

Cultivando conexiones seguras

Manuales para la prevención y atención de la violencia digital de género en escuelas



Autores: Camilo Arratia, Eloisa Larrea, Lu An Mendez, Carolina Perez, Zenaida Perez, Narayani Rivera, Alejandra Torrez

Copyright © 2025 Banco Interamericano de Desarrollo (BID). Esta obra se encuentra sujeta a una licencia Creative Commons CC BY 3.0 IGO (<https://creativecommons.org/licenses/by/3.0/igo/legalcode>). Se deberá cumplir los términos y condiciones señalados en el enlace URL y otorgar el respectivo reconocimiento al BID.

En alcance a la sección 8 de la licencia indicada, cualquier mediación relacionada con disputas que surjan bajo esta licencia será llevada a cabo de conformidad con el Reglamento de Mediación de la OMPI. Cualquier disputa relacionada con el uso de las obras del BID que no pueda resolverse amistosamente se someterá a arbitraje de conformidad con las reglas de la Comisión de las Naciones Unidas para el Derecho Mercantil (CNUDMI). El uso del nombre del BID para cualquier fin distinto al reconocimiento respectivo y el uso del logotipo del BID, no están autorizados por esta licencia y requieren de un acuerdo de licencia adicional.

Note que el enlace URL incluye términos y condiciones que forman parte integral de esta licencia.

Las opiniones expresadas en esta obra son exclusivamente de los autores y no necesariamente reflejan el punto de vista del BID, de su Directorio Ejecutivo ni de los países que representa.



Cultivando conexiones seguras

Manuales para la prevención y atención de la violencia digital de género en escuelas

Cultivando Conexiones Seguras es un material didáctico diseñado para su uso en escuelas, orientado a la prevención y atención de la violencia de género facilitada por la tecnología. Los manuales están dirigidos a tres grupos objetivo: niños y niñas de 8 a 12 años, adolescentes de 13 a 17 años, y personas adultas, incluyendo docentes, familias y personas cuidadoras. Su diseño emplea un lenguaje accesible, actividades adecuadas a cada grupo de edad y un enfoque que evita la penalización. Los contenidos incluyen actividades para realizar en clase y pueden adaptarse fácilmente a otros contextos y países.

Aquí se presentan las tres guías que pueden utilizarse conjuntamente o de forma separada. Este material fue desarrollado para Bolivia con enfoque participativo y se implementó de manera piloto en el municipio de Coroico. Los resultados de la implementación indican un aumento significativo en el conocimiento sobre violencia digital de género y una mayor sensibilización.

NIÑAS Y NIÑOS (8 A 12 AÑOS)

Cultivando conexiones seguras

Manual para personas educadoras en la
prevención y atención de la violencia
digital de género



Cultivando conexiones seguras

Manual para personas educadoras en la prevención y atención de la violencia digital de género

Autores:

Camilo Arratía, Eloisa Larrea, Lu An Mendez, Carolina Perez, Zenaida Perez,
Narayani Rivera, Alejandra Torrez

Coordinación y revisión por parte del BID:

Claudia Piras, Magalí Yance y Tatiana Rocabado.

Agradecemos el valioso aporte técnico de Denisse Wolfenson, Sergio Mansilla y Luana Castro de Souza Marotta, del BID; de Thais Vargas, de la AFD; y de Wendy Jhael Pérez Salinas y Nehemias Vidal Serrano, del SEPMUD.

Diseño y diagramación:

Fernanda Barral



Acrónimos y siglas

DNA: Defensoría de la Niñez y Adolescencia

NNA: Niñas, niños y adolescentes

TIC: Tecnologías de la información y las comunicaciones

LGBTQ+: Acrónimo de las palabras lesbiana, gay, bisexual, transgénero, transexual, travesti, intersexual, *queer*, así como el signo “+” como congregación de las inagotables diversidades sexogenéricas.

Glosario

Algoritmo: Un conjunto de reglas que las redes sociales y otras plataformas digitales usan para mostrar contenido basado en lo que te gusta o ves con frecuencia. No es perfecto y no siempre muestra lo que es mejor para ti.

Consentimiento: Es el permiso que das o recibes de otra persona antes de hacer algo, como compartir fotos o información. Si no das permiso o si cambias de opinión, esa acción no se debe hacer.

Emoji: Pequeños símbolos o imágenes utilizados en mensajes digitales y redes sociales para expresar emociones, ideas o conceptos de manera visual. Los emojis ayudan a comunicar sentimientos (como alegría, tristeza, sorpresa, amor, entre otros), sin necesidad de usar palabras. Son muy populares entre niñas y niños porque facilitan la expresión de emociones de forma rápida y divertida en las conversaciones en línea.

Datos personales: Información que te identifica (como tu nombre, edad, dirección, religión o fotos personales). Toda esta información debe protegerse, para evitar que personas desconocidas la usen sin permiso.

Datos biométricos: Son las características únicas de tu cuerpo que se usan para identificarte (como tus huellas digitales o tus rasgos faciales).

Desinformación: Información que no es verdadera o está diseñada para engañar a las personas, pudiendo originar confusión o daño.

Estereotipos: Creencias exageradas o simplificadas sobre cómo deben ser o comportarse las personas (por ejemplo, pensar que los niños no deben llorar o que las niñas no pueden jugar fútbol).

Género: Término que se relaciona con las expectativas y los roles que la sociedad asigna a hombres o mujeres. También incluye a quienes no se identifican solo como hombres o mujeres, como las personas LGBTQ+. **Grooming** (engaño digital pederasta): Ocurre cuando un adulto usa Internet para ganarse la confianza de un niño o una niña, para luego pedirle cosas inapropiadas (como fotos personales), con el fin de hacerle daño.

Huella digital: Es el rastro que dejas cuando usas Internet (en los sitios que visitas, los comentarios que haces o las fotos que subes). Todo esto queda registrado y puede ser visto por otras personas.

Mito: Una creencia falsa o equivocada que muchas personas pueden tener sobre algo (por ejemplo, que “solo las personas ricas pueden ser felices”).

Privacidad: Es el derecho a mantener en secreto información personal que no quieres compartir con otros, especialmente en Internet.

Violencia de género: En un tipo de violencia que afecta a las mujeres y a personas LGBTQ++, cuando alguien les hace daño a partir de su género o identidad.

Violencia digital: Es el uso de herramientas tecnológicas –como computadoras, teléfonos o Internet– para hacer daño a alguien (por ejemplo, enviar mensajes hirientes, difundir rumores o compartir fotos sin permiso).

Violencia de género facilitada por la tecnología: Es “todo acto cometido, asistido, agravado o amplificado por el uso de tecnologías de la información y la comunicación u otras herramientas digitales que tenga o pueda tener como resultado un daño físico, sexual, psicológico, social, político o económico u otras vulneraciones de los derechos y libertades”.¹

¹ Definición de UNRIC (Centro Regional de Información de las Naciones Unidas para Europa Occidental)

Tabla de contenido

Introducción	4
TEMA 1. Navegando el mundo digital con seguridad	6
¿Qué entendemos por violencia digital?.....	7
Tipos de Violencia digital	8
¿Qué debemos saber sobre la violencia digital y la violencia digital de género?.....	9
¿Qué efectos creen que puede tener las violencias digitales?	10
¿Qué hacer si enfrente violencia digital?.....	10
¿Dónde puedo denunciar violencia digital y violencia digital de género?	10
Reflexionemos: Exploremos la historia de Arisin.....	11
Actividad: Semáforo de Seguridad Digital	13
TEMA 2 Cuidado colectivo de la privacidad	15
¿Qué es la privacidad?.....	16
¿Qué debemos mantener en privado en Internet?	16
¿Cómo podemos cuidar la privacidad entre todos y todas?.....	16
El consentimiento en el ámbito digital.....	17
¿Sabes qué es nuestra identidad digital?.....	18
Reflexionemos: La Selfie del Grillo y la Verdadera Amistad.....	18
Actividad: Mis Tres Rostros	20
TEMA 3. Mis decisiones en el mundo digital.	22
¿Por qué la información falsa de Internet es dañina?	23
¿Cómo elegir qué ver en Internet?	24
¿Qué hacer si algo me hace sentir mal, pero no puedo parar de verlo?.....	24
Mitos que podemos encontrar en Internet.....	25
Mitos de amor romántico en Internet	25
Reflexionemos: El Misterio de la Torre Digital	26
Actividad: Evaluando comentarios digitales.....	28
Conclusión:	30
ANEXOS	31

Introducción

En el mundo en el que vivimos, la tecnología se encuentra en todas partes. Aunque existen diferencias en el uso de Internet entre las ciudades y las áreas rurales, cada vez más personas de las comunidades de los Yungas están conectándose a la red. La reciente pandemia nos ha mostrado lo importante que es para todas las personas el estar conectadas para ejercer nuestros derechos humanos (como el acceso a la educación, a la información, y a la participación en la vida social y comunitaria).

Sin embargo, con el uso creciente de Internet, también surgen nuevos desafíos. Uno de ellos es la violencia digital de género, que ocurre cuando alguien usa la tecnología para dañar, acosar o controlar a otras personas debido a su género. Este tipo de violencia se presenta en diversas formas, como el ciberacoso, la difusión de imágenes íntimas sin consentimiento y el grooming (engaño digital perpetrado por adultos a menores); por tanto, es crucial que aprendamos a prevenir estos riesgos y a manejar situaciones de violencia digital de forma efectiva.

En el contexto específico de Coroico, donde se llevaron a cabo los grupos focales, se identificaron patrones preocupantes de violencia digital, especialmente dirigida hacia adolescentes mujeres. Se advirtieron casos de acoso en redes sociales, difusión de “packs” de imágenes, difamación a través de páginas anónimas y casos de grooming en los que adolescentes eran engañadas o manipuladas por personas adultas. Algunas jóvenes, incluso, reconocieron haber sido contactadas con propuestas vinculadas con la trata y tráfico de personas. Todo esto pone de manifiesto la gravedad de los riesgos a los que niñas, niños y adolescentes se enfrentan.

En Coroico, se ha avanzado en la protección de las personas en el espacio digital, como muestra la Ley Municipal de Protección de Datos Personales. Sin embargo, es necesario seguir reforzando las medidas de protección y concientización, especialmente para que niñas, niños y adolescentes puedan navegar en Internet sin riesgos de sufrir violencia. Un aspecto fundamental es el fortalecimiento de las redes de apoyo familiares y escolares, puesto que muchas y muchos adolescentes indicaron no confiar en sus madres, padres o cuidadores para hablar de estos temas, por miedo a ser castigados o no comprendidos.

En tal sentido, el Servicio Plurinacional de la Mujer y de la Despatriarcalización “Ana María Romero”, en el marco de una de sus funciones (promover, proponer y recomendar la elaboración y ejecución de políticas públicas, orientadas a la despatriarcalización y la transversalización de los derechos), preocupado por la exposición de niñas, niños y adolescentes a la violencia de género facilitada por las tecnologías, y convencido de trabajar en la prevención de esta forma de violencia, de manera conjunta con el Banco Interamericano de Desarrollo (BID) e Internet Bolivia, elaboró la presente guía para ayudar a educadores y familias a entender y prevenir la violencia digital de género.

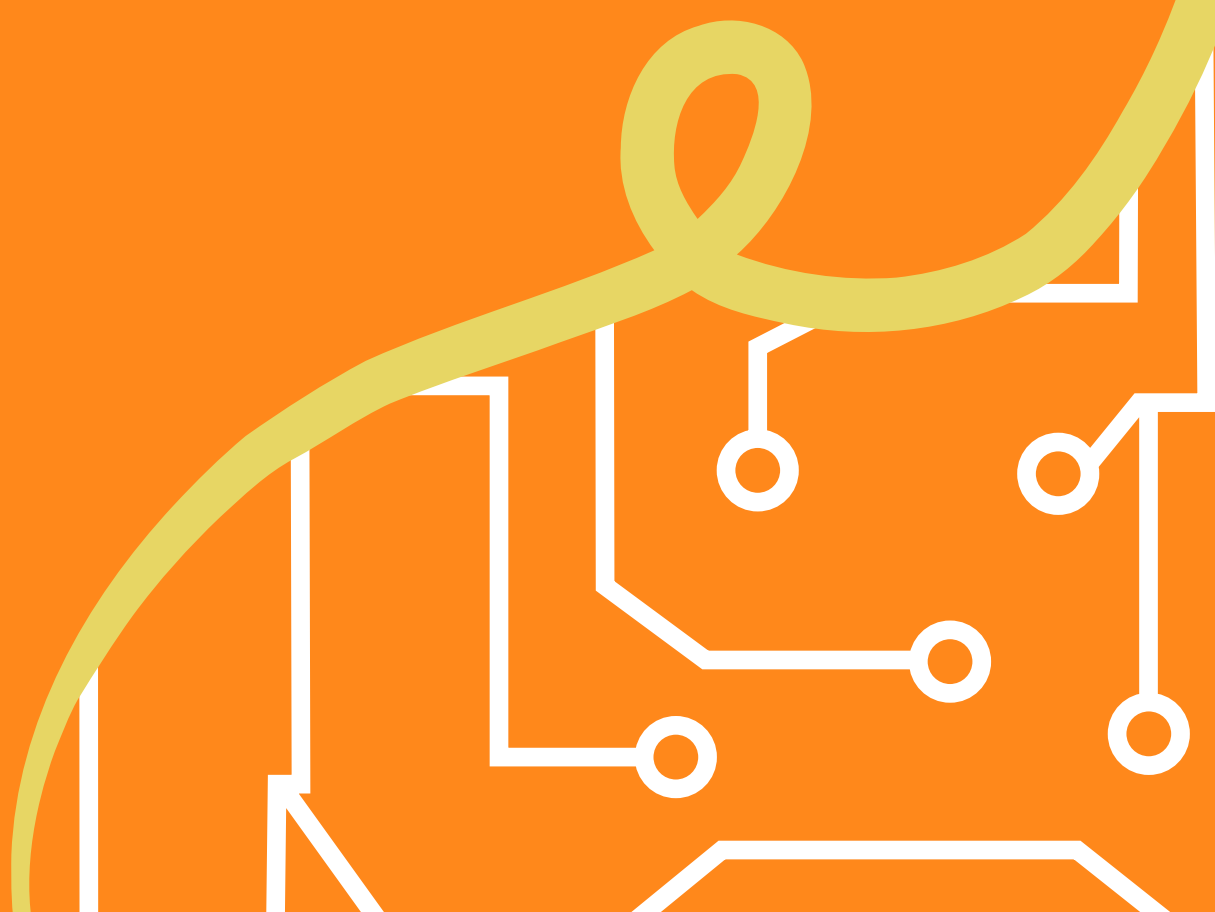
La guía ha sido elaborada a partir de conversaciones con niñas, niños y adolescentes, así como con madres, padres, cuidadores y docentes de Coroico y Cruz Loma, quienes identificaron las áreas en las que más apoyo e información necesitan para responder a los riesgos que implica el uso de Internet. Quienes utilicen la guía encontrarán consejos útiles para usar Internet de manera segura y respetuosa, y orientaciones claras para enfrentar situaciones de violencia digital de género, fortaleciendo de esta manera la seguridad digital de toda la comunidad.

El objetivo de la presente guía es desarrollar habilidades para identificar, prevenir y enfrentar situaciones de violencia digital y violencia digital de género, promoviendo la conciencia sobre la importancia de la seguridad en línea, la privacidad y el uso responsable de las tecnologías. La guía busca capacitar a niñas, niños y adolescentes en el uso crítico y ético de Internet, abordando temas específicos de género para sensibilizar sobre cómo la violencia digital afecta de manera desproporcionada a mujeres, niñas, niños, adolescentes y personas LGBTQ+.

La presente guía está dirigida a niñas y niños de 8 a 12 años que viven en Coroico, un entorno rural donde el acceso a la tecnología se encuentra en crecimiento. Este grupo etario se halla en una etapa clave de desarrollo, donde la curiosidad, la exploración de nuevas plataformas digitales y la interacción social a través de Internet comienzan a formar parte de la vida diaria. No obstante, también son vulnerables a riesgos en línea, como la violencia digital y la exposición a información falsa.

TEMA 1.

Navegando el mundo digital con seguridad



¿Qué entendemos por violencia digital?

La violencia digital ocurre cuando alguien usa herramientas de las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC), como computadoras, teléfonos o Internet, para molestar o hacer daño a otra persona. Esto puede incluir acciones como enviar mensajes hirientes, difundir rumores falsos o compartir fotos o información sin permiso. Aunque es diferente a infringir daño físico, la violencia digital puede ocasionar que las personas se sientan muy tristes o asustadas, tal como ocurre cuando la violencia se sufre en persona.¹

Veamos tres aspectos que nos ayudarán a entender por qué es importante hablar de la violencia digital:

La violencia digital afecta mucho a nuestras experiencias en línea y también cuando no estamos conectados.

- Internet es un espacio real de interacción, y lo que sucede cuando estamos conectados genera impactos.
- La violencia en Internet no es algo nuevo (es similar a lo que puede ocurrir en el mundo fuera de la red), y sucede a través de la computadora, el teléfono celular u otros dispositivos.

Cuando enfrentamos violencia digital o cualquier tipo de violencia, es normal preguntarnos:

- ¿A quién le puedo contar?
- ¿Qué pasa si le cuento a alguien y no me cree?
- ¿Qué tal si al contarlo me meto en problemas y me castigan?

Es muy importante recordar que nunca estás solo/a cuando enfrentas violencia digital o cualquier otro tipo de violencia. Hablar con una persona adulta de confianza (como un familiar, un maestro, maestra o un orientador/a escolar) es el primer paso para obtener ayuda. Si temes que no te crean, busca a alguien que te escuche con respeto y te apoye sin juzgarte. No es tu culpa vivir una situación de violencia, y hablar con alguien que pueda ayudarte es esencial para detener el abuso. Además, existen organizaciones y líneas de ayuda especializadas que están listas para escucharte y orientarte sin que te metas en problemas. Lo más importante es animarse a dar el paso de contárselo a alguien y buscar apoyo.

¹ Adaptación para esta guía a partir de material tomado de <https://www.amnesty.org/en/what-we-do/technology/online-violence/>

Tipos de violencia digital

Existen varias formas de violencia digital, pero las más comunes entre niñas, niños y adolescentes son las siguientes:

El **ciberacoso** ocurre cuando alguien, de manera repetida y con mala intención, usa el teléfono celular o la computadora para hacer daño a otra persona; esto puede incluir el envío de insultos, amenazas o mensajes de burla.

Ejemplo:

Ejemplo: Una niña de 11 años comparte en Instagram una foto en la que se encuentra jugando fútbol con sus amigos y amigas en el parque. Poco después, empieza a recibir comentarios de algunos compañeros de clase que afirman que “el fútbol es para chicos” o “juegas mal porque eres mujer”.

Imagina que un niño, desde su perfil o desde uno falso, envía mensajes hirientes.

Este tipo de ciberacoso –basado en estereotipos de género– no solo busca humillar a la niña por sus intereses, sino que refuerza ideas dañinas sobre lo que “deberían” hacer las niñas.

El **grooming** (engaño digital pederasta) sucede cuando una persona adulta usa Internet para intentar hacerse amigo de un niño, niña o adolescente con el propósito de engañarlo/a y después hacerle daño, pedirle fotos privadas o información personal.

Ejemplo

Un adulto se hace amigo de un niño jugando juegos en línea, pero luego trata de convencerlo de hacer cosas que le pueden hacer sentir incómodo.

Se debe subrayar que el grooming afecta de manera particular a las niñas.

Ejemplo: Un adulto se hace pasar por un niño de 10 años y se hace amigo de una niña. Se va ganando su confianza, jugando en línea con ella, y le pide que no le cuente a nadie de su “amistad”. Después, la empieza amenazar, insistiendo en que, si no le manda fotos íntimas, hará daño a su familia.

Las **amenazas digitales** son mensajes agresivos en los que alguien le dice a otra persona que, si no hace lo que le pide, le hará daño o lastimará a su familia. Cabe precisar que las amenazas digitales pueden afectar de manera particular a las niñas

Ejemplo:

Una adolescente recibe mensajes en sus redes sociales que indican que, si no cumple con lo que le piden, su familia sufrirá daño.

Ejemplo: Una niña de 12 años comienza a recibir mensajes desde un perfil falso en redes sociales. Al principio, el perfil parece amigable, diciéndole que le gusta su estilo y sus fotos. Sin embargo, después de ganar su confianza, el perfil le envía un mensaje amenazante: “He encontrado una foto tuya que voy a editar para que parezca algo vergonzoso. Si no me envías dinero, voy a mandar esa foto a todos tus amigos y también a tu mamá y tu papá, para que piensen mal de ti”. Es decir, el agresor la amenaza con exponerla públicamente, a menos que ella le haga un depósito de dinero.

Las amenazas digitales suelen aprovecharse del miedo que las niñas pueden sentir de ser juzgadas en público, especialmente en temas relacionados con su imagen personal, para obligarla a enviar dinero y proteger, de ese modo, su reputación.

¿Qué debemos saber sobre la violencia digital y la violencia digital de género?

Espacio geográfico:	Anonimidad:	Perdura en el tiempo:	Se interrelaciona con otras violencias:	Las niñas enfrentan mayor violencia digital que los niños
La violencia digital no conoce fronteras físicas, lo que significa que puede ocurrir en cualquier parte del mundo, sin importar dónde te encuentres.	En Internet, algunas personas que quieren hacer daño pueden ocultar quiénes son en realidad.	Lo que sucede en Internet puede quedarse allí para siempre. Mensajes ofensivos, fotos comprometedoras o mentiras pueden permanecer en la red durante mucho tiempo.	A menudo, la violencia digital se mezcla con otros tipos de violencia, como el acoso físico y la violencia psicológica.	La violencia digital es dirigida hacia niñas y mujeres con mayor frecuencia.

¿Qué efectos crees que pueden ocasionar las violencias digitales?

Entre otros efectos, podemos mencionar los siguientes tres.

- **Impacto emocional:** La violencia digital puede hacer que te sientas muy triste, solo/a o preocupado/a. También puede ocasionar que te sientas mal contigo mismo/a, con vergüenza o culpa.
- **Dejar de hacer cosas:** Algunas personas que sufren violencia digital dejan de hablar con sus amigos o familiares y prefieren quedarse solos/as, porque pierden la confianza en las personas.
- **Daños físicos:** En casos muy graves, la violencia digital puede hacer que una persona se haga daño a sí misma o que otra persona la lastime.

¿Qué hacer si enfrento violencia digital?

Como sabemos que enfrentar la violencia digital es algo muy difícil, te damos dos consejos importantes:

Hablar con alguien de confianza: Si estás viviendo violencia digital, es muy importante que no lo enfrentes solo o sola. El contarle a una persona de confianza (como un amigo, amiga o familiar) es un acto de valentía y puede ayudarte a sentirte acompañado/a y apoyado/a. Recuerda que lo que te está pasando no es tu culpa; la persona agresora es quien originó esta situación.

Busca apoyo en redes o colectivos especializados: Si experimentas violencia digital de género, además de contar con una persona cercana, es útil acudir a organizaciones o colectivos que aborden temas de género y violencia digital. Estas redes pueden ofrecerte orientación legal, emocional y técnica para proteger tu seguridad en línea.

¿Dónde puedo denunciar un caso de violencia digital o de violencia digital de género?

Puedes acudir a la oficina de la Defensoría de la Niñez y Adolescencia más cercana. Las defensorías de la niñez y adolescencia brindan un servicio gratuito, pues tienen la misión de prevenir, proteger y defender los derechos de las niñas, niños y adolescentes.

También puedes realizar tu denuncia en las siguientes oficinas de la Policía:

- Fuerza Especial de Lucha Contra El Crimen (FELCC).
- Fuerza Especial de Lucha Contra la Violencia (FELCV).

