

TÚ ERES YO, YO
SOY TÚ
TEAM

TALLER:
"EL ACOSO Y CIBERBULLYNG"

FEBRERO 2025

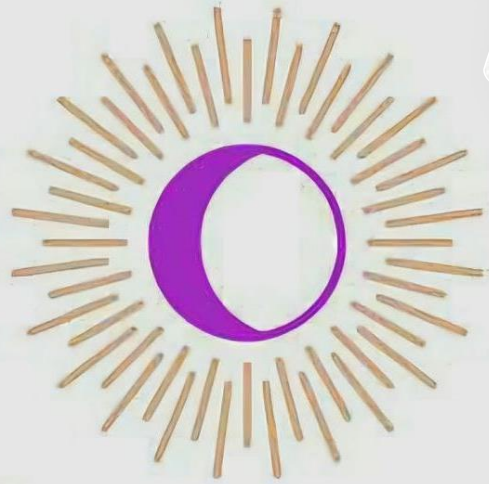
**CONEXIÓN
POSITIVA:
"COMBATIENDO
EL ACOSO Y
CIBER ACOSO"**

Cómo parte de la ONG Tú eres yo, yo soy tú. Hoy exploraremos un tema que ha adquirido gran relevancia en nuestra vida digital: el bullying cibernético y el acoso tradicional. Este taller tiene como objetivo proporcionarles herramientas para entender este fenómeno, reconocer sus diversas formas, y aprender cómo protegerse y actuar cuando se está frente a una situación de este tipo de acoso.





“El acoso y bullying cibernético no tiene fronteras; puede ocurrir a cualquier hora, en cualquier lugar, cara a cara o través de las pantallas. Y todos debemos ser parte de la solución.”



TÚ ERES YO, YO
SOY TÚ
TEAM

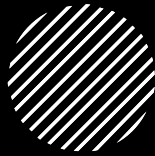
¿Qué es acoso y ciberacoso?

El acoso se refiere al comportamiento de intimidación, hostigamiento o maltrato hacia otra persona. Este puede ser de manera física, verbal o emocional, generalmente tiene el objetivo de causar daño o sufrimiento. Este puede suceder en cualquier entorno: en la escuela, en el trabajo, en la calle, o en nuestras redes sociales.

El bullying cibernético (o ciberacoso) es la intimidación que ocurre a través de plataformas digitales, como redes sociales, aplicaciones de mensajería, plataformas de juegos, foros, teléfonos móviles y sitios web. A diferencia del acoso tradicional, este no tiene límites de tiempo ni de espacio, y puede continuar incluso fuera del entorno físico.

