

Es Body shaming cuando:



se burlan de cómo se ve mi cuerpo, si estoy gordo o flaco, o si tengo acné.

Líneas de ayuda:
800-AQUESTOY ó al 9-1-1



Del 03 de setiembre al 09 de octubre 2025



Alto al Bullying y al Ciberbullying

Para el lanzamiento de la campaña se realizó un evento virtual en vivo el 3 de setiembre, donde expertos abordaron las diferentes aristas desde el punto de vista profesional y técnico. En la segunda fase se desarrolló la campaña educativa con la información y recomendaciones.

Link de la Transmisión:
<https://www.youtube.com/live/1U3NVIM6YL0?si=CF8VJaCedVBv8viZ>

Recomendaciones para la etapa de 12 a 18 años

Las relaciones con los pares toman importancia por lo tanto, se hace más frecuente el uso del internet debido a que los vínculos migran a este espacio. El vínculo con los padres/madre cambia.

Fomentar el pensamiento crítico y brindarles herramientas para identificar contenidos falsos.

Enseñarles a acudir a sitios confiables para que puedan verificar la información que circula en redes.

Mostrarles herramientas para que eviten consumir información en exceso.

Fomentar un vínculo positivo.

Reconocer los tipos de contenidos (violentos, sexualizados, etc.)

Enseñar sin criticar y percibir los errores como parte del aprendizaje.

Monitorear el tiempo que dedican a las actividades offline y evaluar el cumplimiento de responsabilidades de acuerdo con su edad (rendimiento escolar, asistencia al colegio, participación en eventos sociales o familiares, deporte, etc).

Promover la realización de hábitos sanos (actividad física, sueño y alimentación).

Fomentar el reconocimiento de cansancio o saturación relacionada al uso de la pantalla.

La persona adulta debe comportarse como un referente.



Campaña

**Alto al Bullying y al
Ciberbullying****ALTO**

al Bullying y al Ciberbullying

Una campaña para crear conciencia, prevenir y detener el bullying en todas sus formas, buscamos promover el respeto, dar herramientas para denunciar y transformar el silencio en apoyo real para quienes lo necesitan.

Organiza:



Aliados:



Cadena Radial Costarricense

¡Unete, di no al bullying!

Sumate al Manifiesto contra el Bullying y Ciberbullying en Costa Rica. Firmar este compromiso es un paso para construir centros educativos y comunidades más seguras e inclusivas.

[Firmar Manifiesto](#)

SITIO **WEB**

La campaña cuenta con la plataforma web <https://bullyingcr.com/> donde se coloca información con los mensajes clave de la campaña, los videos con recomendaciones, la matriz de mitos y realidades y stands de los patrocinadores.



ANUNCIO PRINCIPAL DE LA CAMPAÑA

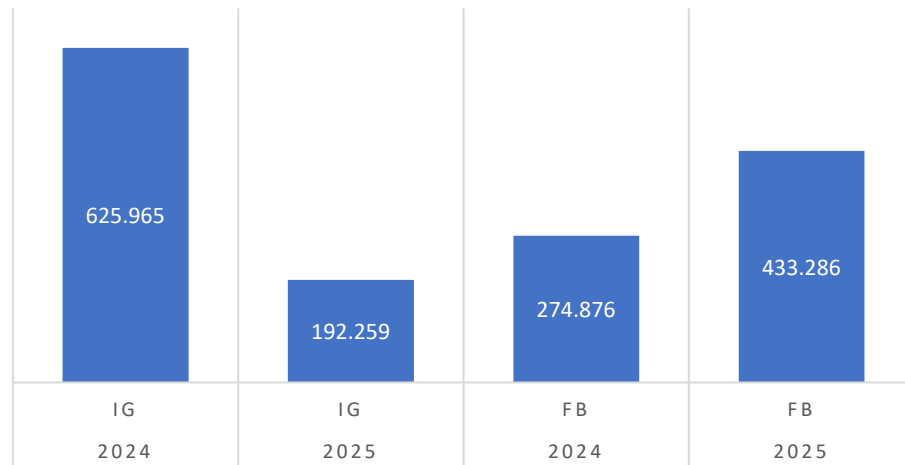
<https://www.facebook.com/share/v/1HLsHo7iVK/>



...s love, menos bombing", "más amor, menos bombardeo". Esta es una de las expresiones que la campaña "Alto al Bullying y al Ciberbullying 2025" pret... Ver más

