

Exponer la intimidad en redes sociales puede generar un deterioro psicológico inmediato: Colpsic

- *Quienes son víctimas de este tipo de violencia digital sufren dificultades para concentrarse, ataques de pánico, insomnio y un fuerte sentimiento de vergüenza.*
- *El Colegio Colombiano de Psicólogos - Colpsic afirma que los jóvenes están particularmente expuestos a este tipo de violaciones de su intimidad.*
- *Como sociedad, la invitación es a evitar compartir este tipo de videos o fotografías que pueden generar alto impacto en una persona.*

Bogotá. Septiembre de 2025. La reciente polémica entre el cantante Beéle y la influencer Isabella Ladera, tras la viralización de un video íntimo en redes sociales, ha desatado no solo un escándalo mediático, sino también un debate urgente: ¿qué impacto tiene para una persona que su intimidad sea expuesta públicamente sin consentimiento? ¿Y por qué la sociedad sigue respondiendo con morbo, juicio o burla en lugar de empatía?

Más allá de los titulares, los memes o los *trending*, detrás de cada caso de exposición íntima no autorizada hay consecuencias emocionales profundas, duraderas y muchas veces invisibles.

Según Maryi Andrea Rincón Araque, Subdirectora Nacional del Campo Psicología de la Sexualidad del Colegio Colombiano de Psicólogos -Colpsic, las personas que enfrentan este tipo de exposición suelen experimentar un deterioro psicológico inmediato. *"Ansiedad, depresión, baja autoestima, miedo e hipervigilancia son respuestas comunes. La persona siente que su seguridad y bienestar están comprometidos, que perdió el control sobre su propia vida"*, señala la experta.

En muchos casos, quienes son víctimas de este tipo de violencia digital sufren dificultades para concentrarse, ataques de pánico, insomnio y un fuerte sentimiento de vergüenza. A largo plazo, esto puede derivar en trastornos psicológicos crónicos si no se interviene con apoyo profesional.

Medios y plataformas: ¿informan o revictimizan?

Aunque los medios de comunicación y las plataformas digitales tienen la responsabilidad ética y legal de proteger la intimidad de las personas, muchas veces terminan siendo parte del problema. Al reproducir o amplificar estos contenidos, refuerzan los estigmas y normalizan la violencia digital.

"Lo que debería tratarse con cuidado y sensibilidad termina siendo convertido en entretenimiento viral. No se está informando, se está exponiendo y revictimizando", afirma Rincón.

Uno de los aspectos más preocupantes es que las mujeres suelen ser quienes reciben la mayor carga del



juicio público, sin importar si fueron víctimas o no. *“Estamos en una sociedad machista, con una gran falta de educación sexual y emocional. Por eso, cuando se filtra un video íntimo, se culpa más a la mujer que aparece que a quien lo grabó o lo difundió”*, explicó la Subdirectora Nacional del Campo Psicología de la Sexualidad del Colegio Colombiano de Psicólogos -Colpsic

Este doble rasero no solo afecta la salud mental de las mujeres, sino también su rol social y profesional. Irónicamente, muchas veces son otras mujeres quienes reproducen los discursos violentos, lo que muestra lo arraigados que están los prejuicios sexuales en todos los niveles de la sociedad.

¿Por qué la sociedad reacciona con morbo o escándalo ante contenido íntimo? Para Rincón, la explicación está en la falta de educación sexual. *“Vivimos entre dos extremos: la erotofobia —el rechazo moral, el juicio— y la erotofilia —el consumo masivo y sin filtro—. Ambos reflejan una inmadurez colectiva frente al tema de la sexualidad”*.

Esta actitud genera una cultura del matoneo en la que el contenido íntimo se convierte en tendencia, no por la indignación, sino por el morbo, y quienes lo consumen rara vez reflexionan sobre el daño que causan al compartirlo o comentarlo.

Por otra parte, cuando los adolescentes y jóvenes ven que la exposición de la intimidad se vuelve viral y que la víctima es ridiculizada o culpabilizada, se normaliza la violencia digital. Esto no solo refuerza patrones dañinos, sino que los convierte en posibles agresores o en víctimas futuras.

“Si no les enseñamos desde ahora a respetar la privacidad, el consentimiento y la dignidad, vamos a seguir repitiendo estos ciclos de violencia”, alerta la experta.

¿Qué se puede hacer como sociedad?

1. No reproducir ni compartir contenido íntimo sin consentimiento.
2. Denunciar públicamente la violencia digital.
3. Promover la educación sexual y emocional desde edades tempranas.
4. Fomentar una cultura digital empática, crítica y responsable.
5. Apoyar a las víctimas, no señalarlas.

Y para quienes se ven expuestos en medio de estas situaciones, Rincón recomienda buscar ayuda profesional inmediata, activar redes de apoyo seguras y evitar el aislamiento. *“La Salud Mental debe ser una prioridad. Nadie está preparado emocionalmente para ser expuesto de esa manera”*.

**Colegio Colombiano de Psicólogos
Colpsic
Septiembre de 2025**

Página 2 de 2



Carrera 19 No. 84 - 49.
Antiguo Country
Bogotá, D.C. Colombia



colpsic@colpsic.org.co
www.colpsic.org.co



(601) 745 14 70



SC-2001331