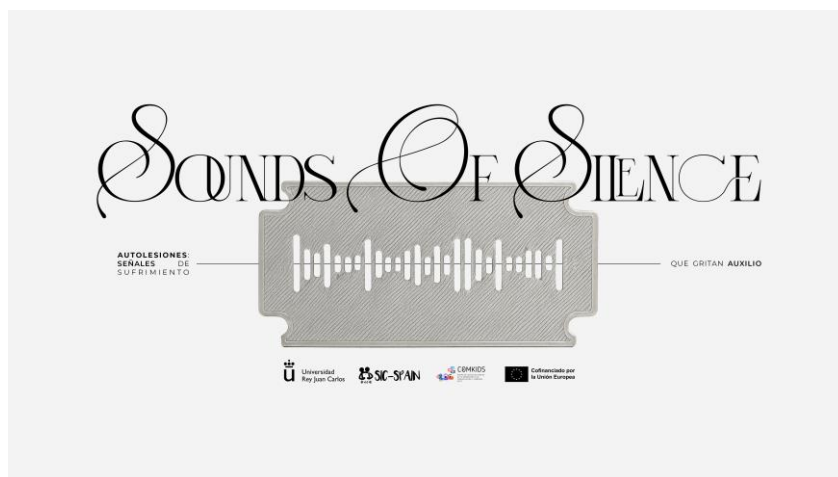


‘S.O.S.’: Un grito de auxilio para concienciar de las autolesiones no suicidas (ANS) en adolescentes



- “Sounds Of Silence” (S.O.S) es la campaña promovida por el grupo de investigación COMKIDS de la Universidad Rey Juan Carlos y la agencia VML HEALTH para poner voz al problema silenciado de las autolesiones en adolescentes y sensibilizar en centros escolares y hogares.
- Según los resultados del proyecto COM-ALN de la Universidad Rey Juan Carlos, el 99% de los jóvenes sabe qué son las autolesiones y el 79% conoce a alguien que se autolesiona o se ha autolesionado, reconociendo que en el 50% de los casos era un amigo.

10 de octubre 2025

Con motivo del Día Mundial de la Salud Mental, el grupo de investigación ‘COMKIDS’ de la Universidad Rey Juan Carlos y VML Health han unido fuerzas para lanzar **“Sounds of Silence”, una impactante campaña que da voz a las autolesiones no suicidas (ANS) en adolescentes a través de testimonios grabados en cuchillas que no cortan.**

Este tipo de conductas, a menudo silenciadas en el ámbito público y privado, **son en realidad el eco de conflictos emocionales mucho más profundos que no saben gestionar** y que, en muchas ocasiones, los adultos desconocen.

En España, los casos de autolesiones han aumentado considerablemente durante los últimos años, especialmente entre los 10 y 25 años¹. **Las cifras**

alertan que aproximadamente un 14%² de adolescentes españoles se autolesionan. Un reciente estudio del grupo de investigación COMKIDS, pone de manifiesto que entre el 12 y el 15%³ de alumnos universitarios se autolesiona o se ha autolesionado en alguna ocasión. Esta es una realidad alarmante que se agrava aún más al averiguar que estas conductas se conocen entre un 99% de los jóvenes encuestados y **el 79%³ de ellos reconoce que lo ha vivido alguien de su entorno cercano.**

Asimismo, el papel de las redes sociales es innegable. Los estudios demuestran que el **17%³ han recibido contenidos relacionados con las ANS** en plataformas como TikTok o X, herramientas que, lamentablemente, han resultado ser de consulta para este tipo de conductas.

Frente a esta compleja realidad, **“Sounds Of Silence” (S.O.S) ha conseguido visibilizar y concienciar sobre las autolesiones en adolescentes, dirigiéndose especialmente a familias y adultos**, quienes son los que más las desconocen, **rompiendo con el tabú que las rodea.**

La campaña toma las cuchillas como símbolo de las autolesiones, integrando en su diseño varios testimonios reales e inmersivos de superación con el objetivo de generar un impacto emocional en el público adulto. Este *call to action*, impreso en 3D, no corta ni es punzante y ha sido diseñado y producido desde el Centro de Apoyo Técnico (CAT) de la propia Universidad Rey Juan Carlos.

Para escuchar estas historias narradas en primera persona, basta con utilizar la cámara del móvil para escanear los Spotify Codes que se encuentran grabados en las cuchillas, directamente desde la app de Spotify.