Facebook Colegio de Profesionales en Psicología De Costa Rica

ALCANCES 2024-2025

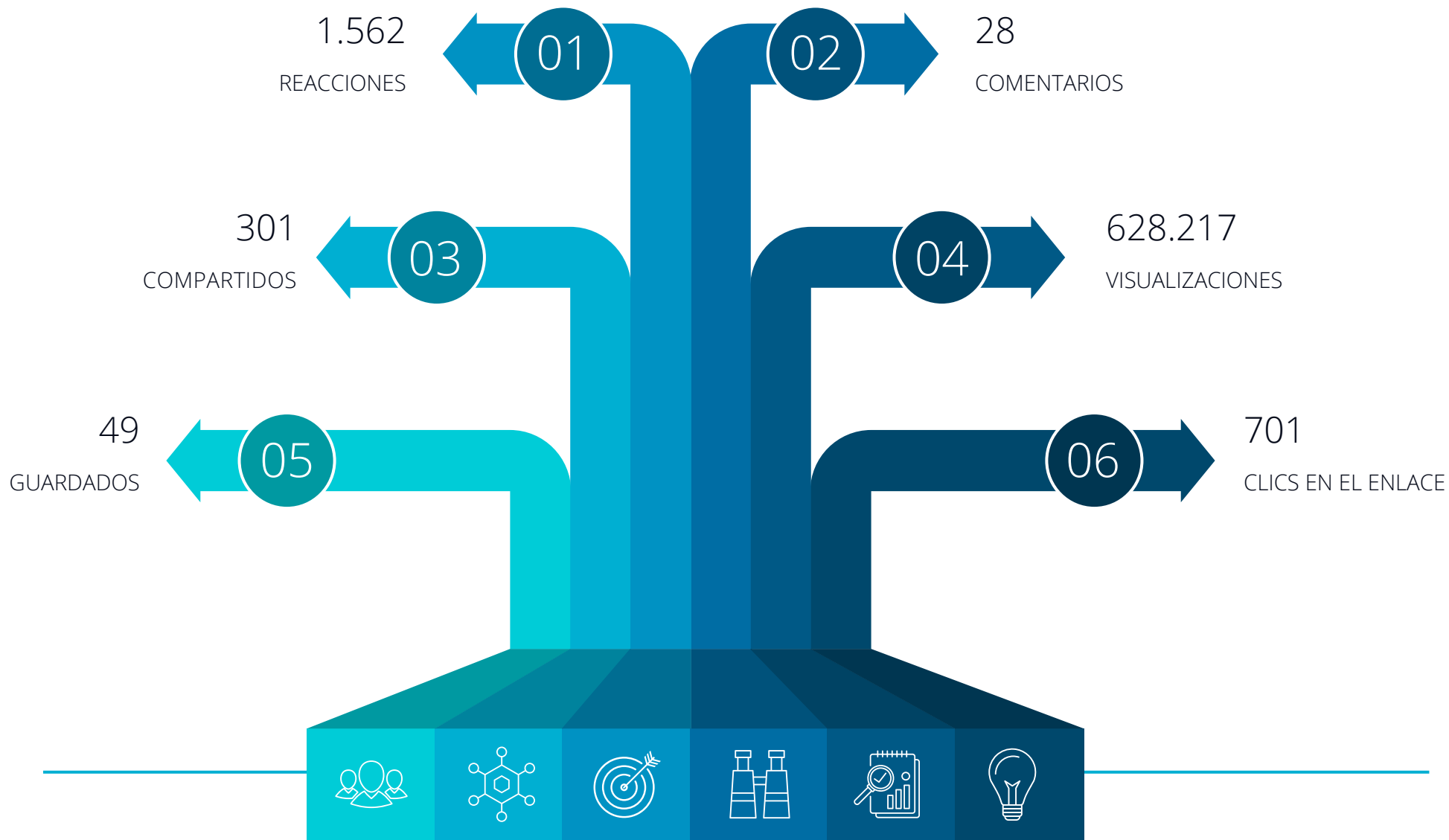


La campaña Alto al Bullying y al Cyberbullying registró un total de 625.545 de cuentas alcanzadas sumando Facebook e Instagram. Facebook registró un incremento del 57% en la cantidad de cuentas alcanzadas, mientras tanto Instagram mostró una caída del 70%. Esta drástica variación no se debe necesariamente a un fracaso en la campaña, sino a un cambio en las políticas de visibilidad de Instagram:

En 2024, el algoritmo de Instagram "premiaba" el contenido en formato Reel con un alcance orgánico alto. La campaña probablemente se benefició enormemente de esta prioridad.

En 2025, esta política de "premio" cambió o se redujo. Al dejar de favorecer el formato de la campaña, la visibilidad de esta se desplomó un 70%.

INTERACCIONES



El ghosting no es inofensivo. Desaparecer sin explicar puede...
 23 de septiembre de 2025, 10:00 am
 Identificador: 1218942963602076

Interacciones
 22 reacciones 1 comentario 6 veces compartido

Resumen Rendimiento Vista previa del feed

Rendimiento

Resumen

Visualizaciones	Interacciones	Clics en el enlace	Seguidores
58.873	26	80	5

Visualizaciones: 58.873

El ghosting no es inofensivo. Desaparecer sin explicar puede...
 23 de septiembre de 2025, 10:00 am
 Identificador: 18078731429506055

Interacciones
 20 Me gusta 0 comentarios

Resumen Rendimiento Vista previa del feed

Rendimiento

Resumen

Visualizaciones	Alcance	Interacciones	Seguidores
9.467	10.579	37	0

Visualizaciones: 9.467

Total Seguidores

Resumen

Visualizaciones	Alcance	Tiempo de reproducción	Reacciones, comentarios y vec...
1.679	4.227	1 d 12 h	16

De no seguidores: 88%
 De seguidores: 12%

Espectadores: 4.066

Vista previa del feed

se suben fotos sin su consentimiento

Si vos o alguien que conocés está pasando por una situación como estas, buscá ayuda. Más love menos...

Original audio Colegio de P...

El gaslighting es manipulación encubierta: te hace dudar de...
 17 de septiembre de 2025, 10:00 am
 Identificador: 1213453540817685

Interacciones
 51 reacciones 0 comentarios 15 veces compartido

Resumen Rendimiento Vista previa del feed

Rendimiento

Resumen

Visualizaciones	Interacciones	Clics en el enlace	Seguidores
139.041	58	163	1

Visualizaciones: 139.041

El gaslighting es manipulación encubierta: te hace dudar de...
 17 de septiembre de 2025, 10:00 am
 Identificador: 18061820372602406

Interacciones
 20 Me gusta 0 comentarios

Resumen Rendimiento Vista previa del feed

Rendimiento

Resumen

Visualizaciones	Alcance	Interacciones	Seguidores
74.634	57.473	26	1

Visualizaciones: 74.634

Resumen

Visualizaciones	Alcance	Tiempo de reproducción	Reacciones, comentarios y vec...
1.874	3.783	1 d 5 h	12

De no seguidores: 88%
 De seguidores: 12%

Espectadores: 3.832

Vista previa del feed

como cuando alguien te molesta,

Si vos o alguien que conocés está pasando por una situación como estas, buscá ayuda. Más love menos...

Psicología de Costa Rica

Unas prácticas

Promocionar

La salud emocional de niñas, niños y adolescentes también s...
15 de septiembre de 2025, 10:00 am
Identificador: 1211535124342860

Interacciones

15 reacciones 0 comentarios 8 veces compartido

Resumen Rendimiento Vista previa del feed

Unas prácticas

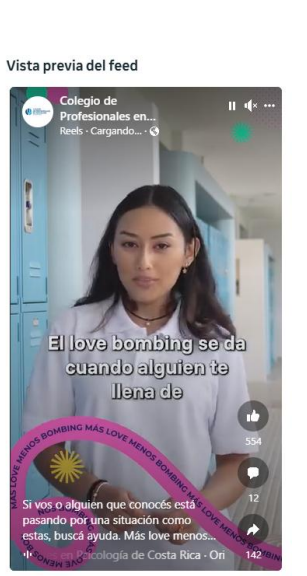
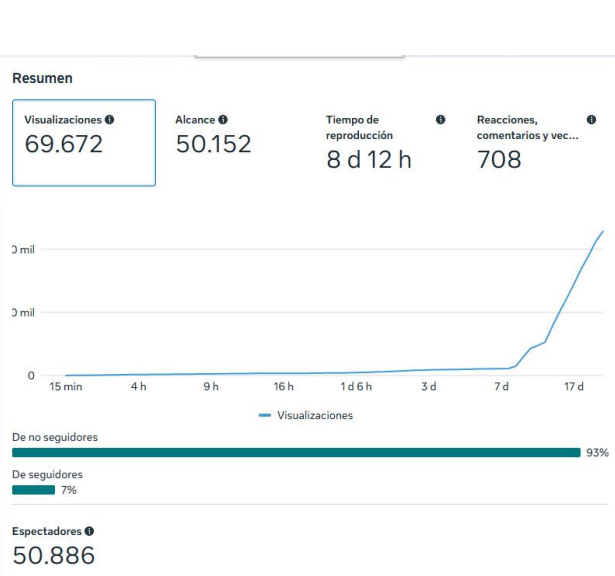
Promocionar

La salud emocional de niñas, niños y adolescentes también s...
15 de septiembre de 2025, 10:00 am
Identificador: 17993126264831128

