

Consecuencias psicológicas del *sexting* y relación con el estrés académico

Psychological consequences of sexting and relationship with the academic stress

María de Lourdes Hernández León^{1*} <https://orcid.org/0000-0002-4593-0071>

María del Carmen Rodríguez Fernández¹ <https://orcid.org/0000-0002-7166-2568>

Irene Cruz Martínez² <https://orcid.org/0000-0001-5267-5673>

¹Facultad de Medicina No. 1, Universidad de Ciencias Médicas. Santiago de Cuba, Cuba.

²Rectorado, Universidad de Ciencias Médicas. Santiago de Cuba, Cuba.

*Autor para la correspondencia. Correo electrónico: malu920514@gmail.com

RESUMEN

Se presenta el caso de una estudiante de segundo año medicina, atendida en la Unidad de Orientación Estudiantil de la Facultad de Medicina No. 1 de la Universidad de Ciencias Médicas de Santiago de Cuba, entre septiembre y diciembre de 2021, por presentar problemas académicos y manifestaciones de estrés debido a que fue víctima de acoso verbal y psicológico por parte de sus compañeros de grupo a partir de un acto de *sexting* por parte de su pareja. Teniendo en cuenta lo anterior se le dio seguimiento para un mejor estudio y se comparten los hallazgos con la comunidad científica en general.

Palabras clave: estudiante de Medicina; *sexting*; estrés académico; consecuencias psicológicas; acoso psicológico

ABSTRACT

The case of a second year medicine student is presented, assisted in the Student Orientation Unit of Medicine Faculty No. 1 in the University of Medical Sciences from Santiago de Cuba, between September and December, 2021, due to academic problems and stress manifestations because she was victim of verbal and psychological harassment by her groupmates as a result of an act of sexting by her couple. Taking into account the above-mentioned she was followed up for a better study and findings are shared with the scientific community in general.

Key words: Medicine student; sexting; academic stress; psychological consequences; verbal harassment.

Recibido: 28/02/2022

Aprobado: 04/03/2022

Introducción

Debido al desarrollo de las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC), en las últimas décadas se ha producido un cambio significativo en la manera en que las personas se comunican entre sí.

Una de las principales características del avance tecnológico lo constituye la circulación masiva de información de todo tipo, tanto en redes sociales como en sitios webs, blog, foros o sitios de compra y venta, donde las principales atracciones son las imágenes, fotos y videos. Las cámaras incluidas en la mayoría de los teléfonos celulares, tabletas y otros dispositivos portátiles generan un acceso diario e instantáneo a la posibilidad de fotografiar o filmar lo que sucede alrededor.^(1,2)

Asociado a esto, el *sexting* es uno de los fenómenos sociales que encuentra en la actualidad cada vez mayor cabida entre los usuarios adolescentes de las redes digitales. Por tanto, se entiende por *sexting* el envío, la recepción y el reenvío de contenidos de naturaleza erótico-sexual como fotografías, videos y mensajes de texto

a otras personas, a través de cualquier dispositivo tecnológico (como los teléfonos inteligentes) o del espacio virtual (como las redes sociales).^(3,4,5)

En el contexto internacional, los estudios centrados en el *sexting* emergieron hace más de una década. Según se ha analizado, las tasas de prevalencia entre adolescentes varían en función de los criterios utilizados para definirlo, la edad de los participantes, el intervalo de tiempo y el instrumento de medida, entre otros.

En un metanálisis en el que se examinaron estudios, fundamentalmente de Estados Unidos de Norteamérica, Europa, Australia, Canadá, Sudáfrica y Corea del Sur, la prevalencia media de envío de contenido sexual fue de 14,8 %; la recepción, de 27,4 %; el reenvío de contenido sexual sin consentimiento, de 12,0 % y la recepción de mensajes sexuales reenviados, de 8,4 %.⁽⁵⁾

Por su parte, en grupos de adolescentes estudiados a escala mundial, en cuanto al envío y recepción de fotos o videos de contenido erótico-sexual, así como de mensajes de texto de ese tipo, las tasas oscilan de entre 13-54 % y 18-20 %, respectivamente.^(5,6)

De acuerdo con lo que se ha venido analizando, las variaciones de la prevalencia estimada del *sexting* en jóvenes se debe, según se describe en la bibliografía consultada, a la heterogeneidad de definiciones e instrumentos utilizados para su evaluación.^(2,6)

Con la apertura del mundo del internet se ha evidenciado cómo este afecta la vida cotidiana de las personas, especialmente de las nuevas generaciones, cuyo desempeño personal y social está caracterizado por una marcada dependencia de las tecnologías de la información.

