.

Como lo planteé en el artículo publicado por Medicina Legal, si el acoso sostenido de manera indolente y sistemática es capaz de crear las condiciones que llevan a una persona vulnerable al suicidio, las responsabilidades no se limitan a los agresores (Aja Eslava, 2014). Pueden alcanzar a sus padres, que responden por los actos de sus hijos menores de edad, y a la institución educativa. Al igual que en el ejercicio médico, se reconocen cuatro condiciones que generan culpa:

Condición	Cómo se ve en un colegio
Impericia	No conocer la dinámica del acoso ni sus señales; ignorar que una amenaza de suicidio es una señal de alerta seria.
Imprudencia	Conocer la situación pero manejarla de manera inadecuada; por ejemplo, careando a la víctima con su agresor.
Negligencia	Saber del caso, poder actuar y no hacerlo; esperar a que "pase solo".
Incumplimiento de normas	No conformar el comité de convivencia, no tener protocolos o no activar la ruta que exige la ley.

Las preguntas que surgen son muchas: ¿qué pasa si un padre informa que su hijo está siendo acosado y el colegio no hace nada?, ¿y si el colegio activa la ruta pero los padres del agresor no atienden los llamados?, ¿tienen alguna responsabilidad los espectadores? No todas tienen una respuesta sencilla, pero todas apuntan a lo mismo: el mejor respaldo jurídico de un colegio es haber actuado a tiempo, conforme a la ley y dejando constancia de todo.



CAPÍTULO

9

Prevenir lo que funciona

Una sola charla no cambia nada. Lo que funciona es sostenido, involucra a todos y se evalúa.

La buena noticia es que el acoso escolar se puede prevenir. La evidencia acumulada en más de cuarenta años de investigación lo demuestra, y también muestra qué funciona y qué no. La mala noticia es que en América Latina se hace poca prevención evaluada: de 93 programas identificados en la región, solo 17 habían sido evaluados, y apenas cuatro con grupo de control (Chávez et al., 2021).

1. Lo que dice la evidencia

- **Los programas escolares funcionan.** La revisión más completa, con cien evaluaciones, encontró que los programas contra el acoso reducen la agresión entre un 18 % y un 19 % y la victimización entre un 15 % y un 16 % (Gaffney et al., 2021).
- **Los más conocidos tienen buenos resultados.** El Programa de Prevención del Bullying de Olweus redujo la agresión en un 26 % en promedio, y hasta un 35 % en Noruega. El programa finlandés KiVa, basado en el trabajo con los testigos, también ha mostrado reducciones importantes (Gaffney et al., 2021).
- **El enfoque de escuela completa es el más eficaz.** Funcionan mejor los programas que involucran a toda la comunidad educativa: directivos, docentes, estudiantes, familias y personal de apoyo (Guzman-Holst et al., 2022).
- **Los componentes que más se asocian con el éxito** son la formación de los padres, la supervisión en el recreo, la disciplina firme y coherente, y los programas más intensos y prolongados. Cuando la aplicación del programa se supervisa, el efecto se duplica (Gaffney et al., 2021).
- **El trabajo con las familias tiene un efecto importante**, mayor que el de muchos programas centrados solo en el aula (Li et al., 2026).
- **Lo que no funciona:** las charlas aisladas, las obras de teatro o las películas sin continuidad. Los programas eficaces duran en promedio 22 semanas (WHO, 2022). Tampoco han mostrado efecto, por sí solas, las intervenciones individuales de tipo cognitivo-conductual (Li et al., 2026).
- **El ciberacoso también se previene**, con una eficacia similar a la de los programas contra el acoso presencial. Y los programas deben dejar de centrarse solo en el "peligro del extraño": la mayoría de las agresiones en línea contra niños vienen de conocidos y compañeros (WHO, 2022).

2. El papel de los docentes

El docente que interviene marca la diferencia. Los docentes con actitudes claras contra el acoso tienen una intención mucho mayor de intervenir (Dawes et al., 2024), y los que confían en su capacidad para manejarlo intervienen con más frecuencia. Además, en los colegios donde los docentes sienten que, como equipo, pueden hacer frente al problema, hay menos acoso y menos ciberacoso (Fischer et al., 2021). Por eso la formación docente no puede limitarse a dar información: funciona mejor cuando se trabaja con casos reales, juego de roles y discusión de estrategias.