Puedes pedir orientación sobre cómo denunciar a la línea de ayuda del Centro S.O.S. Digital por WhatsApp, Telegram o Signal:

62342430

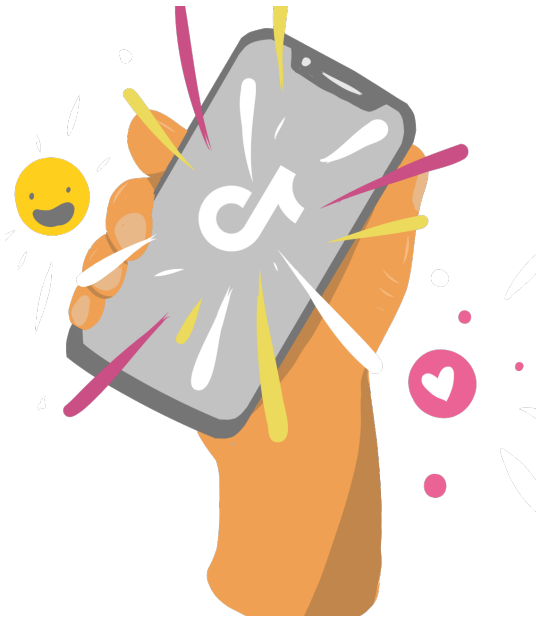
Reflexionemos:

Exploremos la historia de Arisin

Arisin es una niña alegre que va a la escuela cada día con una gran sonrisa, juega con sus amigos y es muy feliz. Vive con su mamá y su papá; aunque recientemente su papá ha tenido que irse al pueblo a buscar trabajo, y ella lo extraña.

Para su cumpleaños, su papá le regala un celular para hablar más seguido. Arisin se emociona y comienza a usarlo para hacer videos divertidos en TikTok con sus amigas.





Un día, recibe un mensaje de una chica mayor que no conoce, quien le ofrece consejos para hacer videos y ganar seguidores. Al principio, Arisin se siente feliz, pero luego la chica le pide un video especial, y después la amenaza con difundirlo si no envía más. Arisin se siente avergonzada y con miedo.

Su amiga Inti nota que algo anda mal y anima a Arisin a hablar con su profesora. Con su apoyo, ella cuenta lo sucedido, y la profesora les explica que eso se llama grooming.



Con la ayuda de su familia, Arisin se siente segura y entiende la importancia de pedir ayuda. Más adelante, ayuda a otros a usar Internet con seguridad.



Actividad: Semáforo de seguridad digital

Objetivo:

Ayudar a niñas y niños a reconocer situaciones de riesgo en Internet y aprender cómo actuar de manera segura.

Duración:
20 minutos.

Instrucciones:

Paso 1: ¿Qué es el semáforo digital?

Imagina que el semáforo digital es una herramienta para saber cuándo una situación en Internet es segura (verde), dudosa (amarillo) o peligrosa (rojo).

- **Verde:** Situaciones seguras y sin riesgo.
- **Amarillo:** Situaciones en las que debes tener cuidado y pensar bien antes de actuar.
- **Rojo:** Situaciones peligrosas, en las que necesitas pedir ayuda o alejarte.

Recuerda que este semáforo es una forma de decidir cómo actuar en situaciones en línea y protegerte.

Paso 2: Revisa las situaciones

Lee las situaciones que aparecen a continuación. Imagina que cada una de ellas es algo que te puede pasar en Internet. Tómate un momento para pensar en cada situación y decide cómo se siente para ti: segura (verde), dudosa (amarillo) o peligrosa (rojo).

Situaciones:

Un/a amigo/a de tu clase te invita a jugar en línea.

Alguien te envía un mensaje diciendo que ganaste un premio y te pide tu dirección.

Un conocido te envía fotos que te hacen sentir incómodo o incómoda.

Un familiar comenta una de tus fotos en redes sociales con un mensaje amable.

Una persona que no conoces te pide tu número de teléfono para “ser amigos”.




Ves un anuncio que dice “Gana dinero fácil, solo envía tu información”.

Alguien te hace un cumplido y te pide que te reúnas en persona.

Una amiga o amigo cercano te pide ayuda para estudiar juntos.

Paso 3: Colorea según el semáforo (utilizar Anexo 1)

Colorea el círculo al lado de cada situación que leíste con el color del semáforo que creas que corresponde:

-  Verde si es segura.
-  Amarillo si es dudosa.
-  Rojo si es peligrosa.

Paso 4: Reflexiona

Primero, piensa en las situaciones y en el color que elegiste para cada una. Luego, responde las siguientes preguntas:

¿Por qué crees que algunas situaciones son dudosas o peligrosas?

¿Qué harías si alguien te pide información personal en Internet?

¿A quién le pedirías ayuda si algo te hace sentir incómodo(a) o en peligro?

Recuerda:

Siempre que algo te haga sentir rara(o), incómoda (o) o insegura (o) en Internet, ¡Cuéntale a una persona adulta de confianza!

Tu seguridad es lo más importante.

¿Qué es la privacidad?

La privacidad es un derecho que nos permite cuidar nuestra información personal. En Internet también debemos cuidar nuestra privacidad, en especial, porque lo que se publica en redes sociales perdura en el tiempo.

Si alguien publica una foto nuestra o información que nos pertenece en Internet sin nuestro permiso, está vulnerando nuestro derecho a la privacidad.

¿Qué debemos mantener en privado en Internet?

Debemos pensar muy bien qué es lo que queremos que esté disponible en Internet porque muestra quiénes somos y es muy difícil (casi imposible) poder borrarlo después.

A veces, sin darnos cuenta, compartimos cosas que otras personas pueden usar para hacernos daño; por eso es importante cuidar nuestros datos personales.

Los datos personales son toda aquella información que nos identifica, y pueden ser:

- **Datos generales** como nuestro nombre, edad, dirección y dónde estudiamos.

Por ejemplo: Pedro, 12 años, calle Juan Pérez, Unidad Educativa Coroico.

- **Datos sensibles** como nuestra religión, información sobre nuestra salud y nuestro origen étnico.

Por ejemplo: Testigo de Jehová, diabético, aymara.

- **Datos biométricos** como la huella digital y nuestros rasgos faciales.

¿Cómo podemos cuidar la privacidad entre todos y todas?

- Evita compartir en línea tanto tus datos personales como los de tus amistades.
- Pide a alguien de confianza que te ayude a configurar la privacidad de los juegos y aplicaciones que usas. A veces, y sin darnos cuenta, podemos estar publicando más datos personales de lo que creemos.
- Aconseja a tus amistades que no compartan sus datos personales en Internet.
- Pide consentimiento antes de subir fotos o videos: si quieres publicar fotos en las que te encuentras con tus amistades, pregúntales primero si están de acuerdo con subirlas a Internet.

Conocer las opciones de seguridad tecnológica también es importante para cuidar nuestra privacidad. Ingresando a configuraciones de privacidad de las diferentes plataformas (Facebook, Instagram, TikTok, etc.), podemos:

- Configurar quién puede ver nuestro perfil, publicaciones o historias.
- Decidir quién puede enviarnos mensajes.
- Determinar qué información nuestra será visible.

Recuerda que también es importante:

- Usar contraseñas seguras (como esta: hG9\$!v[8=*q5).
- Las contraseñas seguras son largas y alfanuméricas, tienen letras y símbolos.
- No usar la misma contraseña en varias cuentas.
- No compartir nuestra contraseña con otras personas.

El consentimiento en el ámbito digital

El consentimiento significa que, antes de hacer algo que incluya a otras personas (como compartir fotos, videos o información), se debe pedir permiso y, si esta persona accede a darlo, entonces contamos con su consentimiento. Por ejemplo:

Si tienes una foto o un video en el que aparece un amigo o una amiga, pregúntale si está de acuerdo con que lo publiques en Internet.

Respetar el “No”: Si alguien no quiere que compartas algo, debes respetar su decisión, incluso si piensas que la foto es divertida.

Tú también puedes decir “No”, si alguien te pide una foto o un video que no te hace sentir cómodo o cómoda.

El consentimiento puede cambiar: Si alguien te da permiso para compartir una foto, esa persona puede cambiar de opinión en cualquier momento y retirar su consentimiento. En ese caso, debes eliminar la foto y asegurarte de preguntar de nuevo antes de volver a compartirla. Es fundamental, en todos los casos, pedir permiso antes de publicar contenido sobre otra persona. Además, el que alguien haya dado su consentimiento una vez no significa que lo hará en el futuro, por lo que es necesario volver a consultarle en cada ocasión.

¿Sabes qué es nuestra identidad digital?

Tu identidad digital es la manera en la que te muestras e interactúas en Internet. Es como tú “yo” en línea, que puede incluir tus perfiles en redes sociales, lo que publicas y cómo te comunicas con tus amistades.

A través de nuestra identidad digital vamos dejando rastros de todo lo que hacemos en Internet; a esto se le llama “huella digital”. Ya sea que publiques una foto, comentes un video o simplemente busques algo en Google, estás dejando una huella.

El cómo te muestras e interactúas en Internet –es decir, tu identidad digital– es muy importante porque determina cómo nos ve el resto del mundo en Internet y puede ayudarnos a conseguir cosas buenas o traernos problemas en algunos casos.

Por consiguiente, antes de publicar o compartir algo en Internet, responde las siguientes preguntas:

- ¿Quiénes podrían ver esto?
- ¿Esto me pone en riesgo?
- ¿Quiero que esto sea público?
- Si esto no se borrará en el futuro ¿quiero que esté en Internet para siempre?
- ¿Qué es lo que no me gustaría que se vea en Internet sobre mí?
- ¿Esto puede lastimar a otra persona?

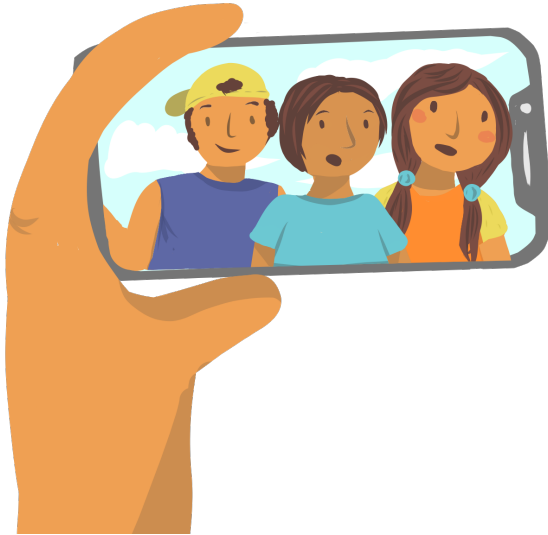
Reflexionemos: La selfie del Grillo y la verdadera amistad



Saricita, Untucuro, y Grillo son tres amigos

que disfrutan de la diversión juntos. Sin embargo, últimamente Kewi pasa demasiado tiempo pegado a su celular y ya casi no juega con ellos en persona.

Un día, Saricita organiza una competencia divertida en la chacra, y el Grillo será el árbitro. Antes de empezar, el Grillo insiste en tomarse una selfie para subirla a Instagram, diciendo: “¡Mis seguidores deben ver esto!”. Saricita y Untucuro no están muy cómodas con la idea, pero Grillo está emocionado por aparecer en redes.



Durante la competencia, el Grillo se enfoca más en las fotos que en disfrutar el momento, aunque sus amigos le piden que se relaje y se una a la diversión. La abuela Chai llega y le recuerda al Grillo que “las redes no pueden reemplazar el tiempo real con los amigos”.

El Grillo reflexiona y admite que, a veces, sube fotos solo para sentirse menos solo. Con el apoyo de sus amigos, decide ser más cuidadoso con lo que comparte en Internet y disfrutar más de los momentos que pasa con ellos.



Desde ese día, los amigos valoran más su tiempo juntos, tanto en persona como en redes.



Actividad: Mis tres rostros

Objetivo:

Reflexionar sobre cómo compartimos nuestra información en redes sociales y entender que es mejor mantenerla disponible solo para personas cercanas o de confianza.

Duración:

30 minutos.

Instrucciones

Paso 1: Preparación

Piensa en la manera en la que compartes cosas sobre tu vida en redes sociales o con personas que conoces. Es importante reconocer que no todo es seguro para compartir con todos. Esta actividad te ayudará a decidir qué información mostrar y únicamente a quienes son de total confianza.

Aquí encontrarás tres siluetas que representan diferentes niveles de privacidad. Estas serán tus “tres rostros”: (usar Anexo 2)

- Imagen pública: Lo que puedes mostrar a cualquiera.
- Imagen cercana: Lo que compartes solo con amigos cercanos o familiares.
- Imagen íntima: Lo que compartes únicamente con las personas más cercanas y de mayor confianza.

Paso 2: Imagen pública

Esta es la información que puedes compartir con cualquiera sin ponerte en riesgo. En la primera silueta, dibuja o escribe lo que compartirías con todo el mundo. Algunos ejemplos son:

- Tus hobbies (como deportes que te gustan o cosas que coleccionas).
- Fotos jugando al aire libre.
- Logros en la escuela.

Dibuja o escribe tus propias ideas en la silueta de Imagen pública.

Paso 3: Imagen cercana

Este es el tipo de información que compartes solo con personas de confianza, como amigos cercanos y familiares. Es más privada, así que piensa bien con quién la compartes.

En la segunda silueta, dibuja o escribe lo que solo compartirías con familiares o amigos muy cercanos. Algunos ejemplos son:

- Fotos con tu familia.
- Lugares que visitas frecuentemente con tu familia.

Dibuja o escribe tus propias ideas en la silueta de Imagen cercana.

Paso 4: Imagen íntima

Esta es la información más privada, algo que solo compartirías con las personas en quienes más confías, como tu mamá, papá o hermanos. Esta información nunca deberías compartirla en redes sociales ni con personas que no conozcas bien.

En la tercera silueta, escribe lo que solo compartirías con tus seres más cercanos. Algunos ejemplos son:

- Problemas personales.
- Sentimientos muy personales.
- Fotos en momentos privados.

Escribe tus propias ideas en la silueta de Imagen íntima.

Paso 5: Reflexión Final

Reflexiona sobre lo que has dibujado o escrito en cada silueta y, luego, responde las siguientes preguntas:

1. ¿Por qué crees que es importante clasificar la información en estos tres niveles?
2. ¿Qué podría pasar si compartieras tu información íntima con alguien que no es de total confianza?

Recuerda:

Siempre es mejor pensar antes de compartir información personal en redes sociales, ya que algunas cosas deben quedar en privado para proteger tu seguridad y privacidad.



TEMA 3.

Mis decisiones en el mundo digital

¿Por qué la información falsa de Internet es dañina?

Existe mucho contenido falso en Internet que busca dañar la imagen de las personas, especialmente de mujeres y niñas; de esta forma es que sucede la violencia de género digital.

En muchos casos, se busca dañar la imagen de figuras públicas (como mujeres políticas o víctimas de violencia), lo cual es algo muy serio.

La desinformación es un problema porque refuerza ideas erróneas sobre los demás, alimentando prejuicios dañinos hacia grupos de personas que terminan siendo dañadas. Es por todo esto que debemos saber identificar la información falsa de Internet.

¿Cómo saber si lo que ves en Internet es verdad?

En Internet hay muchísima información, pero no toda es verdadera. Aquí te brindamos unos consejos para saber si lo que ves es real o no.

- ¿Dónde viste la información?

Si leíste algo en la página de un noticiero famoso, es más probable que sea verdad. Sin embargo, si lo viste en un mensaje de WhatsApp o en un video en TikTok, no te lo creas enseguida. A veces, esas fuentes no son confiables.

- Busca la noticia en otro lugar.

Antes de creerlo, busca la misma noticia en diferentes páginas. Si es falsa, probablemente encuentres que otros sitios indican que no es verdad, o bien puede que no encuentres nada al respecto.

- Usa páginas confiables.

Cuando busques información en un buscador, por ejemplo “Google”, elige páginas de confianza. Puedes usar sitios como Wikipedia, noticieros conocidos o páginas educativas. De este modo, tendrás más posibilidades de encontrar información correcta.

¿Cómo elegir qué ver en Internet?

En Internet hay muchas cosas divertidas y emocionantes que podemos disfrutar, como ver películas, leer cómics, escuchar música y aprender cosas nuevas. Pero también puede haber cosas que no nos hacen sentir bien.

¿Cómo te sientes con lo que ves en Internet?

En la casilla vacía, escribe un ejemplo de algo que hayas visto en Internet que te haya hecho sentir bien, y otro ejemplo de algo que hayas visto en Internet que te haya hecho sentir mal



Nos sentimos bien

cuando vemos algo que nos hace reír, que es tierno o que nos enseña algo interesante.



Nos sentimos mal

cuando vemos algo que nos genera ansiedad, que es desagradable o triste, o que nos hace sentir incomodidad.

¿Qué hacer si algo me hace sentir mal, pero no puedo parar de verlo?

A veces, algo puede causar curiosidad, aunque también nos dé miedo o nos haga sentir incómodos. Esta sensación se llama **morbo** y, si te encuentras en esa situación, es importante que no te dejes llevar por el morbo. Lo mejor en estos casos es hablar con un o una adulta de confianza sobre lo que estás viendo y busca algo que te haga sentir bien y te distraiga de esos pensamientos incómodos.

- Es importante que reconozcas qué contenidos son los mejores para ti y qué contenidos es mejor evitar: aunque está bien sentir curiosidad, si algo te hace sentir raro, es una señal de que necesitas hablar con alguien al respecto.

Mitos que podemos encontrar en Internet

Mitos	Realidades
“Para ser feliz hay que ser rico”.	La felicidad no depende del dinero.
“Los cuerpos más bonitos son los delgados”.	Todos los cuerpos son hermosos.
“Debemos ser <i>influencers</i> famosos para conseguir lo que queremos”.	Podemos alcanzar nuestros sueños siendo nosotros/as mismos/as.
“Siempre debemos seguir las modas para ser aceptados”.	Debemos expresar quiénes somos genuinamente, sin intentar encajar.
“Nuestra vida debe ser perfecta, como la que vemos en las redes sociales”.	La realidad es muy diferente a las redes sociales y es importante entenderlo.
“Debemos publicar nuestros problemas, o los retos que enfrentamos, en redes sociales”.	Tenemos derecho a la privacidad sobre nuestra vida personal y nuestros problemas.
“Las fotos que compartimos siempre deben mostrar felicidad y comodidad” (como cuando viajamos, estamos en un restaurante, visitamos un lugar famoso, etcétera).	Podemos publicar el contenido que queramos.

Mitos de amor romántico en Internet

A veces, Internet nos engaña, haciéndonos creer ciertas cosas sobre cómo debemos llevarnos con nuestras amigas y amigos. Algunos de estos mitos son los siguientes:

Mitos	Realidades
“El amor es como en los cuentos de princesas”.	En realidad, el amor es diferente para cada persona.
“Siempre debes decir que sí para gustarle a alguien”.	Aunque en Internet, las niñas y niños pueden sentir que deben estar siempre disponibles para gustar a los demás, es importante recordar que siempre podemos decir “no”.
“Si alguien no te responde rápido en línea es porque no le importas”.	Podrías sentirte mal si una amiga o amigo no te responde de inmediato cuando le mandas un mensaje, pero es importante recordar que todos tienen diferentes tiempos para contestar. La tardanza en responder no significa que no le importes.

<p>“Si alguien te quiere, debe tener tu contraseña”.</p>	<p>A veces puedes sentir que, para ser mejores amigos o amigas, debes compartir tus contraseñas; pero cuidar tu contraseña es cuidar tu privacidad.</p>
<p>“Si te quiere, debe decirte todo el tiempo dónde está”.</p>	<p>Podrías sentirte mal si una amiga o amigo no te responde de inmediato cuando le mandas un mensaje, pero es importante recordar que todos tienen diferentes tiempos para contestar. La tardanza en responder no significa que no le importes.</p>
<p>“Si te quiere, debe enviarte fotos privadas”</p>	<p>Este es el mito de la “prueba de amor”. Puede parecer que, si alguien te quiere mucho, debería enviarte fotos privadas. No obstante, nadie debería pedirte ni obligarte a enviar fotos que no te hacen sentir bien. Si alguien lo hace, no está respetando tus límites y está invadiendo tu privacidad.</p>

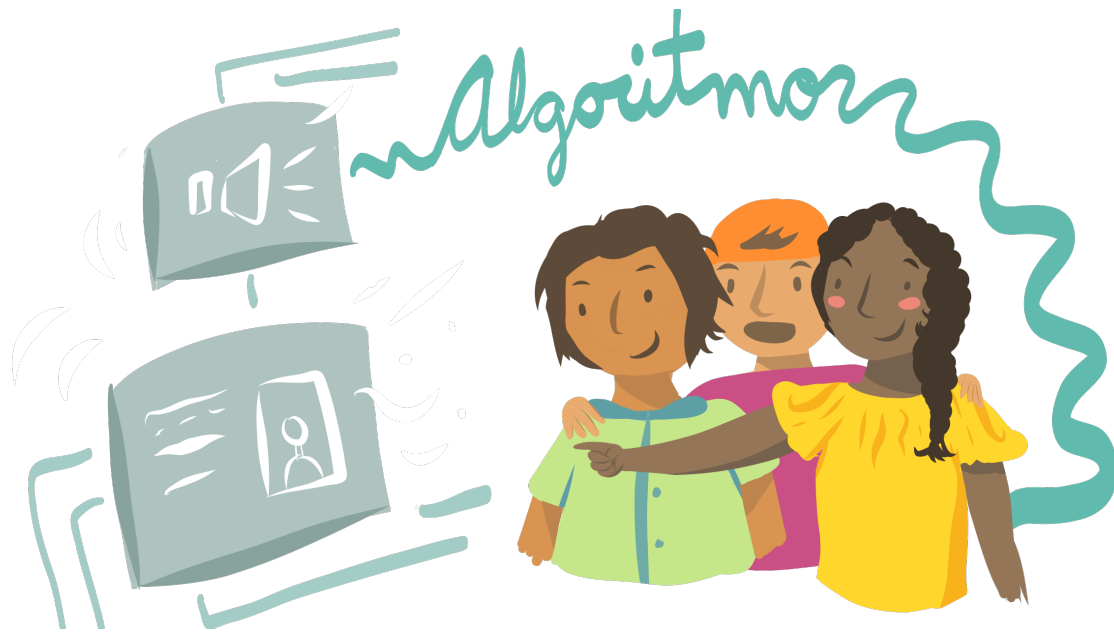
Reflexionemos:

El misterio de la torre digital

Nico, Sofi y Leo son tres amigos curiosos que descubren una torre digital en el monte cerca de su comunidad. Al entrar, ven muchas pantallas con información sobre diferentes temas, y se sienten emocionados por todo lo que pueden aprender.

Mientras exploran, un personaje llamado “Algoritmo” aparece en una pantalla y les dice que controla todo lo que





ven en la torre. Aunque Nico se siente fascinado, Sofi empieza a observar imágenes que la incomodan, y Leo encuentra mensajes que contradicen lo que aprendieron en la escuela.



Preocupados, deciden salir y contarles a sus padres sobre la torre y las cosas extrañas que vieron. Los adultos les explican que, aunque el mundo digital es interesante, también deben tener cuidado con la información que ven y consultar cuando los hace sentir incómodos o confusos.

Desde ese día, los amigos y su comunidad aprenden a navegar Internet de manera segura, cuestionando lo que encuentran y eligiendo lo que es mejor para ellos. Así, cada vez que ven la torre, ya no sienten curiosidad, sino confianza, al saber que cuentan con el apoyo de su comunidad.



Actividad: Evaluando comentarios digitales

Objetivo:

Reflexionar sobre el impacto de las interacciones digitales y los comentarios que escribimos en redes sociales.

Duración:

20 minutos.

Instrucciones

Paso 1: Pensar sobre los comentarios digitales.