Interacciones

3 Me gusta 0 comentarios

Resumen Rendimiento Vista previa del feed



Rendimiento

Resumen

Visualizaciones	Interacciones	Clics en el enlace	Seguidores
19.763	23	2	0

Visualizaciones: 19.763

Rendimiento

Resumen

Visualizaciones	Alcance	Interacciones	Seguidores
5.848	16.801	4	0

Visualizaciones: 5.848

El body shaming es violencia. Burlarse o criticar el cuerpo de...
12 de septiembre de 2025, 10:37 am
Identificador: 1209023787927327

Interacciones

68 reacciones 0 comentarios 21 veces compartido

Resumen Rendimiento Vista previa del feed

El body shaming es violencia. Burlarse o criticar el cuerpo de...
12 de septiembre de 2025, 10:00 am
Identificador: 18067342622190824

Interacciones

25 Me gusta 0 comentarios

Resumen Rendimiento Vista previa del feed

Promocionar

“Más love, menos bombing”, “más amor, menos bombardeo”...
10 de septiembre de 2025, 2:18 pm
Identificador: 17976384569761663

Interacciones

95 Me gusta 1 comentario

Resumen Rendimiento Vista previa del feed

Rendimiento

Resumen

Basado en estadísticas de tu publicación original y de anuncios combinados de Facebook e Instagram.

Visualizaciones	Interacciones	Clics en el enlace	Seguidores
215.617	76	278	2

Visualizaciones: 215.617

Rendimiento

Resumen

Visualizaciones	Alcance	Interacciones	Seguidores
13.576	18.126	29	1

Visualizaciones: 13.576

Rendimiento

Resumen

Basado en estadísticas de tu publicación original y de anuncios combinados de Facebook e Instagram.

Visualizaciones	Alcance	Interacciones	Tiempo de reproducción	Seguidores
4.171	9.890	114	5 h 28 min	0

Visualizaciones: 4.171

Estadísticas: Campaña Alto al Bullying CCP Ministerio de Justicia y Paz (zona Corredores)

Facebook

Publicación 1



Biblioteca de contenido
Insights de la publicación
 una situación como estas, buscá ayuda.
 Más love menos bombing.
 Visítá: <https://bullyingcr.com>
 Línea de ayuda: 800 AQESTOY ó al 9-1-1



Biblioteca de contenido
Insights de la publicación
 una situación como estas, buscá ayuda.
 Más love menos bombing.
 Visítá: <https://bullyingcr.com>
 Línea de ayuda: 800 AQESTOY ó al 9-1-1

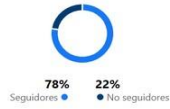


Professional dashboard
 Promocionar

Visualizaciones

Seguidores frente a no seguidores

263

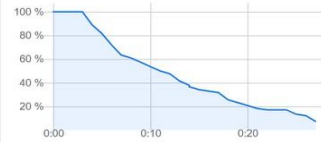


Retención de audiencia

La mayor parte de tu audiencia ha abandonado el vídeo en la marca de 0:04. La media de tiempo que se ha visto es de 6 s. La media de tiempo que se ha visto es de 6 s.

6 s

Tiempo medio de reproducción



Reproducciones de 3 segundos 82

Reproducciones de 1 minuto 0

Tiempo de reproducción 2347

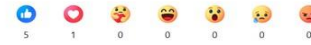
Seguidores netos

0

Seguidores netos

Interacciones

7



Orgánicas Anuncios

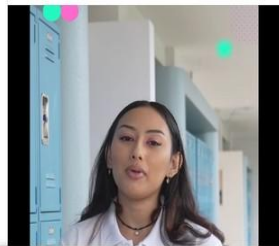
Reacciones 6

Veces que se ha compartido 1

Comentarios 0

Veces que se ha guardado 0

Biblioteca de contenido
Insights de la publicación
 una situación como estas, buscá ayuda.
 Más love menos bombing.
 Visítá: <https://bullyingcr.com>
 Línea de ayuda: 800 AQESTOY ó al 9-1-1



Publicación 3
 Professional dashboard
 Promocionar

Tiempo de reproducción 2347

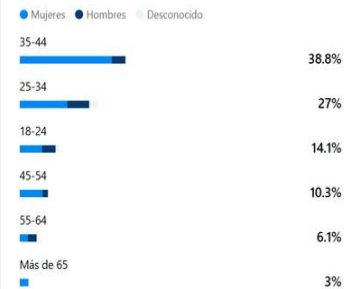
Cómo se te puede encontrar

Tráfico Fuente



Quién ha visto tu contenido

Edad y sexo Principales países



Biblioteca de contenido

Insights de la publicación

el cuerpo de alguien af... Ver más

body shaming cuando:
 an de cómo se ve mi
 , si estoy gordo o flaco,
 go acné.

uda:
 Y 6 al 9-1-1

ENNO

Visualizaciones

Seguidores frente a no seguidores

302

73% Seguidores 27% No seguidores

Seguidores netos

0 Seguidores netos

Quién ha visto tu contenido

Edad y sexo Principales países

Mujeres Hombres Desconocido

Interacciones

1

Biblioteca de contenido

Insights de la publicación

el cuerpo de alguien af... Ver más

Publicación 4

body shaming cuando:
 an de cómo se ve mi
 , si estoy gordo o flaco,
 go acné.

uda:
 Y 6 al 9-1-1

ENNO

Professional dashboard

Promocionar

Quién ha visto tu contenido

Edad y sexo Principales países

Mujeres Hombres Desconocido

Edad	Porcentaje
35-44	35.1%
25-34	30.4%
18-24	20.6%
45-54	9.5%
Más de 65	2.4%
55-64	2%

Interacciones

1

Reacción	Cantidad
Me gusta	1
Me encanta	0
Me encanta (rojo)	0
Me encanta (verde)	0
Me encanta (rojo)	0
Me encanta (verde)	0
Me encanta (rojo)	0
Me encanta (verde)	0

Orgánicas Anuncios

Interacción	Cantidad
Reacciones	1
Comentarios	0
Veces que se ha compartido	0
Veces que se ha guardado	0

Biblioteca de contenido
← Insights de la publicación

Si vos o alguien que conocés está pasando por una situación como estas, b... Ver más



Professional dashboard

Visualizaciones ⓘ

Seguidores frente a no seguidores

170



70% Seguidores
30% No seguidores

Seguidores netos ⓘ

0
Seguidores netos

Retención de audiencia ⓘ

La mayor parte de tu audiencia ha abandonado el vídeo en la marca de 0:05. La media de tiempo que se ha visto es de 2 s.