3. Un plan de prevención para el colegio

- 1. Conocer las reglas del juego.** Que directivos, docentes, estudiantes y familias conozcan la Ley 1620, el manual de convivencia y los protocolos.
- 2. Hacer un diagnóstico.** Una evaluación epidemiológica o caracterización que permita saber cuánto acoso hay, de qué tipo, dónde ocurre y a quiénes afecta. Sin diagnóstico, la prevención es a ciegas.
- 3. Supervisar los espacios de riesgo:** el descanso, la salida, los baños, los cambios de clase, el transporte escolar.
- 4. Trabajar de manera frecuente, constante y sistemática en el aula.** La Ley 2383 de 2024 obliga a promover la educación socioemocional en todos los colegios del país, desde preescolar hasta media: empatía, regulación emocional, resolución de conflictos, asertividad y búsqueda de ayuda (Congreso de la República de Colombia, 2024b).
- 5. Activar a los testigos.** Formar a los estudiantes para que defiendan, acompañen e informen.
- 6. Involucrar a las familias.** La Ley 2025 de 2020 establece las escuelas para padres y madres de familia y cuidadores en todos los colegios del país (Congreso de la República de Colombia, 2020). Es la oportunidad para trabajar los estilos de crianza, la supervisión del uso de la tecnología y el manejo de las emociones en casa.
- 7. Crear canales seguros de denuncia,** incluso anónimos.
- 8. Evaluar los resultados** y ajustar. Lo que no se mide no se puede mejorar.

4. En la casa

- Hablar del colegio todos los días, con preguntas abiertas: "¿con quién te sentaste hoy?", "¿qué fue lo mejor y lo peor del día?".

- Conocer a los amigos de los hijos y saber qué hacen en las redes; acordar reglas claras sobre el uso del celular, sin espiarlos ni humillarlos.
- Enseñar con el ejemplo: la forma como los padres hablan de los demás, resuelven sus conflictos y tratan a quien piensa distinto es la primera lección de convivencia.
- Fortalecer el carácter: los cuatro tipos de tolerancia, la autonomía y la capacidad de poner límites. Para trabajar estos aprendizajes en familia, el curso *El lazo de tres hilos*, presentado en el capítulo 3, ofrece un camino paso a paso.
- Si el hijo es el que agrede, no negarlo ni justificarlo: es la mejor oportunidad para ayudarlo a cambiar.



CAPÍTULO

10

Cuando el acoso llega al trabajo

El acoso no termina con el grado de bachiller: cambia de nombre, de escenario y de ley.

Si la escuela tolera las humillaciones, termina siendo un lugar donde se aprenden las conductas que luego se repiten en el mundo laboral (Heloani y Pinto e Silva, 2012). Y aunque el escenario cambie, la esencia es la misma: alguien que, de manera repetida y valiéndose de una posición de poder, humilla, aísla, intimida o desgasta a otro. Según la primera encuesta mundial sobre el tema, el 22,8 % de los trabajadores ha sufrido al menos una forma de violencia o acoso en el trabajo a lo largo de su vida laboral (International Labour Organization [ILO], 2022).

1. ¿Qué es el acoso laboral?

Los pioneros en su estudio fueron el psicólogo sueco Heinz Leymann, que lo llamó *mobbing* o "psicoterror", y la psiquiatra francesa Marie-France Hirigoyen. Una definición útil lo describe como una conducta abusiva, intencional, frecuente y repetida, que ocurre en el ambiente de trabajo y que busca disminuir, humillar, avergonzar, descalificar y destruir psíquicamente a una persona o a un grupo, deteriorando sus condiciones laborales y poniendo en riesgo su integridad personal y profesional (Heloani y Pinto e Silva, 2012).

En Colombia, la Ley 1010 de 2006 lo define como toda conducta persistente y demostrable ejercida sobre un trabajador por parte de un empleador, un jefe, un compañero o un subalterno, encaminada a infundir miedo, intimidación, terror y angustia, a causar perjuicio laboral, generar desmotivación o inducir la renuncia (Congreso de la República de Colombia, 2006a, art. 2). La ley reconoce seis modalidades:

Modalidad	En qué consiste
Maltrato laboral	Actos de violencia contra la integridad física o moral, la libertad o los bienes del trabajador; expresiones verbales injuriosas o ultrajantes; comportamientos que lesionan su dignidad.
Persecución laboral	Conductas reiteradas y arbitrarias que buscan inducir la renuncia: descalificación, carga excesiva de trabajo, cambios permanentes de horario.
Discriminación laboral	Trato diferenciado por razones de raza, género, origen familiar o nacional, credo religioso, preferencia política o situación social, sin razonabilidad.
Entorpecimiento laboral	Acciones que obstaculizan el cumplimiento de la labor o la hacen más gravosa: ocultar insumos, documentos o correspondencia, privar de información.
Inequidad laboral	Asignar funciones que menosprecian al trabajador.
Desprotección laboral	Poner en riesgo la integridad y la seguridad del trabajador con órdenes que no cumplen los requisitos mínimos de protección.