Antes de comenzar, piensa en cómo pueden afectar a las personas los comentarios que se escriben en las redes sociales. ¿Te ha pasado que un comentario te hizo sentir feliz?, ¿o hubo alguno que te molestó o entristeció? Vamos a aprender a identificar los diferentes tipos de comentarios y cómo nos hacen sentir.

Paso 2: Preparar tus emojis (usar Anexo 3).

Dibuja o elige tus emojis para expresar tus reacciones:

- Desaprobación.
- Cariño o aprecio.
- Enojo o molestia.
- Aprobación o algo positivo.

Paso 3: Evalúa los comentarios

Los siguientes comentarios son similares a los que podrías ver en redes sociales. Al leer cada uno, piensa cómo te haría sentir si alguien te lo dijera. Usa los emojis para mostrar tus sentimientos sobre cada comentario. Anota el emoji que elegirías al lado de cada uno:

1. Comentario en una foto: “¡Qué fea te ves con esa ropa!”.
2. Comentario en una foto: “Te quiero, amiga”.
3. Me gusta, en un video de un chico molestando a una chica en la calle.
4. Comentario en una foto de graduación: “Muchas felicidades”.
5. Comentario en una foto de una chica: “Se ve operada”.

6. Video de Youtube: “Los secretos de Free Fire: cómo conseguir más diamantes sin dinero”.
7. Video de Instagram: “¿Qué tan popular eres en el colegio?”.

Paso 4: Reflexión final

Ahora, piensa en lo siguiente:

- ¿Cómo crees que se sentiría la persona que recibe el comentario “¡qué fea te ves con esa ropa!”?
- ¿Algún comentario refuerza ideas sobre cómo deberían verse las personas o actuar?
- ¿Cómo podrías transformar un comentario negativo en otro amable o constructivo?

Recuerda:

Todos tenemos el poder de escribir comentarios que apoyen a los demás y de crear un espacio en línea donde todos se sientan respetados y seguros.



Conclusión

El acceso a Internet y a la tecnología ha traído beneficios significativos, como facilitar el acceso a la educación y la comunicación. Sin embargo, también ha generado nuevos desafíos, especialmente en relación con la violencia digital, que afecta de manera desproporcionada a niñas, adolescentes y personas LGBTQ+. La presente guía ofrece herramientas para ayudar a identificar, prevenir y enfrentar estas situaciones, empoderando a niñas, niños y adolescentes con conocimientos y habilidades para navegar de manera segura en el mundo digital.

Puntos clave:

- La violencia digital es real: El acoso, la difusión de imágenes íntimas sin permiso y otras formas de violencia digital son graves y pueden afectar tanto en línea como fuera de ella.
- Violencia digital de género: Actos dañinos dirigidos de manera específica hacia personas debido a su género u orientación sexual, a partir de relaciones de poder desiguales. El anonimato de quienes cometen estos actos intensifica el miedo a la violencia, generando en las víctimas mayor sensación de inseguridad y angustia.
- Protección y privacidad: Es fundamental proteger la información personal y no compartir datos ni imágenes sin consentimiento. La privacidad en Internet es un derecho que debemos cuidar de forma colectiva.
- El papel del apoyo familiar y escolar: Las redes de apoyo, como las familias y las escuelas, son esenciales para enfrentar la violencia digital. Es importante que las niñas y niños puedan confiar en sus cuidadores para pedir ayuda sin temor a ser castigados/as.
- Reconocer señales de violencia: Aprender a identificar situaciones de riesgo en línea, como el grooming (engaño digital pederasta) o el ciberacoso, resulta fundamental para actuar a tiempo y buscar ayuda.
- Normativa de protección: Aunque en Bolivia no existen leyes específicas para afrontar la violencia digital, las denuncias pueden realizarse a través del marco del Código Penal, el Código Niño, Niña y Adolescente, y en la Defensoría de la Niñez y Adolescencia.

- Conciencia sobre la desinformación: No toda la información en Internet es verdadera. Es necesario desarrollar un pensamiento crítico para identificar contenidos falsos y evitar ser influenciados por estereotipos dañinos o información errónea.

ANEXOS

ANEXO 1

Un/a amigo/a de tu clase te invita a jugar en línea.



Alguien te envía un mensaje diciendo que ganaste un premio y te pide tu dirección.



Un conocido te envía fotos que te hacen sentir incómodo o incómoda.



Un familiar comenta una de tus fotos en redes sociales de modo amable.



Una persona que no conoces te pide tu número de teléfono para “ser amigos”.



Ves un anuncio que dice “Gana dinero fácil, solo envía tu información”.



Alguien te hace un cumplido y te pide que te reúnas en persona con él o ella.



Una amiga o amigo cercano te pide ayuda para estudiar juntos.



ANEXO 2

IMAGEN PÚBLICA

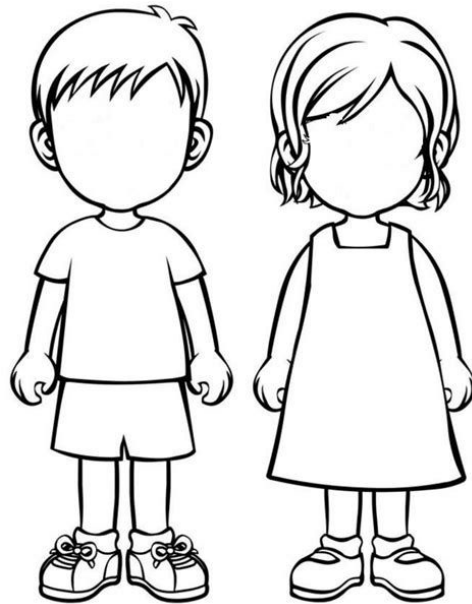


IMAGEN CERCANA

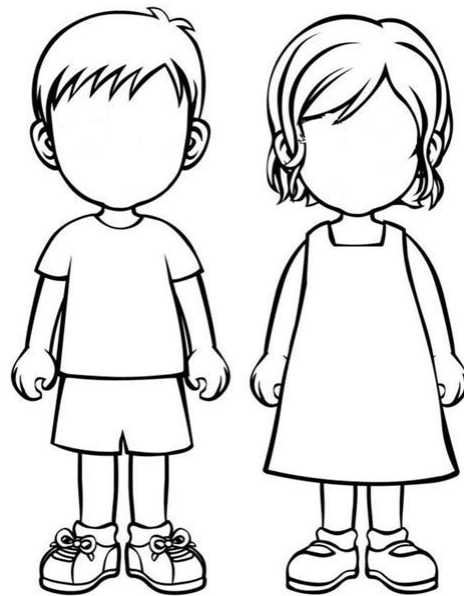
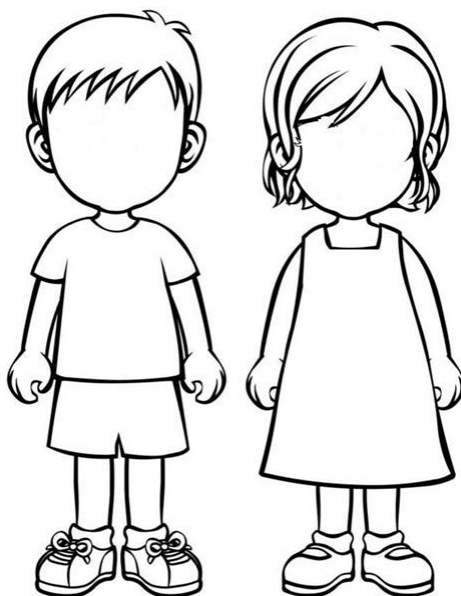
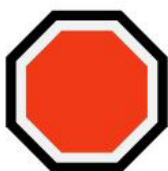


IMAGEN ÍNTIMA



ANEXO 3



ANEXO 4:

HISTORIAS COMPLETAS

Exploremos la historia de Arisin

Arisin siempre iba a la escuela con una gran sonrisa. Jugaba con sus amigos, hacía bromas y era muy feliz. Sin embargo, un día dejó de ir a clases por dos semanas, y todos en su clase se preocuparon mucho. “¿Qué le habrá pasado?”, se preguntaban.

Su mejor amiga, Inti, calmó a los demás.

—Esperemos a que Arisin nos cuente —les dijo con confianza.

Y así, aunque extrañaban mucho a su amiga, decidieron esperar.

Finalmente, un jueves, Arisin regresó a la escuela. Todos se alegraron de verla y corrieron a su encuentro.

—¡Arisin!, ¿dónde estabas? —le preguntaron.

Pero Arisin solo sonrió, un poco tímida, y dijo:

—Les contaré después —aunque estaba feliz de estar de vuelta, aún no se sentía lista para hablar.

Arisin vivía con sus padres en una pequeña comunidad y era una niña feliz, pero todo cambió cuando su papá se fue al pueblo a buscar trabajo. Un tiempo después, su papá le regaló un celular por su cumpleaños.

—Así podremos hablar más seguido —le dijo con una sonrisa.

Arisin estaba muy emocionada, porque extrañaba a su papá y pensaba que así se sentiría más cerca de él.

En la escuela, algunas de sus amigas le enseñaron a hacer videos divertidos en TikTok y se alegraban mucho. Un día, un perfil de una chica mayor que no conocía le envió un mensaje en TikTok. Le dijo que podría ayudarla a hacer videos más bonitos y conseguir muchos seguidores. Al principio, Arisin estaba emocionada. “¡Qué suerte tener una amiga nueva que quiere ayudarme!”, pensó.

Sin embargo, un día, esa chica le pidió algo que la hizo sentir incómoda.

—Envíame unas fotos para editarlas y hacerlas más bonitas –le dijo.

Luego, le indicó que grabara un video especial, en el que se la vea más bonita, sugiriéndole que use su ropa más linda, prometiéndole que con eso ganaría muchos seguidores. Arisin no sabía qué hacer. Aunque intuía que algo no estaba bien, pensó que la chica solo quería ayudarla. Así que, después de pensarlo mucho, le envió el video.

Lo que pasó después la asustó mucho. La chica dejó de hablarle por un tiempo y, cuando volvió a hacerlo, le envió un mensaje aterrador:

—Si no me envías más videos, compartiré el que ya me enviaste con todos tus amigos, ¡y se lo mostraré a tu mamá y a tu papá!

Arisin sintió vergüenza y mucho miedo.

Responde las siguientes preguntas:

¿Qué harías tú si te pasara algo parecido?

¿Qué le recomendarías a Arisin que haga?

Si Arisin fuera tu amiga, ¿qué le dirías para ayudarla?

Su amiga Inti notó que algo no andaba bien y se preocupó por ella:

—Arisin, ¿qué te pasa? Puedes confiar en mí –le dijo.

Al principio, Arisin no quería contarle nada, pero, finalmente, después de muchos días de sentirse sola, decidió hablar con Inti.

Ella la escuchó con mucha atención y le sugirió que hablara con la profesora. Arisin tenía miedo, pero su amiga la acompañó. Cuando le contaron todo a la profesora, ella les explicó que lo que esa chica había hecho era una forma de violencia digital muy peligrosa llamada grooming. Le dijo que no era su culpa y que no debía sentir vergüenza, pues no había hecho nada malo. Les explicó que algunas personas agresoras son muy hábiles para ganarse la confianza de las y los niños. La profesora habló con la mamá y el papá de Arisin para que pudieran ayudarla.

Su mamá y su papá le dijeron que lo más importante es siempre pedir ayuda y la protegieron de la persona que la había amenazado. Con el tiempo, Arisin se sintió mejor, recuperó la confianza para usar la tecnología y entendió que lo que le había pasado no definía su forma de ser. Además, aprendió la importancia de pedir ayuda cuando algo la hace sentir incómoda. Ahora, ella ayuda a sus compañeros a usar Internet de manera más segura.

Saricita Chimuela, Kewi Gueimer y Untucuro

Había tres amigos muy diferentes, pero con algo en común: su amor por la diversión. Saricita, siempre lista para una aventura, amaba caminar después de la escuela. Untucuro, tranquila y observadora, solía acompañarla. Por otro lado, Kewi Geimer, apodado “el maestro” por sus habilidades con los videojuegos, se había vuelto un poco aburrido desde que le regalaron un teléfono celular. Ahora, pasaba todo el día pegado a la pantalla.

Un día, Saricita decidió sacarlos de la rutina:

—¡Amigos!, esta tarde nos encontramos en el lugar de siempre para nuestra competencia. ¡Kewi, tú tienes que chupar una naranja en menos de cinco minutos! Yo comeré una yuca, y Untucuro se comerá un pepino. ¡Esto va a ser épico!

Kewi, con una sonrisa confiada, dijo:

—¡Fácil! mi pico es tan rápido que me terminaré la naranja en un abrir y cerrar de ojos. ¡Prepárense para perder!

Untucuro, riéndose, respondió:

—¡Ay, Kewi, siempre tan confiado! No subestimes a una Untucuro; mi pepino desaparecerá en segundos.

Saricita, siempre competitiva, les dijo:

—Yo hablo poco, pero actúo rápido. ¡Nos vemos a las 4 en mi chacra!

A la hora señalada, los tres amigos estaban listos. El Grillo, que siempre estaba metido en todo, decidió ser el árbitro.

—¡Afírmense los dientes! ¡Kewi, tú primero! —gritó con entusiasmo.

Justo antes de comenzar, el Grillo exclamó:

—¡Esperen! ¡una selfie primero! mis seguidores en Instagram tienen que ver lo populares que somos. ¡Sonrían, por favor!

Untucuro, avergonzada, protestó:

—No, por favor, ayer se me cayó un diente y no quiero salir así.

Saricita añadió:

—¡Ay, no! Mi ropa no está lista para una selfie.

Pero Kewi, con su ego en lo más alto, declaró:

—¡Yo siempre estoy listo para una foto! Soy perfecto en cada amanecer y atardecer. ¡Miren mi belleza! Por eso subo tantas fotos a mis redes.

El Grillo, riendo, dijo:

—Está bien, Saricita y Untucuro; solo tomaré la selfie con Kewi.

Y subió la foto a su cuenta de Instagram.

—¡Ahora sí, a lo que vinimos! –gritó el Grillo–: ¡En sus marcas, listos, y YAAAAAAA!

Los tres amigos comenzaron la competencia. Saricita masticaba la yuca a toda velocidad, Untucuro luchaba por no perder otro diente con su pepino, y Kewi se atragantaba con la naranja. El Grillo, desesperado por terminar rápido y seguir subiendo fotos, los presionaba para que acabaran.

De repente, los amigos dejaron de competir y comenzaron a conversar:

—¡Grillo, relájate! Ven y únete a la conversación –le dijeron.

El Grillo, frustrado, no sabía qué hacer. Justo en ese momento apareció la abuela Chai, que siempre tenía una lección importante.

—Grillo, a veces hay que disfrutar de quienes están a nuestro alrededor. Los amigos de verdad están aquí, no en una pantalla. Recuerda que lo que ves en las redes no es más que eso: una pantalla –le explicó.

El Grillo, emocionado por las palabras de la abuela, confesó:

—A veces me siento solo. Por eso subo tantas fotos, para sentir que le importo a alguien. Pero... también he compartido cosas personales con desconocidos, y luego me di cuenta de que fue un error ¿Qué puedo hacer?

La abuela Chai asintió con sabiduría.

—No te preocupes, lo importante es tomar consciencia de lo que compartimos en Internet, podemos buscar ayuda si hay aspectos que te gustaría borrar –le dijo.

Los amigos se miraron y, entre risas y abrazos, decidieron que, a partir de ese día, disfrutarían más del tiempo que pasaban juntos en persona, y tendrían más consciencia de lo que compartían en las redes.

De esta manera, el Grillo, Saricita, Kewi y Untucuro aprendieron la importancia de la verdadera amistad y de cuidar su privacidad en el mundo digital.

El misterio de la montaña digital

Había una vez, en una pequeña comunidad, un grupo de amigos muy curiosos: Nico, Sofi y Leo. Cada tarde, después de la escuela, se reunían en la cancha para jugar y compartir historias. Un día, mientras caminaban por el bosque cercano, descubrieron algo extraordinario: una misteriosa montaña digital que brillaba con luces de todos los colores.

—¡Vaya! ¿Qué será esto? —preguntó Nico, sorprendido.

Sofi, siempre la más intrépida, se acercó y tocó la montaña. De repente, una puerta se abrió, invitándolos a entrar.

—Vamos a explorar —dijo Sofi con entusiasmo.

Dentro de la montaña, las paredes estaban cubiertas de pantallas que mostraban todo tipo de imágenes y videos. Nico, Sofi y Leo se asombraron al ver que podían aprender sobre cualquier tema con solo tocar una pantalla. Había información sobre ciencia, naturaleza, deportes y también sobre la sexualidad.

—Esto es increíble —dijo Leo—. ¡Podemos aprender tanto!

Sin embargo, a medida que exploraban más, se dieron cuenta de algo extraño. Algunas pantallas mostraban información que no parecía correcta, e incluso algunos videos parecían intentar manipular lo que pensaban. Un personaje llamado “Algoritmo”, una figura gris y confusa, apareció en una de las pantallas y les dijo:

—Yo controlo lo que ven aquí. Puedo hacer que vean solo lo que quiero que vean. ¡Quédense conmigo y les mostraré todo lo que deseen!

Nico estaba asombrado de todo lo que podía ver.

—Me encanta esta montaña digital. Creo que hasta podría hacerme las tareas. Quiero quedarme a vivir en esta montaña.

Pero Sofi frunció el ceño, ya que había visto algunas imágenes que la hacían sentir incómoda:

—He visto cosas que no me gustan. Me siento un poco incómoda con lo que me muestran —afirmó.

Leo, más preocupado, añadió:

—Sí, aquí muestran cosas que no están bien, dicen que los niños y niñas “no” debemos mostrar emociones como tristeza o miedo; que debemos ser fuertes y duros, pero aprendimos en el cole que eso no es cierto, que todos podemos sentir emociones.

Decidieron salir de la montaña y buscar a algunos adultos. Les contaron todo lo que habían visto y lo que les preocupaba. Ellas y ellos, con una sonrisa tranquilizadora, les explicaron

que el mundo digital puede ser un lugar maravilloso para aprender, pero que también es necesario ser cuidadosos y cuidadosas.

—En Internet pueden encontrar mucha información, pero no toda es verdadera. Es importante que, si ven algo que les hace sentir incómodos, incomodadas, confundidos o confundidas nos lo digan, para que juntas y juntos busquemos la información correcta —les dijo la mamá de Sofi.

El papá de Nico añadió:

—El Algoritmo puede mostrarles cosas solo porque piensa que es lo que quieren ver, pero ustedes no tienen que seguirle el juego. Pueden elegir lo que es mejor para ustedes.

Desde ese día, todos en la comunidad trabajaron juntos para navegar en el mundo digital de manera segura. Aprendieron a cuestionar la información que encontraban y empezaron hablar sobre lo que veían.

Y así, cada vez que pasaban por el bosque y veían la montaña digital, ya no sentían curiosidad, sino confianza. Sabían que, aunque el mundo digital era grande y a veces complicado, siempre podían contar con la orientación de la comunidad para tomar decisiones más seguras.

NIÑAS Y NIÑOS (13 A 17 AÑOS)

Cultivando conexiones seguras

Manual para personas educadoras
en la prevención y atención de la
violencia digital de género.



Cultivando conexiones seguras

Manual para personas educadoras en la prevención y atención de la violencia digital de género. (13 a 17 años)

Autores:

Camilo Arratia, Eloisa Larrea, Lu An Mendez, Carolina Perez, Zenaida Perez,

Narayani Rivera, Alejandra Torrez

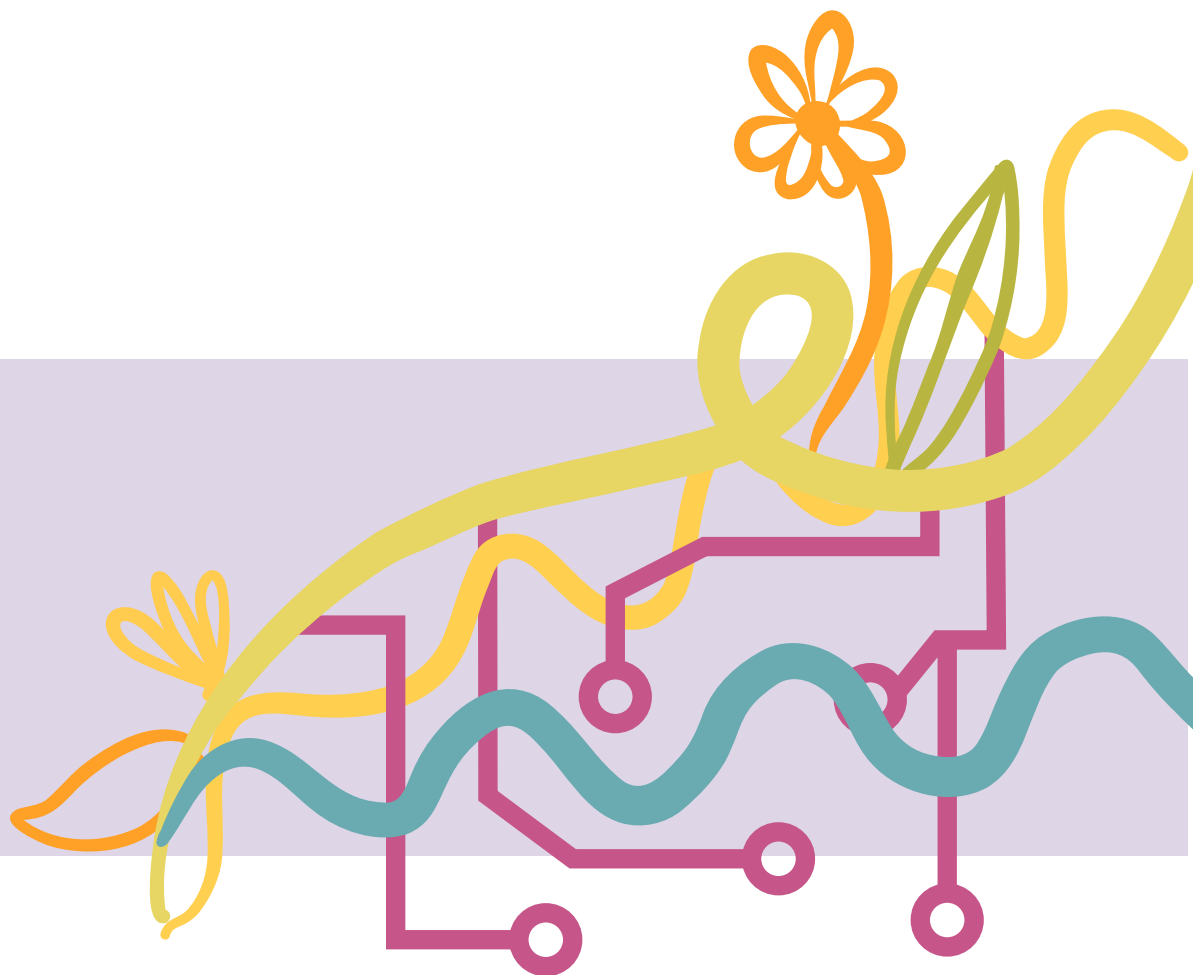
Coordinación y revisión por parte del BID:

Claudia Piras, Magalí Yance y Tatiana Rocabado.

Agradecemos el valioso aporte técnico de Denisse Wolfenson, Sergio Mansilla y Luana Castro de Souza Marotta, del BID; de Thais Vargas, de la AFD; y de Wendy Jhael Pérez Salinas y Nehemias Vidal Serrano, del SEPMUD.

Diseño y diagramación:

Fernanda Barral



Siglas y abreviaturas

CSAM: Child Sexual Abuse Material (Material de Abuso Sexual Infantil).

DIU: Dispositivo Intrauterino.

DNA: Defensoría de la Niñez y Adolescencia

DNA: Defensoría de la Niñez y Adolescencia.

ESID: Educación Sexual Integra Digital.