Según describen algunos autores,^(1,3) alteraciones como la depresión y la ansiedad, así como el intento de suicidio se consideran muy frecuentes en adolescentes que han perdido el control sobre la difusión de sus imágenes y videos eróticos.

La práctica del *sexting* supone la pérdida de privacidad, ya que los contenidos de temática sexual que una persona envía pueden acabar en manos no deseadas, lo que conlleva a la degradación de la imagen personal y afectación del bienestar emocional,

principalmente de adolescentes, que son los que presentan mayor probabilidad de exponerse al ciberacoso.^(1,3)

La prevalencia de este fenómeno y su impacto, tanto en lo personal como en lo social, conduce a pensar en su presencia en las escuelas, de manera que se consultaron algunas referencias acerca del estrés académico y sus diferentes manifestaciones en el contexto escolar;^(7,8,9,10) sin embargo, no se encontraron estudios sobre la posible relación de ambos fenómenos.

Por las condiciones anteriores a continuación se describen las consecuencias psicológicas del *sexting* en el contexto escolar, asociado con el estrés académico y el bajo rendimiento docente.

Caso clínico

Se presenta el caso clínico de una joven de 19 años de edad, estudiante de segundo año de la Facultad de Medicina No. 1 de la Universidad de Ciencias Médicas de Santiago de Cuba, atendida en la Unidad de Orientación Estudiantil de ese centro, por presentar problemas académicos, manifestaciones de estrés y ausencias a clases, desde hacía un mes aproximadamente.

Se aplicó la guía de entrevista no estructurada para la exploración por esferas, con el objetivo de obtener y confirmar la información relacionada con el estado actual de la afectada. Cabe resaltar que esta técnica no fue muy abarcadora, dada la marcada tendencia evasiva de esta paciente, que solo hacía alusión al hecho traumático y a la connotación emocional para ella y su familia.

Durante la entrevista refirió que obtuvo la carrera con calificaciones excelentes y por vocación profesional. A la observación se mostraba tímida, introvertida, con tristeza marcada y vestuario oscuro.

En la exploración por esferas manifestó que siempre había sido una alumna destacada, con excelentes notas, adecuada socialización, amplia red de amigos de su misma edad y reconocida por los profesores por sus altas calificaciones; pero, luego de la situación que la llevó a consulta se sentía muy tensa, estresada, con dificultades

para concentrarse en clases y su rendimiento académico en las diferentes asignaturas había disminuido, a lo que se añadió el deterioro de las relaciones con sus compañeros y la consideración de abandonar la carrera, lo que fue motivo de preocupación para sus profesores.

Esfera familiar

La guía de entrevista reveló que la estudiante provenía de una familia con buena posición socioeconómica, de tipo nuclear completa (compuesta por los padres, una hermana mayor y ella) y mantenía buenas relaciones interpersonales con la madre, no así con el padre. Por otra parte, la distribución de roles en la familia era inadecuada, dado por la sobrecarga de tareas domésticas de la madre.

Igualmente, existían conflictos educativos entre los progenitores, pues la madre era muy sobreprotectora y el padre extremadamente autoritario. Este último refería que la sobreprotección materna era tan extrema que la hija no contribuía en las tareas domésticas, sino que pasaba todo el tiempo encerrada en el cuarto leyendo, en la computadora o con el celular.

Esfera social

Manténía adecuadas relaciones interpersonales con amigos, vecinos, profesores y compañeros de estudio, salía a fiestas, compartía y estudiaba en grupo hasta que ocurrió el suceso con su pareja. A partir de entonces comenzó a aislarse casi completamente de su medio.

