

Artículo de Revisión

Retos en Línea: “el que se duerme al último gana”, un peligro para los escolares

Online Challenges: "the one who falls asleep last wins", a danger for schoolchildren

 **Atilio Rodolfo Buendía Giribaldi**
Colegio Científico Albert Einstein, Perú

Augusto Robert Castro Rodríguez
Colegio Científico Albert Einstein, Perú

 **Miguel Antonio Rojas Quispe**
Colegio Científico Albert Einstein, Perú

 **Marco Antonio Alvarado Figueroa**
Colegio Científico Albert Einstein, Perú

Aceptado: Junio de 2023

Recibido: Abril de 2023

Enero - Junio

Vol. 2 Núm. 1 – 2023

<https://doi.org/10.56275/fitovida.v2i1.16>

RESUMEN

El desafío viral llamado "el que se duerme al última gana" se ha popularizado en TikTok y consiste en ingerir clonazepam para inducir el sueño. Este reto presenta graves consecuencias para los menores, ya que el consumo inadecuado de tranquilizantes puede tener efectos secundarios peligrosos. El clonazepam es un medicamento de la familia de las benzodiazepinas que se utiliza para controlar convulsiones y ataques de pánico, pero su uso no recetado puede llevar a riesgos como la dependencia y la interacción con otros medicamentos. Además, se han reportado otros retos peligrosos, como el desafío de la ballena azul, que está relacionado con el suicidio. Es fundamental que los padres estén atentos a las actividades en línea de sus hijos, que los docentes se capaciten en nuevas tecnologías y que se implementen políticas públicas para prevenir estas situaciones. Ante un reto peligroso, se recomienda denunciarlo a la plataforma correspondiente, a la policía o a organizaciones contra el ciberacoso y la violencia en línea. Los menores deben aprender a diferenciar entre retos inofensivos y peligrosos, desarrollar pensamiento crítico y contar con una comunicación abierta con sus padres. La denuncia de estos retos es crucial para evitar que más personas caigan en estas trampas.

Palabras clave: Retos en línea, escolares, el que se duerme al último gana.

ABSTRACT

The viral challenge called "the one who falls asleep last wins" has become popular on TikTok and consists of ingesting clonazepam to induce sleep. This challenge has serious consequences for minors, since the inappropriate use of tranquilizers can have dangerous side effects. Clonazepam is a drug from the benzodiazepine family that is used to control seizures and panic attacks, but its non-prescription use can lead to risks such as drug dependence and drug interaction. In addition, other dangerous challenges have been reported, such as the blue whale challenge, which is linked to suicide. It is essential that parents are aware of their children's online activities, that teachers are trained in new technologies and that public policies are implemented to prevent these situations. In the face of a dangerous challenge, it is recommended to report it to the corresponding platform, the police or organizations against cyberbullying and online violence. Children must learn to differentiate between harmless and dangerous challenges, develop critical thinking, and have open communication with their parents. Reporting these challenges is crucial to prevent more people from falling into these traps.

Keywords: Online challenges, school, the one who falls asleep last wins.

INTRODUCCIÓN

El desafío viral donde participan estudiantes de los colegios, llamado “el que se duerme al último gana” es un reto viral que se ha popularizado en TikTok. Es llamado también “reto clonazepam” y consiste en la ingesta del conocido medicamento con propiedades ansiolíticas y que induce al sueño. Aquel que logre ver como todos sus compañeros cae dormido reclama el triunfo del juego que viene siendo replicado por decenas de adolescente en América Latina. Al no existir supervisión del consumo, los menores se enfrentan a graves consecuencias. En enero del presente año, la Policía Cibernética de la Ciudad de México y la Comisión Federal de Prevención de Riesgos Sanitarios (Cofepris) ha sido la primera en alertar acerca de este juego y ha advertido sobre los peligros que conlleva su práctica (Translated by Content Engine, L. L. C. ,2023).

El consumo inadecuado de tranquilizantes como el clonazepam puede causar una serie de efectos secundarios, incluyendo somnolencia, mareo, náuseas, dolor de cabeza, visión borrosa y dificultades respiratorias, así mismo el consumo de benzodiazepinas se ha incrementado a nivel mundial debido a sus propiedades terapéuticas como anticonvulsivantes, sedantes y relajantes musculares. Tanto hombres como mujeres los consumían a diferentes edades (Muñoz et. al, 2022).

Marco Teórico

El clonazepam es un medicamento de la familia de benzodiazepinas que se usa para controlar ciertos tipos de convulsiones y ataques de pánico. Algunos de los riesgos asociados con el uso no recetado de Clonazepam incluyen:

1. Tomando dosis más altas de lo recomendado, puede causar somnolencia excesiva, dificultad para respirar, coma y la muerte;
2. El uso prolongado de Clonazepam puede causar dependencia física y psicológica;
3. El Clonazepam puede interactuar con otros medicamentos, incluyendo antidepresivos, narcóticos, y alcohol, lo cual puede aumentar el riesgo de efectos secundarios graves.