ETS: Enfermedades de transmisión sexual.

NNA: Niñas, niños y adolescentes.

ONG: Organización no gubernamental.

OMS: Organización Mundial de la Salud.

SLIM: Servicios Legales Integrales Municipales.

TIC: Tecnologías de la información y las comunicaciones.

VG FT: Violencia de género facilitada por la tecnología.

Glosario

Algoritmo: Un conjunto de reglas que las redes sociales y otras plataformas digitales usan para mostrar contenido basado en lo que te gusta o ves con frecuencia. No es perfecto y no siempre muestra lo que es mejor para ti.

Consentimiento: Es el permiso que das o recibes de otra persona antes de hacer algo, como compartir fotos o información. Si no das permiso o si cambias de opinión, esa acción no se debe hacer.

Emoji: Pequeños símbolos o imágenes utilizados en mensajes digitales y redes sociales para expresar emociones, ideas o conceptos de manera visual. Los emojis ayudan a comunicar sentimientos (como alegría, tristeza, sorpresa, amor, entre otros), sin necesidad de usar palabras. Son muy populares entre niñas y niños porque facilitan la expresión de emociones de forma rápida y divertida en las conversaciones en línea.

Datos personales: Información que te identifica (como tu nombre, edad, dirección, religión o fotos personales). Toda esta información debe protegerse, para evitar que personas desconocidas la usen sin permiso.

Datos biométricos: Son las características únicas de tu cuerpo que se usan para identificarte (como tus huellas digitales o tus rasgos faciales).

Desinformación: Información que no es verdadera o está diseñada para engañar a las personas, pudiendo originar confusión o daño.

Estereotipos: Creencias exageradas o simplificadas sobre cómo deben ser o comportarse las personas (por ejemplo, pensar que los niños no deben llorar o que las niñas no pueden jugar fútbol).

Género: Término que se relaciona con las expectativas y los roles que la sociedad asigna a hombres o mujeres. También incluye a quienes no se identifican solo como hombres o mujeres, como las personas LGBTIQ+.

Grooming (engaño digital pederasta): Ocurre cuando un adulto usa Internet para ganarse la confianza de un niño o una niña, para luego pedirle cosas inapropiadas (como fotos personales), con el fin de hacerle daño.

Huella digital: Es el rastro que dejas cuando usas Internet (en los sitios que visitas, los comentarios que haces o las fotos que subes). Todo esto queda registrado y puede ser visto por otras personas.

Mito: Una creencia falsa o equivocada que muchas personas pueden tener sobre algo (por ejemplo, que “solo las personas ricas pueden ser felices”).

Privacidad: Es el derecho a mantener en secreto información personal que no quieres compartir con otros, especialmente en Internet.

Violencia de género: En un tipo de violencia que afecta a las mujeres y a personas LGTBTTIQ+, cuando alguien les hace daño a partir de su género o identidad.

Violencia digital: Es el uso de herramientas tecnológicas –como computadoras, teléfonos o Internet– para hacer daño a alguien (por ejemplo, enviar mensajes hirientes, difundir rumores o compartir fotos sin permiso).

Violencia de género facilitada por la tecnología: Es “todo acto cometido, asistido, agravado o amplificado por el uso de tecnologías de la información y la comunicación u otras herramientas digitales que tenga o pueda tener como resultado un daño físico, sexual, psicológico, social, político o económico u otras vulneraciones de los derechos y libertades”.¹

¹ Definición de UNRIC (Centro Regional de Información de las Naciones Unidas para Europa Occidental)

Tabla de contenido

Introducción	5
TEMA 1. Navegando el mundo digital con seguridad	9
Algunos conceptos necesarios	11
¿Qué entendemos por violencia digital?.....	11
¿A quién le puedo contar?	11
¿Qué pasa si le cuento a alguien y no me creen?.....	12
¿Qué tal si al contarlo me meto en problemas y me castigan?	12
Tipos de Violencia digital	12
Características de las violencias digitales.	17
¿Qué efectos creen que puede tener las violencias digitales?	18
¿Qué hacer si enfrente violencia digital?.....	19
¿Qué son las redes de apoyo?.....	19
¿Cómo identificar mi red de apoyo?.....	20
¿Cómo apoyar a un compañero o compañera que enfrenta violencia digital?	20
¿Qué normativa protege a las niñas, niños y adolescentes de la violencia digital y la violencia digital de género?	21
¿Dónde puedo denunciar violencia digital y violencia digital de género?	25
¿Cuál es la ruta de denuncia?.....	27
Reflexionemos	29
La experiencia de Ana	29
Actividad	32
TEMA 2: ¿Quién soy yo en Internet?	34
Cuidado colectivo de la privacidad	35
¿Qué es la privacidad?.....	35
¿Qué debemos mantener en privado en Internet?.....	35
¿Cómo cuidar colectivamente la privacidad?	35
Cuidando mi tiempo en pantalla	37
Kit de seguridad digital para emergencias.....	38
¿Qué es el consentimiento en el ámbito digital?	39
Mi identidad digital	42
¿Quién soy yo en Internet?.....	42
Tomando el control del algoritmo de mis redes sociales	43

Reflexionemos	43
Actividad:	46
Equipo 1: Póster dirigido a adolescentes.....	46
Equipo 2: Póster dirigido a padres de familia	74
Equipo 3: Póster dirigido a profesores.....	48
TEMA 3: Mis decisiones en el mundo digital	49
¿Podemos aprender de la sexualidad en Internet?	50
Dónde buscar información confiable:.....	50
Mitos de amor romántico	52
¿Qué es el Sexting?	54
Sexting y consentimiento.....	54
¿Cuando el sexting se convierte en violencia?.....	55
Nuestra autonomía corporal en Internet	55
¿Cómo cuidamos nuestra autonomía corporal?.....	56
Test para saber si tu autonomía corporal en el ámbito digital está en peligro	57
Reflexionemos:	60
Actividad:	63
Conclusión y puntos clave:	69

Introducción

Vivimos en un mundo profundamente conectado; actualmente, la tecnología y el acceso a Internet forman parte esencial de nuestras vidas. Aunque existen diferencias en cómo se usa y accede a la tecnología entre áreas urbanas y rurales, este documento –inicialmente enfocado en los Yungas de La Paz, especialmente en Coroico– se presenta como una herramienta replicable a nivel nacional. La reciente pandemia evidenció la importancia de la conectividad para el ejercicio de nuestros derechos humanos, dado que facilita el acceso a la educación, la información y la participación en la vida social y comunitaria.

Sin embargo, con la expansión del uso de Internet emergen nuevos desafíos, como la violencia digital de género, que utiliza la tecnología para acosar, controlar o dañar a personas, particularmente por motivos de género. Esta forma de violencia puede manifestarse a través del ciberacoso, la difusión no consentida de imágenes íntimas, el grooming e incluso la trata de personas. Las comunidades de Coroico no son ajenas a esta problemática. A través de grupos focales se identificaron preocupantes patrones (especialmente, entre adolescentes mujeres), como el acoso en redes sociales, la difusión de “packs” y casos de grooming. Algunas adolescentes, inclusive, reportaron propuestas relacionadas con la trata de personas, insistiendo la gravedad de los riesgos digitales que enfrentan.

Si bien en el Municipio de Coroico se han registrado avances, como la identificación de normativas sobre digitalización y protección de datos personales, aún queda un largo camino por recorrer. Fortalecer las redes de apoyo familiar y escolar resulta fundamental, dado que muchas adolescentes señalaron no sentirse seguras hablando de estos temas con sus cuidadores, por temor a represalias o incompreensión.

En respuesta a esta problemática, se ha desarrollado esta guía práctica, diseñada para que adolescentes y estudiantes puedan entender y prevenir la violencia digital de género. Este instrumento fue elaborado a partir de un proceso participativo, mediante conversaciones con niñas, niños, adolescentes, padres, madres, cuidadores y docentes de las comunidades educativas de Coroico y Cruz Loma. Los aportes recogidos permitieron identificar las áreas prioritarias para responder a los riesgos digitales y fortalecer la seguridad en línea de la comunidad.

El Servicio Plurinacional de la Mujer y de la Despatriarcalización “Ana María Romero”, en colaboración con el Banco Interamericano de Desarrollo (BID), con recursos de la Agencia Francesa de Desarrollo (AFD) y el apoyo de Internet Bolivia y la Asociación Aguayo, ha liderado este esfuerzo, alineado con su misión de promover políticas públicas orientadas a la despatriarcalización y la protección de derechos. Esta guía no solo ofrece orientaciones prácticas y consejos para el uso seguro de Internet, sino que aspira a convertirse en un modelo a nivel nacional para la prevención de la violencia digital de género, promoviendo comunidades más seguras y empoderadas en el espacio digital.

La violencia digital de género es aquella que se propaga a través de las redes sociales y de otras plataformas online, incluido el correo electrónico. Las agresiones verbales y las amenazas a través de apps de mensajería, como WhatsApp, provocan graves daños en las víctimas; además, pueden ser chantajeadas para obtener beneficios de ellas a cambio de no revelar información o fotografías íntimas que hayan proporcionado.

En los últimos años, el Estado Plurinacional de Bolivia ha trabajado en importantes avances normativos en cuanto al reconocimiento, la inclusión y la garantía de los derechos de las mujeres; sin embargo, el desarrollo tecnológico las ha colocado en una situación de vulnerabilidad. Nos referimos a la violencia digital que se ejerce contra las mujeres y niñas mediante las redes sociales (conocida también como ciberviolencia), que puede tener diversas manifestaciones.

En el marco de las acciones de prevención contra toda forma de violencia que deben desarrollar los Gobiernos Autónomos Municipales, es necesario comenzar a trabajar en acciones de prevención para combatir las violencias de género posibilitadas por el avance de la tecnología.

El objetivo de la presente guía es brindar a adolescentes un marco claro sobre qué es la violencia digital, con un enfoque especial en la violencia digital de género, y ofrecerles herramientas prácticas para identificar y enfrentar situaciones de riesgo en el entorno digital. A través de historias, ejemplos y actividades interactivas, la guía busca fortalecer su capacidad para cuidar su privacidad, tomar decisiones seguras en línea y desarrollar redes de apoyo.

El público objetivo de la guía son adolescentes de 13 a 18 años, puesto que cuenta con secciones específicamente diseñadas según el grupo de edad. La guía también está dirigida a educadores, padres y cuidadores que deseen acompañar a los y las jóvenes en el proceso de aprendizaje sobre seguridad digital y la importancia del consentimiento y la autonomía en el ámbito digital.



TEMA 1.

Navegando el mundo digital con seguridad

Tiempo aproximado: 2 horas.



Algunos conceptos necesarios:

¿Qué entendemos por violencia digital?

La violencia digital ocurre cuando alguien usa Internet, redes sociales o correos electrónicos para hacer daño a otra persona. Esto puede ocasionar que la persona se sienta muy triste, asustada y que otras personas piensen mal de ella. También puede hacer que pierda dinero o que no quiera participar en actividades públicas (horas cívicas, desfiles, reuniones y días festivos). A veces, puede conducir a otras formas de violencia, como la física; puede perdurar en el tiempo, y las personas agresoras pueden ser desconocidas.

¿Qué es la violencia digital de género?

La violencia digital de género sucede cuando alguien utiliza la tecnología, como redes sociales, mensajes o correos electrónicos, para hacer daño a otra persona específicamente por su género o su identidad de género. Esto afecta a mujeres, niñas y personas LGBTIQ+, y muchas veces los ataques ocurren por cómo se ven y se expresan o, simplemente, por ser quienes son.

La violencia digital de género afecta de manera especial a las adolescentes mujeres porque se enfoca en aspectos centrales de su identidad, autoestima y vida social, utilizando la tecnología como herramienta para hacer daño. Estos ataques suelen enfocarse en su género, su apariencia, su comportamiento y en las expectativas sociales sobre cómo “deberían” ser o actuar.

A veces, las chicas que enfrentan este tipo de violencia deciden dejar de participar en redes sociales o en actividades en las que antes se sentían cómodas, por miedo a ser atacadas o criticadas. Esto puede ocasionar que pierdan la oportunidad de compartir sus ideas, aprender cosas nuevas o disfrutar de experiencias importantes con sus amigos y amigas.

Cuando enfrentamos violencia digital o cualquier tipo de violencia, es normal preguntarnos:

- ¿A quién le puedo contar?

Cuando enfrentas violencia digital o violencia digital de género es importante hablar con alguien en quien confíes. Puede ser un amigo o amiga cercana, un familiar (como tus padres/madres, hermanos/as o un tío o tía) e incluso un profesor/a o consejero/a escolar. Busca a alguien que te escuche con respeto y sin juzgarte. Contar lo que te ocurre es el primer paso para buscar una solución.

- ¿Qué pasa si le cuento a alguien y no me creen?

Es normal que tengas miedo de que no te crean, pero eso no significa que debas quedarte callada/o. Si una persona no te cree, no te rindas, busca otra persona que te apoye. Siempre habrá alguien dispuesto a escuchar y ayudarte. Recuerda que lo que estás viviendo es real y que no es tu culpa. También puedes buscar la ayuda de organizaciones especializadas en violencia de género o en violencia digital.

- ¿Qué tal si al contarlo me meto en problemas y me castigan?

No es tu culpa vivir una situación de violencia, y hablar con alguien que pueda ayudarte es esencial para detener el abuso. Además, existen organizaciones y líneas de ayuda especializadas que están listas para escucharte y orientarte sin que te metas en problemas.

Tipos de violencia digital

Tipos de violencia digital	Ejemplos
<p>El ciberacoso ocurre cuando una persona, de manera repetida y a propósito, utiliza medios electrónicos (como el teléfono celular o la computadora) para hacer daño a otra persona. Esto puede incluir insultos, amenazas o burlas.</p>	<p>Ejemplo:</p> <p>Un niño o adolescente crea un perfil falso para enviar mensajes maliciosos y amenazantes a un compañero de clase.</p> <p>Este tipo de violencia también tiene un componente de género. Por ejemplo:</p> <p>Una chica recibe mensajes repetitivos que dicen que “debería vestirse como una chica de verdad” o que “no tiene el cuerpo adecuado para tomarse selfies”. Estos comentarios no solo buscan hacerla sentir mal, sino que la atacan por ser mujer y por no cumplir con ciertos estereotipos de género.</p>

El uso de datos personales sin consentimiento sucede cuando alguien accede a tus datos personales sin tu permiso y los usa para generarte daño.

Ejemplo:

Un estudiante utiliza tu número de WhatsApp para registrarse en algún sitio en línea o lo difunde en una red como TikTok y, como resultado, te envían mensajes molestos, u ofertas de servicios sin tu conocimiento.

Este tipo de violencia también tiene un componente de género. Por ejemplo:

Un chico consigue el número de teléfono de una chica en redes sociales y lo comparte en grupos, diciendo que “le gustan los mensajes atrevidos”. Esto pone en riesgo la privacidad de la chica y la expone a acoso sexual no deseado.

La suplantación de identidad ocurre cuando alguien usa tus datos personales para hacerse pasar por ti en línea o en otros contextos, con el propósito de engañar a otros o causarte daño.

Ejemplo:

Un compañero de clase crea un perfil falso en una red social usando tus fotos y tu nombre para publicar comentarios ofensivos y difundir rumores sobre ti.

Este tipo de violencia también tiene un componente de género. Por ejemplo:

Alguien crea un perfil falso en Instagram usando las fotos de una adolescente y envía mensajes sugerentes a otras personas. Esto no solo daña su reputación, sino que difunde estereotipos negativos sobre las mujeres.

El engaño digital pederasta (grooming) sucede cuando un adulto intenta engañar a un niño o adolescente en Internet para ganarse su confianza y luego hacerle daño, por ejemplo, pidiéndole fotos íntimas.

Ejemplo:

Una persona adulta se hace pasar por una niña, niño o adolescente en Internet para hablar con otras niñas, niños o adolescentes y pedirles fotos privadas.

Las amenazas digitales son mensajes agresivos en los que una persona afirma que va a hacer daño a alguien o a su familia si no hacen lo que él o ella quiere.

El desprestigio consiste en señalar públicamente a una mujer por su supuesta actividad sexual con el fin de avergonzarla, dañar su reputación y regular su sexualidad. Puede implicar el uso de fotografías y/o videos y lenguaje humillante.

Este tipo de violencia también tiene un componente de género. Por ejemplo:

Un adulto se hace pasar por adolescente, elogia la belleza de una adolescente y le dice que puede ayudarla a ser modelo. Poco a poco, comienza a pedirle fotos íntimas, usando la excusa de que “las chicas seguras de sí mismas lo hacen”.

Ejemplo:

Un adolescente recibe mensajes en sus redes sociales afirmando que, si no hace lo que le piden, su familia sufrirá daño.

Este tipo de violencia también tiene un componente de género. Por ejemplo: Una chica recibe mensajes que la amenazan con “arruinar su vida” o “contar mentiras sobre ella” si no hace lo que le piden, utilizando su miedo a dañar su imagen ante su familia y amigos.

Ejemplo:

Un estudiante publica fotos que avergüenzan a una compañera en una red social, sin su permiso, acompañadas de comentarios humillantes. Además, comparte la información en su unidad educativa para que más compañeros y compañeras se rían de ella y la avergüencen.

Este tipo de violencia también tiene un componente de género. Por ejemplo:

Un grupo de WhatsApp de solo chicos comienza a difundir rumores falsos sobre una chica, indicando que “ha estado con muchos chicos” o que “ha tenido muchos novios”, utilizando mentiras para humillarla públicamente.

El monitoreo y vigilancia es el seguimiento y control constante de lo que haces en o fuera de Internet, o de dónde te encuentras. Son formas de violencia que pueden realizarse usando diferentes tecnologías.

Ejemplo:

Un compañero de clase instala una aplicación en tu teléfono sin tu consentimiento para rastrear tu ubicación y monitorear tus mensajes privados, y luego utiliza esa información para hacer comentarios inapropiados sobre tus actividades y tus amistades.

Este tipo de violencia también tiene un componente de género. Por ejemplo:

Un chico insiste en que su novia adolescente comparta su ubicación en tiempo real a través de su teléfono, asegurando que “si no tiene nada que ocultar, no debería importarle”. Esto la hace sentir vigilada y controlada.

La difusión de imágenes íntimas sin consentimiento ocurre cuando alguien comparte o publica fotos privadas de otra persona sin su permiso, especialmente para hacerle daño.

Ejemplo:

Un adolescente decide difundir fotos íntimas de su exnovia por WhatsApp y redes sociales cuando la relación ya ha terminado.

En este ejemplo se observa el componente de género, puesto que este tipo de violencia afecta principalmente a las mujeres.

El abuso, explotación y/o trata de mujeres y niñas, niños o adolescentes es una forma de violencia en línea que implica la intermediación de las tecnologías para el ejercicio de poder sobre una persona a partir de la explotación sexual de su imagen o de su cuerpo contra su voluntad. Algunas de las conductas incluidas en esta forma de violencia son las siguientes:

Ejemplo:

Un adulto contacta a una adolescente a través de redes sociales ofreciéndole un trabajo de modelaje en una ciudad cercana a la suya. Cuando la adolescente llega a esta ciudad, esta persona le quita sus documentos y la obliga a tener relaciones sexuales con clientes en un bar.

- El uso de tecnologías para seleccionar y enganchar mujeres y niñas con fines de abuso sexual o trata de personas, obligarlas a aceptar situaciones de trata y abuso sexual, ejercer poder y control sobre ellas o impedirles que se liberen del abuso, incluso con amenazas de revelar información privada.
- La publicación de imágenes sexuales sin el consentimiento de una persona para fines de comercialización y prostitución.
- La difusión de material de abuso sexual infantil¹ (CSAM). Este término abarca cualquier representación visual que muestre la participación de un menor en conductas sexuales explícitas, incluyendo, sin limitaciones, fotos e imágenes generadas por computadora y videos.

Fuente: Elaboración propia, basada en información de “La violencia de género en línea contra las mujeres y niñas: Guía de conceptos básicos, herramientas de seguridad digital y estrategias de respuesta” (documento preparado por la Secretaría General de la Organización de los Estados Americanos).

En cada uno de estos ejemplos, la violencia digital no solo daña emocionalmente a la persona, sino que tiene un impacto especial sobre las mujeres adolescentes debido a los estereotipos de género impuestos por la sociedad. La perspectiva de género nos ayuda a entender que este tipo de ataques están dirigidos de manera particular a mujeres adolescentes porque buscan controlar su comportamiento, su cuerpo y su libertad.

Los ejemplos que se han dado no tienen como objetivo sugerir que las adolescentes sean responsables de las violencias que enfrentan. Todo lo contrario, la culpa jamás recae en ellas. La razón por la que las adolescentes suelen ser víctimas de tipos específicos de violencia digital tiene que ver con las estructuras de nuestra sociedad, no con sus acciones personales.

¹Para mayor información, véase el artículo “CSAM, CSEA y la mal llamada ‘Pornografía Infantil’”, de Braian Arroyo (2021): <https://www.linkedin.com/pulse/csam-csea-y-la-mal-llamada-pornograf%C3%ADa-infantil-braian-arroyo/>

Características de las violencias digitales

- **Espacio geográfico:** La violencia digital no tiene límites geográficos; puede suceder en cualquier parte del mundo y afectar a personas en diferentes lugares al mismo tiempo.
- **Anonimidad:** En el mundo digital, los agresores pueden esconder su identidad, lo que les permite atacar sin ser descubiertos fácilmente.
- **Perduración en el tiempo:** Los actos de violencia digital (como mensajes ofensivos, imágenes comprometedoras o rumores) pueden quedarse en Internet para siempre, afectando a la víctima a lo largo del tiempo.
- **Interrelación con otras violencias:** La violencia digital de género no suele ocurrir de manera aislada; a menudo está conectada con otras formas de violencia de género (acoso físico y violencia emocional, entre otras), amplificando el daño causado

Pequeño espacio de reflexión

Hasta ahora hemos visto muchos conceptos de violencia digital y puede ser necesario hacer una pausa para reflexionar sobre las siguientes preguntas:

- ¿Conocías todas estas formas de violencia digital?
- ¿Estas formas de violencia digital son comunes en tu comunidad/colegio?
- ¿Has escuchado de algún caso de violencia digital en tu comunidad/colegio?
¿Cómo se resolvió?
- ¿Tienes alguna preocupación o duda con relación a la violencia digital?

Se puede reflexionar sobre estas preguntas de forma individual o grupal.

¿Qué efectos crees que pueden ocasionar las violencias digitales?

Impacto emocional:	Ejemplo:
La violencia digital puede tener un gran impacto sobre la salud emocional. Puede hacer que una persona se sienta muy triste, sola, preocupada y preocupada, como si no tuviera a nadie en quien confiar. Además, puede afectar la autoestima, generar vergüenza o culpa, como si la persona agredida fuera la culpable de lo que le está ocurriendo.	Si alguien difunde rumores falsos sobre ti en redes sociales, podrías sentirte mal si empiezas a evitar a tus amigos o a dejar de participar en actividades que antes disfrutabas.
Problemas en el futuro:	Ejemplo:
Lo que se publica en Internet puede quedarse allí durante mucho tiempo, incluso para siempre. Si publican cosas negativas sobre alguien en línea (como fotos o comentarios ofensivos), algunas personas pueden juzgarle por las publicaciones, incluso si no son ciertas y eso podría perjudicarlo.	Imagina que alguien publica un video de tu amigo en un momento vergonzoso. Este video podría aparecer en los resultados de búsqueda cuando alguien busque el nombre de tu amigo en el futuro.
Dejar de hacer cosas:	Ejemplo:
Muchas personas que sufren violencia digital pueden sentir que los espacios que habitaban ya no son seguros y, por consiguiente, ya no asistir a estos lugares o dejar de hacer actividades que antes disfrutaban. Este aspecto es particularmente acentuado en los espacios digitales.	Un rumor ofensivo sobre una joven adolescente se ha difundido por toda su comunidad y, desde entonces, ella ha recibido muchos mensajes ofensivos. En consecuencia, la adolescente abandona varias actividades extracurriculares, incluyendo actividades deportivas, por miedo y vergüenza.

