

LOS DESAFÍOS MÁS ARRIESGADOS PARA LOS JÓVENES EN LAS REDES SOCIALES

La caza del 'pijo'

Consiste en agredir a jóvenes 'pijos', grabarlo y subirlo a la red. El protagonista acumula agresiones. Sus amigos comienzan una cuenta atrás que da comienzo a cada paliza.

El rompecráneos

Viralizado a través de TikTok, el objetivo es hacerle la zancadilla a otra persona para que se caiga, lo que puede provocar fracturas, hemorragias, esguinces cervicales, etcétera.

'Blackout challenge'

Las personas se colocan algún objeto alrededor del cuello (un cinturón, por ejemplo) para evitar respirar. El objetivo es desmayarse ante la falta de aire y subirlo a las redes.

El rompebocas

Una persona se acerca a la 'víctima' por detrás, la envuelve por los tobillos con una bufanda u otra prenda y tira para que se caiga de frente. Un tercero lo graba con el móvil.

'Benadryl challenge'

Consiste en grabarse tomando la mayor cantidad de pastillas de Benadryl, un antihistamínico, y esperar a que hagan efecto para comentar las alucinaciones que se experimentan.

El peligro de los retos virales

Amenazas.

Un grupo de investigación de UNIR desarrolla un programa único en España para ayudar a niños y adolescentes a prevenir los multiriesgos en internet

MARÍA JOSÉ GONZÁLEZ GALINDO



Hágase la siguiente pregunta: ¿dejaría usted a su hijo menor de edad un coche para aprender a conducir? La respuesta parece muy obvia, ¿verdad? Pues lo mismo ocurre con las tecnologías: «Hay que educarles antes de dárselas, navegar con ellos por las redes para hacerles comprender los riesgos y poner unas normas. Y todo ello acompañado de una educación en valores que genere confianza». Así lo explica la profesora Jessica Ortega Barón, investigadora de Grupo de Ciberpsicología de la Universidad Internacional de La Rioja (UNIR), entre cuyas líneas de estudio está la de los retos virales, «la mayoría inofensivos, solidarios y divertidos». Pero «cada vez son más frecuente los peligrosos, que pueden llegar a poner en riesgo la integridad física y psicológica de los usuarios, muchos de ellos menores de edad». Ejemplos son 'El rompecráneos' (provocar caídas), 'La caza del pijo' (dar palizas a alguien en la calle por su estatus socioeconómico) o el 'Blackout Challenge' (provocarse la pérdida de consciencia autoasfixiándose).

En puridad, los desafíos «siempre han sido una práctica común en la adolescencia» —la famosa frase del 'a que no te atreves a'—, pero han cobrado una enorme trascendencia con internet y «más



Capturas de pantalla de las consecuencias de tres de los retos virales más peligrosos y que más circulan por las redes. L.R.

LA FRASE

Jessica Ortega Barón
Experta de UNIR en retos virales

«No se trata de demonizar los retos, sino de enseñar a evitar los peligrosos»



aún con el confinamiento por la pandemia del COVID». Básicamente, un reto viral consiste en grabarse haciendo una prueba o una broma para subirlo después a las redes sociales como TikTok (aplicación estrella para este fenómeno), YouTube o Instagram, con el fin de «que los demás lo vean, ganar de forma rápida po-

pularidad (el famoso 'like' o 'me gusta') y animarles a hacerlos».

Emociones fuertes

La motivación que impulsa a los niños y los adolescentes a someterse a estas prácticas es «la búsqueda de diversión y de emociones fuertes, y la conexión con otros», pero «para destacar tienen que hacer algo que se salga de lo normal y por ello están dispuestos a hacer retos que pueden poner en riesgo su vida». A esas edades, además, «son muy impulsivos y no calibran las consecuencias». No solo de sus actos en sí, sino del riesgo de la sobreexposición a este tipo de videos, lo que la profesora atribuye a «una falta de pensamiento crítico» y a que, para la generación actual, «su imagen es

muy importante», esto es, «la proyección de su 'yo' en las redes sociales y el apego que tienen a sus contactos».

La cuestión es que «los retos virales han venido para quedarse y prohibirlos sería una forma vana de poner puertas al campo, porque los niños los seguirán haciendo a través de los móviles de sus amigos o de espaldas a sus padres», señala la experta. Por ello, desde el Grupo de Ciberpsicología de UNIR «ya estamos previniendo los multiriesgos en internet a través del programa 'safety.net' (el único de sus características en España) para que diferencien los retos y cuáles no entrañan peligros». «No se trata de demonizar estos desafíos —incide—, porque pueden ser una forma atractiva de interactuar y de

GRUPO DE INVESTIGACIÓN DE CIBERPSICOLOGÍA DE UNIR

► Líneas de investigación principales: análisis y prevención del acoso escolar, el ciberacoso y de otros riesgos relacionales ('sexting', 'on line grooming', etcétera) y disfuncionales (nomofobia, apuestas 'on line'...) de internet.

► Investigador principal: Joaquín González-Cabrera .

► Investigadores colaboradores: Jessica Ortega Barón, Juan Manuel Machimbarrena, Blanca Tejero Claver, María Lourdes Álvarez Fernández, Daniela Baridón-Chauvie, Marta Beranuy-Fargues, Carlota Pérez-Sancho, Arantxa Basterra González, Raquel Escortell Sánchez, Irene Montiel Juan y Raquel López-Carrasco.

► Más información del grupo: <http://gruposinvestigacion.unir.net/ciberpsicologia/>

Familias y colegios deben conjurarse para combatir desde la educación un fenómeno tan vertiginoso como arriesgado

compartir, pero hay que prevenir contra los peligrosos».

En este sentido, la familias deben jugar un papel decisivo, lo que no significa quedarse solo en lo meramente técnico, como instalar un programa de supervisión parental. Se trata de «educar» a los hijos (más del 60% de los adolescentes usa las TIC sin supervisión y el 45% tiene un uso desadaptado) y mantener «una comunicación constante» con ellos. Una tarea en la que deberían contar con la colaboración de los centros educativos «que, sin embargo, no disponen de herramientas preventivas para abarcar este fenómeno tan nuevo y vertiginoso». A todos ellos, padres y colegios, el Grupo de Ciberpsicología de UNIR ofrece su asesoramiento e información.