Interacciones ⓘ

0

Biblioteca de contenido
← Insights de la publicación

Si vos o alguien que conocés está pasando por una situación como estas, b... Ver más



Professional dashboard

2 s

Tiempo medio de reproducción



Reproducciones de 3 segundos 30

Reproducciones de 1 minuto 0

Tiempo de reproducción 6:16



● Orgánicas ● Anuncios

Reacciones 0

Comentarios 0

Veces que se ha compartido 0

Veces que se ha guardado 0

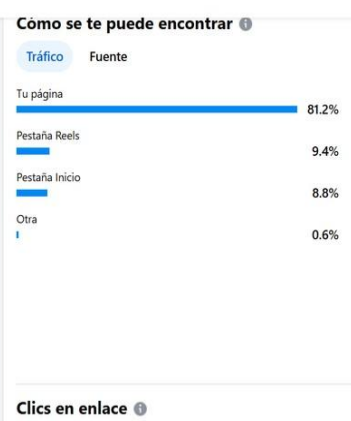
Biblioteca de contenido

Insights de la publicación

Si vos o alguien que conocés está pasando por una situación como estas, b... Ver más

afectan gravemente

Professional dashboard



Biblioteca de contenido

Insights de la publicación

hace dudar de tu memoria, p... Ver más

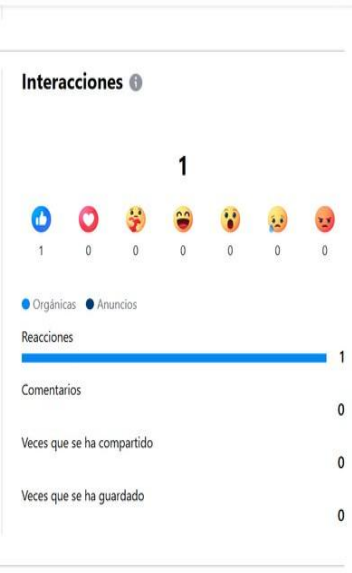
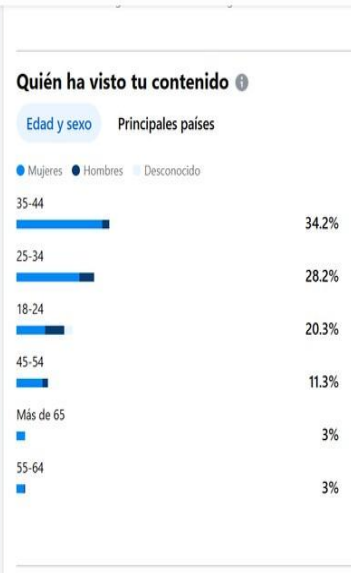
gaslighting cuando:

cen sentir que lo que digo e o que estoy exagerando e yo sé que no.

BOMBING MÁS LOVE MENOS BOMBING

Publicacion 7

Professional dashboard



Biblioteca de contenido

Insights de la publicación

ofensivos en redes no es inofensi... Ver más

Professional dashboard

Biblioteca de contenido

Insights de la publicación

ofensivos en redes no es inofensi... Ver más

Publicación

Biblioteca de contenido

Insights de la publicación

Centro Cívico por la Paz Corred...
Publicado por Castro Au ·
19 de septiembre a las 6:02 ·

Si vos o alguien que conocés está pasando por una situación como estas, b... Ver más

Visualizaciones

Seguidores frente a no seguidores

269

71% Seguidores, 29% No seguidores

Seguidores netos

0 Seguidores netos

Quién ha visto tu contenido

Edad y sexo Principales países

Mujeres Hombres Desconocido

35-44

Quién ha visto tu contenido

Edad y sexo Principales países

Mujeres Hombres Desconocido

35-44	35.9%
25-34	28.3%
18-24	20.9%
45-54	9.8%
Más de 65	2.8%
55-64	2.3%

Interacciones

0

Reacciones: 0

Comentarios: 0

Veces que se ha compartido: 0

Veces que se ha guardado: 0

Orgánicas Anuncios

Visualizaciones

Seguidores frente a no seguidores

248

75% Seguidores, 25% No seguidores

Seguidores netos

0 Seguidores netos

Retención de audiencia

La mayor parte de tu audiencia ha abandonado el vídeo en la marca de 0:04. La media de tiempo que se ha visto es de 3 s.

Interacciones

0



Retención de audiencia

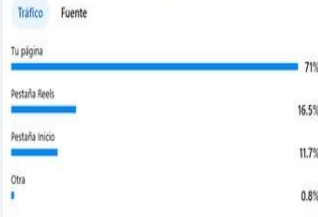
La mayor parte de tu audiencia ha abandonado el video en la marca de 0:04. La media de tiempo que se ha visto es de 3 s.



Interacciones



Cómo se te puede encontrar



Quién ha visto tu contenido



Visualizaciones

Seguidores frente a no seguidores · Orgánico frente a anuncios



Seguidores netos

0 Seguidores netos

Quién ha visto tu contenido



Interacciones





Pautas Cine: 840.

11 AL 17 SETIEMBRE, 2025

San José - Cinemark Escazu Oeste

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	POTS SEMANA
5	EL CONJURO 4 / DEMON SLAYER	4046	28
8	DEMON SLAYER	4247	28

San José - Cinemark Curridabat Este

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	POTS SEMANA
4	EL CONJURO 4 / DEMON SLAYER	4163	28

Alajuela - Cinemark Citymall

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	POTS SEMANA
1	EL CONJURO 4	4057	28
4	EL CONJURO 4 / DEMON SLAYER	4105	28

Heredia - Cinemark Ozigeno

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	POTS SEMANA
3	DEMON SLAYER	4218	28

TOTAL 168

18 AL 24 SETIEMBRE, 2025

San José - Cinemark Escazu Oeste

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	POTS SEMANA
1	DEMON SLAYER	3501	28
5	LOS TIPOS MALOS 2 / EL GRAN VIAJE DE TU VIDA	2824	28

San José - Cinemark Curridabat Oeste

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	POTS SEMANA
3	ANIMALES PELIGROSOS / CAMINA O MUERE / TOY STORY	2830	28

Alajuela - Cinemark Citymall

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	POTS SEMANA
3	EL CONJURO 4 / DEMON SLAYER	3826	28

Heredia - Cinemark Ozigeno

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	POTS SEMANA
3	TOY STORY / EL GRAN VIAJE DE TU VIDA	2863	28
5	ANIMALES PELIGROSOS / DEMON SLAYER / TOY STORY	3019	28

TOTAL 168

25 SETIEMBRE AL 01 OCTUBRE, 2025

San José - Cinemark Escazu Oeste

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	SPOTS SEMANA
1	EL CONJURO 4 / UNA BATALLA TRAS OTRA	2445	28

San José - Cinemark Curridabat Este

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	SPOTS SEMANA
2	EL CONJURO 4 / CAMINA O MUERE / TOY STORY	2528	28
3	LOS TIPOS MALOS 2	1824	28

Alajuela - Cinemark Citymall

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	SPOTS SEMANA
3	EL CONJURO 4 / UNA BATALLA TRAS OTRA	2827	28
5	DEMON SLAYER	2726	28

Heredia - Cinemark Ozigeno

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	SPOTS SEMANA
3	EL CONJURO 4	2584	28

TOTAL 168

02 AL 08 OCTUBRE, 2025

San José - Cinemark Escazu Oeste

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	SPOTS SEMANA
5	ABRRA O HUECA / DEMON SLAYER	1927	28
8	RA ZNA 2 / TOY STORY	2254	28