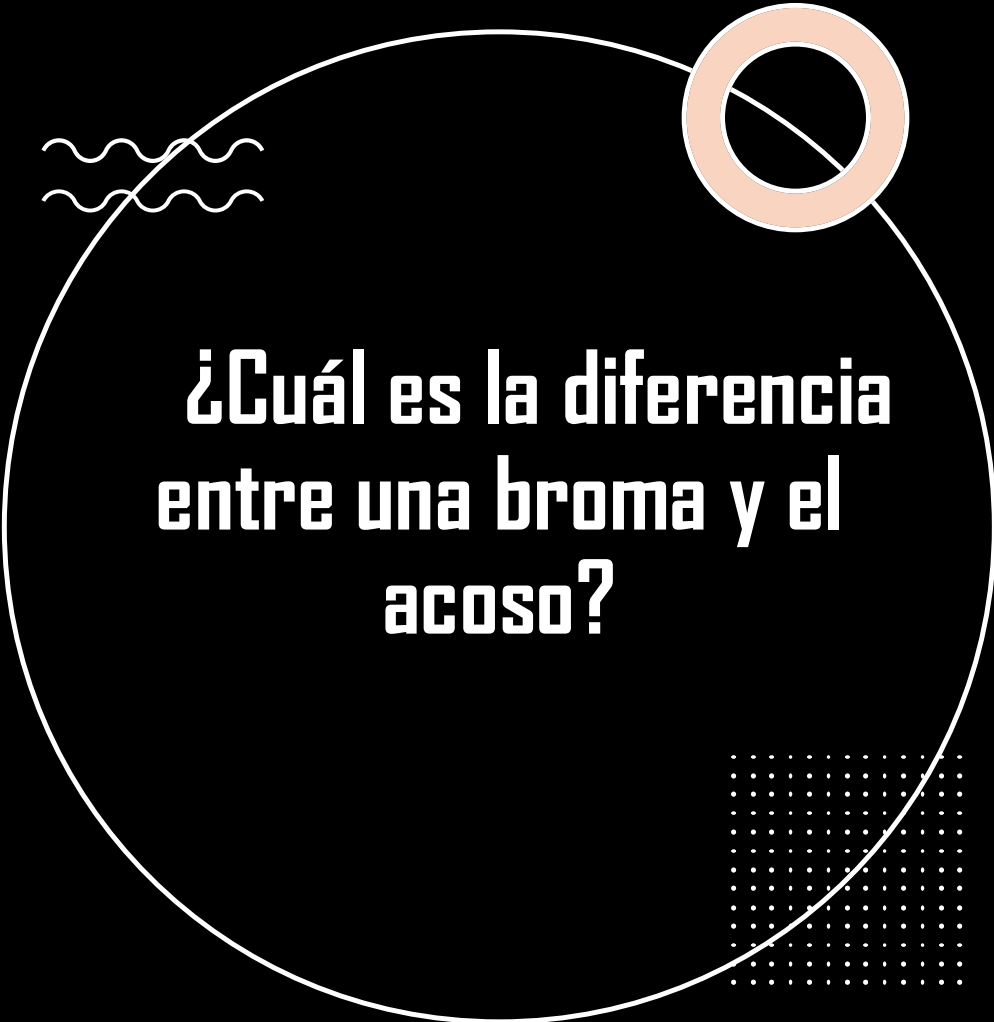
Es un comportamiento que se repite y que busca atemorizar, enfadar o humillar a otras personas

A que llamamos acoso:



TÚ ERES YO, YO
SOY TÚ
TEAM

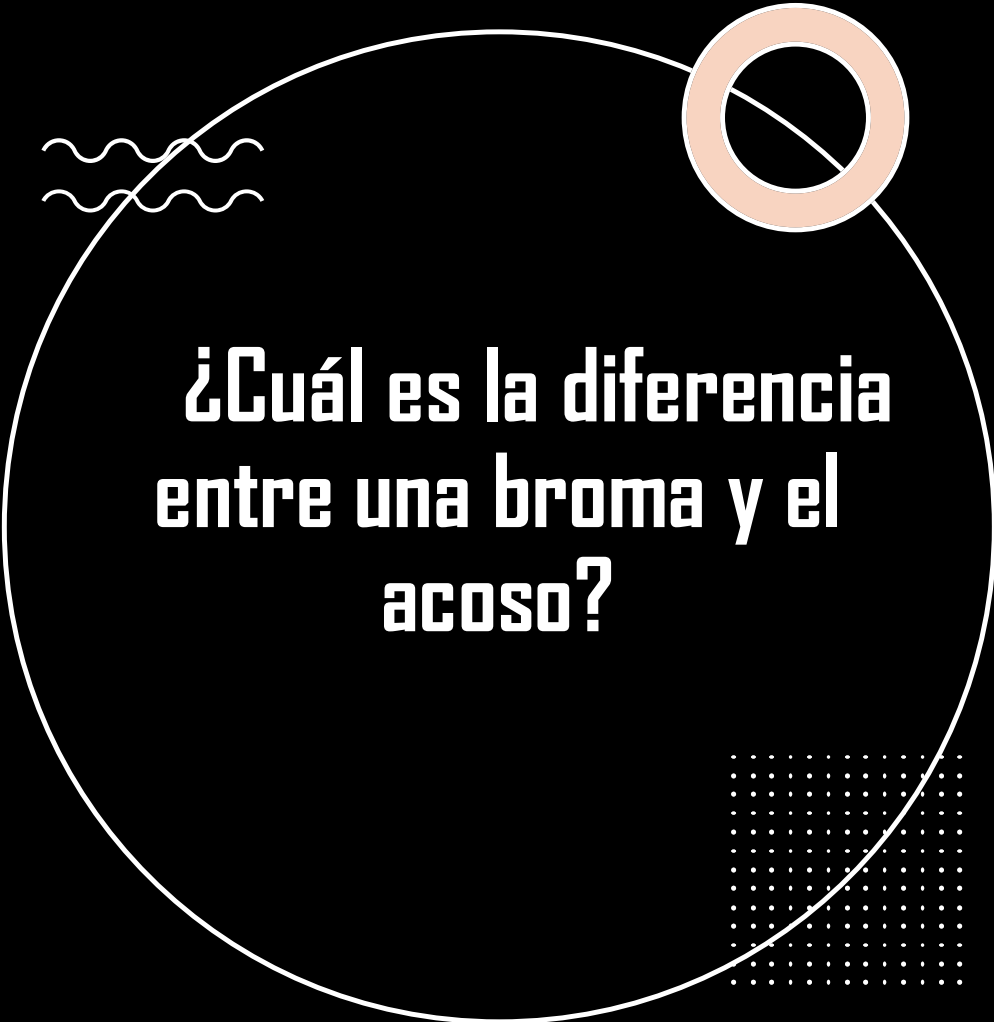
- Difundir mentiras, publicar fotografías o videos vergonzosos de alguien en las redes sociales.
- Enviar mensajes, imágenes, videos hirientes, abusivos o amenazantes a través de plataformas de mensajería.
- Hacerse pasar por otra persona y enviar mensajes agresivos en nombre de dicha persona o a través de cuentas falsas.
- Llevar a cabo actos de intimidación o acoso sexual con herramientas de IA generativa
- El acoso cara a cara y el ciberacoso ocurren juntos a menudo. Pero el ciberacoso deja una huella digital; es decir, un registro que puede servir de prueba para ayudar a detener el abuso.



¿Cuál es la diferencia entre una broma y el acoso?

Todos los amigos se hacen bromas entre ellos, pero hay ocasiones en que es difícil saber si alguien solamente se está divirtiendo o si está tratando de herirte, sobre todo en línea. A veces te dirán, riéndose, que "era solo una broma" o que "no te lo tomes tan en serio".

Pero si te sientes herido o piensas que alguien se está riendo de ti y no contigo, entonces la broma ha ido demasiado lejos. Si continúa después de que le hayas pedido a esa persona que no lo haga más y sigues sintiéndote molesto, podría tratarse de acoso.



¿Cuál es la diferencia entre una broma y el acoso?

Y cuando el acoso ocurre en línea, hay mucha gente que presta atención, incluso personas desconocidas. Dondequiera que esto ocurra, si te sientes incómodo(a), no tienes por qué soportarlo.

Llámallo como quieras: si te sientes mal y el problema continúa, entonces vale la pena buscar ayuda. Detener el ciberacoso no se trata solamente de denunciar a los hostigadores; también se trata de reconocer que todos merecemos respeto, en línea y en la vida real.

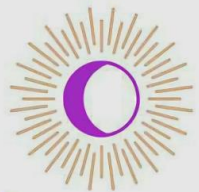
Tipos de Acoso y Ciberacoso:

Existen diferentes formas de acoso tanto en el mundo físico como digital. Vamos a profundizar en algunas de ellas:



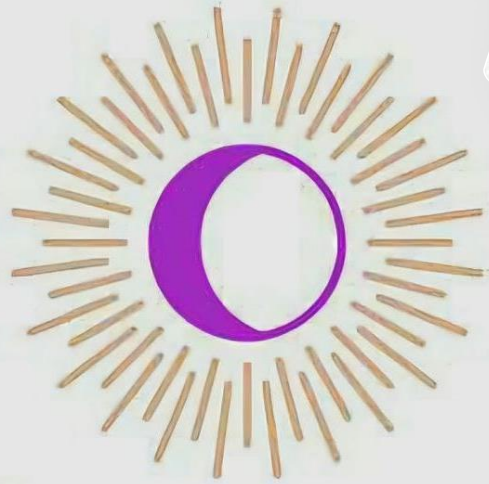
TÚ ERES YO, YO
SOY TÚ
TEAM

1. Acoso físico: Implica agresiones directas hacia la víctima, como empujones, golpes, el uso de la fuerza física para intimidar. Aunque es más fácil de detectar, su impacto es igual de grave que otros tipos de acoso. Ejemplo: Un estudiante siempre empujado en los pasillos de la escuela.



TÚ ERES YO, YO
SOY TÚ
TEAM

2. Acoso verbal/emocional: Este se centra en atacar la autoestima de la víctima mediante palabras y comentarios malintencionados. Se manifiesta con burlas, insultos, amenazas o incluso comentarios pasivo-agresivos que buscan minar la confianza de la persona. Ejemplo: Un compañero de trabajo se burla constantemente de la apariencia de otro, de manera cruel le dice "inepto" o "no apto para su puesto".

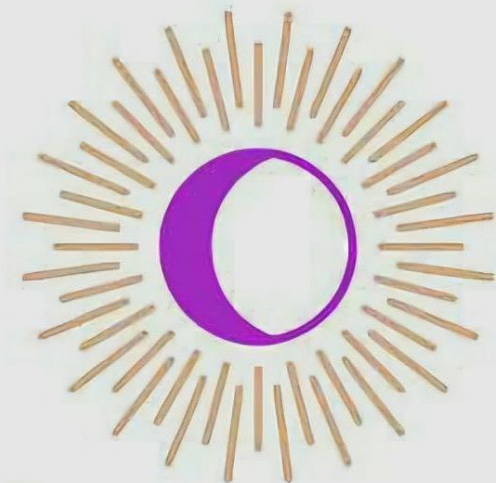


TÚ ERES YO, YO
SOY TÚ
TEAM

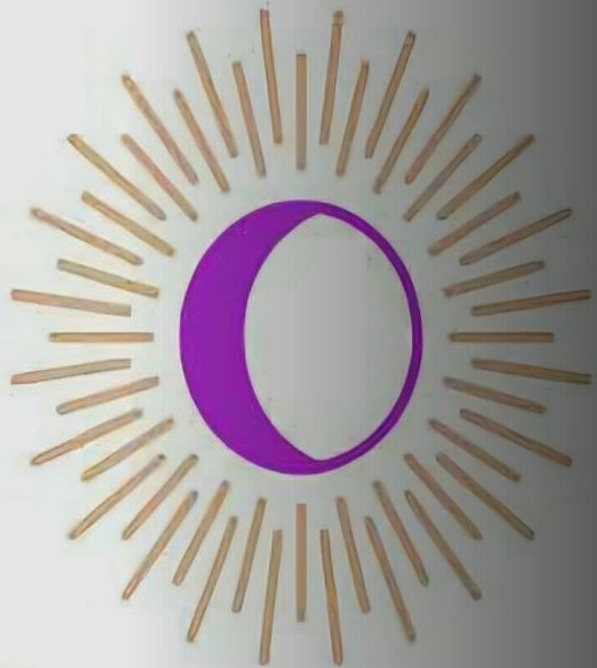
3. Ciberacoso Directo: Implica ataques claros y abiertos a la víctima, como amenazas, insultos o comentarios hirientes en redes sociales o mensajería instantánea. Estos mensajes son visibles para todos los involucrados y pueden tener un impacto inmediato y devastador en la víctima. Ejemplo: "Nadie te quiere, eres un fracaso."

4. Ciberacoso Indirecto: Aquí, el agresor no se dirige directamente a la víctima, sino que manipula situaciones o difunde rumores sin la presencia directa de la persona afectada. A menudo es más difícil de identificar. Ejemplo: Un rumor en redes sociales sobre una persona que está enfrentando problemas personales, aunque esto no sea cierto.