Daños físicos:

En casos extremos, la violencia digital puede llevar a una persona a hacerse daño a sí misma o incluso llegar a situaciones fatales, como el suicidio. El impacto emocional puede ser tan fuerte que la persona podría sentir que no tiene otra salida.

Ejemplo:

Existen casos en los que adolescentes que fueron víctimas de violencia digital llegaron a lastimarse a sí mismos o a tomar decisiones trágicas porque se sentían desesperados y sin apoyo.

¿Qué hacer si enfrento violencia digital?

- Hablar sobre lo que te sucede con una persona de confianza es un acto de valentía y un primer paso importante para no enfrentar la violencia digital en soledad. Compartir lo que estás viviendo, ya sea con un amigo/a, familiar o profesor/a, te permitirá liberar el peso emocional y recibir apoyo. Expresar lo que sientes (como miedo, tristeza o confusión) te ayudará a ver la situación desde otra perspectiva. Además, al contar tu experiencia, podrás obtener consejos útiles sobre cómo actuar, cómo bloquear a la persona agresora, denunciarla en la plataforma o, incluso, informar a las autoridades si es necesario. Recuerda que no estás solo o sola, y que no es necesario tomar decisiones apresuradas.
- Además, es importante recordar que no hay una única forma correcta de manejar estas situaciones. Lo que funciona para una persona puede no ser lo mejor para otra, y eso está bien. Lo importante es que sientas que estás tomando las decisiones que son mejores para ti, con el apoyo y la comprensión de quienes te rodean.
- También puedes comunicarte a través de WhatsApp, Signal o Telegram con la línea de ayuda del Centro S.O.S. Digital: 62342430.

¿Qué son las redes de apoyo?

Contar con una red de apoyo resulta esencial. Esta red está formada por personas que están dispuestas a escucharte, apoyarte, acompañarte a comer un helado o simplemente darte un abrazo cuando más lo necesitas. Son personas en las que confías, a quienes quieres y sabes que te escucharán sin juzgarte. Tu red de apoyo puede incluir a familiares (como tías, tíos, madrinas o padrinos), amistades cercanas e incluso profesoras y profesores que te inspiren confianza.

¿Cómo identificar a mi red de apoyo?

Las siguientes pautas te ayudarán a identificar a tu red de apoyo:

- Piensa en las personas a las que sueles acudir cuando tienes un problema o simplemente necesitas hablar.
- ¿Estas personas te escuchan con empatía y sin juzgarte?
- ¿Te ofrecen consejos útiles o simplemente te apoyan en lo que decidas hacer?
- ¿Respetan y respaldan las decisiones que tomas, aunque no siempre estén de acuerdo?

Recuerda que tener una red de apoyo fuerte puede hacer una gran diferencia cuando se enfrentan dificultades. Es importante saber quiénes son esas personas en tu vida y reconocer el valor que aportan al estar ahí para ti.

¿Cómo apoyar a un compañero o compañera que enfrenta violencia digital?

Es importante entender que cada persona es diferente y que no podemos obligar a nadie a tomar una decisión específica. Sin embargo, podemos estar a su lado y respetar las decisiones que tome.

Algunas formas de apoyar pueden ser:

- **No ceder a la extorsión:** Ayuda a tu compañero o compañera a resistir la presión de ceder a las amenazas o chantajes. Es importante recordarle que, si accede a la extorsión, las personas agresoras solicitarán cada vez más dinero o harán solicitudes más violentas. El ciclo de la extorsión es un círculo vicioso que empieza cuando cedemos a la primera petición.
- **Guardar la evidencia:** Haz capturas de pantalla y guarda los enlaces de publicaciones y números de teléfono, ya que esta información puede ser útil para hacer una denuncia.
- **Hablar con una persona adulta de confianza:** Motiva a tu compañero o compañera a contar lo que está pasando a una persona adulta de confianza, como un/a profesor/a, orientador/a o un familiar cercano.
- **Denunciar la situación:** Además de buscar apoyo, es importante denunciar el hecho ante las autoridades competentes. Puedes sugerir acudir a la Defensoría de la Niñez y Adolescencia, los Servicios Legales Integrales Municipales (SLIM) u otros. También puedes buscar apoyo de forma gratuita a través de WhatsApp, Signal o Telegram, en la línea de ayuda del Centro S.O.S. Digital: **62342430**.

Pequeño espacio de reflexión

Hasta ahora hemos revisado los principales efectos de la violencia digital y puede ser necesario hacer una pausa para reflexionar sobre las siguientes preguntas:

- ¿Cuál es el efecto más grave de la violencia digital?
- Si estuvieras enfrentando violencia digital, ¿a quién se lo comentarías?
- Si estuvieras enfrentando violencia digital, ¿cómo te gustaría que te ayudaran?

Se puede reflexionar sobre estas preguntas de forma individual o grupal.

¿Qué normativa protege a las niñas, niños y adolescentes de la violencia digital y la violencia digital de género?

El Código Niña, Niño y Adolescente es una ley nacional que reconoce los derechos de las niñas, niños y adolescentes (NNA); su objetivo es ayudarlos a crecer bien, con el apoyo del Estado, la familia y la sociedad. Este código busca asegurar que NNA puedan desarrollarse física, mental y emocionalmente en un ambiente de libertad, respeto, dignidad y justicia para todos.

En su artículo 15 menciona que las Defensorías de la Niñez y Adolescencia (DNA) tienen competencias para proteger y atender a NNA que sufran cualquier forma de violencia; es decir, también deben protegerlos de la violencia digital y atender estos casos.

En el artículo 151 del Código Niña, Niño, Adolescente se reconoce al ciberacoso o cyberbullying como un tipo de violencia; en esta normativa lleva el nombre de “Violencia cibernética en el sistema educativo”.

Existen otros tipos de violencia que, no siendo específicamente digitales, sí pueden ser nombrados para plantear denuncias por violencia digital. Para obtener para más información al respecto, puedes consultar por WhatsApp, Telegram o Signal a la línea de ayuda del Centro S.O.S. Digital: **62342430**.

En lo que sigue, se especifican algunos delitos que pueden dar lugar a realizar una denuncia por violencia digital:

Tipos de violencia digital de género

Normativa a la que se puede recurrir para plantear la denuncia, según cada caso

El *ciberacoso* ocurre cuando una persona, de manera repetida y a propósito, utiliza medios electrónicos (como el teléfono celular o la computadora) para infringir daño a otra persona. Esto puede incluir insultos, amenazas o burlas.

Ley N.º 548 - Código Niño, Niña y Adolescente, artículo 151 (Tipos de violencia en el sistema educativo), inciso g): Violencia cibernética en el Sistema Educativo.

El *engaño digital pederasta (grooming)* sucede cuando un adulto intenta engañar a una niña o niño o adolescente en Internet para ganarse su confianza y luego abusar sexualmente de él o ella, pidiéndole fotos íntimas, por ejemplo.

Código Penal:

Artículo 322. Violencia sexual comercial

¿Qué es el delito de la violencia sexual comercial?

Es un delito donde existe la comercialización sexual de personas menores de dieciocho años, mediante un pago o una promesa de pago en dinero o en especie, para la niña, niño o adolescente o la persona intermediaria (proxeneta y/o tratante), que pueden ser los dueños, administradores o empleados de bares, alojamientos, salas de masaje, lugares recreativos, taxistas, entre otros. Incluye utilizarlas en espectáculos sexuales públicos y privados, difusión de imágenes de abuso sexual en videos, revistas, fotografías y la que aparece en Internet².

²Para mayores referencias, véase la *Guía sobre violencia sexual comercial en niñas, niños y adolescentes* (2014): <https://munasimkullakita.org/wp-content/uploads/2023/04/libro-6.pdf>

Artículo 308 bis. Pornografía

¿Qué es el delito de pornografía?

Se utiliza el delito de pornografía para denunciar difusión de imágenes íntimas sin consentimiento, ya que no existe normativa específica sobre violencia digital de género; sin embargo, no significan lo mismo.

Es importante comprender que este delito puede ser usado si alguien publica, comparte contenido erótico o sexual sin consentimiento.

Artículo 321. Proxenetismo

¿Qué es el delito de proxenetismo?

Cuando alguien obliga a otra persona, ya sea niño, niña, adolescente o adulto, a hacer cosas que no quiere, como trabajar en actividades sexuales para ganar dinero o complacer a otros, y además se beneficia de esto.

Artículo 318. Corrupción de niña, niño y adolescente

¿Qué es el delito de corrupción de niñas, niños y adolescentes?

Si alguien intenta hacer que un niño, niña o adolescente menor de 18 años haga cosas inapropiadas relacionadas con su cuerpo y vayan en contra de su integridad sexual, como actos que los hagan sentir incómodos/as o los/las confundan. Esto es aún más grave si la persona tiene menos de 14 años, o si esa persona usa engaños, amenazas o cualquier tipo de violencia para lograrlo.

Artículo 342. Engaño a personas incapaces

¿Qué es el delito de engaño a personas incapaces?

Si alguien se aprovecha de la necesidad, sentimientos o falta de experiencia de un niño, niña o adolescente menor de 18 años, o de una persona con algún problema de salud o dificultad para pensar con claridad, y la engaña para que haga algo que le cause problemas a ella o a otras personas, esa persona estará cometiendo un delito grave.

Las *amenazas digitales* son mensajes agresivos en los que una persona afirma que va a hacer daño a alguien o a su familia si no hacen lo que él o ella quiere.

Código Penal:

Artículo 293. Amenazas

La *difusión de imágenes íntimas sin consentimiento* sucede cuando alguien comparte o publica fotos privadas de otra persona sin su permiso, especialmente para hacerle daño.

Código Penal:

Artículo 308 bis. Pornografía

El *abuso, explotación y/o trata de mujeres y niñas, niños o adolescentes* es una forma de violencia en línea que implica la intermediación de las tecnologías para el ejercicio de poder sobre una persona a partir de la explotación sexual de su imagen o de su cuerpo contra su voluntad. Algunas de las conductas incluidas en esta forma de violencia son las siguientes:

Código Penal:

Artículo 281 Bis. Trata de personas

¿Qué es el delito de trata de personas?

Cuando una persona que usa engaños, amenazas, intimidación, abuso de poder o fuerza, o aprovechándose de la situación de vulnerabilidad de una persona, o mediante pagos, participe en la captación, traslado, transporte, privación de libertad, acogida o recepción de personas, tanto dentro como fuera del país, aunque la persona haya dado su consentimiento.

- El uso de tecnologías para seleccionar y captar mujeres y niñas con fines de abuso sexual o trata, obligarlas a aceptar situaciones de trata y abuso sexual, ejercer poder y control sobre ellas o impedirles que se liberen del abuso, incluso con amenazas de revelar información privada.
- La publicación de imágenes sexuales sin el consentimiento de una persona para fines de comercialización y prostitución.

Artículo 321 Bis. Tráfico de personas

¿Qué es el delito de tráfico de personas?

Cuando una persona que, por cualquier medio, promueva, facilite o ayude a que alguien entre o salga de Bolivia de manera ilegal hacia otro país donde esa persona no sea ciudadano o residente permanente. Esto se castiga cuando el objetivo es obtener un beneficio económico, ya sea para sí mismo o para otra persona.

- Difusión de Material de Abuso Sexual Infantil o CSAM³. Este término abarca cualquier representación visual que muestre la participación de un menor en conductas sexuales explícitas, incluyendo, sin limitaciones, fotos, imágenes generadas por computadora y videos.

Artículo 322. Violencia Sexual Comercial

Sin embargo, como en nuestro país no existe una normativa específica, ante cada caso y cada situación se debe elegir la normativa adecuada para hacer la denuncia. Puedes buscar más información en la Defensoría de la Niñez y Adolescencia.

¿Dónde puedo denunciar violencia digital y violencia digital de género?

Puedes ir a la oficina de la Defensoría de la Niñez y Adolescencia más cercana. Las Defensorías de la Niñez y Adolescencia tienen la misión de prevenir, proteger y defender los derechos de las niñas, niños y adolescentes cuando sus derechos son vulnerados, y brindan un servicio gratuito.

También puedes realizar tu denuncia en la Fuerza Especial de Lucha Contra la Violencia (FELCC), Fuerza Especial de Lucha Contra la Violencia (FELCV) y Policía Fronteriza.

La Defensoría de la Niñez y Adolescencia debería evitar:

- Minimizar tu experiencia con frases del tipo: “No es para tanto, tranquilízate”.
- Contraargumentar, utilizando expresiones como: “No creo que fuese así”.
- Culparte por lo que está pasando, señalando: “No debiste compartir esa foto”.

El personal de la Defensoría de la Niñez y Adolescencia debe:

- Explicarte a ti y a tu familia de forma sencilla los siguientes pasos para seguir con tu denuncia.

³La sigla CSAM (Child Sexual Abuse Material) se refiere a cualquier contenido que represente la explotación sexual de menores, incluyendo imágenes y videos.

Además, en la Defensoría de la Niñez y Adolescencia deben brindar los siguientes tipos de apoyo:

Psicológico:

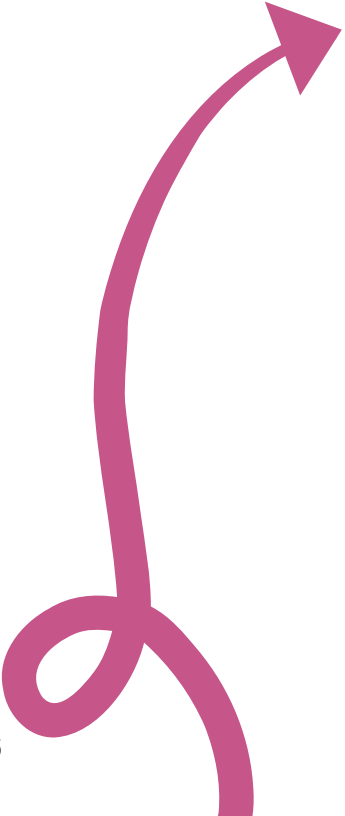
- Realizar una entrevista y brindar contención emocional.
- Acompañar y preparar para hacer la denuncia.

Social:

- Realizar la investigación social (visita domiciliaria, entrevista a los padres, guardadores o tutores, intervención en la unidad educativa).
- Identificar riesgos sociales dentro y fuera de Internet, como consecuencia de la violencia digital, y recomendar medidas de protección.

Legal:

- Brindar orientación legal de acuerdo al caso de violencia digital denunciado.
- Identificar la tipología adecuada al caso y realizar la denuncia ante el Ministerio Público.



**Puedes pedir orientación sobre cómo denunciar
a la línea de ayuda del Centro S.O.S. Digital por
WhatsApp, Telegram o Signal:**

62342430

¿Cuál es la ruta de denuncia?



DEFENSORÍA DE LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA

Brinda atención integral a través de su equipo multidisciplinario.



FELCV

Fuerza de Lucha contra la Violencia



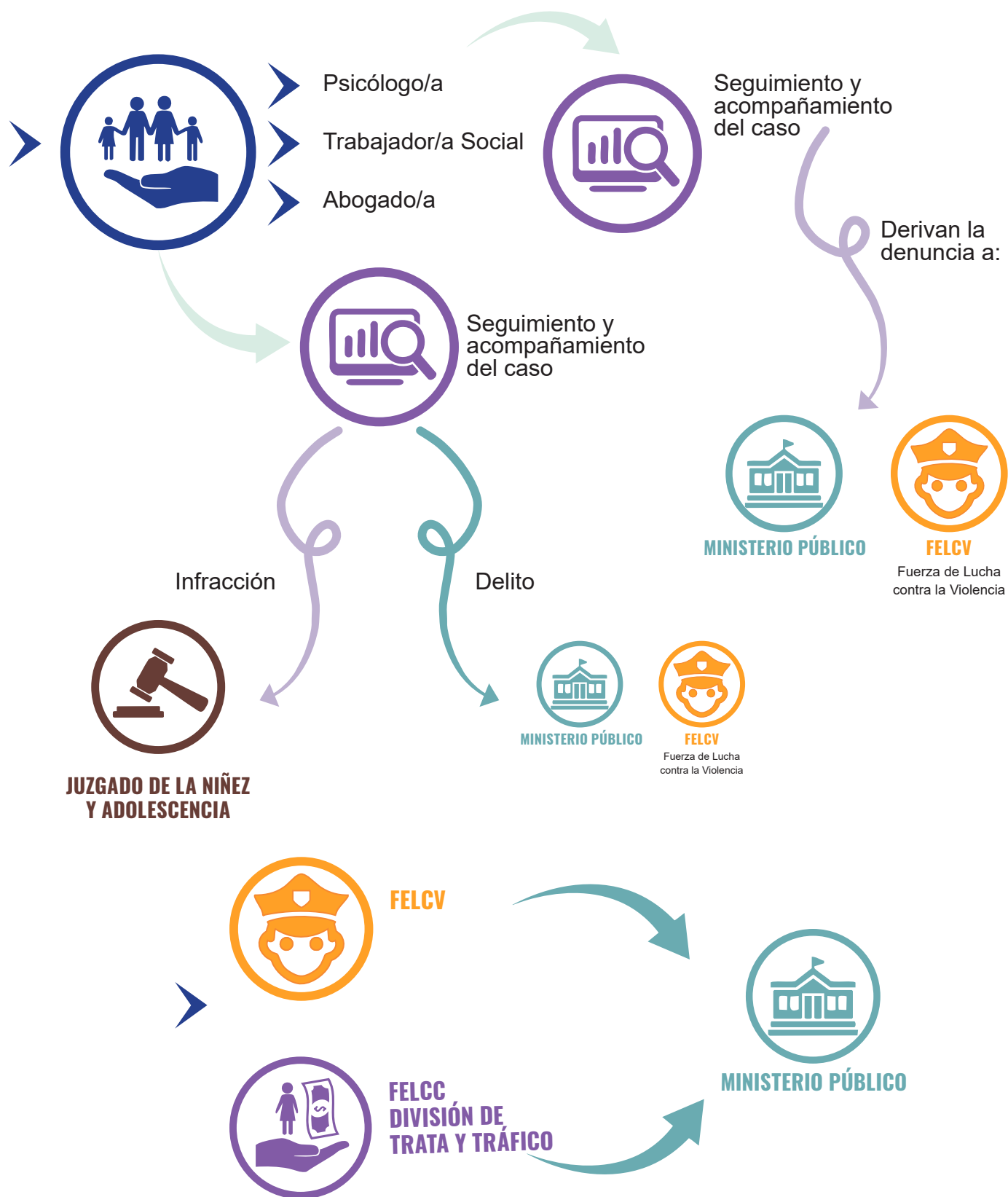
FELCC DIVISIÓN DE TRATA Y TRÁFICO

En caso de e se trate de tipos de violencia digital de género que estén relacionados con los delitos conexos a la trata y tráfico



MINISTERIO PÚBLICO





La violencia de género facilitada por la tecnología (VG FT) es una frase utilizada para nombrar todas las acciones que utilizan la tecnología de información y comunicación y otras herramientas digitales para generar daño a personas por motivos de género.

Aspectos importantes en el proceso de atención:

- Escuchar el relato de la persona que denuncia sin revictimizar.
- Identificar el tipo de violencia de género facilitada por la tecnología que la persona está enfrentando y el tipo penal adecuado para procesar la denuncia. Ver anexo: Relación de los tipos de VG FT con la normativa nacional.
- En el proceso de denuncia se debe dimensionar el riesgo físico, emocional o de enfrentar otro tipo de violencias más graves. Mencionar que es importante que guarde fotos y capturas de pantalla de los mensajes, publicaciones que la están agrediendo.

Reflexionemos:

La experiencia de Ana

Ana tiene 15 años y vive en su comunidad, donde todos la conocen. Hace un par de años, el padre de Ana viajó al extranjero para trabajar y dar una mejor vida a su familia, y Ana sueña con ahorrar lo suficiente para ir a visitarlo. A pesar de esto, Ana es una joven muy alegre y entusiasta a la que le encanta bailar y hacer deportes, y sube videos de sus presentaciones y bailes en su cuenta de TikTok.



Un día, recibe una solicitud de mensaje de un supuesto agente de modelos, llamado Alejandro, quien le dice que ha visto sus videos y que cree que ella sería perfecta para una campaña publicitaria. Ana duda un poco, pero Alejandro le envía fotos de su trabajo y le pasa el enlace de la cuenta de la agencia de modelaje que parece ser real y muy profesional. Ana acepta, emocionada por la oportunidad, y Alejandro le pide que llene un formulario digital y que le envíe fotos de su rostro, de cuerpo completo y también en bikini. Aunque Ana siente vergüenza, decide mandar las fotos de todos modos.



Sin embargo, Alejandro ya no volvió a escribir ni a contestar los mensajes de Ana. Por un par de meses, Ana no supo nada de Alejandro.



De pronto, un día, Ana recibe el mensaje de un desconocido, quien le dice que tiene fotos de ella semidesnuda y que, si no quiere que se las envíe a sus padres y a sus compañeros de colegio, debe enviar fotos más explícitas.

Ana siente mucha preocupación por lo que está pasando, pero no se anima a bloquear al agresor por miedo a su amenaza, ni a hablar con nadie al respecto porque siente mucha vergüenza. Ella deja de verse alegre, deja de participar en deportes y bailes escolares, y sus notas bajan. Sus padres, amigos y profesoras notan el cambio de Ana, pero no saben qué hacer.



Actividad:

Mapa de apoyo ante la violencia digital de género

Objetivo:

Reflexionar sobre la importancia de contar con una red de apoyo ante situaciones de violencia digital, enfocándose en cómo la violencia de género afecta a las adolescentes en el entorno digital.

Duración:

20 minutos.

Materiales:

- Papeles.
- Marcadores.

Paso 1:

División en equipos

Duración:

5 minutos

Se divide al grupo en 4 o 5 equipos:

- Padres.
- Profesores.
- Amigas
- Ana.
- Policía y DNA.

Cada equipo recibirá papeles y marcadores.

El trabajo en equipo es crucial para identificar a las personas y recursos que pueden ayudarnos a enfrentar la violencia digital de género, y compartir ideas es el primer paso para encontrar apoyo en momentos difíciles.

Paso 2:

Reflexión grupal
sobre una historia
de violencia digital
de género

Duración:

10 minutos

El o la facilitadora pide a los participantes que recuerden la historia de Ana y que piensen cómo podrían ayudar a Ana si:

- Grupo 1: fueran los padres de Ana.
- Grupo 2: fueran las amigas de Ana.
- Grupo 3: fueran los profesores de Ana.
- Grupo 4: fueran Ana.
- Grupo 5: fueran la Policía o la Defensoría.

Paso 3:

Creación de mapas
de apoyo

Duración:

10 minutos

Cada equipo armará un cartel con las principales recomendaciones y aspectos a tomar en cuenta para ayudar a Ana.