San José - Cinemark Curridabat Este

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	SPOTS SEMANA
2	LOS EXTRAÑOS CAP 2	4847	28

Alajuela - Cinemark Citymall

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	SPOTS SEMANA
8	AVATAR THE WAY OF WATER / DEMON SLAYER	3818	28

Heredia - Cinemark Ozigeno

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	SPOTS SEMANA
2	RA ZNA 2 / TOY STORY	2192	28
7	LA CASA DE LAS HUEBECAS DE CADDY / UNA BATALLA TRAS OTRA	2346	28

TOTAL 168

09 AL 15 OCTUBRE, 2025

San José - Cinemark Escazu Oeste

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	SPOTS SEMANA
3	TRON ARCS	2374	28

San José - Cinemark Curridabat Este

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	SPOTS SEMANA
1	EL CONJURO 4	1847	28
2	LA MAQUINA / LA CASA DE HUEBECAS DE CADDY	1228	28

Alajuela - Cinemark Citymall

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	SPOTS SEMANA
2	UNA BATALLA TRAS OTRA	1743	28
5	TRON ARCS	2634	28

Heredia - Cinemark Ozigeno

SALA	PELICULA	ASISTENCIA	SPOTS SEMANA
3	LA MAQUINA / TRON ARCS	2392	28

TOTAL 168

Cuña de radio:



Cuñas de radio (300 cuñas de radio em CRC 94.7 y 103)



Distribución de pauta Alto al Bullying

	PERÍODO DE PAUTA 8setiembre al 8 octubre 2024																														TOTAL CUÑAS	
	L	K	M	J	V	S	D	L	K	M	J	V	S	D	L	K	M	J	V	S	D	L	K	M	J	V	S	D	L	K		M
MENSUAL	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	8	
94.7	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	2	5	5	5	150
103	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	2	5	5	5	150
Programación regular AA/																															TOTAL PAUTADO	300

Entrevistas:



Campaña “Alto al Bullying y al Cyberbullying 2025”

Es Ghosting cuando:

alguien que hablaba conmigo deja de responderme sin decir nada, me ignora y me responde uno o varios días después como si nada.

ALTO
al Bullying y al Cyberbullying

MÁS LOVE MENOS BOMBING MÁS LOVE MENOS BOMBING MÁS LOVE MENOS BOMBING MÁS LOVE MENOS BOMBING MÁS LOVE MENOS BOMBING MÁS LOVE MENOS BOMBING

Líneas de ayuda:
800-AQUESTOY ó al 9-1-1

ORGANIZAN: CPPCR, MINISTERIO DE JUSTICIA Y PAZ, GOBIERNO DE COSTA RICA

PATROCINAN: 1820, CoopeAnde, Psicología Mirando-por-dentro, Himalaya DESDE 1930, Maruchan Hecho en USA, P. Psicología, Roma

Reporte de Gestión de prensa

Resultados

74,3 millones de colones
Valor de los espacios

75

Impactos en

Televisión

Telenoticias, Canal 7
Noticias, Canal 13
Malas Compañías
Calle 7

Medios digitales

Nacion.com
CR HOY
El Observador
Grupo Extra.com
Delfino.cr
Esquina 506
Mundo Escazú
CRC891.com
Revista360.com
Mundo Escazú
Revistavisióncr
El Sol de Occidente
El Norte Hoy
Foro de Costa Rica
Puntarenas Se Oye
Hoy Dónde Estamos
El Mundo.cr
Press reader nación
cultura.cr
El Mensaje (Guanacaste)
Noticias la Garita
Sinart Digital
Tome Pal Pinto
Costa Rica Mayor
Teletica.com
El Financiero
A Diario.com

Radio

Extra Radio
Teletica Radio
CRC 89.1
Radio Nacional
94.7
95.9
Azul 99.9

Impresa

La nación
Diario Extra

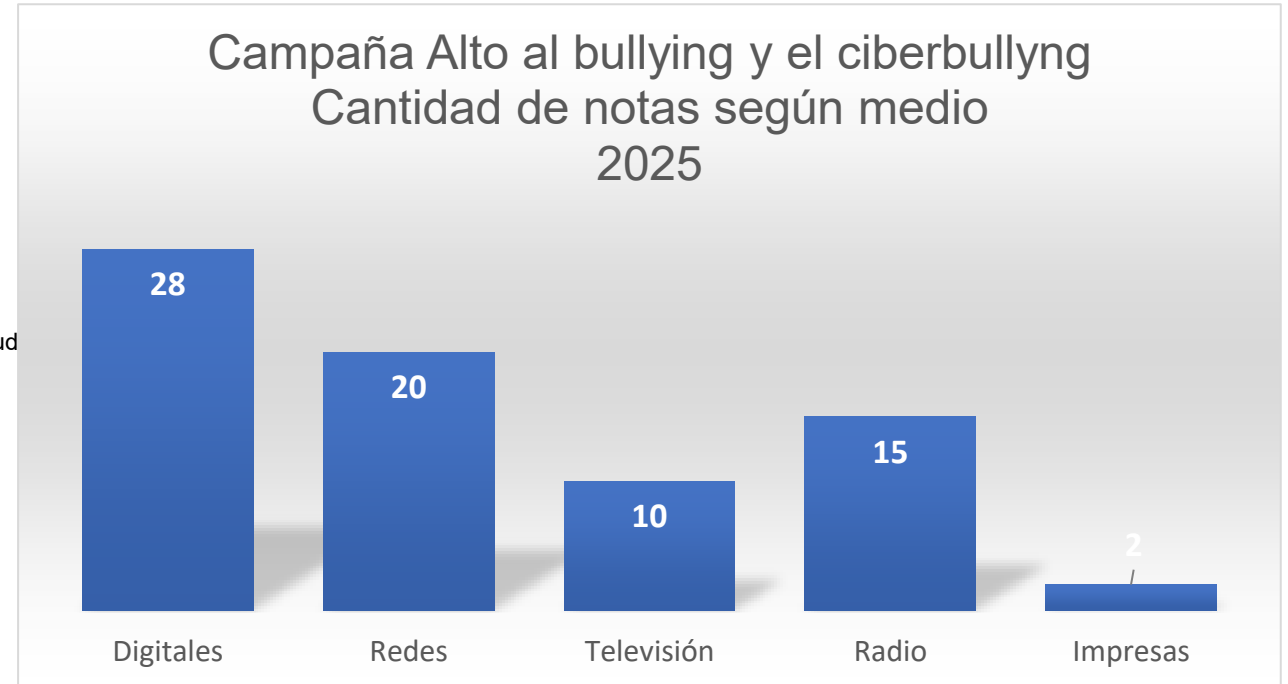
Otras plataformas

Vivir con Valor, Sound Cloud
Vivir con Valor, Spotify
La nación, T
El Sol de Occidente F
CRC89.1: F
Discovery Go, F
Hoy Dónde Estamos, F
Mundo Escazú Facebook
Sinart, Facebook
A Diario, T y F
El Financiero, WA
El Observador, T
Delfino.cr, F
Extra, Youtube
Teletica Radio, F
Malas Compañías, F