5. Doxing: El doxing es el acto de difundir información personal y privada de una persona sin su consentimiento, como su dirección, número de teléfono o detalles de su vida privada. Esta práctica es extremadamente invasiva y puede poner en peligro la seguridad de la víctima. Ejemplo: Publicar la dirección de una persona sin su permiso.



**TÚ ERES YO, YO
SOY TÚ**
TEAM



TÚ ERES YO, YO
SOY TÚ

TEAM

Consecuencias del ciberacoso

Tienen un impacto psicológico y emocional profundo tanto el acoso tradicional como el bullying cibernético. Las víctimas experimentan efectos devastadores que afectan su bienestar general

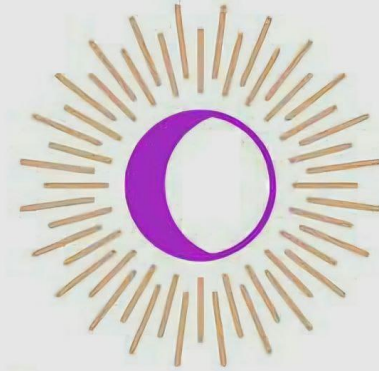
Es fundamental comprender que las consecuencias no siempre son inmediatas, pero pueden perdurar mucho tiempo después de que el acoso haya cesado.

Cuando el acoso ocurre en línea, la víctima siente como si la estuvieran atacando en todas partes, hasta en su propia casa. Puede parecerle que no hay escapatoria posible y así afectar a la víctima de muchas maneras:

➤ **Mentalmente.** Las consecuencias incluyen la ansiedad, depresión, baja autoestima, aislamiento social, e incluso pensamientos suicidas.

➤ **Emocionalmente.** Sentirse avergonzada, preocupada, estúpida, asustada, enfadada, impotentes y pierde interés en lo que le gusta, incluyendo la confianza en su entorno.

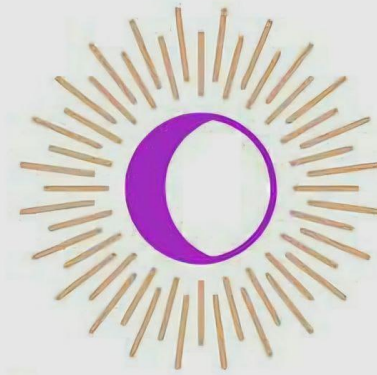
Ejemplo real: Un adolescente que es constantemente insultado en línea o en la escuela puede perder confianza en sí mismo, afectando su rendimiento académico y sus relaciones personales



TÚ ERES YO, YO
SOY TÚ
TEAM

➤ **Físicamente.** Se siente cansada, sin ánimo (pierde el sueño) o sufre dolores de estómago y de cabeza entre otros.


Sentirse objeto de burla o de acoso puede impedir que la víctima hable con franqueza o trate de resolver el problema. En casos extremos, el ciberacoso puede llevar a quitarse la vida. Estos pueden afectarnos de muchas formas. Sin embargo, es posible superarlo y recuperar la confianza en nosotros mismos y la salud.



TÚ ERES YO, YO
SOY TÚ
TEAM

Medidas a tomar para prevenir y protegernos del acoso y del bullying cibernético:

- 1. Protección de la privacidad en línea:** Es fundamental revisar las configuraciones de privacidad en las redes sociales. Asegúrese de que su información personal esté protegida y no sea accesible por personas desconocidas.
- 2. Bloqueo y reporte:** Si alguien está acosándote en línea o en la vida real, no dudes en bloquearlo en las plataformas correspondientes y reportarlo a las autoridades si es necesario. Cada red social tiene herramientas para hacerlo de manera sencilla



3. Método STOP: Este es un enfoque simple para recordar cómo reaccionar ante el acoso:

S: Silenciar o bloquear al agresor.

T: Tomar evidencia (capturas de pantalla, guardar mensajes).

O: Ofrecer apoyo a la víctima.