Paso 4:

Compartir en
plenaria

Duración:

5 minutos

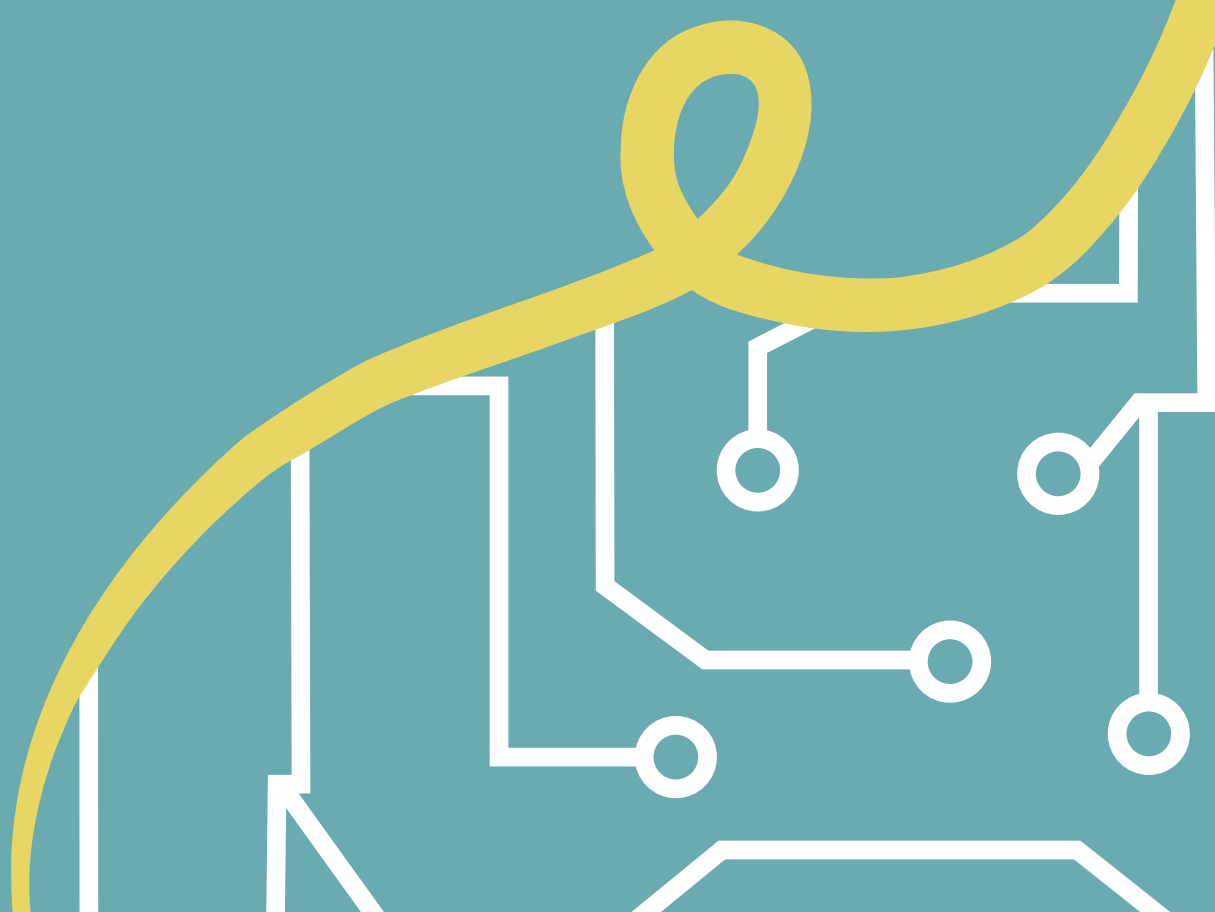
Cada grupo seleccionará una o dos personas para compartir los elementos clave de su “Mapa de apoyo” con el resto del grupo.

Compartir nuestras ideas nos ayuda a aprender unos de otros y fortalece el sentido de comunidad, puesto que el apoyo mutuo es una herramienta poderosa contra la violencia digital de género.

TEMA 2.

¿Quién soy yo en Internet?

Tiempo aproximado: 1 hora y media.



Cuidado colectivo de la privacidad

¿Qué es la privacidad?

La privacidad es el derecho que tienes a mantener ciertos aspectos de tu vida en intimidad o compartirlos únicamente con las personas que elijas. Piensa en la privacidad como una burbuja invisible que te rodea y protege tanto tu información personal como tus pensamientos. Debemos tener formas de proteger nuestra privacidad y también cuidar y respetar la privacidad de los demás.

¿Qué debemos mantener en privado en Internet?

En el mundo digital, la privacidad implica cuidar lo que compartimos en línea, ya que es muy difícil (casi imposible) poder borrarlo después, como pasa con una fotografía o un comentario que no fue muy agradable. Es por eso que debemos pensar muy bien en qué es lo que queremos que esté allí porque muestra quiénes somos al mundo.

A veces, sin darnos cuenta, compartimos cosas que otras personas pueden usar para hacernos daño; por eso es importante cuidar nuestros datos personales.

Los datos personales son toda aquella información que nos identifica y pueden ser:

Generales, como nuestro nombre, edad, dirección y donde estudiamos.

Sensibles, como nuestra religión, particularidades sobre nuestra salud, nuestra etnia, nuestra identidad de género u orientación sexual.

Biométricos, como la huella digital o la forma de la mano.

¿Cómo cuidar colectivamente la privacidad?

Evita compartir en línea tus datos personales y configura la privacidad de tus redes sociales para que solamente las personas que tienen tu confianza puedan ver aquello que publicas y sean capaces de encontrarte o contactarte en Internet.

Las redes sociales más comunes cuentan con una sección que se llama “Configuraciones de privacidad y seguridad”. En el apartado de seguridad se revisan las variables como la contraseña de acceso, qué hacer en caso de no poder ingresar a la cuenta y otros aspectos (es decir, la protección de las cuentas).

En cambio, en las configuraciones de privacidad es donde se ajustan los permisos sobre quiénes pueden ver la información de las y los usuarios (datos personales, fotos, videos y publicaciones), entre otras cosas. Es recomendable revisar los siguientes apartados:

- Verificación de dos pasos.
- Verificar dónde iniciaste sesión.
- Privacidad sobre quiénes te pueden contactar o ver tu información.
- Quiénes pueden escribirte, etiquetarte o comentar en tus publicaciones, etcétera.
- Configuración de privacidad de los álbumes de fotos existentes y videos, para asegurarte de que solo se comparta públicamente lo que tú decidas.

Es conveniente que aconsejes a tus compañeras, compañeros, amigos y amigas que también cuiden su privacidad en Internet.

Algo muy importante también es respetar la privacidad de los demás, evitando difundir o mostrar lo que ellos/as compartieron solo con nosotros/as, evitando contar secretos que nos confiaron o publicar fotos que compartieron únicamente con nosotros.

¿Tu teléfono sabe dónde has estado?

Uno de los datos personales más valiosos del cual dejamos rastro es la información sobre nuestra ubicación. Tu ubicación revela mucho sobre ti, desde cosas evidentes, como tu edad, hasta aspectos más particulares, como tus relaciones más cercanas. Tus apps pueden estar constantemente rastreando y registrando tus movimientos sin que te des cuenta. Así, puedes estar entregando mucha más información de la que quisieras.

Hoy en día, las y los adolescentes comparten su ubicación en tiempo real con sus amigos o amigas a través de aplicaciones. Aunque esto puede parecer una manera divertida y conveniente de mantenerse conectados, también es importante reflexionar sobre los riesgos que implica.

Compartir tu ubicación constantemente puede hacer que seas vulnerable a riesgos como el acoso, el seguimiento indeseado o el control por parte de alguien. A veces, las personas que parecen tus amigos pueden utilizar esta información de maneras que no esperabas o con intenciones dañinas.

Comparte tu ubicación solamente en situaciones de confianza y con un propósito claro (como encontrarte con alguien) y desactiva el rastreo continuo cuando no sea necesario.

(Para más información consulta Youth Detox de Tactical Tech)

<https://datadetoxkit.org/es/families/datadetox-x-youth/>

Cuidando mi tiempo en pantalla

Cuando usamos ciertas aplicaciones y juegos nuestra química cerebral se altera y puede crear una adicción. Los diseñadores de estas aplicaciones, están conscientes de este fenómeno y lo aprovechan para que usemos más sus aplicaciones. Por eso es tan difícil dejar de ver nuestro teléfono, computadora o televisión. Pasando demasiado tiempo en Internet podemos pensar que este mundo es el único importante y, por tanto, nos convertimos en un «zombi de Internet». Es muy bueno saber cuánto tiempo pasamos en línea y mantener un equilibrio entre el mundo digital y el no digital, puesto que ambos mundos son muy importantes.

¿Eres un zombi de las pantallas? Entra al apartado “configuraciones” de tu celular y busca “configuración de batería” o “consumo de energía”: allí verás cuánto tiempo pasas en cada aplicación. ¿Es poco tiempo o es demasiado? Si pasas más de tres horas al día viendo tu celular, oficialmente eres un zombi de las pantallas.

Antídoto antizombi: Controla tu tiempo en línea y busca nuevas actividades que también te entretengan, como leer, practicar un instrumento, dibujar, bailar, etc. Las opciones son infinitas. ¿Te animas a hacerlo?

(Para más información, consulta Youth Detox de Tactical Tech)

<https://datadetoxkit.org/es/families/datadetox-x-youth/>

Kit de seguridad digital para emergencias

Si alguien publica algo privado sobre ti, puedes usar este kit de emergencias:

¿Qué podemos hacer?	¿Cómo lo podemos hacer?
Contar con alguien de confianza para buscar consejos y soluciones juntos es muy importante.	Busca tu red de apoyo (familia, amigos y personas de mucha confianza).
Busca qué información existe en Internet sobre ti.	Escribe tu nombre, teléfono o correo electrónico en el buscador (Google o DuckDuckGo).
Cambia tus contraseñas por otras más seguras (que tengan 12 caracteres, letras y números; sin usar palabras comunes).	Este es un buen ejemplo de contraseña segura: s<@R[vF?VS6Q)GC+;nq:
Controla quién puede etiquetarte, escribirte o que información es visible en tu perfil.	Configura tu privacidad en todas las redes sociales que utilices: <ul style="list-style-type: none">● Revisa quiénes pueden contactarte o ver tu información personal.● Establece quiénes pueden escribirte, etiquetarte o comentar en tus publicaciones, etcétera.● Configura la privacidad de los álbumes de tus fotos y videos, para asegurarte de que solo se comparta de forma pública lo que tú quieres que así sea.
Si alguien tiene fotos íntimas tuyas o ha creado imágenes íntimas falsas con tu cara y amenaza con publicarlas, usa estas páginas para prevenir que lo haga.	https://takeitdown.ncmec.org/ Si eres mayor de 18 años puedes usar: https://stopncii.org/?lang=es-mx

<p>Si alguien publicó algo sobre ti que no quieres que esté en Facebook, utiliza este enlace:</p>	<p>https://www.facebook.com/help/contact/144059062408922</p>
<p>Si alguien publicó algo sobre ti que no quieres que esté en Instagram, utiliza este enlace:</p>	<p>https://help.instagram.com/192435014247952?helpref=uf_permalink</p>
<p>Si alguien publicó algo sobre ti que no quieres que esté en Facebook, utiliza este enlace:</p>	<p>https://support.tiktok.com/es/safety-hc/report-a-problem/report-a-video</p>
<p>Reporta y bloquea las publicaciones y perfiles que te causen daño o te hagan sentir incómodo o incómoda</p>	<p>Los tres puntitos en las publicaciones nos dan la opción de reportar; además, entrando en el perfil de una persona, podemos bloquearla.</p>
<p>Contacta mediante WhatsApp, Telegram y Signal a la línea de Apoyo S.O.S. Digital: 62342430.</p> <p>Si tienes dudas acerca de cómo usar el kit, puedes contactar a la misma línea.</p>	<p>https://api.whatsapp.com/send?phone=59162342430&text=Hola,%20necesito%20apoyo%20e%20informaci%C3%B3n</p>

¿Qué es el consentimiento en el ámbito digital?

El consentimiento digital significa que alguien te da permiso para hacer algo en Internet que involucra su información, fotos o datos personales. Es como si le pidieras a tu amiga o amigo usar su celular o tomar algo que le pertenece: si no preguntas primero y esperas que te diga “sí” de manera clara, estarías cruzando un límite.

En el mundo digital, el consentimiento es súper importante porque todo lo que compartes o públicas puede afectar a otras personas. Si vas a compartir una foto, un video o cualquier cosa que no es tuya y que muestra a otra persona o usa sus datos personales, necesitas su permiso antes de hacerlo.

Sin embargo, el consentimiento no es solo decir “sí” una vez. Debes tener en cuenta los siguientes puntos clave.

Puntos clave del consentimiento

1. Debe ser claro y voluntario: La otra persona tiene que estar totalmente de acuerdo y no sentirse presionada para decir que sí. Si una persona presiona a otra para que diga “sí”, se trata de una forma de violencia.
2. Debe ser específico y directo: Pregunta exactamente qué es lo que puedes compartir o hacer. Por ejemplo: “¿Puedo publicar esta foto en TikTok?”.
3. El consentimiento puede cambiar: Incluso si una persona te dijo que sí antes, puede cambiar de opinión después. Por tanto, si te pide que borres una foto o no compartas algo, debes respetar ese cambio de opinión.
4. Se aplica a todo tipo de información: No solo se refiere a compartir a fotos o videos; sino también a compartir mensajes privados, ubicaciones, números de teléfono o cualquier tipo de información personal.

Recuerda:

- Todo lo que publicas en Internet puede ser visto por muchas más personas de las que crees. Asegúrate de que la persona que te dio su consentimiento entienda los riesgos de lo que se va a compartir.
- Compartir algo sin consentimiento puede causar daño. Quizás pienses que se trata solo de una foto o un mensaje; pero, si lo haces sin permiso, puedes estar violando la privacidad de una persona e incluso ponerla en una situación incómoda o peligrosa.

Si no estas segura o seguro de publicar contenido que involucra la información de tus amigas o amigos, ¡haz el siguiente test!

1. ¿Tu amiga o amigo te dijo claramente que sí puedes compartir su foto o su información?

- a) Sí, lo dijo de forma directa y no hay dudas.
- b) Mencionó algo, pero no estoy del todo seguro/a.
- c) No, no lo dijo directamente.

2. ¿Charlaste con tu amigo o amiga sobre qué exactamente vas a compartir y dónde lo harás?

- a) Sí, hablamos de todo y sabe exactamente qué va a ser público.
- b) Hablamos un poco, pero no de todos los detalles.
- c) No, no hablamos de eso.

3. ¿Tu amigo o amiga sabe que puede cambiar de opinión en cualquier momento sobre compartir su información?

- a) Sí, lo hablamos y sabe que puede cambiar de idea.
- b) No estoy seguro/a sobre su opinión.
- c) No, no le pregunté sobre eso.

4. ¿Vas a compartir información sensible, como dirección o números de teléfono, que podría ser riesgosa?

- a) No, solo voy a compartir cosas generales y seguras.
- b) Un poco, pero no es nada extremadamente sensible.
- c) Sí, estoy compartiendo datos que podrían ser riesgosos.

5. ¿Pensaste en cómo se sentiría tu amigo o amiga si su información llegara a gente que no conoce?

- a) Sí, sé que se sentiría incómodo/a y lo tuve en cuenta.
- b) No estoy seguro/a de cómo se sentiría.
- c) No, no lo pensé.

6. ¿Te aseguraste de que tu amigo o amiga no haya sentido la presión de decir “sí”?

- a) Sí, estoy seguro/a de que se sintió libre de decidir.
- b) No estoy seguro/a acerca de si se sintió presionado/a.
- c) No, creo que se sintió forzado/a a dar su consentimiento.

¡Revisa tus respuestas!

Si elegiste mayormente “a”: ¡genial! Te aseguraste de contar con el consentimiento para publicar información que implica a otras personas.

En cambio, si tienes respuestas “b” y “c”, puede ser útil aprender más sobre el consentimiento digital para asegurarte de que respetas la privacidad de otras personas antes de publicar contenidos en redes sociales.

Mi identidad digital

¿Quién soy en Internet?

Tu identidad digital es cómo te muestras en Internet y cómo interactúas en línea. Es tu “yo” digital, que puede englobar tus perfiles en redes sociales, todo lo que publicas y cómo te comunicas con otros.

Por otro lado, la huella digital es el rastro que dejas cada vez que haces algo en Internet. Ya sea que publiques una foto, comentes en un video, o simplemente busques algo en Google, estás dejando una huella.

Ambas cosas son muy importantes porque forman parte de cómo nos ve el resto del mundo en Internet y puede ayudarnos a conseguir cosas buenas o traernos problemas en algunos casos.

Antes de publicar o compartir algo en línea pregúntate: ¿Quiénes podrían ver esto? ¿Esto me pone en riesgo? ¿Quiero que esto sea público? Si esto no se borrará en el futuro, ¿quiero que esté en Internet para siempre? ¿Qué es lo que no me gustaría que se vea en Internet sobre mí? ¿Esto puede lastimar a otra persona?

Tomando el control del algoritmo de mis redes sociales

¿Por qué siempre veo lo mismo? ¿Es que mi celular o mi computadora pueden leer mi mente y saben lo que quiero?

Un algoritmo es como un ayudante que quiere saber qué te gusta para mostrarte más de eso. Cada vez que ves un video, juegas un juego o buscas algo en Internet, le estás diciendo al algoritmo lo que te gusta.

Por ejemplo, si ves muchos videos de gatos, el algoritmo piensa: “¡A esta persona le encantan los gatos!”, y te mostrará más videos de gatos.

Pero recuerda: el algoritmo no siempre sabe qué es lo mejor para ti, solo te muestra cosas que cree que te gustarán. Por eso, es bueno probar cosas nuevas y no dejar que el algoritmo decida todo por ti.

Reflexionemos:

Andrés es un joven que creció en Coroico, un pequeño pueblo en las montañas de los Yungas. Desde niño, su mayor pasión era el fútbol, y cada día, después de ayudar a su madre en los cocales, corría a la cancha del colegio a entrenar. Era conocido por su talento y dedicación, y soñaba con convertirse en un jugador profesional.

Su comunidad lo apoyaba, y él siempre se esforzaba por mejorar y destacar en los partidos.



A medida que Andrés comenzó a destacarse, se adentró más en el mundo digital, buscando información para mejorar su juego. Empezó a seguir varias páginas y foros de fútbol, donde encontró contenido que glorificaba la rivalidad extrema y fomentaba actitudes agresivas hacia los jugadores contrarios. Influenciado por este tipo de contenido, Andrés se sumergió en un entorno virtual en el que el fútbol ya no era solo un deporte, sino una competencia feroz y desmesurada.



Este cambio de mentalidad se reflejó en un partido importante en el que Andrés, cegado por la rabia y el odio hacia el equipo rival, comenzó a agredir verbalmente a los jugadores contrarios.



En un momento, empujó a uno de ellos y perdió el control, lo que llevó a su equipo a perder el partido. La actitud hostil de Andrés sorprendió a todos, y su madre, preocupada por su comportamiento, se dio cuenta de que algo debía cambiar.

Tras la derrota, Andrés reflexionó sobre su comportamiento y comprendió que el contenido que consumía en Internet lo estaba alejando de la verdadera esencia del fútbol. Decidió alejarse de las páginas y foros que fomentaban la agresividad, y se enfocó en entrenar con una mentalidad más saludable. Con el tiempo, recuperó el amor por el juego limpio y la camaradería, y aprendió a ser más crítico con la información que consumía en línea, entendiendo el impacto que la desinformación digital puede tener en su vida y en su comportamiento.



Actividad: Pósters de prevención

Objetivo:

Desarrollar estrategias para alertar sobre la influencia de los algoritmos.

Duración:

30 minutos.

Materiales:

- Papelógrafos.
- Marcadores.

Instrucciones:

Paso 1:

Introducción y formación de grupos

Duración:

5 minutos

- Divide al grupo en tres equipos (si son muchos participantes, pueden ser seis equipos, con dos grupos trabajando el mismo tema).
- Entrega a cada grupo un papelógrafo y marcadores.

Paso 2:

Creación de pósters de prevención y reflexión.

Duración: 20 minutos por grupo, simultáneo

Cada grupo debe crear un póster dirigido a uno de los siguientes grupos, con el mensaje clave que necesitan recibir para prevenir la influencia del algoritmo.

Equipo 1: Póster dirigido a adolescentes

Objetivo: Concientizar sobre cómo los algoritmos en redes sociales pueden influir en su comportamiento y sus emociones.

Mensaje clave: Los algoritmos controlan lo que ves y cómo te sientes. Sé consciente de lo que consumes en línea.

Enfoque:

- Los algoritmos muestran contenido que refuerza creencias o emociones, afectando tu autoestima y tu visión del mundo.
- Generan impactos negativos, como ansiedad o inseguridad, por la sobreexposición a contenido tóxico.

Mensajes clave:

- “No dejes que los algoritmos te controlen”.
- “Lo que ves en redes no siempre es la realidad”.
- “Cuidado con lo que consumes, puede afectarte”.

Equipo 2: Póster dirigido a padres de familia

Objetivo: Alertar a los padres sobre cómo los algoritmos pueden afectar a sus hijos y cómo pueden protegerlos.

Mensaje clave: Los algoritmos pueden mostrar contenidos inapropiados para tus hijos sin que te des cuenta.

Enfoque:

- Los algoritmos pueden conducir a los adolescentes a contenidos manipuladores o peligrosos.
- La supervisión y el diálogo abierto son esenciales.

Mensajes clave:

- “Los algoritmos pueden afectar lo que tus hijos ven. Estate atento”.
- “Ayuda a tus hijos a navegar de manera segura”.
- “No todo lo que ven es verdadero. Acompáñalos”.

Equipo 3: Póster dirigido a profesores

Objetivo: Sensibilizar a los profesores sobre cómo los algoritmos impactan a los estudiantes y cómo pueden apoyarles.

Mensaje clave: Los algoritmos determinan cómo los estudiantes consumen información. Los profesores pueden enseñarles a ser críticos con lo que ven.

Enfoque:

- Los algoritmos refuerzan estereotipos o desinformación, afectando la salud mental y el rendimiento académico.
- Los profesores deben educar sobre el uso responsable de redes.

Mensajes clave:

- “Los algoritmos están moldeando a tus estudiantes. Ayúdalos a entenderlo”.
- “Enséñales a cuestionar lo que ven en línea”.
- “Fomentar un uso responsable de Internet es parte de nuestra labor”.



TEMA 3

Mis decisiones en el mundo digital

¿Podemos aprender de la sexualidad en Internet?

En Internet puedes encontrar mucha información sobre sexualidad, derechos reproductivos y derechos sexuales, información sobre orientación sexual e identidades de género. Pero no toda la información es correcta, y la información falsa puede ser dañina. Aquí te mostramos cómo encontrar información confiable y qué debes tener en cuenta.

Derechos reproductivos	<p>Derecho a recibir información sobre los diferentes métodos anticonceptivos temporales y definitivos.</p> <p>Derecho para decidir si quieres o no tener hijos/as, cuántos, con quién y cuándo.</p>
Derechos sexuales	<p>Son los derechos sobre tu cuerpo, para disfrutar del placer, expresar tus deseos de manera sana, sin presiones ni violencias, para vivir sin discriminación tu orientación sexual y/o identidad de género, y para acceder a información sobre cómo cuidarte</p>

Dónde buscar información confiable:

Fuente confiable	Fuentes oficiales especializadas <p>Estas páginas te ofrecen información precisa y actualizada sobre cómo protegerte, cuidar tu sexualidad y tus derechos. Son las más confiables para aprender sobre estos temas.</p>
-------------------------	---

Ej.: Organización Mundial de la Salud (OMS), ONG especializadas en derechos sexuales y reproductivos, como Marie Stopes Bolivia, Católicas por el Derecho a Decidir, Centro de Investigación y Educación Sexual Integral, Ipsas Bolivia.

Fuentes fidedignas no especializadas

Estas páginas pueden darte una visión general sobre temas de sexualidad, pero no siempre tienen información específica o actualizada. Para dudas más profundas, especialmente sobre salud sexual, es mejor consultar a una persona profesional o buscar la información en páginas especializadas.

Ej.: Wikimedia.

Fuente poco confiable

Podcast

Aunque algunos podcasts pueden ser útiles, si son creados por doctores o personas expertas en sexualidad, muchos otros pueden contener información incorrecta o prejuiciosa. Asegúrate de escuchar podcasts de fuentes confiables y bien informadas. Para esto puedes revisar quiénes son las personas que participan e indagar si su área de especialización tiene que ver con derechos sexuales y reproductivos.

