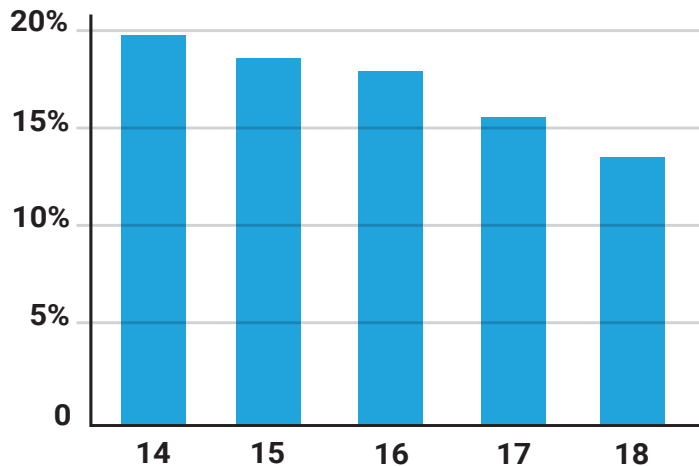


Autolesiones

Datos y estadísticas

Autolesiones no suicidas (ALNS), edades



1 de cada 4 chicas y 1 de cada 10 chicos en el Instituto se provocan ALNS

Aunque las ALNS son más frecuentes entre las chicas, los chicos ocultan más el trastorno y emplean medios más agresivos contra sí mismos.

¿Cómo ayudamos a alguien que confiesa...

que se está autolesionando? Tenemos que ponerle en manos del Orientador (Counselor) cuanto antes. Si pone pegas, debemos ser asertivos y decirle: «Somos amigos, si no vamos ahora mismo, por tu bien, se lo diré a mis padres para que llamen a los tuyos».

20%

de los jóvenes que sufren ALNS empiezan entre los 11 y 13 años.

90%

de los mensajes con la etiqueta #cutting animan a provocarse ALNS.

El efecto de los medios

Sorprendentemente, el fenómeno de la ALNS está muy extendido y su creciente presencia en películas, programas de televisión, referencias de la cultura pop y redes sociales está provocando que el fenómeno se normalice. Los sitios web y foros a favor de las autolesiones ayudan a difundir noticias sobre este fenómeno informando sobre famosos que se han autolesionado. Educar a los jóvenes entorno a la autolesión no suicida ayuda a evitar el contagio social.

Contagio social: se da cuando un comportamiento se extiende rápidamente a dos o más personas dentro del mismo círculo social.

Tener un amigo que se autolesiona aumenta las probabilidades de que su círculo cercano también lo haga. A menudo, la idea de autolesionarse llega a través de amigos y se adopta de forma puntual y leve por la presión grupal y la conformidad social. Pero si se repite, puede llegar a ser muy peligroso.

Autolesiones digitales: las redes sociales han propiciado una nueva forma de ALNS en la que un adolescente se abre una cuenta y la usa para autoenviarse mensajes dañinos, amenazas o contenidos peligrosos de forma anónima. Los estudios apuntan a que 1 de cada 20 jóvenes entre 12 y 17 años adoptan esta conducta de «autociberacoso» por:

- Odiarse o querer castigarse a sí mismos.
- Llamar la atención de compañeros o adultos.
- Demostrar que pueden soportar el acoso.
- Generar preocupación en otros.
- Acusar a otros para poder iniciar una pelea.
- Sentir que alguien se preocupa por ellos.