Esfera personal

Con referencia a esta esfera se recogieron escasos datos, dada la poca tendencia comunicativa de la paciente; sin embargo, se pudo recopilar información de la familia, profesores y amigos, quienes coincidieron en que solía ser tranquila, sociable, muy estudiosa y que le gustaba la música romántica, el teatro y la poesía.

Relaciones de pareja y sexual

La joven resaltó que solo había tenido 2 relaciones amorosas estables: una en el preuniversitario y otra en la etapa universitaria. Refirió que sentía satisfacción emocional con ambas hasta que, con la pareja actual, tuvo lugar el hecho que dio origen a los síntomas conductuales que la llevaron a consulta. A pesar de que tenía poco tiempo de relación, mantenía una adecuada comunicación y existía un clima emocional de confianza mutua, lo que conllevó a que aceptara la petición del novio de fotografiarse desnuda para tenerla en su teléfono celular. A los pocos días de ella acceder a su pedido, supo que su foto circulaba por los dispositivos móviles de sus compañeros.

Este hecho generó una situación de acoso verbal y psicológico a partir de lo cual comenzó el rechazo, la burla de sus compañeros y la inadecuada actitud de estos, quienes la calificaban de prostituta, inmoral, entre otros insultos, que trajeron consigo manifestaciones de tristeza y aislamiento del medio social por temor al rechazo.

Entre las pruebas psicométricas realizadas figuró la escala de depresión de Zung y Conde, que evidenció una depresión profunda, dada por tristeza marcada, anorexia, insomnio, bloqueo emocional y cognitivo, sentimiento de minusvalía, pérdida de intereses e ideación suicida.

También se aplicó la técnica del completamiento de frases para identificar datos sobre la esfera personal. Los resultados revelaron rechazo hacia el sexo masculino y todo lo relacionado con las relaciones de pareja, pues los ítems relacionados con esta esfera los dejó en blanco, con una tendencia excesiva a centrarse en el hecho traumático (“a la hora de acostarme pienso mucho en mis problemas..., en mi pasado..., me duelen todas las cosas por las que paso...”), además de predisposición a la infelicidad (“no me siento una persona feliz...”) y evasión como mecanismo de defensa en su personalidad (“me gusta estar sola...”).

Comentarios

Las distintas maneras del *sexting* pueden tener consecuencias diferentes para los afectados y deben ser analizadas desde la educación. Para ello, es importante aclarar que la diversidad va más allá del envío y la recepción del contenido sexual recibido personalmente, pues también incluye el reenvío y la posterior transmisión de estos a terceras personas.^(2,6)

Resulta oportuno señalar que la paciente en ningún momento reconoció este hecho como un acto de violencia de pareja, sino que siempre se consideró culpable, acompañada de numerosos autorreproches y una autoestima disminuida. Se puede apreciar que todos los elementos que se manifiestan en su conducta son consecuencia de la connotación que tuvo para ella el hecho ocurrido.

Los datos aportados coinciden con los estudios efectuados a escala internacional acerca de este fenómeno. Al respecto, en una investigación llevada a cabo sobre conductas desadaptativas en adolescentes que practican *sexting* con sus parejas, cuyos contenidos han sido socializados sin su consentimiento, se plantea que las áreas más afectadas son la autoestima, la concentración y el rendimiento escolar; también presentan síntomas que les provocan agonía y sufrimiento, ya que los efectos del acoso que sufren constantemente son de mayor intensidad que el acoso mismo.^(5,6)

Algunos autores informan diferentes consecuencias relacionadas con las víctimas del *sexting*, a saber:^(2,3,5)

- Psicológicas: Manifiestan ansiedad, nerviosismo, agresividad, llanto repentino y muy fácil, baja autoestima, depresión y pueden llegar a suicidarse.
- Biológicas: Puede ocasionar dolores de cabeza, pérdida del apetito, mala salud e insomnio, entre otras manifestaciones.
- Sociales: Reflejan desconfianza hacia otras personas, retraimiento, introversión (dificultad para hacer nuevas amistades), aislamiento social, preocupación excesiva por su seguridad, evitan salidas familiares y se aprecian ajenos y retraídos.