Redes sociales

En redes sociales encontrarás de todo: desde información falsa hasta verdadera. Verifica siempre que la información provenga de profesionales o de instituciones confiables. Es mejor buscar y confirmar la información en sitios más fiables.

Fuente nada confiable

Foros

Los foros pueden mostrar opiniones y experiencias personales sobre temas sexuales, pero no son buenos para aprender hechos o información educativa sobre sexualidad.

Pornografía

La pornografía no es una buena fuente de información sobre sexo. Los videos están hechos para entretener y no reflejan la realidad de las relaciones sexuales. Es decir, no puedes aprender cómo debería ser una relación sexual real a partir de la pornografía; por lo que te recomendamos no buscar respuestas sobre sexualidad en este contenido.

Mitos del amor romántico

¿Cansado de los mitos sobre el amor? Vamos a identificarlos para evitar caer en ellos.

El amor perfecto existe

En redes sociales o plataformas las parejas parecen perfectas, pero en la vida real todas las relaciones enfrentan desafíos.

El amor lo puede todo y, si te ama, debes tolerarlo todo.

Las historias en redes sociales pueden mostrar que el amor soluciona todo sin esfuerzo, pero en realidad se necesita trabajo y comunicación. El amor no lo puede todo y no se deben tolerar situaciones de maltrato en nombre del amor.

<p>Cambiarás por amor</p>	<p>Algunas publicaciones sugieren que debes cambiar por alguien o que tu pareja cambiará por ti, pero en una relación sana ambos se aceptan tal como son.</p>
<p>Solo hay una persona perfecta para ti</p>	<p>Aunque algunas series pueden indicar que solo hay una persona ideal para ti, a lo largo de la vida puedes conocer a muchas personas con las que puedes ser feliz.</p>
<p>Los celos son románticos</p>	<p>No lo son. Lo más importante en una relación es la confianza, no la vigilancia ni el comportamiento posesivo. A veces, los celos se presentan mediante el uso de tecnología. Por ejemplo, si tu pareja te pide que le envíes fotos constantemente para saber dónde estás o que compartas tu ubicación en tiempo real, con el pretexto de que quiere “cuidarte”, eso no es amor y se considera acoso o control. Es, por tanto, un tipo de violencia psicológica.</p>
<p>Debo probar mi amor</p>	<p>Si tu pareja te ha pedido la contraseña de tu celular o de tus redes sociales bajo la premisa de que “no tienes nada que ocultar”, eso no es una prueba de amor. Tampoco es amor si te ha pedido insistentemente o te ha obligado a compartir fotos íntimas con la excusa de que son una prueba de amor. Estas situaciones son consideradas formas de manipulación y, en algunas ocasiones, sobre todo con las fotos íntimas, puede ser consideradas delitos.</p>

¿Qué es el sexting?

El *sexting* es un intercambio de imágenes o videos eróticos a través de nuestros celulares, computadoras, *tablets*, etc., y, como en cualquier otra práctica sexual, existen algunos riesgos que es bueno conocer.

Sexting y consentimiento

Dado que el *sexting* es una práctica sexual, como tal, debe empezar con el consentimiento.

El consentimiento no solo es decir “sí”, es generar acuerdos sobre la base de lo que nos gusta, nuestras necesidades, límites, etcétera.

Algunos puntos a considerar cuando se practica *sexting*:

- ¿Quiero que guarde mis fotos y videos íntimos en su celular? Si es así, ¿cuánto tiempo puede guardarlas?
- Si guardan mis fotos íntimas, ¿conozco quiénes tienen acceso al celular donde están guardadas? ¿Tienen contraseña o PIN?
- ¿Me siento segura/o mostrando mi rostro o partes de mi cuerpo que me identifican?
- ¿Borraremos el historial de chat cada cierto tiempo?
- ¿Qué aplicación de mensajería es la más segura para el *sexting*?
- ¿Podemos sacar capturas de pantalla?
- ¿Quiero practicar el *sexting* con esta persona muchas veces o solo una vez?

El consentimiento se hace de forma libre y voluntaria; nadie puede obligarnos a enviar o a recibir contenido íntimo. Si lo hacen, están ejerciendo violencia sexual sobre nosotras/os. Es importante señalar que el consentimiento puede cambiar con el tiempo, y es fundamental respetar esos cambios. Es decir, si en algún momento alguien retira su consentimiento, se debe respetar su decisión.

¿Cuándo el sexting se convierte en violencia?

- Cuando se realiza sin consentimiento.
- Cuando se realiza con engaños y de forma obligada.
- Cuando es realizado por una persona adulta con alguien menor de edad.
- Cuando se comparten fotos o videos íntimos en redes sociales o aplicaciones de mensajería sin tu permiso.
- Cuando se usa contenido íntimo para chantajear o amenazar.

Alerta:

Los traficantes pueden utilizar el sexting como parte de un proceso de grooming (engaño digital pederasta), en el que establecen una relación de confianza con la víctima, normalmente a través de redes sociales o plataformas en línea. Una vez que obtienen imágenes o vídeos íntimos, pueden usar este material para chantajear a la víctima, forzándola a participar en actividades relacionadas con la explotación sexual o laboral bajo la amenaza de divulgar las imágenes a su entorno social o familiar.

En algunos casos, el material generado a través del sexting es distribuido o vendido en plataformas de pornografía o sitios ilegales, lo que convierte a la víctima en un objeto de explotación sexual.

Nuestra autonomía corporal en Internet

La autonomía corporal es el derecho que tienes sobre tu propio cuerpo

Esto significa que tú decides qué hacer con tu cuerpo: quién puede tocarlo, quién puede verlo. En definitiva, tú decides qué hacer con él.

Nadie tiene derecho a tomar decisiones sobre tu cuerpo sin tu consentimiento, ya sea en persona o en el mundo digital.

¿Cómo cuidamos nuestra autonomía corporal?

Tener autonomía corporal en Internet significa: tener el poder y la capacidad de actuación necesarios para tomar decisiones sin temor a la violencia y sin que alguien decida por nosotras y nosotros.

Cuidando nuestra privacidad: La información que compartes en Internet (como tu ubicación, datos personales o fotos privadas) es parte de tu autonomía corporal digital. Tienes derecho a decidir quién tiene acceso a esa información. Si te presionan para que compartas algo que no quieres, como imágenes íntimas o información privada, es importante que sepas que eso es una violación a tu autonomía, una forma de violencia sexual digital y, por consiguiente, un tipo de delito.

Teniendo consciencia digital: Ser consciente de lo que compartes en redes sociales, aplicaciones o cualquier plataforma en línea, es una forma de proteger tu autonomía corporal digital. Piensa siempre si te sientes cómodo o cómoda con el hecho de que esa información se quede en Internet y con quién la estás compartiendo. Recuerda que, una vez que algo está en línea, es difícil tener control total sobre ello.

Dando consentimiento libre e informado: Nadie tiene derecho a presionarte para que envíes fotos o videos íntimos. Si alguien lo hace, está violando tu autonomía y está ejerciendo un tipo de violencia sexual. Decir “no” es completamente válido. Si alguien te hace sentir mal por proteger tu privacidad, no está respetando tus límites.

Recuerda: tienes el poder de decir “sí” y el derecho a decir “no”

Test para saber si tu autonomía corporal en el ámbito digital está en peligro

Responde “sí” o “no” a las siguientes preguntas, para identificar si tu autonomía corporal se encuentra en riesgo.

1. ¿Te ha contactado alguien que no conoces en persona, quiere saber mucho sobre ti (como dónde vives o estudias) y tú le diste esa información?

Sí.

No.

2. ¿Esta persona evita mostrar fotos recientes o hacer videollamadas, a pesar de que dice ser de tu edad?

Sí.

No.

3. ¿Te ha pedido que no le cuentes a nadie sobre sus mensajes o conversaciones?

Sí.

No.

4. ¿Te ha enviado imágenes, videos o mensajes de contenido sexual sin tu consentimiento?

Sí.

No.

5. ¿Te ha presionado para que envíes fotos o videos íntimos, aunque no te sientas cómodo/a con la idea?

Sí.

No.

6. ¿Te ha amenazado con compartir tus fotos o videos íntimos si no haces lo que te pide?

Sí.

No.

7. ¿Esta persona te hace sentir mal o culpable si no respondes o no haces lo que te pide?

Sí.

No.

8. ¿Has descubierto que alguien compartió tus fotos o videos íntimos en redes sociales o grupos sin tu permiso?

Sí.

No.

9. ¿Te han hecho comentarios sexuales inapropiados sobre tu apariencia o cuerpo, y te has sentido incómodo/a?

Sí.

No.

10. ¿Esta persona te ha chantajeado o manipulado para obtener contenido sexual o algo a cambio?

Sí.

No.

Resultados:

- De 0 a 2 respuestas "Sí":

La situación parece bajo control, pero es importante que sigas atento/a tus interacciones en línea. Recuerda que tu privacidad y consentimiento son fundamentales.

- De 3 a 5 respuestas “Sí”:

¡Atención! Algunas señales de engaño digital pederasta o grooming y violencia sexual digital están presentes. Estas formas de violencia digital ponen en riesgo tu autonomía corporal.

Es importante que sepas que no tienes la culpa de lo que estás experimentando. La culpa siempre recae en las personas agresoras. Esta experiencia no te define y es posible retomar el control de tu autonomía digital.

Si alguna de estas preguntas te ha resonado, busca apoyo de una persona adulta en quien confíes o contacta a una línea de ayuda; la Defensoría de la Niñez y Adolescencia también puede apoyarte. Recuerda que pedir ayuda es un acto de valentía.

Considera bloquear y reportar a esta persona, y sobre todo no ceder a la extorsión o a las peticiones que realice.

Guarda capturas de pantalla de lo sucedido.

- Más de 6 respuestas “Sí”:

¡Alerta! Estás experimentando señales claras de engaño digital pederasta o grooming, violencia sexual digital.

Es importante que sepas que no tienes la culpa de lo que estás experimentando. La culpa siempre recae en las personas agresoras. Esta experiencia no te define y es posible retomar el control de tu autonomía digital.

Si alguna de estas preguntas te ha resonado, busca apoyo de una persona adulta en quien confíes o contacta a una línea de ayuda; la Defensoría de la Niñez y Adolescencia también puede apoyarte. Te recomendamos:

- Dejar de hablar con la persona inmediatamente.
- Bloquear y reportar a la persona en la plataforma.
- Guarda pruebas (mensajes, conversaciones), dado que estos tipos de violencia están relacionados con algunos delitos.

Reflexionemos:

María es una joven afroboliviana de Coroico, de carácter fuerte, extrovertida y divertida, que vive con sus abuelitos. Pedro es un joven de 17 años, también de Coroico, a quien le gusta ver películas y vive con sus padres. Ambos se conocen desde la primaria y están perdidamente enamorados. Son conocidos por ser líderes juveniles en la comunidad.



A medida que crecen, María y Pedro sueñan con su vida juntos, pero también surgen temores sobre los embarazos adolescentes. Se aman profundamente y piensan en casarse en el futuro, pero ambos tienen sueños de ser profesionales antes de formar una familia.

Por este motivo, comenzaron a buscar información en TikTok y encontraron una cuenta con muchos seguidores llamada @mlimachi, que afirmaba que el DIU era el único método anticonceptivo efectivo después de tener relaciones sexuales. María y Pedro se quedaron confundidos, pues encontraron información contradictoria y no sabían si lo que leían era cierto.

Confundidos, decidieron que la mejor opción era consultar con un experto para obtener respuestas claras y confiables. Se dirigieron al Centro de Salud Sexual CIES de su comunidad, donde conocieron a la Dra. Laura, médica especializada en salud sexual y reproductiva. Ella los recibió amablemente y les explicó que la información

que habían encontrado en TikTok era incorrecta. Les detalló los diferentes métodos anticonceptivos disponibles, cómo funcionan y cuáles son los más adecuados para distintas situaciones. Además, les entregó folletos educativos y los orientó hacia sitios web confiables con información sobre salud sexual.



Al salir del centro, María se preguntó cuántas personas seguirían los malos consejos que se ven en redes sociales. Junto con Pedro, decidieron usar la nueva información que habían recibido para organizar charlas educativas sobre sexualidad, métodos anticonceptivos y prevención de embarazos adolescentes. Las charlas que organizaron fueron un éxito rotundo. Los compañeros de María y Pedro, así como los profesores, apreciaron la claridad y el enfoque responsable con el que trataron el tema. María, con su carisma, se destacó en las presentaciones, y pronto más amigos comenzaron a seguirla en sus redes sociales, buscando consejos y apoyo.



Actividad: Juego de preguntas

Objetivo:

Generar habilidades para la búsqueda de información científica sobre temas de salud sexual y reproductiva.

Duración:

30 minutos.

Materiales:

- Hojas de papel.
- 4 letreros amarillos.
- 1 letrero verde.
- 1 letrero rojo.
- Pizarra.

Instrucciones:

Paso 1:

Dividir en 4 grupos
(5 minutos)

Se pide a los estudiantes que se dividan en 4 grupos y que nombren a su equipo. A cada equipo se les entrega un cartel amarillo y una hoja de papel con bolígrafos.

Paso 2:

Instrucciones
(20 minutos)

Se indica que se hará un juego de preguntas sobre educación sexual integral digital y que ganará el equipo que reúna más respuestas correctas.

En cada ronda, cada equipo puede elegir una categoría. Si el equipo no sabe la respuesta, otro equipo puede levantar su letrero y ganar la respuesta. Si ningún equipo sabe la respuesta, el o la facilitadora debe explicar la respuesta correcta.

Cada vez que un equipo responda bien, se anotará un punto en la pizarra.

Las categorías son las siguientes.

Categoría 1: Métodos anticonceptivos digitales

Pregunta 1:

¿Qué es un preservativo y cómo ayuda en la prevención de embarazos no deseados y de enfermedades sexuales?

Respuesta: Un preservativo es un método anticonceptivo que cubre el pene durante las relaciones sexuales para evitar que el esperma entre en contacto con el óvulo. Ayuda a prevenir embarazos no deseados y protege contra enfermedades de transmisión sexual (ETS).

Pregunta 3:

¿Qué es el DIU y cómo funciona para prevenir el embarazo?

Respuesta: El DIU (dispositivo intrauterino) es un pequeño dispositivo colocado dentro del útero. Previene el embarazo al impedir que el esperma llegue al óvulo y, a veces, previene la implantación del óvulo fecundado.

Pregunta 4:

¿Qué son los métodos anticonceptivos naturales y por qué no son 100% efectivos?

Respuesta: Los métodos anticonceptivos naturales incluyen el método del calendario y el método de la temperatura corporal basal. No son 100% efectivos porque dependen de la observación y la disciplina, y existe el riesgo de error en el cálculo del ciclo menstrual.

Pregunta 5:

¿Cómo puede la desinformación sobre las enfermedades de transmisión sexual (ETS) afectar el comportamiento sexual de los adolescentes?

Respuesta: La desinformación sobre las ETS puede llevar a los adolescentes a subestimar los riesgos de no usar protección, a no hacerse pruebas regularmente o a pensar que no pueden contraer enfermedades, lo que aumenta las probabilidades de que contraigan una infección.

Pregunta 6:

¿Cuáles son los riesgos de seguir consejos sobre sexualidad de cuentas de TikTok o YouTube que no están verificadas por profesionales?

Respuesta: Los riesgos incluyen la propagación de información errónea que puede poner en peligro la salud sexual, alentar la toma de decisiones basadas en mitos y desinformación, y la falta de comprensión sobre métodos seguros de anticoncepción y prevención de ETS.

Pregunta 7:

¿Qué pasos puedes tomar para asegurarte de que la información sobre salud sexual que encuentras en línea es confiable?

Respuesta: Para asegurarte de que la información es confiable, revisa si proviene de fuentes confiables como organizaciones de salud reconocidas (por ejemplo, la OMS, CIES o entidades gubernamentales), consulta con profesionales de la salud y verifica que la información esté respaldada por evidencia científica.

Categoría 2: Salud sexual y reproductiva en la era digital

Pregunta 1:

¿Qué significa ESID y qué temas abarca la Educación Sexual Integral Digital?

Respuesta: ESID significa Educación Sexual Integral Digital. Aborda temas vinculados con cómo las tecnologías de información y comunicación pueden promover el conocimiento de la anatomía sexual, la identidad de género, la orientación sexual, los derechos sexuales, el respeto, las relaciones saludables, la prevención de enfermedades y el embarazo no deseado.

Pregunta 2:

¿Por qué es importante hablar de consentimiento en las relaciones sexuales?

Respuesta: El consentimiento es crucial porque significa que ambas personas están de acuerdo, de manera libre, informada y sin presiones, para realizar actividades sexuales. El respeto mutuo y la comunicación son fundamentales para prevenir abusos y malentendidos.

Pregunta 3:

¿Cuáles son los riesgos de compartir imágenes íntimas sin el consentimiento de la otra persona?

Respuesta: Compartir imágenes íntimas sin consentimiento puede conducir a la violación de la privacidad, el ciberacoso, la distribución no deseada (sexting) y posibles consecuencias legales. Además, puede afectar emocionalmente a las personas involucradas.

Pregunta 4:

¿Por qué las redes sociales pueden ser un lugar en donde circula desinformación sobre salud sexual?

Respuesta: Las redes sociales pueden ser un lugar en donde circula desinformación sobre salud sexual porque cualquiera puede compartir contenido sin verificar su exactitud. Esto puede llevar a difundir mitos, creencias erróneas y malas prácticas que afectan la salud de las personas.

Pregunta 5:

¿Qué riesgos para la salud mental pueden enfrentar los adolescentes al exponerse a contenido sexual inapropiado en Internet?

Respuesta: Exponerse a contenido sexual inapropiado puede generar confusión, ansiedad, baja autoestima y crear expectativas irreales sobre la sexualidad. Además, puede aumentar el riesgo de caer en comportamientos peligrosos o abusivos.

Categoría 3: Privacidad digital y seguridad online

Pregunta 1:

¿Por qué es importante mantener la privacidad de tus datos en las redes sociales?

Respuesta: Mantener la privacidad de tus datos es importante para proteger tu identidad, evitar el robo de información personal y prevenir el acoso o el uso no autorizado de tu información.

Pregunta 2:

¿Qué es el *sexting* y qué riesgos implica en las redes sociales?

Respuesta: El *sexting* es el acto de enviar mensajes o imágenes sexuales a través de dispositivos electrónicos. Los riesgos incluyen la difusión no consensuada de imágenes, el ciberacoso y el impacto emocional que podría ocasionarse en la persona afectada.

Pregunta 3:

¿Cómo puedes proteger tu cuenta de redes sociales de ser hackeada?

Respuesta: Puedes proteger tu cuenta usando contraseñas seguras, activando la autenticación en dos pasos, no compartiendo tus contraseñas y revisando los permisos de las aplicaciones que usas.

Pregunta 4:

¿Qué es el phishing y cómo puede afectar la seguridad de tus datos personales?

Respuesta: El phishing es una técnica de fraude en línea en la que los delincuentes se hacen pasar por instituciones legítimas para robar tus datos personales (como contraseñas o información financiera). Esto puede derivar en robos de identidad y fraudes financieros.

Pregunta 5:

¿Qué son los derechos digitales y cómo se relacionan con la educación sexual?

Respuesta: Los derechos digitales son derechos que protegen a las personas en el entorno digital, como el derecho a la privacidad, la protección contra el abuso en línea y el derecho a acceder a información veraz. En el contexto de la educación sexual, garantiza que los jóvenes reciban información precisa, respetuosa y sin ser expuestos a contenidos dañinos.

Paso 3:

Repasar contenido

(5 minutos)

Se pide a los participantes que comenten la actividad y, luego, se resaltan los aspectos menos conocidos.

Conclusión y puntos clave

Es fundamental que, como jóvenes del municipio de Coroico, estemos preparados y preparadas para enfrentar los desafíos del mundo digital con seguridad, respeto y conocimiento. Estas guías son una herramienta clave para identificar y combatir las violencias digitales de género. Al aprender sobre estos temas y compartirlos con nuestras comunidades, podemos construir un entorno digital más seguro y equitativo, donde todos y todas puedan expresarse sin temor ni discriminación. Recordemos que la prevención empieza con la educación y el respeto, y que el apoyo entre compañeros y compañeras es una de nuestras mayores fortalezas.

Puntos clave:

- Definición de violencia digital de género: La violencia digital de género es cualquier acto de agresión –motivado por razones de género– dirigido hacia alguien utilizando tecnología. Afecta a mujeres, niñas y personas LGBTIQ+.
- Tipos de violencia digital: Entre los tipos más comunes, se encuentran el ciberacoso, el uso de datos personales sin consentimiento, la suplantación de identidad, el *grooming* (engaño digital de pederasta), las amenazas y la difusión de imágenes íntimas sin permiso.
- Consentimiento digital: El consentimiento debe ser claro, voluntario, específico y puede cambiar en cualquier momento. Es importante respetar los límites y no compartir información, fotos o videos de alguien sin su permiso.
- Apoyo a quienes enfrentan violencia digital: Es esencial hablar con una persona de confianza (como familiares, amigos o profesores) y buscar ayuda en organizaciones especializadas. El mismo hecho de no enfrentar la violencia en soledad es un paso crucial para superarla.

- Privacidad en Internet: Cuidar la privacidad en línea es vital para evitar ser vulnerables. Configurar adecuadamente las redes sociales, no compartir datos personales sin necesidad y respetar la privacidad de los demás son prácticas recomendadas.
- Mitos sobre el amor romántico digital: Los mitos como “el amor lo puede todo” o “los celos son una señal de amor” perpetúan relaciones tóxicas. En el mundo digital, este tipo de mitos pueden conducir a la vigilancia y control indebidos.
- El *sexting* y sus riesgos: El *sexting* debe practicarse solo con consentimiento mutuo y es importante tener en cuenta los riesgos asociados, como la difusión sin permiso. El *sexting* forzado o sin consentimiento es una forma de violencia sexual.
- Redes de apoyo: Identificar una red de apoyo es determinante para quienes enfrentan violencia digital. Amigos, familiares, profesores y organizaciones locales, como la Defensoría de la Niñez y Adolescencia, pueden ser recursos valiosos al momento de buscar ayuda.

Cultivando conexiones seguras

Guía para padres, madres y cuidadores para la prevención de la violencia digital de género



Cultivando conexiones seguras

Guía para padres, madres y cuidadores para la prevención de la violencia digital de género

Autores:

Camilo Arratía, Eloisa Larrea, Lu An Mendez, Carolina Perez, Zenaida Perez,
Narayani Rivera, Alejandra Torrez

Coordinación y revisión por parte del BID:

Claudia Piras, Magalí Yance y Tatiana Rocabado.

Agradecemos el valioso aporte técnico de Denisse Wolfenson, Sergio Mansilla y Luana Castro de Souza Marotta, del BID; de Thais Vargas, de la AFD; y de Wendy Jhael Pérez Salinas y Nehemias Vidal Serrano, del SEPMUD.