No todo conflicto laboral es acoso. Las exigencias razonables, las órdenes legítimas, los llamados de atención justificados y las evaluaciones de desempeño hacen parte normal del trabajo. La diferencia, como en el colegio, está en la intención, la repetición y el abuso de poder.

2. El acoso sexual en el trabajo

La Ley 2365 de 2024 definió por primera vez el acoso sexual en el ámbito laboral y en las instituciones de educación superior como todo acto de persecución, hostigamiento o asedio de carácter o connotación sexual, que se aprovecha de relaciones de poder y que puede ocurrir **una sola vez** o de manera reiterada. Es decir, a diferencia del acoso laboral, no exige repetición. La ley obliga a los empleadores a prevenirlo, a adoptar medidas inmediatas de protección para la víctima y le garantiza estabilidad en el empleo durante los seis meses siguientes a la queja (Congreso de la República de Colombia, 2024a).

3. Las obligaciones de la organización

- **El comité de convivencia laboral.** La Resolución 3461 de 2025 del Ministerio del Trabajo actualizó las reglas para su conformación y funcionamiento: debe reunirse al menos una vez al mes y de manera extraordinaria cuando recibe una queja, y el procedimiento preventivo tiene un plazo máximo definido (Ministerio del Trabajo, 2025).
- **Política y protocolo.** El Decreto 1040 de 2026 obliga a las organizaciones públicas y privadas a contar con una política de prevención del acoso laboral, el acoso sexual, la violencia basada en género y la discriminación, construida con participación de los trabajadores, y con un protocolo que incluya canales seguros de denuncia, medidas de protección inmediatas sin exigir pruebas previas y reportes estadísticos (Ministerio del Trabajo, 2026).
- **Riesgo psicosocial.** La evaluación periódica de los factores de riesgo psicosocial, con la batería adoptada por la Resolución 2764 de 2022, permite identificar las áreas y los liderazgos donde el acoso es más probable (Ministerio del Trabajo, 2022).

4. La ruta en la organización

1 Identificación

El trabajador afectado, un compañero, un jefe o un brigadista identifican la situación. Lo importante es que nadie se quede callado.



2 Queja

Se presenta ante el comité de convivencia laboral, por los canales confidenciales que defina el protocolo de la organización.



3 Protección inmediata

Si hay acoso sexual, violencia o riesgo para la salud, se adoptan medidas de protección sin esperar el resultado del trámite: cambio de lugar o de horario, trabajo en casa, separación de la línea de mando.



4 Escucha por separado

El comité escucha a cada una de las partes por separado, de manera confidencial.



5 Espacios de diálogo

Cuando es procedente, el comité promueve acuerdos y compromisos. En los casos de acoso sexual no se promueven conciliaciones entre víctima y agresor.



6 Seguimiento

El comité verifica el cumplimiento de los compromisos. Si no se cumplen o la conducta persiste, el caso se remite a la alta dirección y la víctima puede acudir al inspector de trabajo o a la justicia.



7 Salud mental

Se orienta a la persona afectada para recibir apoyo psicológico a través de la EPS o de la ARL, y se revisan las condiciones de riesgo psicosocial del área.

Una advertencia sobre el suicidio también en el trabajo: el acoso laboral prolongado puede desencadenar depresión, ansiedad, estrés postraumático y, en algunos casos, ideas de suicidio. Las mismas señales de alerta y la misma regla práctica aplican: si hay señales de riesgo, pregunte directamente y active la ayuda.



CAPÍTULO

11

Conclusiones

El acoso escolar no es un rito de paso: es una forma de violencia que se puede prevenir y que se tiene que detener.