“Es necesario que los padres, madres y educadores conozcan de primera mano los testimonios de los jóvenes que se han autolesionado. Conocer por qué lo hacen y qué necesitan es fundamental para tener presente que siempre hay un camino para salir”, señala Esther Martínez, directora del grupo de investigación COMKIDS-URJC.

Rodrigo Vicente, CCO de VML Health, añade: ***“Campañas como Sounds Of Silence son tremendamente necesarias, porque de lo que no se habla, no existe. Esos silencios en casa que surgen alrededor de la adolescencia pueden ser el germen de algo mucho más grave. Nuestro objetivo ha sido conectar generaciones y hacerlo desde la crudeza de los testimonios y desde la veracidad de las historias de adolescentes que ya han superado este proceso.”***

“Sounds Of Silence” (S.O.S.) se ha lanzado en los centros educativos de la Comunidad de Madrid y en Asociaciones de Padres y Madres (AMPAS) de varios centros, llevando el mensaje directamente a los entornos más relevantes. Además, accediendo a la web www.soundsofsilence.es, los adultos se encontrarán pautas de detección y abordaje elaboradas por expertos, así como acceso a ayuda especializada y un chat anónimo con apoyo psicológico de la Comunidad de Madrid.

Por último, como parte de la acción, el hall del Aulario del campus de Vicálvaro de la Universidad Rey Juan Carlos acogerá una instalación temporal, del 10 al 17 de octubre, donde se podrá escuchar cada testimonio, poniendo fin a un tema que lleva silenciado demasiado tiempo.

Esta campaña ha sido creada dentro del proyecto europeo SIC. Spain 4.0 cofinanciado por la Unión Europea y liderado por el Instituto Nacional de Ciberseguridad (INCIBE) de España.

Esperamos que sea de su interés.

WEB DE CAMPAÑA

<https://www.soundsofsilence.es>

LINK SPOTIFY

https://open.spotify.com/show/19IMdFPf7SnQs9bAyGxsss?si=Y82qAx_RSym7Ro1h4xdI6w&nd=1&dlsi=5daa6c5277664a81

LINK VIDEO

<https://youtu.be/0owaSdK2Ry8>

LINK VIDEO EMBEBIDO

```
<div style="padding:75% 0 0 0;position:relative;"><iframe  
src="https://player.vimeo.com/video/1124746919?h=009df11c4a&badge=0&autopause=0&frameborder="0" allow="autoplay; fullscreen; picture-in-picture; clipboard-write; encrypted-media; web-share" referrerpolicy="strict-origin-when-cross-origin" style="position:absolute;top:0;left:0;width:100%;height:100%;" title="CASE URJC"></iframe></div><script src="https://player.vimeo.com/api/player.js"></script>
```

Ficha técnica:

- Título de campaña: “Sounds Of Silence”
- Anunciante: Grupo de investigación COMKIDS de la Universidad Rey Juan Carlos, proyecto de investigación SIC. Spain 4.0
- **Contacto anunciante: Esther Martínez Pastor** (Catedrática de Publicidad) Esther.martinez.pastor@urjc.es **(639413819)**

Referencias: 1.Griffin, E., McMahon, E., McNicholas, F., Corcoran, P., Perry, I. J., & Arensman, E. (2018). Increasing rates of self-harm among children, adolescents and young adults: a 10-year national registry study 2007–2016. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 53(7), 663-671.
2. Moran, P. A., Chandler, A., Dudgeon, P., Kirtley, O. J., Knipe, D., Pirkis, J., Sinyor, M., Allister, R., Ansloos, J., Ball, M. A., Chan, L. F., Darwin, L., Derry, K. L., Hawton, K., Heney, V., Hetrick, S., Li, A., Machado, D. B., McAllister, E., McDaid, D., ... Christensen, H. (2024). The Lancet Commission on self-harm. *The Lancet*, 404(10461), 1445–1492. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(24\)01121-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(24)01121-8)
3. Martínez- Pastor, E, Blanco- Ruiz, M., Moraleda-Esteban, R., Nicolas-Ojeda, M. A., Sánchez- López, P., Nogales- González, C., Faura- García, J. (2025) Percepción de los jóvenes sobre las autolesiones: medios de comunicación, redes sociales y sus códigos. <https://hdl.handle.net/10115/87857>