P: Pedir ayuda a un adulto, consejero o institución.

**Sí eres víctima de
acoso, busca
ayuda:**


Argentina: Ministerio Público Fiscal - Fiscalía General de la Nación **Teléfono: 0800 222 1002**, Sitio web: www.fiscales.gob.ar. Ofrecen ayuda para denunciar casos de acoso cibernético y otros crímenes informáticos. Defensoría del Pueblo de la Nación Sitio web: www.defensor.org.ar. Asistencia a víctimas de acoso y ciberacoso.

Bolivia: Fundación ANAR (Bolivia), **Teléfono: 800 10 40 40**, Sitio web: www.anar.org. Proporciona ayuda a menores de edad víctimas de bullying y ciberacoso. Policía Boliviana - Fuerza Especial de Lucha Contra el Crimen (FELCC), Sitio web: www.felcc.gob.bo. Puedes denunciar casos de acoso cibernético a través de su página web.



Brasil: Safer Net Brasil Sitio web: www.safernet.org.br. Proporciona un canal para denunciar delitos cibernéticos, incluyendo el ciberacoso. Policía Civil de São Paulo **Teléfono: 181**, Sitio web: www.ssp.sp.gov.br. Ofrecen ayuda para denunciar delitos cibernéticos y acoso en línea.

Chile: Carabineros de Chile - Delitos Informáticos **Teléfono: 133** Sitio web: www.carabineros.cl. Denuncias sobre acoso cibernético y otros crímenes informáticos. Fundación Anar Chile Sitio web: www.anar.org. Asistencia a víctimas de bullying y ciberacoso, especialmente menores de edad.



Colombia: Policía Nacional de Colombia - Centro Cibernético **Teléfono: 165**, Sitio web: www.policia.gov.co. Ofrecen atención para denunciar el acoso cibernético y otros delitos informáticos. Fundación PANI Colombia Sitio web: www.pani.org.co. Apoyo a niños y adolescentes víctimas de acoso escolar y cibernético.

Costa Rica: OIJ (Organismo de Investigación Judicial), **Teléfono: 800-8000-645**, Sitio web: www.oij.go.cr. Ofrecen medios para denunciar el acoso cibernético y otros crímenes relacionados. Fundación PANI (Protección a la Niñez y la Adolescencia) Sitio web: www.pani.go.cr. Acompañamiento y apoyo a menores de edad víctimas de acoso escolar y en línea.

Ecuador: Policía Nacional de Ecuador - Dirección Nacional de Delitos contra la Propiedad Intelectual y Cibercrimen

Teléfono: 1800 424 424, Sitio web:


www.policiaecuador.gob.ec. Denuncia de acoso cibernético y otros crímenes digitales. Defensoría del Pueblo de Ecuador

Sitio web: www.dpe.gob.ec. Ofrecen apoyo y orientación a víctimas de acoso y violencia, incluyendo ciberacoso.

El Salvador: Nacional Civil - Sección de Cibercrimen,


Teléfono: 800 6611, Sitio web: www.pnc.gob.sv. Denuncia de delitos cibernéticos y acoso en línea. Instituto Salvadoreño para el Desarrollo de la Mujer (ISDEMU) Sitio web:

www.isdemu.gob.sv. Proporciona ayuda a víctimas de violencia incluyendo el ciberacoso.




España: Policía Nacional - Delitos Informáticos, **Teléfono: 091**, Sitio web: www.policia.es. Puedes denunciar delitos cibernéticos y acoso en línea. Fundación ANAR España **Teléfono: 900 20 20 10**, Sitio web: www.anar.org. Asistencia para víctimas de acoso escolar y cibernético.

Estados Unidos: CyberTipline (National Center for Missing & Exploited Children), **Teléfono: 1-800-843-5678**, Sitio web: www.cybertipline.org. Ofrecen una plataforma para denunciar acoso y abuso infantil en línea. Federal Trade Commission (FTC), Sitio web: www.ftc.gov. Ofrecen orientación y canales para denunciar fraudes y acoso en línea.




