

# Combatir el Bullying: Un Programa Escolar Integral

## Efectos del Bullying

### Efectos a corto plazo

#### Síntomas físicos



Dolores de cabeza  
Dolor de estómago  
Cambios en el apetito  
Mareos  
Problemas de piel

#### Síntomas psicológicos



Ira  
Depresión  
Ansiedad  
Cansancio  
Tristeza  
Baja confianza

#### Síntomas conductuales



Aislamiento social  
Problemas del sueño  
Mojar la cama  
Llorar a menudo  
Resultados académicos bajos  
Absentismo escolar

La mayoría de los adultos que sufrieron acoso de niños recuerdan los acontecimientos vividos a lo largo de toda su vida.

### Efectos a largo plazo

Baja autoestima y confianza  
Ansiedad y Depresión  
Problemas de autocontrol  
Aislamiento social  
Dificultades para confiar en las personas  
Dificultades interpersonales  
Aumento de la tendencia a ser solitario  
Mala salud

## EL BULLYING...

- \* **N** es inevitable
- \* **Es PERJUDICIAL**
- \* **Se EXTIENDE** si no se controla
- \* **IMPLICA** a acosadores, víctimas y testigos
- \* **Se puede DETENER**