El tratamiento farmacológico de los trastornos del sueño con clonazepam, siempre debe ser personalizado según el tipo de paciente, el riesgo de adicción y la presencia concomitante de trastornos respiratorios son factores clave a tener en cuenta (Raggi et. al, 2023).

Reto Suicida en Línea

El desafío de la ballena azul, surgido en 2017, fue un intento suicida de un juego que rápidamente se volvió viral en Internet. Estaba dirigido a adolescentes y establecía 50 tareas para completar en 50 días. El desafío supuestamente estaba relacionado con muertes en todo el mundo (Narayan et. al, 2019)

Según expertos de la Universidad de Guadalajara (UdeG), detrás del desafío de la ballena azul hay múltiples factores que quedan expuestos: la ausencia de supervisión de los padres en las actividades que realizan sus hijos, la falta de

formación de los docentes para entender las nuevas tecnologías y el cada vez más ambiguo la línea divisoria entre lo virtual y lo real, para una generación que tiene las herramientas para hacer viral cualquier fenómeno. Especialistas de la UdeG que estudian juventud, llaman a padres y docentes a capacitarse y tener mayor cercanía para orientar a sus hijos y alumnos, e instaron a las autoridades a emprender políticas públicas para prevenir el suicidio con estas nuevas modalidades.

El Dr. Mario Cervantes Medina, coordinador de la Cátedra Unesco Juventud, mostró su preocupación por estos juegos, y explicó que el suicidio es producto de la propia sociedad, que busca justificaciones en los trastornos psicológicos lejos de comprender a los jóvenes, quienes solo buscan aceptación en un entorno adverso y de mucha presión social, señaló la UdeG en su sitio web oficial y dijo: “El suicidio existe desde los albores de la humanidad. Pero si a este fenómeno le sumas lo virtual y la viralización, adquiere una perspectiva diferente”.

Al mismo tiempo, agregó que un sector de la población está conmocionado y, efectivamente, es peligroso, pero con niños se da el caso de que cuanto más les adviertes que es peligroso, más atractivo se vuelve.

En la actualidad existen otros retos tan peligrosos como el 'rompebocas', que consiste en ir detrás de una persona y levantarla por las piernas; Push your friend, que consiste precisamente en empujar a alguien contra otros transeúntes en un momento dado y el 'blackout challenge' de TikTok. Además de estos, existen otros muchos desafíos peligrosos que han dejado varias muertes y, a los que los expertos invitan a prestar mucha más atención a los jóvenes.

Finalmente, el juego en línea “el que se duerme al último gana”, este reto viral entre adolescentes es cada vez más frecuente en redes sociales como TikTok e Instagram. El reto consiste en grabar y retransmitir el reto a través de estas plataformas ya en el Perú lamentablemente a generado la muerte de una escolar.

CONCLUSIONES

La ética como remedio y propuesta para la lucha contra la Es importante que los menores sepan diferenciar entre retos inofensivos y retos peligrosos. Un reto se puede hacer cuando sirve para pasar un buen rato, crea conciencia sobre una buena causa, no daña ni ofende a nadie, promueve la convivencia con entre sí o motiva a otra persona a mejorar o motivarse a sí misma.

Asimismo, es necesario trabajar el pensamiento crítico y ayudarlos a pensar antes de actuar. esto, junto con el autocontrol, es un gran aprendizaje que hay que fomentar y que les puede ayudar en otros ámbitos de su vida, y para ello, la comunicación con los padres es importante.

Es importante que denuncies cualquier reto peligroso que encuentres en internet para evitar que otras personas caigan en la misma trampa.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- [1] Muñoz, D., Zambrano, G. M., & Orellana, M. A. (2022). Incidence and Prevalence of Alprazolam and Clonazepam Consumption at the Hospital Level in Ecuador. *The FASEB Journal*, 36(Supplement 1).
- [2] Narayan, R., Das, B., Das, S., & Bhandari, S. S. (2019). The depressed boy who accepted “Blue Whale Challenge.” *Indian Journal of Psychiatry*, 61(1), 105–106.
https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_234_18
- [3] Raggi, A., Mogavero, MP, DelRosso, LM y Ferri, R. (2023). Clonazepam para el tratamiento de los trastornos del sueño. *Ciencias neurológicas: Diario Oficial de la Sociedad Neurológica Italiana y de la Sociedad Italiana de Neurofisiología Clínica*, 44 (1), 115–128. <https://doi.org/10.1007/s10072-022-06397-x>
- [4] Translated by Content Engine, L. L. C. (2023, Jan 26). Clonazepam challenge causes alert among parents in the Valley of Mexico. *CE Noticias Financieras* <https://www.proquest.com/wire-feeds/clonazepam-challenge-causes-alert-among-parents/docview/2770278673/se-2>