México: Policía Cibernética de la Policía Federal **Teléfono: 088**, Sitio web: www.gob.mx/policiafederal. Ofrecen servicios para denunciar ciberacoso y otros delitos informáticos. Fundación ANAR México **Teléfono: 914 190 523**, Sitio web: www.anar.org. Apoyo y orientación para menores de edad víctimas de acoso y ciberacoso.

Nicaragua: Policía Nacional de Nicaragua, **Teléfono: 118**, Sitio web: www.policia.gob.ni. Puedes denunciar acoso en línea y otros crímenes digitales. Instituto Nicaragüense de la Mujer (INIM) Sitio web: www.inim.gob.ni. Ofrecen asesoría para casos de acoso y violencia en línea.



Panamá: Policía Nacional de Panamá - Sección de Delitos Informáticos, **Teléfono: 311,** Sitio web: www.policiapanama.gob.pa. Denuncias de acoso cibernético y otros crímenes informáticos. Defensoría del Pueblo de Panamá Sitio web: www.defensoria.gob.pa. Proporciona asistencia en casos de acoso, tanto físico como digital.

Paraguay: Policía Nacional de Paraguay - Departamento de Delitos Informáticos, **Teléfono: 0800 154,** Sitio web: www.policianacional.gov.py. Puedes denunciar el acoso cibernético y otros crímenes informáticos. Secretaría Nacional de la Niñez y la Adolescencia (SNNA), Sitio web: www.sнна.gov.py. Ofrecen apoyo y recursos para menores de edad víctimas de acoso escolar y cibernético.




Perú: Policía Nacional del Perú - Dirección contra el Crimen Organizado, **Teléfono: 0800 40 35**, Sitio web: www.policia.gob.pe. Ofrecen medios para denunciar el acoso cibernético y otros crímenes informáticos. Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP), Sitio web: www.mimp.gob.pe. Apoyo a víctimas de violencia, incluido el acoso en línea.

Puerto Rico: Policía de Puerto Rico - División de Delitos Cibernéticos, **Teléfono: 787-793-1234**, Sitio web: www.policia.pr.gov. Denuncias sobre acoso cibernético y otros crímenes digitales. Defensoría de la Mujer, Sitio web: www.defensoria.org. Ofrecen apoyo y recursos para víctimas de violencia de género y ciberacoso.



República Dominicana: Policía Nacional de República Dominicana - Delitos Cibernéticos, **Teléfono: 809-200-2800**, Sitio web: www.policianacional.gov.do. Denuncia de acoso cibernético y otros delitos informáticos. Pro Mujer República Dominicana, Sitio web: www.promujer.org. Apoyo a mujeres víctimas de violencia física y cibernética.

Uruguay: Policía Nacional de Uruguay - Delitos Informáticos, **Teléfono: 0800 5000**, Sitio web: www.minterior.gub.uy. Proporciona información y medios para denunciar el acoso en línea y otros delitos informáticos. INAU (Instituto del Niño y Adolescente del Uruguay), **Teléfono: 0800 5050**, Sitio web: www.inau.gub.uy. Apoyo a menores de edad víctimas de acoso escolar y cibernético.




Venezuela: CICPC (Cuerpo de Investigaciones Científicas, Penales y Criminalísticas), **Teléfono: 0212 577 44 00,** Sitio web: www.cicpc.gov.ve. Puedes realizar denuncias sobre delitos informáticos, incluyendo ciberacoso.

Para finalizar, queremos dejarles una reflexión:

Todos somos responsables de crear un entorno más positivo y seguro, tanto en la vida real como en el mundo digital. Hemos aprendido cómo identificar el acoso y el bullying cibernético, comprender su impacto y, lo más importante, cómo prevenirlo y actuar cuando sea necesario. Les animamos a poner en práctica lo aprendido, a proteger su información personal, y a estar atentos a las personas que puedan estar sufriendo acoso, ya sea físico o cibernético. Juntos podemos hacer de la web y de la vida diaria un espacio más seguro y respetuoso.