Los aspectos anteriores concuerdan con los hallazgos del caso presentado. El acoso llevado a cabo por sus coetáneos fue lo que condujo a la paciente a aislarse de los demás por el sentimiento de vergüenza, agravado por el rechazo familiar que experimentó cuando dio a conocer lo sucedido.

Un elemento importante a destacar es el estrés académico que padecía la joven. En torno a este término, en la bibliografía existe poco consenso en su definición, pues algunos autores^(7,8,9,10) aseveran que el fenómeno del estrés suele interpretarse sobre la base de una gama amplia de experiencias, entre las que figuran: nerviosismo, tensión, cansancio, agobio, inquietud y otras sensaciones similares, como la desmesurada presión escolar, laboral o de otra índole; de la misma manera, se le atribuye a situaciones de miedo, temor, angustia, pánico, afán por cumplir, vacío existencial, celeridad por cumplir metas y propósitos, incapacidad de afrontamiento o incompetencia interrelacional en la socialización.

Otros^(8,10) lo asocian con el estado producido cuando el estudiante percibe negativamente las demandas de su entorno, es decir, cuando considera como angustiante la mayoría de las situaciones a las que se enfrenta en su proceso formativo, ya que atribuye que sus estrategias de afrontamiento son insuficientes o poco efectivas para enfrentarse a las exigencias de su medio escolar, lo que favorece, a su vez, la aparición de reacciones como agotamiento físico, ansiedad, insomnio, bajo rendimiento académico, desinterés por la carrera, ausentismo y deserción escolar.

Como ha podido constatar, estos elementos relacionados con el estrés académico son similares a los elementos que se describen en la literatura,^(7,10) donde se plantea que es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve expuesto en contextos escolares a una serie de demandas que se consideran estresores cuando provocan un desequilibrio sistemático, manifestado en una serie de síntomas que obligan al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico.

Tal como se ha visto, la situación generada por la actitud de su pareja le produjo dificultad para concentrarse en clases, bajas calificaciones en diferentes asignaturas y desaprobada en otras, ausencias reiteradas y temor a la socialización con sus

compañeros, todo esto unido a la burla y al chantaje de sus compañeros, agudizaron el malestar psicológico y la llevaron a refugiarse en el aislamiento.

Por lo tanto, se evidencia la repercusión negativa del *sexting* desde el punto de vista académico. El estudio muestra la necesidad de educar al sexo femenino en cuanto a esta modalidad de violencia que se puede generar en las relaciones de pareja.

Se está en presencia de una nueva forma de vulnerar los derechos del sexo femenino aportado por las potencialidades que tienen las TIC y la diversidad de plataformas informáticas para propiciar la diseminación de contenidos y el uso inadecuado de esto, lo que pone en riesgo la integridad de las personas al divulgar mensajes con contenido de tipo pornográfico y/o erótico, sin el consentimiento de la pareja.

Hoy día, se impone educar a la familia en cuanto a estas situaciones que se han vuelto tan frecuentes y hacer visible el fenómeno a los padres y en las instituciones educativas sobre las implicaciones negativas de la práctica del *sexting*, así como establecer una correcta comunicación con los jóvenes para su prevención.

Después de lo analizado, es evidente que existe estrecha relación entre el *sexting*, la violencia psicológica y el estrés académico.

El impacto psíquico expreso por el acoso verbal y psicológico determinó, a su vez, la aparición de ansiedad, baja autoestima, aislamiento social, depresión, desgaste emocional e ideación suicida en la paciente.

Esto se vio reflejado en el contexto escolar en la forma de estrés académico, lo que demuestra que no todas las manifestaciones de este fenómeno tienen su origen dentro del contexto académico, sino que es necesario que tanto profesores como el resto del personal involucrado en la educación de los jóvenes profundicen en el resto de las áreas de socialización para conocer y tratar tan perjudicial fenómeno.