El acoso escolar no es un problema exclusivo de quien lo sufre, ni de quien lo ejerce, ni del orientador del colegio. Es un problema de todo un grupo y de todos los adultos que lo rodean. Recojamos las ideas centrales de este manual:

- 1. No todo es acoso, pero el acoso es grave.** Para hablar de acoso escolar debe haber intención de dañar, repetición y asimetría de poder. Confundirlo con una pelea entre iguales lleva a manejarlo mal.
- 2. "Si duele, debe parar".** Lo que define la agresión es la experiencia de quien la sufre, no la intención que alega quien la ejerce.
- 3. El acoso es un fenómeno de grupo.** Los testigos son su público y, al mismo tiempo, la clave para detenerlo.
- 4. El ciberacoso es la continuación digital del salón de clase,** y también le corresponde al colegio.
- 5. La crianza importa.** El estilo democrático protege; el autoritario, el negligente y la sobreprotección aumentan el riesgo.
- 6. Los mitos son un factor de riesgo.** "Así se hacen fuertes" o "él se lo buscó" son frases que justifican la inacción.
- 7. El acoso escolar es un factor de riesgo de suicidio,** no un simple detonante. Ante cualquier caso prolongado, hay que preguntar por las ideas de suicidio.
- 8. Con el acoso no se media: se protege, se detiene y se repara.**
- 9. La ruta existe y es obligatoria.** No activarla puede ser negligencia.
- 10. La prevención funciona** cuando es sostenida, involucra a toda la comunidad y a las familias, y se evalúa. Una charla aislada no basta.

Quien quiera profundizar en estos temas puede contar con la Corporación Buscando Ánimo, que ofrece procesos de formación para equipos de orientación, docentes, padres de familia, talento humano y SST, y acompaña a los colegios en el diagnóstico y la prevención del acoso escolar.



CAPÍTULO

12

Bibliografía

- Aja Eslava, L. (2014). Acoso escolar y suicidio: lo evidente detrás de lo aparente. En Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses, *Forensis 2013: Datos para la vida* (pp. 157–168). Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses.
- Aja Eslava, L. (2026). *Manual breve para intervención en crisis y postvención en instituciones educativas y organizaciones*. Corporación Buscando Ánimo. <https://intercrisis.buscandoanimo.org/>
- Chávez, C., Cebotari, V., Benítez, M. J., Richardson, D., Fen Hiu, C. y Zapata, J. (2021). *School-related violence in Latin America and the Caribbean: Building an evidence base for stronger schools* (Innocenti Working Paper WP-2021-02). UNICEF Office of Research – Innocenti.
- Congreso de la República de Colombia. (2000). *Ley 599 de 2000, por la cual se expide el Código Penal*.
- Congreso de la República de Colombia. (2006a). *Ley 1010 de 2006, por medio de la cual se adoptan medidas para prevenir, corregir y sancionar el acoso laboral y otros hostigamientos en el marco de las relaciones de trabajo*.
- Congreso de la República de Colombia. (2006b). *Ley 1098 de 2006, por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia*.
- Congreso de la República de Colombia. (2013). *Ley 1620 de 2013, por la cual se crea el Sistema Nacional de Convivencia Escolar y Formación para el Ejercicio de los Derechos Humanos, la Educación para la Sexualidad y la Prevención y Mitigación de la Violencia Escolar*.
- Congreso de la República de Colombia. (2020). *Ley 2025 de 2020, por medio de la cual se establecen lineamientos para la implementación de las escuelas para padres y madres de familia y cuidadores, en las instituciones de educación preescolar, básica y media del país*.
- Congreso de la República de Colombia. (2024a). *Ley 2365 de 2024, por medio de la cual se adoptan medidas de prevención, protección y atención del acoso sexual en el ámbito laboral y en las instituciones de educación superior en Colombia*.
- Congreso de la República de Colombia. (2024b). *Ley 2383 de 2024, por medio de la cual se promueve la educación socioemocional de los niños, niñas y adolescentes en las instituciones educativas de preescolar, primaria, básica y media en Colombia*.
- Dawes, M., Malamut, S. T., Guess, H. y Lohrbach, E. (2024). Teachers' attitudes toward bullying and intervention responses: A systematic and meta-analytic review. *Educational Psychology Review*, 36, Artículo 122. <https://doi.org/10.1007/s10648-024-09951-5>
- Fischer, S. M., John, N. y Bilz, L. (2021). Teachers' self-efficacy in preventing and intervening in school bullying: A systematic review. *International Journal of Bullying Prevention*, 3(3), 196–212. <https://doi.org/10.1007/s42380-020-00079-y>
- Gaffney, H., Ttofi, M. M. y Farrington, D. P. (2021). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying perpetration and victimization: An updated systematic review and meta-analysis. *Campbell Systematic Reviews*, 17(2), Artículo e1143. <https://doi.org/10.1002/cl2.1143>
- Guzman-Holst, C., Zaneva, M., Chessell, C., Creswell, C. y Bowes, L. (2022). Research review: Do antibullying interventions reduce internalizing symptoms? A systematic review, meta-analysis, and meta-regression exploring intervention components, moderators, and mechanisms. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 63(12), 1454–1465. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13620>