Medios y plataformas

57

Campaña Alto al bullying y el ciberbullying
Cantidad de notas según medio
2025



Medios contactados

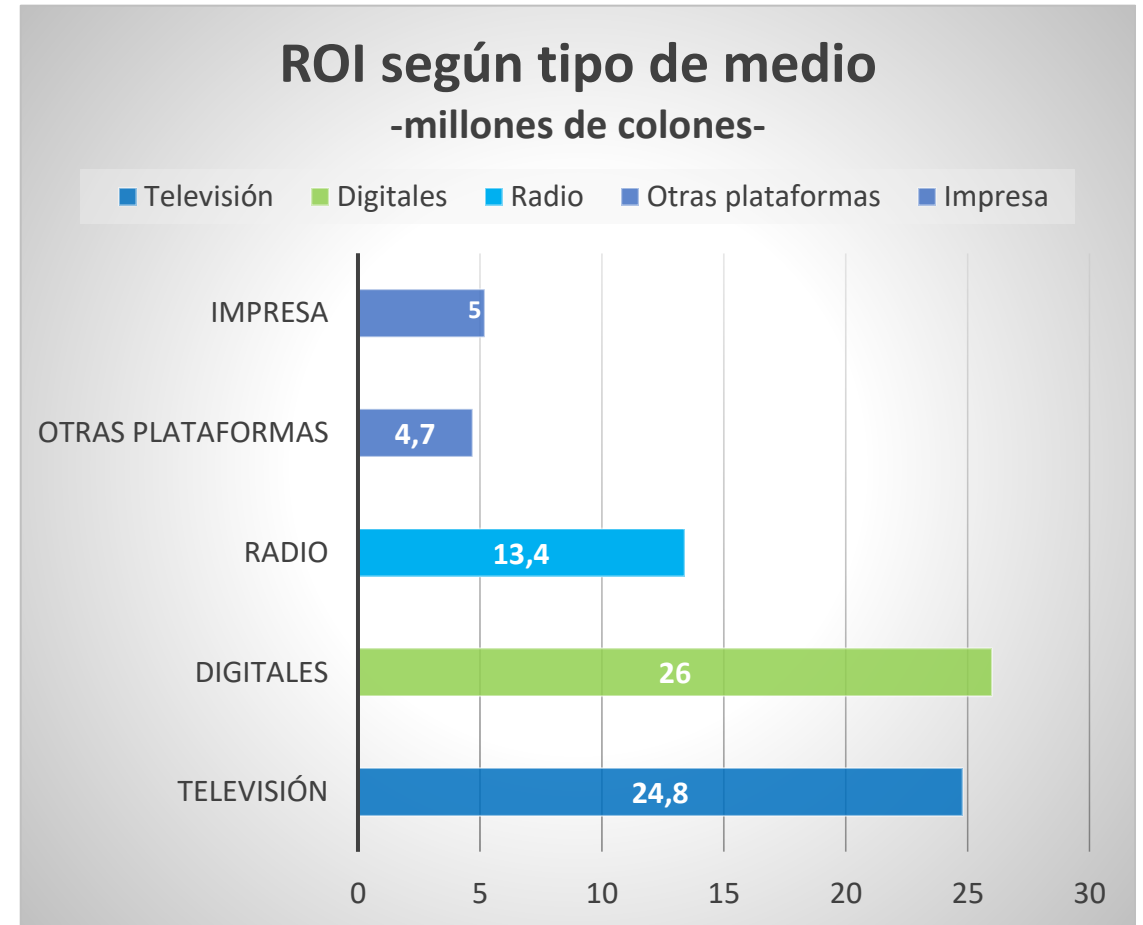
252 millones de colones
Valor de las RRPP

200

Periodistas contactados

150

medios de locales, nacionales
e internacionales contactados



Carpeta de prensa

“El nuevo lenguaje del bullying y ciberbullying”

Bullying y ciberbullying en palabras de hoy
Campaña busca que personas adultas entiendan el lenguaje estudiantil para que actúen y ayuden en la prevención

- Al menos 20 palabras que usted debe conocer para actuar y hacer que en la comunidad estudiantil haya mayor unión entre sí y mejor conexión en redes.
- Especialistas del Colegio de Profesionales en Psicología orientarán a personal en centros educativos
- El **Bullying** y el **Ciberbullying** pueden incluso llevar a la muerte.

Carpeta de prensa: [Enlaces](#)

San José, Costa Rica, 03 de setiembre 2025. “Más love, menos bombing”, “más amor, menos bombardeo” son parte de las 20 expresiones y 15 acciones que la campaña “Alto al Bullying y al Ciberbullying, 2025” pretende que conozcan las personas adultas como padres, madres, personal de apoyo en centros educativos y personas cuidadoras, a cargo de la niñez y la adolescencia, para que prevengan y actúen ante estos padecimientos de la sociedad actual.

Esta campaña fue presentada hoy por el Colegio de Profesionales en Psicología de Costa Rica (CPPCR), coorganizada con el Ministerio de Justicia y Paz y con el respaldo de empresas privadas solidarias.

“La actitud responsable de una persona adulta puede salvar la vida de una niña, un niño o una persona adolescente. Es nuestro deber como personas adultas prevenir, acompañar, denunciar y corregir. Necesitamos familias que noten lo que les pasa a sus hijas e hijos, personal que active los protocolos, comunidad que detecte anomalías en parques y buses, autoridades judiciales que apliquen medidas correctivas, medios de comunicación que nos ayuden a divulgar medidas de prevención y primero que todo, entender lo que habla la población estudiantil y cómo se manifiesta el **bullying** y el **ciberbullying**”, afirmó Ingrid Naranjo integrante del Equipo Técnico del CPPCR y una de las voceras de la campaña.

Este año la campaña enciende la alerta sobre palabras que para muchas personas jóvenes serán de uso diario, mientras que para personas adultas serán una verdadera revelación. También sobre acciones concretas que pueden asumir las personas adultas.