Referencias bibliográficas

1. Rosales MJ. Las consecuencias del *sexting*: una problemática de género para la mujer desde la perspectiva de los derechos humanos. Revista IIDH. 2021 [citado 12/01/2022];73. Disponible en: <https://revistas->

colaboracion.juridicas.unam.mx/index.php/rev-instituto-interamericano-dh/article/view/39942

2. Rodríguez Castro Y, Alonso Ruido P, González Fernández A, Lameiras Fernández M, Faílde Garrido JM. Validación de una escala de comportamientos de *sexting* en adolescentes: prevalencia y consecuencias asociadas. *Psicología Educativa*. 2021 [citado 12/01/2022];27(2):177-85. Disponible en:

<https://journals.copmadrid.org/psed/art/psed2021a9>

3. Arias Abril MP, Quintero Melgarejo MN. Aportes para la prevención del *sexting* en jóvenes universitarios centennials de Bogotá. Bogotá: Pontificia, Universidad Javeriana; 2020 [citado 12/01/2022]. Disponible en:

[https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/52396/Mar%
c3%ada%20Arias%2c%20Mateo%20Quintero%2c%202020..pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/52396/Mar%c3%ada%20Arias%2c%20Mateo%20Quintero%2c%202020..pdf?sequence=1&isAllowed=y)

4. Cáceres Lizarazo MF, Galvis Martínez ET. *Sexting* y sintomatología depresiva en estudiantes de la Universidad Pontificia Bolivariana. Bucaramanga: Universidad Pontificia Bolivariana; 2019 [citado 12/01/2022]. Disponible en:

[https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/8361/39101.pdf?seq
uence=1&isAllowed=y](https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/8361/39101.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

5. Ojeda Sevilla M, Rey Sevilla R del, Walrave Amberes M, Vandebosch Amberes H. *Sexting* en adolescentes: prevalencia y comportamientos. *Comunicar*. 2020 [citado 12/01/2022];28(64):9-19. Disponible en:

[https://www.revistacomunicar.com/index.php?contenido=detalles&numero=64&arti
culo=64-2020-01](https://www.revistacomunicar.com/index.php?contenido=detalles&numero=64&articulo=64-2020-01)

6. Aguilera Vásconez R, Torres Mora RH. Impacto del *sexting* en adolescentes y sus consecuencias psicológicas [Tesis]. Canton Riobamba: Universidad Nacional de Chimborazo; 2021 [citado 12/01/2022]. Disponible en:

[http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/8011/1/5.-
%20TEIS%20%20Robinson%20Hermel%20Torres%20Mora-PSC.pdf](http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/8011/1/5.-%20TEIS%20%20Robinson%20Hermel%20Torres%20Mora-PSC.pdf)

7. Restrepo J, Sánchez O, Castañeda Quirama T. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*. 2020 [citado 12/01/2022];14(24): 23-47. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8145563>

8. Castillo Ávila IY, Barrios Cantillo A, Alvis Estrada LR. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo. 2018 [citado 12/01/2022];20(2) Disponible en: [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20\(2018-II\)/145256681002/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20(2018-II)/145256681002/)
9. Peña Marcial E, Bernal Mendoza LI, Pérez Cabañas R, Reyna Avila L, García Sales KG. Estrés y estrategias de afrontamiento en Estudiantes de Nivel Superior de la Universidad Autónoma de Guerrero. Nure Inv. 2018 [citado 12/01/2022]; 15(92). Disponible en: <https://www.nureinvestigacion.es/OJS/index.php/nure/article/view/1299/816>
10. Silva Ramos MF, López Cocotle J, Columba Meza Zamora ME. Estrés académico en estudiantes universitarios. Investigación y Ciencia. 2020 [citado 12/01/2022];28(79). Disponible en: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/674/67462875008/67462875008.pdf>

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existen conflictos de intereses.

Contribución de los autores

María de Lourdes Hernández León: conceptualización, copilación de evidencias, administración del proyecto, diseño metodológico, responsabilidad de gestión de la actividad, así como redacción-revisión y edición del trabajo. Participación: 50 %

María del Carmen Rodríguez Fernández: copilación de evidencias, análisis formal, proceso de investigación, recolección de datos, validación, visualización y proceso informático. Participación: 25 %

Irene Cruz Martínez: Recolección de datos, análisis formal, proceso de investigación, supervisión y redacción del borrador original. Participación: 25 %