Referencias Generales:

1. American Psychological Association (APA). (2024). The psychological impact of bullying and cyberbullying. Recuperado de <https://www.apa.org>
2. Common Sense Media. (2024). Cyberbullying: What parents need to know. Recuperado de <https://www.commonsensemedia.org>
3. Cyberbullying Research Center. (2024). Cyberbullying statistics and research. Recuperado de <https://cyberbullying.org>





4. Cyber Civil Rights Initiative (USA). (2024). Guide to Doxing and Privacy Protection. Recuperado de <https://www.cybercivilrights.org>


5. Fundación ANAR. (2024). El acoso escolar y ciberacoso: Recursos y prevención. Recuperado de <https://www.anar.org>

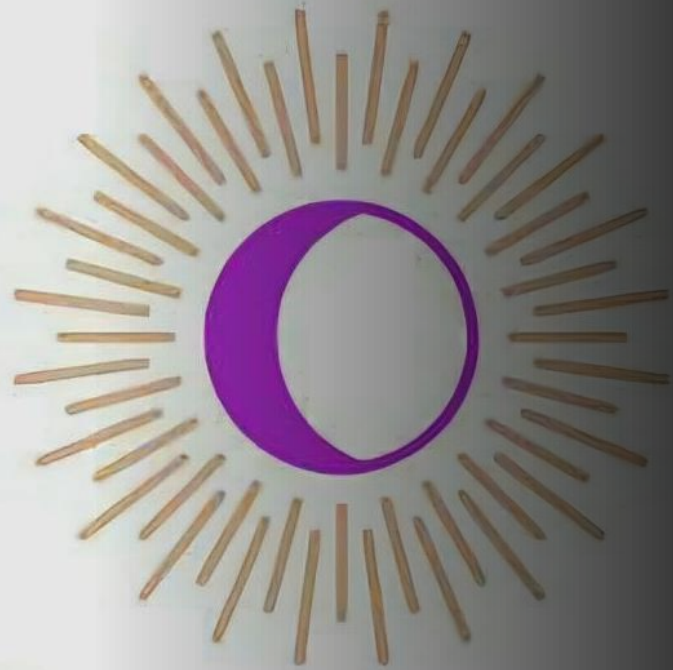
6. PACER National Bullying Prevention Center. (2024). What is bullying? Recuperado de <https://www.pacer.org/bullying>

7. Red Iberoamericana de Organizaciones Contra el Ciberacoso. (2024). Prevención y recursos para combatir el ciberacoso en Iberoamérica. Recuperado de <https://www.redciberacoso.org>

- 
8. StopBullying.gov. (2024). What is Cyberbullying? Recuperado de <https://www.stopbullying.gov>
 9. UNICEF. (2024). Cyberbullying: A guide for children and young people. Recuperado de <https://www.unicef.org>.
Recursos y Denuncias por País América Latina
 10. Recursos y Denuncias por País América Latina | O. Argentina – Ministerio de Justicia y Derechos Humanos:
Denuncias de ciberacoso - <https://www.argentina.gob.ar>
 11. Bolivia – Ministerio de Justicia: Cómo denunciar acoso y ciberacoso en línea - <https://www.justicia.gob.bo>

- 
12. Brasil – Denuncias de Acoso Escolar y Cibernético - <https://www.gov.br/pt-br>
 13. Chile – Acoso Escolar y Cibernético: Guía de Denuncia - <https://www.mineduc.cl>
 14. Colombia – Cómo denunciar el acoso en línea - <https://www.mineducacion.gov.co>

- 
15. Costa Rica – Acoso y ciberacoso: Cómo denunciarlos - <https://www.poder-judicial.go.cr>
 16. México – Línea contra el Ciberacoso - <https://www.gob.mx>
 17. Perú – Ciberacoso y cómo denunciarlo - <https://www.gob.pe>
 18. Uruguay – Acoso Escolar y Cibernético: ¿Cómo hacer una denuncia? - <https://www.mides.gub.uy>



TÚ ERES YO, YO
SOY TÚ

TEAM

FIN