Palabras de hoy desde el punto de vista de las personas estudiantiles

Por su parte, Gabriela Garro, integrante del Equipo Técnico del CPPCR y vocera de la campaña, explicó “que la guía busca brindar a la población herramientas claras y actualizadas sobre los términos que utilizan niñas, niños y personas adolescentes en su cotidianidad, pasando por el **bullying** y el **ciberbullying** hasta expresiones como **body shaming**, que hacen referencia a burlas sobre la apariencia física. Queremos que la



CP bullying 02-09-25

CP bullying 02-09-25 .pdf



[Enlace a la carpeta de prensa](#)

Registro de notas

Campaña Bullying y Cyberbullying				
Septiembre 2025 (Lenguaje para personas adultas)				
Fecha	País	Medio	Titulo	
03-set	Canal 13	RA	https://www.facebook.com/share/v/1FPws4ZTRN/?mibextid=wwXlfr	
03-set	Noticias Columbia	RA	https://app.controles.co.cr/?shared=1&id=68b83aab427bd73ab55db12c	
03-set	Extra Radio, En Cont	RA	No disponible	
03-set	Facebook Extra Radi	RE	facebook.com/61562118056160/posts/122157343172403935/?mibextid=wwXlfr&rdid=SA48InSVKsevB2aC&share_url=htt	
03-set	Página Extra Radio	DI	https://www.extraradiocr.com/campana-lanzan-guia-contra-el-bullying-con-lenguaje-juvenil/?fbclid=IwY2xjawMlm2dleHRuA	
03-set	Youtube Extra Radio	RE	https://www.youtube.com/watch?v=veT3Ac9RqGU	
03-set	Canal 13 Pase 2	TV	https://app.controles.co.cr/?shared=1&id=68b88c67427bd73ab55f3f31	
03-set	Canal 13 Pase 1	TV	https://app.controles.co.cr/?shared=1&id=68b87d1c427bd73ab55ebbd9	
03-set	Esquina 506	DI	https://laesquina506.com/campana-busca-que-personas-adultas-entiendan-el-lenguaje-estudiantil-para-que-actuen-y-ayuden	
03-set	Facebook Sol de Occ	RE	https://www.facebook.com/share/p/1AyPJAS5YC3/	
03-set	Noticias Columbia, F	RA	https://app.controles.co.cr/?shared=1&id=68b89715427bd73ab55f7bcb	
03-set	Delfino.cr	DI	https://delfino.cr/2025/09/lanzan-campana-para-prevenir-bullying-y-ciberbullying-en-centros-educativos	
03-set	La Nación	DI	https://www.nacion.com/el-pais/el-bullying-y-ciberbullying-tienen-un-lenguaje/7RLZXSMHSRBL7PR7FIFHISYPXY/story/?utm	
03-set	Facebook Delfino	RE	https://www.facebook.com/share/p/15xxHqoqjB/	
03-set	Puntarenas se Oye	DI	https://www.puntarenasseoye.com/educacion/mas-alla-del-aula-el-acoso-que-nunca-se-va-a-casa/	
03-set	El Observador	DI	https://observador.cr/campana-contra-el-bullying-busca-que-adultos-aprendan-el-lenguaje-juvenil-aumentan-casos-de-depres	
03-set	Tome pal pinto	DI	https://tomepalpinto.com/2025/09/03/lenguaje-bullying-ciberbullying-como-reconocerlo-proteger-hijos/	
03-set	Twitter La Nación	RE	https://x.com/nacion/status/1963302021080969426	
03-set	Twitter La Nación	RE	https://x.com/nacion/status/1963308334179569874	
03-set	Twitter Delfino	RE	https://x.com/delfinocr/status/1963336067328680082	
04-set	Nación Impres	IM	Impres	
04-set	Crónicas de La Unión	DI	https://cronicasdelunion.com/noticias/nacionales/bullying-y-ciberbullying-en-palabras-de-hoy/	
04-set	Hoy dónde estamos	DI	https://hoydondestamos.com/2025/09/04/desafiar-la-brecha-generacional-para-salvar-vidas/	
04-set	Facebook Hoy dónde	RE	https://www.facebook.com/share/p/1Rhen2KLBL/	
04-set	El Norte Hoy	DI	https://elnortehoycr.com/2025/09/04/ensenan-a-adultos-el-lenguaje-estudiantil-para-prevenir-bullying-y-ciberbullying/	
04-set	Revista visión CR	DI	https://revistavisioncr.com/bullying-y-ciberbullying-en-palabras-de-hoy/	
04-set	Mundo Escazú	DI	https://www.mundoescazu.com/index.php/negocios-en-escazu/campana-busca-que-adultos-entiendan-el-lenguaje-estudiantil	
04-set	Foro de Costa Rica	DI	https://forodecostarica.com/tema/del-crige-al-doxeo-el-nuevo-y-preocupante-diccionario-del-bullying-que-nos-urge-entend	
04-set	Costa Rica Mayor	DI	https://costaricamayor.com/colegio-de-psicologos-campana-contra-el-bullying-es-una-oportunidad-para-acercar-generacione	
04-set	Sinart Digital	DI	https://sinartdigital.com/trecenoticias/nacionales/item/mas-love-menos-bombing-para-prevenir-bullying	

Algunos ejemplos publicaciones en TV



Telenoticias



Canal 13



Calle 7

Ejemplos de notas digitales



[Delfinocr](#)



[nacion.com](#)



[CR Hoy](#)

Ejemplo de notas en radio



Malas Compañías



Extra Radio



CR 89.1

Ejemplo de medios en redes



[Facebook Hoy dónde estamos](#)



[Twitter El Observador](#)



[Discovery](#)

COLEGIO DE PROFESIONALES EN PSICOLOGIA ELABORA GUIA PARA ACOMPAÑAR A VICTIMAS

Conocer lenguaje del 'bullying' y 'ciberbullying' es clave para ayudar

Esta forma de violencia incluye desde la burla por características físicas hasta el acoso o el aislamiento

Irene Rodríguez S.

El bullying y el ciberbullying son de los principales problemas que enfrentan los niños y adolescentes. Sin embargo, las formas han mutado con el tiempo y el lenguaje que hoy se utiliza no es el mismo de hace unos años. Por ello, es importante reconocer este lenguaje para poder darles una buena compañía a los menores.

El Colegio de Profesionales en Psicología de Costa Rica (COPPCO) creó una guía y un glosario con estas temáticas para guiar a las familias y prevenir la violencia hacia los estudiantes.

El bullying es una violencia extrema en los espacios educativos, puede ser verbal, gestual, física y sistemática. No es un hecho aislado, es progresivo e intencional, y tiene el objetivo de dañar a un estudiante específico. Incluye humillar, aislar y agredir física, verbal, sexual, patrimonial o económicamente a un compañero en el centro de estudio o fuera de este.

Son embargo, tales situaciones no solo se dan en escuelas y colegios, también en centros deportivos u otros espacios de convivencia.

Con la tecnología esta violencia también pasa a las redes sociales, Internet y plataformas de mensajería. A esto se lo conoce como ciberbullying.

"No son hechos aislados ni 'comportamientos de muchachos', son hechos que dejan heridas y que pueden poner en riesgo la vida", manifestó Ivannia Serrano Brenes, presidenta del Colegio.

Serrano expuso que, según datos del Ministerio de Salud, entre 2020 y 2024 los intentos de suicidio en personas de 10 a 14 años se triplicaron, y en adolescentes de 15 a 19 aumentaron más de un 20%.

Lenguaje del bullying. Mucha de esta terminología está en inglés y otra es producto de



El bullying causa problemas emocionales y físicos; podría arruinar la vida de la víctima, que sufre ser un niño o adolescente.

la "españolización" de términos en inglés. A criterio de los especialistas, conocer estos términos permitirá entender de qué hablan los jóvenes, que significa lo que dicen para así detectar problemas.