- Heloani, R. y Pinto e Silva, E. (2012). Aspectos teóricos y conceptuales del bullying y del acoso moral. *Praxis. Revista de Psicología*, 14(21), 93–110.
- Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. (2019). *Forensis 2018: Datos para la vida*. <https://www.medicinalegal.gov.co/cifras-estadisticas/forensis>
- Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. (2020). *Forensis 2019: Suicidios. Colombia, 2019* [Conjunto de datos]. <https://www.medicinalegal.gov.co/cifras-estadisticas/forensis>
- Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. (2022). *Forensis 2020: Datos para la vida*. <https://www.medicinalegal.gov.co/cifras-estadisticas/forensis>
- Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. (2023a). *Forensis 2021: Datos para la vida*. <https://www.medicinalegal.gov.co/cifras-estadisticas/forensis>
- Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. (2023b). *Forensis 2022: Datos para la vida*. <https://www.medicinalegal.gov.co/cifras-estadisticas/forensis>
- Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. (2024). *Forensis 2023: Datos para la vida*. <https://www.medicinalegal.gov.co/cifras-estadisticas/forensis>
- Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. (2026). *Forensis 2024: Datos para la vida*. <https://www.medicinalegal.gov.co/cifras-estadisticas/forensis>
- International Labour Organization. (2022). *Experiences of violence and harassment at work: A global first survey*. ILO; Lloyd's Register Foundation; Gallup.
- Laboratorio de Economía de la Educación. (2026). *El acoso escolar en los colegios colombianos: una actualización del panorama 2020–2025* (Informe n.º 138). Pontificia Universidad Javeriana.
- Lereya, S. T., Samara, M. y Wolke, D. (2013). Parenting behavior and the risk of becoming a victim and a bully/victim: A meta-analysis study. *Child Abuse & Neglect*, 37(12), 1091–1108. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2013.03.001>
- Li, Z.-W., Lu, L., Qin, X.-D., Li, R., Zhou, Z., Liu, S., Liu, Q., Lai, S. y Shen, Q. (2026). Effectiveness of bullying prevention-associated interventions among children and adolescents: An umbrella review of systematic review and meta-analysis. *BMC Medicine*, 24, Artículo 464. <https://doi.org/10.1186/s12916-026-04974-x>
- Ministerio de Educación Nacional. (2013). *Decreto 1965 de 2013, por el cual se reglamenta la Ley 1620 de 2013*.
- Ministerio del Trabajo. (2022). *Resolución 2764 de 2022, por la cual se adopta la Batería de instrumentos para la evaluación de factores de riesgo psicosocial*.
- Ministerio del Trabajo. (2025). *Resolución 3461 de 2025, por la cual se establecen los lineamientos para la conformación y funcionamiento de los comités de convivencia laboral*.
- Ministerio del Trabajo. (2026). *Decreto 1040 de 2026, sobre la prevención y atención del acoso laboral, el acoso sexual, la violencia basada en género y la discriminación en el ámbito laboral*.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Blackwell.

- Salmivalli, C., Lagerspetz, K., Björkqvist, K., Österman, K. y Kaukiainen, A. (1996). Bullying as a group process: Participant roles and their relations to social status within the group. *Aggressive Behavior*, 22(1), 1–15.
- Shneidman, E. S. (1993). *Suicide as psychache: A clinical approach to self-destructive behavior*. Jason Aronson.
- Wilson, E., Crudgington, H., Morgan, C., Hirsch, C., Prina, M. y Gayer-Anderson, C. (2023). The longitudinal course of childhood bullying victimization and associations with self-injurious thoughts and behaviors in children and young people: A systematic review of the literature. *Journal of Adolescence*, 95(1), 5–33. <https://doi.org/10.1002/jad.12097>
- World Health Organization. (2022). *What works to prevent online violence against children?* World Health Organization.
- Zhu, C., Huang, S., Evans, R. y Zhang, W. (2021). Cyberbullying among adolescents and children: A comprehensive review of the global situation, risk factors, and preventive measures. *Frontiers in Public Health*, 9, Artículo 634909. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.634909>