Aunque no todo esto significa bullying per se si están en el mismo ámbito. Estos son algunos de los términos:

• **Body shaming.** La práctica de avergonzar, criticar o burlarse de una persona por la forma, tamaño o apariencia de su cuerpo. Normalmente se asocia a la gordura u obesidad, pero puede hacerse también en personas sumamente delgadas, pequeñas, altas, narizonas, muy pecosas o con algún defecto físico.

• **Cancelación o hater.** También llamada "cultura de la cancelación". Es la manifestación grupal en torno a una persona en función de denunciar, destruir por considerar que ha hecho o hecho algo inaceptable u ofensivo.

• **Gossiping o gossiping.** Desapricios repentinos y sin explicación

HERIDAS
NO SON HECHOS AISLADOS NI 'COMPORTAMIENTOS DE MUCHACHOS'; SON HECHOS QUE DEJAN HERIDAS Y QUE PUEDEN PONER EN RIESGO LA VIDA.

Ivannia Serrano
Colegio de Psicólogos

¿HAY QUE ACOMPAÑAR A LOS ADOLESCENTES NO SOLO PARA DECIRLES QUE LA COMIDA ESTÁ LISTA, NO SOLO PARA REGALAR, PROCURAR ENCUENTROS PARA COMPARTIR, PARA ESCUCHAR, PARA ESTAR PRESENTES, PARA SABER QUE LE INQUIETA AL ADOLESCENTE?

Gabriela Garro
Colegio de Psicólogos

ción de una persona que mantenga un vínculo con otra. En el caso del gossiping, se ve con relación a los amigos o com-

pañerismo con un niño o adolescente. A la víctima la dejan de llamar, de buscar, de invitar a actividades y no le responden llamadas o mensajes.

• **Love bombing.** Es lo opuesto del ghosting. Es un "bombardeo de amor" o de interés al inicio de una relación (en este caso de compañerismo o amistad) en el que incluso la víctima se siente abrumada o acosada, para luego mostrar desinterés conforme avanza el tiempo.

• **FOMO.** Es el acrónimo en inglés de miedo a quedar fuera. Esto puede verse tanto en conversaciones en línea y redes sociales como en actividades presenciales que se realizan dentro y fuera del centro educativo.

"Es la ansiedad que siente la persona por sentir que no está en lugar, que no está participando en una actividad y puede ser excluido por no participar", precisó Gabriela Garro Sáenz, representante del COPPCO.

• **Grooming.** El acoso sexual a menores de edad en entornos

digitales. Una persona adulta, el groomer, realiza acciones para engañar y ganar la confianza del adolescente con intención sexual. Normalmente, se crean perfiles falsos en redes sociales, salones de chat o videojuegos.

El glosario, así como otros recursos para las familias pueden encontrarse en el sitio web www.colegiopsicologia.com.

En familia. Garro señaló que la escucha en las familias es fundamental. Para ello, es importante que los adultos de la familia se acerquen a los adolescentes.

"No solo para decirles que la comida está lista, no solo para regañar. Procurar encuentros para compartir, para escuchar, para estar presentes, para saber qué le inquieta al adolescente", expresó Garro.

En el sitio web también viene una guía para que los padres y madres se acerquen a los adolescentes y puedan guiarlos en el manejo de redes sociales. ■

A su Servicio

Viernes 5 de setiembre de 2025
Diario Extra
Página



Conozca cómo actuar ante el bullying

Existen al menos 20 términos diferentes

Uno de los objetivos de que padres, madres, cuidadores y personal de apoyo en centros educativos comprendan el lenguaje que utilizan niños, niñas y adolescentes para prevenir, detectar y actuar ante situaciones de acoso tanto presencial como digital, es la campaña "Acto al Bullying y al ciberbullying, 2025".

El glosario, así como otros recursos para las familias pueden encontrarse en el sitio web www.colegiopsicologia.com.

Pasos concretos
re las acciones que promueve la auto detección. Converse sobre riesgos digitales. Hablar de forma abierta y clara sobre ciberbullying, haro o

Los términos a conocer

- **Cancelación o cancel culture:** Cuando una persona pierde seguidores o contactos en redes sociales porque alguien difundió que dijo algo considerando ofensivo o inapropiado.
- **Crings:** Acto que otros consideran raro o vergonzoso y provoca burlas o memes en redes sociales.
- **Doxxing o doxing:** Publicación de información personal sin permiso, como direcciones o datos sensibles, poniendo en riesgo la seguridad.
- **Exclusión digital:** Dar a alguien fuera de grupos en redes sociales, chats o videojuegos, generando sensación de aislamiento.

- **FOMO (Fear of missing out):** Ansiedad por no estar presente en eventos o actividades sociales.
- **Gossiping:** Manipulación para averiguar pensamientos o emociones, haciendo dudar a la persona de su propia percepción.
- **Ghosting:** Cuando alguien deja de responder sin explicación y desaparece de la comunicación.
- **Hater / Hater:** Críticas o burlas con el fin de humillar.
- **Love Bombing:** Exceso inicial de afecto y halagos que luego se convierte en control o maltrato emocional.

• Otros: Roasting, shaming, sheppar, walking, troles.

nos como el FOMO o el hater. Momentos duros de desconfianza psicológica. Escribir, borrar, irse para atrás, como durante comidas de dormir, para fortalecer la cohesión familiar.

Actividades fuera de lo digital: tar deportes, arte, lectura o juego libre para reducir la dependencia y reforzar vínculos positivos.

La vocera de la campaña, Gabriela Sáenz, resaltó que la meta es que la comprensión sobre estas dinámicas los adultos sepa cómo acompañar y empatía en todos los entornos.

El Colegio de Psicólogos cuenta con personal de apoyo en centros educativos para identificar posibles situaciones de acoso y aplicar medidas preventivas, garantizando atención a niñas, niños y adolescentes.

También los recursos de la campaña están en guías, videos, infografías y otros recursos disponibles de forma gratuita en redes sociales para reforzar la prevención y la educación.

Cabe destacar que, al 30 de junio de 2025, la Contraloría de Derechos Humanos del MEP reportó al menos 10 casos de bullying en diferentes centros educativos del país.

Andrés Viquez
andres.viquez@copcco.com

Objetivo de publicity alcanzado

Alcanzado el objetivo de lograr que los espacios periodísticos informaran sobre la campaña.

Prueba de lo anterior es que esta gestión de prensa registra al menos 75 impactos o publicaciones de las cuales la mayoría son en medios de comunicación y 20 en redes sociales de los medios.

El Retorno de la inversión (ROI o valor de los espacios físicos de las informaciones) es al menos de 74,3 millones de colones y el valor de la RRPP se triplica, para llegar 252 millones al contemplar: Expansión del mensaje, credibilidad, posicionamiento de fuentes y ahorro en producción de las informaciones publicadas.