Diseño y diagramación:

Fernanda Barral

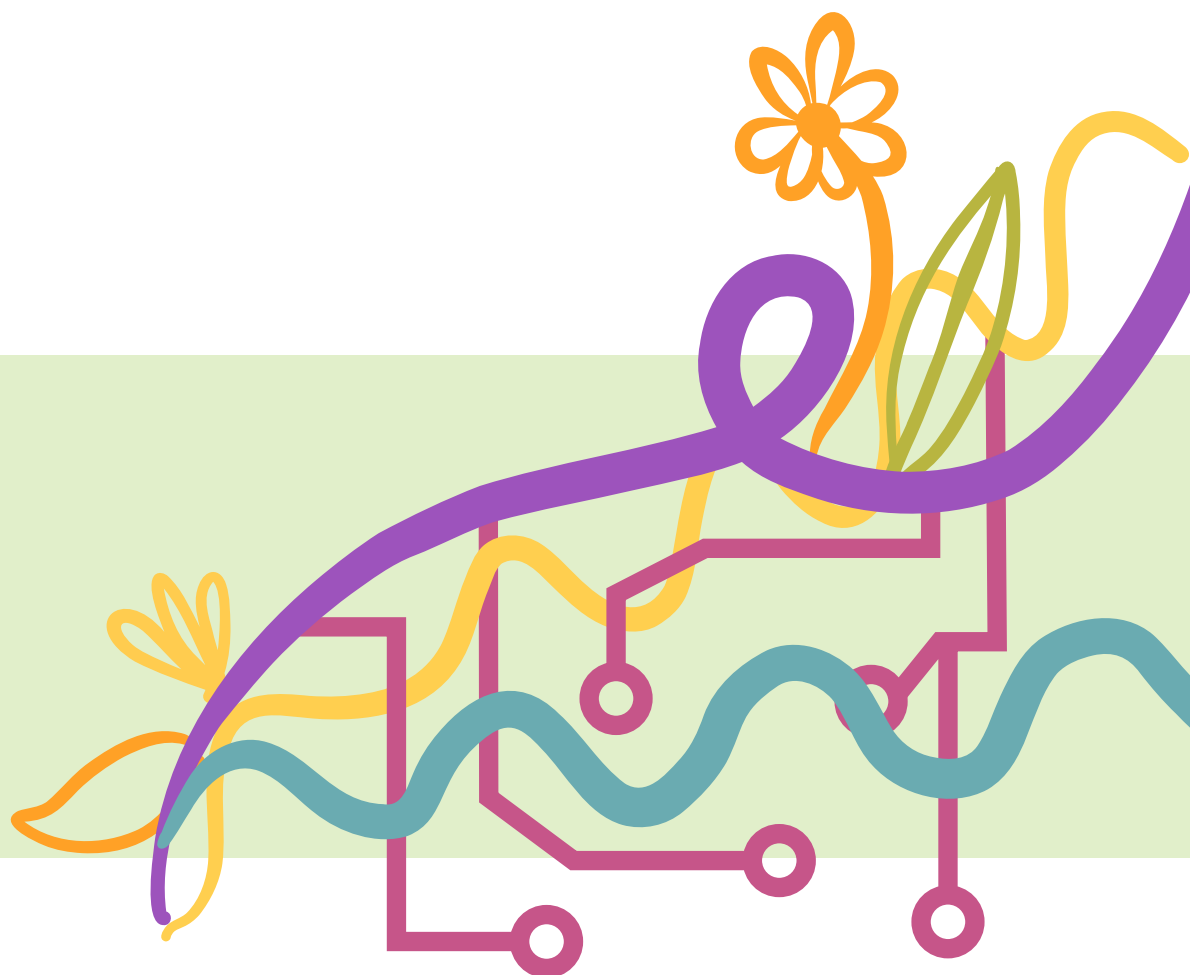


Tabla de contenido

Introducción	4
TEMA 1. Roles y estereotipos de género en el uso de Internet	7
Beneficios del acompañamiento en el uso de Internet.....	15
Aplicaciones de control parental, ¿qué son? ¿Funcionan?.....	16
Actividad de reflexión.....	17
Primera actividad para poner en práctica lo aprendido.....	18
Segunda actividad para poner en práctica lo aprendido.....	19
TEMA 2. Prevención de violencia digital de género	21
Tipos de violencia digital y sus efectos.....	22
Características y efectos de la violencia digital.....	25
Seguridad digital familiar como forma de prevención digital de género.....	26
Actividad para reflexionar.....	30
Actividad para poner en práctica lo aprendido.....	31
Actividad 2: Pongamos en práctica la seguridad digital.....	33
TEMA 3: Acompañamiento en casos de violencia digital	38
Educación Sexual Integral Digital (ESID).....	39
Beneficios de la ESID para madres, padres y profesores.....	39
Beneficios de la ESID para niñas, niños y adolescentes.....	40
Cómo hablar sobre ESID con niñas y niños.....	41
Cómo hablar sobre ESID con adolescentes.....	41
¿Cómo acompañar a las niñas, niños y adolescentes que están enfrentando violencia digital?.....	43
Primeros Auxilios Psicológicos para mamás, papás, maestros y maestras frente a la violencia digital de género.....	43
¿Cómo los maestros y maestras pueden responder a la violencia digital que enfrentan sus estudiantes?.....	45
Ruta de denuncia para madres, padres y cuidadores.....	47
Actividad para reflexionar.....	58
Actividades para poner en práctica lo aprendido.....	59
Conclusión y puntos clave:	61

Introducción

Vivimos en un mundo profundamente conectado, en el que la tecnología y el acceso a Internet forman parte esencial de nuestras vidas. Aunque existen diferencias en cómo se usa y se accede a la tecnología entre áreas urbanas y rurales, este documento –inicialmente enfocado en los Yungas de La Paz, especialmente en Coroico– se presenta como una herramienta replicable a nivel nacional. La reciente pandemia evidenció cuán fundamental es la conectividad para el ejercicio de nuestros derechos humanos, pues facilita el acceso a la educación, la información y la participación en la vida tanto social como comunitaria.

Sin embargo, con la expansión del uso de Internet emergen nuevos desafíos, como la violencia digital de género, que utiliza la tecnología para acosar, controlar o dañar a personas, particularmente por motivos de género. Esta forma de violencia puede manifestarse a través del ciberacoso, la difusión no consentida de imágenes íntimas, el *grooming* e incluso la trata de personas. Las comunidades de Coroico no son ajenas a esta problemática. A través de grupos focales, se identificaron preocupantes patrones, especialmente entre adolescentes mujeres, como el acoso en redes sociales, la difusión de “packs” y casos de *grooming*. Algunas incluso reportaron propuestas relacionadas con la trata de personas, recalcando la gravedad de los riesgos digitales que enfrentan.

Si bien en el Municipio de Coroico se han registrado avances, como la identificación de normativas sobre digitalización y protección de datos personales, aún queda un largo camino por recorrer. Fortalecer las redes de apoyo familiar y escolar es fundamental, dado que muchas adolescentes señalaron no sentirse seguras hablando de estos temas con sus cuidadores, por temor a represalias o incompreensión.

En respuesta a esta problemática, se ha desarrollado esta guía práctica, diseñada para educadores y familias, con el objetivo de prevenir y manejar la violencia digital de género. Este instrumento fue elaborado a partir de un proceso participativo, incluyendo conversaciones con niñas, niños, adolescentes, padres, madres, cuidadores y docentes de las comunidades educativas de Coroico y Cruz Loma; quienes señalaron las áreas en las que más necesitan apoyo e información para responder a los riesgos que enfrentan en Internet. Los aportes recogidos permitieron identificar las áreas prioritarias para responder a los riesgos digitales y fortalecer la seguridad en línea de la comunidad.

El Servicio Plurinacional de la Mujer y de la Despatriarcalización “Ana María Romero”, en colaboración con el Banco Interamericano de Desarrollo (BID) con recursos de la Agencia Francesa de Desarrollo (AFD), Internet Bolivia y la Asociación Aguayo, ha liderado este esfuerzo, alineado con su misión de promover políticas públicas orientadas a la despatriarcalización y la protección de derechos. Esta guía no solo ofrece orientaciones prácticas y consejos para el uso seguro de Internet, sino que aspira a convertirse en un modelo a nivel nacional para la prevención de la violencia digital de género, promoviendo comunidades más seguras y empoderadas en el espacio digital.

La violencia digital contra las mujeres se manifiesta a través de las redes sociales y de otras plataformas en línea, como el correo electrónico. Las agresiones verbales, las amenazas y el chantaje a través de aplicaciones de mensajería, como WhatsApp, causan un daño considerable en las víctimas, quienes se ven presionadas a ceder a demandas para evitar la difusión de información o de imágenes íntimas. Este tipo de violencia no solo afecta a mujeres jóvenes o adultas, sino que también puede involucrar a niñas y adolescentes, quienes se encuentran en una situación aún más vulnerable debido a diversos factores (como la falta de orientación por parte de los padres y madres sobre el uso seguro de Internet, la curiosidad por establecer nuevas amistades en línea y otros riesgos asociados con su edad y desarrollo emocional).

A pesar de los importantes avances normativos logrados en el Estado Plurinacional de Bolivia en cuanto al reconocimiento, la inclusión y la garantía de los derechos de las mujeres (como lo establece la Ley N.º 348, que busca garantizarles una vida libre de violencia), el desarrollo tecnológico ha generado nuevos desafíos. En particular, la violencia digital contra mujeres y niñas, también conocida como ciberviolencia, ha puesto a este grupo en una situación de vulnerabilidad. Esta forma de violencia se manifiesta de diversas maneras a través de las redes sociales y de otras plataformas digitales, afectando profundamente a sus víctimas.

En este contexto, corresponde a los Gobiernos Autónomos Municipales desarrollar acciones de prevención contra toda forma de violencia, incluyendo las violencias digitales de género. A ello se suma el papel desempeñado por madres y padres de familia y profesoras y profesores de unidades educativas, crucial para coadyuvar en estas acciones de prevención en el ámbito educativo; las cuales se dirigen a facilitar que las niñas, niños y adolescentes se empoderen y sean capaces de tomar decisiones respecto a resguardar su seguridad cuando utilizan las redes sociales. Allí radica la importancia de la presente guía.

Su objetivo es educar y sensibilizar sobre la prevención, el manejo y el acompañamiento en casos de violencia digital de género hacia niñas, niños y adolescentes (NNA). Esta guía busca fortalecer la seguridad digital, promover el uso responsable de Internet y proporcionar herramientas para combatir las formas de violencia digital de género, poniendo énfasis en crear entornos seguros y equitativos en el uso de la tecnología.

La guía está destinada a educadores, madres, padres, cuidadores y a la comunidad educativa, buscando el resguardo del bienestar digital de niñas, niños y adolescentes.



TEMA 1

Roles y estereotipos de género en el uso de Internet

¿Qué es la brecha digital de género?

La brecha digital de género aparece cuando los hombres y las mujeres no tienen el mismo acceso a la tecnología. A menudo, las mujeres y niñas tienen menos acceso a Internet y a dispositivos digitales en comparación con los hombres y niños, y también enfrentan menos oportunidades para aprender a usar estas tecnologías de manera efectiva. A veces se considera que las mujeres y las niñas no necesitan saber mucho sobre tecnología o que es mejor que no usen Internet porque podrían exponerse a peligros; sin embargo, esto no solo limita sus posibilidades de participar plenamente en el mundo digital, sino que también puede afectar su derecho al acceso a información y servicios importantes.

¿Es importante reconocer las brechas de género para luchar contra ellas?

Es importante que tanto hombres como mujeres tengan acceso a Internet y tengan las mismas oportunidades de aprender a usar esta tecnología, para poder beneficiarse y desarrollar sus capacidades.

Reconocer las brechas de género es fundamental para ayudar a nuestras hijas y adolescentes a enfrentar y superar los desafíos que pueden encontrar en línea y en la vida cotidiana. Al visibilizar estas desigualdades, podemos fomentar su crecimiento y ayudarles a conocer sus derechos. Esto no solo les permitirá defenderse mejor ante situaciones de acoso o discriminación, sino que también les enseñará a desafiar las normas culturales que perpetúan esta inequidad. Al trabajar en conjunto para cerrar estas brechas, contribuimos a crear un entorno más justo y equitativo, donde nuestras niñas puedan crecer, aprender y desarrollarse plenamente.

A continuación, se presentarán algunos ejemplos de brecha digital, con el objetivo de fomentar la reflexión y la identificación de acciones que, sin darnos cuenta, pueden contribuir a incrementar la brecha digital de género. Es fundamental reconocer estas prácticas para poder eliminarlas y avanzar hacia una mayor equidad en el acceso y uso de la tecnología:

Estereotipo	Ejemplo
<p>Limitar el acceso a Internet por género</p>	<p>En casa:</p> <p>Sofía (de 15 años) y Luis (de 13 años) tienen acceso limitado a Internet en casa. A Sofía solo se le permite usar la computadora una hora al día para sus tareas escolares, ya que su mamá teme que pueda entrar a redes sociales y exponerse a riesgos en línea. Luis, por otro lado, puede usar la computadora por más tiempo para jugar y navegar, porque su mamá considera que “no hay tanto peligro” para él en línea.</p> <p>En el aula:</p> <p>En una clase de proyectos, el profesor divide a las y los estudiantes en grupos para crear presentaciones digitales. El profesor permite que los chicos usen los programas de diseño más avanzados para elaborar gráficos y efectos, mientras que a las chicas les sugiere que se encarguen del contenido escrito y del formato, asumiendo que no les interesará la parte tecnológica.</p>
<p>Desigualdad en la compra de dispositivos</p>	<p>En casa:</p> <p>La mamá y el papá de Marta (de 16 años) y Juan (de 14 años) deciden comprarle una laptop nueva a Juan porque “la necesita para sus estudios”. Aunque Marta también tiene muchas tareas escolares, su mamá y papá consideran que ella puede compartir la computadora familiar, asumiendo que ella no la usará tanto para tareas que requieran tecnología avanzada.</p>

Creencia errónea de que los niños son más curiosos con la tecnología

En el aula:

Durante una clase de técnica y tecnología, la profesora asigna los dispositivos más avanzados a los chicos para que experimenten con ellos, mientras que a las chicas les asigna computadoras más básicas, justificando que ellas no necesitarán las funciones avanzadas para sus actividades. Esto les impide a las chicas acceder a las mismas herramientas de aprendizaje.

En casa:

El papá de Mateo (de 12 años) y Laura (de 13 años) deja que Mateo juegue y explore libremente la computadora de la casa, incluyendo instalar programas o cambiar configuraciones. Sin embargo, cuando Laura quiere hacer lo mismo, el papá se preocupa de que pueda “arruinar algo” y solo le permite usar la computadora para actividades más elementales, como ver videos o hacer tareas escolares.

En el aula:

En una escuela donde solo se tiene una tablet por aula, los y las estudiantes se dividen en grupos. Entonces, al ver que un grupo de niñas se acerca para usar el dispositivo, el profesor comenta: “Dejen que primero los chicos lo usen, porque ellos son más curiosos con la tecnología”. Las niñas, al esperar su turno, se sienten menos seguras de usarlo de la misma manera y solo lo utilizan para buscar información básica.

Creencia errónea de que a las niñas se les tiene que controlar más el uso de la tecnología porque es peligroso para ellas.

En casa:

La abuela de Paula (de 16 años) le prohíbe tener una cuenta en redes sociales porque cree que es demasiado peligroso para una chica de su edad. Sin embargo, permite que su hermano menor, Lucas (de 14 años), use redes sociales, asumiendo que él sabrá cuidarse mejor en línea. Paula siente que esta restricción limita su capacidad para estar en contacto con sus amigos y amigas, y para aprender a navegar de manera segura en el entorno digital.

En el aula:

Una profesora organiza un proyecto en línea donde las y los estudiantes deben crear blogs y compartir contenido en redes sociales. Sin embargo, la profesora advierte especialmente a las chicas sobre los peligros de compartir información personal en línea y les recomienda ser más cautelosas. A los chicos no les hace la misma advertencia, asumiendo que no enfrentarán los mismos riesgos.

¿Alguna vez usaste estos mitos en la educación de tus hijas, hijos o estudiantes?

¿Cómo podemos evitar la brecha digital en casa y en el aula?

Para evitar replicar los estereotipos de género en la casa y en el aula, es importante promover un ambiente de igualdad y fomentar el acceso equitativo a la tecnología, independientemente del género. He aquí algunos pasos concretos para lograrlo:

Consejo	Ejemplo
Repartir las responsabilidades del hogar equitativamente	<p>Asegúrate de que tanto las niñas como los niños tengan tiempo libre para aprender y explorar la tecnología. Si una niña está ocupada con tareas domésticas o de cuidado, tendrá menos tiempo para aprender a usar el celular o la computadora.</p> <p>Ejemplo: Si los niños y niñas tienen acceso limitado a la tecnología, organízate para que ambos tengan el mismo tiempo y oportunidad de usarla después de realizar las tareas del hogar.</p>
Incentivar a las niñas a usar la tecnología	<p>Invita a las niñas a que exploren juegos educativos o aplicaciones de aprendizaje, igual que lo harías con los niños. No asumas que a las niñas no les interesan las computadoras o la tecnología.</p> <p>Ejemplo: Si compran un teléfono o una computadora en casa, asegúrense de que las niñas también puedan aprender a usar este dispositivo y explorar sus funciones.</p>
Dar el ejemplo de tratar a todos y todas por igual	<p>Cuando tengas la oportunidad, demuestra que tanto hombres como mujeres pueden ser buenos en el uso de tecnología. Evita hacer comentarios como “la tecnología es más para los varones” y, más bien, demuestra interés por enseñarles a ambos.</p>

	<p>Ejemplo: Si necesitas ayuda para arreglar algo en el celular o la computadora, pídeles a tus hijas e hijos que se turnen para intentar resolver el problema.</p>
<p>Ofrece las mismas oportunidades</p>	<p>En casa, asegúrate de que las niñas tengan el mismo acceso a la tecnología para hacer tareas escolares, explorar nuevas habilidades digitales o simplemente divertirse.</p> <p>Ejemplo: Si solo hay un teléfono celular en casa, no priorices su uso para los niños. Establece turnos para que ambos puedan acceder y usar la tecnología.</p>
<p>Fomentar la participación igualitaria en actividades tecnológicas</p>	<p>Asegúrate de que tanto niñas como niños tengan las mismas oportunidades para usar las computadoras o acceder a Internet en clase. Rotar el uso de equipos puede ayudar a equilibrar el acceso.</p> <p>Ejemplo: Si hay solo una computadora disponible, asigna turnos para que tanto niñas como niños la utilicen en actividades educativas.</p>
<p>Promover el interés tecnológico en las niñas</p>	<p>Introduce actividades tecnológicas que resulten atractivas para todas las personas, no solo para los niños. Busca ejemplos de mujeres que trabajan en ciencia y tecnología para mostrarles a las niñas que ellas también pueden sobresalir en estos campos.</p> <p>Ejemplo: Realiza una actividad sobre mujeres innovadoras en la tecnología y muéstrales videos o historias de mujeres que han logrado grandes cosas en la informática o robótica.</p>

Romper barreras de acceso tecnológico con apoyo familiar

Involucra a las familias en el proceso educativo sobre tecnología, destacando la importancia de que tanto niñas como niños aprendan a usar herramientas digitales.

Ejemplo: Organiza talleres familiares sobre tecnología en los que padres y madres puedan aprender a utilizar dispositivos junto a sus hijos e hijas, para asegurar que todas las personas tengan las mismas oportunidades de aprendizaje.

¿Qué significa acompañar a las niñas, niños y adolescentes (NNA) en Internet?

Es común que muchos padres y madres creen que prohibir el uso de la tecnología es la mejor forma de proteger a sus hijos e hijas de los riesgos digitales. Sin embargo, este enfoque puede ser contraproducente. En lugar de imponer restricciones, es más efectivo adoptar una actitud de acompañamiento. Este enfoque les brinda a sus hijos e hijas la oportunidad de explorar el mundo digital de manera segura, y también fomenta un ambiente de confianza y comunicación abierta en el hogar.

El acompañamiento en la experiencia digital tiene numerosos beneficios. Al permitir que hijos e hijas accedan a la tecnología e Internet, les están ofreciendo múltiples oportunidades para desarrollar habilidades, ejercer sus derechos humanos y participar en una comunidad global. En lugar de ver la tecnología como una amenaza, es fundamental reconocerla como un aliado que, cuando se utiliza de manera responsable y guiada, puede enriquecer el aprendizaje y la vida social de las y los jóvenes.

Acompañar significa estar con las niñas, niños y adolescentes cuando usan Internet. Esto no quiere decir que estés siempre “encima” de ellos, pero sí que sepas qué hacen, qué páginas visitan y con quién hablan.

El acompañamiento está relacionado con la construcción de un espacio de confianza y diálogo donde NNA expresen sus experiencias en Internet, sin necesidad de que sus actividades en línea sean vigiladas.

Beneficios del acompañamiento en el uso de Internet

- Fomentar la responsabilidad:

Cuando les enseñamos a reconocer y manejar los riesgos en Internet, los niños y las niñas aprenden a tomar decisiones más conscientes. Así, entienden cómo protegerse y están listos para navegar por la red de manera segura, confiada y autónoma.

- Fortalece la confianza:

Cuando conversamos abiertamente sobre lo que hacen en Internet, los niños y niñas confían más en las personas adultas. Así, si tienen un problema, acudirán a nosotros o nosotras en vez de esconderlo. Las siguientes preguntas pueden ayudar a fortalecer la confianza entre personas adultas y NNA:

1. ¿Cuáles son tus actividades favoritas cuando estás en Internet?
2. ¿Hay algo nuevo que hayas aprendido en Internet últimamente?
3. ¿Has encontrado algo en Internet que te haya generado incomodidad?
4. ¿Te sientes seguro/a navegando en Internet o hay algo que te preocupa?

¿Cuáles son las desventajas de prohibir el acceso a Internet?

Cuando prohibimos el uso de dispositivos o Internet, los niños y niñas pueden buscar formas de conectarse a escondidas, lo que aumenta los riesgos porque lo hacen sin la ayuda de una persona adulta. Si no les brindamos la oportunidad de aprender a navegar en línea de manera segura y con apoyo, pueden sentirse perdidos/as cuando finalmente tengan acceso y no sepan cómo protegerse de los peligros.

Aplicaciones de control parental: ¿qué son?, ¿funcionan?

Algunas personas creen que la vigilancia o el uso de aplicaciones de control parental son la respuesta para prevenir la violencia digital que pueden enfrentar sus hijas e hijos en Internet.

Las aplicaciones de control parental son una herramienta que permite a los padres, madres y cuidadores controlar y/o limitar el contenido al que sus hijos e hijas puedan acceder a Internet desde sus dispositivos, ya sean ordenadores, celulares o *tablets*.

El uso de aplicaciones de control parental puede ser útil, pero no es una solución completa. Lo más importante es que desarrolles una relación de confianza y comunicación abierta con tus hijos e hijas, para que puedan aprender a tomar decisiones responsables de forma autónoma.

La clave no está en vigilar cada paso que dan, sino en enseñarles a navegar en el mundo digital de manera segura.

Las siguientes con algunas consideraciones importantes sobre las aplicaciones de control parental:

- Monitorear constantemente puede hacer que las niñas, niños y adolescentes sientan que no les tienes confianza, y ello puede ocasionar que hagan cosas a escondidas.
- Recuerda que muchos y muchas adolescentes saben cómo evitar restricciones, así que es mejor enseñarles a tomar decisiones seguras. Las herramientas de control parental son útiles, pero no sustituyen tu orientación sobre los riesgos en el mundo digital.
- Tus hábitos también influyen, ya que NNA aprenden observándote. Si pasas mucho tiempo en el teléfono o la computadora, pueden imitarte. Por eso, es importante fomentar el diálogo en lugar del control. Cuando sienten que pueden hablar abiertamente, suelen compartir más información sobre lo que hacen en línea. Crea un ambiente en el que sientan seguridad para preguntar sobre Internet sin miedo a ser juzgados o juzgadas.

Actividad de reflexión: El Mapa de estereotipos

Objetivo:

Reflexionar sobre cómo los estereotipos de género afectan el acceso y uso de la tecnología.

Duración:

30 minutos.

Materiales:

- Cartulinas
- marcadores
- post-its.

Instrucciones:

1. Las y los participantes se dividen en grupos pequeños de 4 a 5 personas.
2. Cada grupo tiene una cartulina, marcadores y post-its de diferentes colores.
3. Los grupos dibujan un mapa de su comunidad en la cartulina. El mapa debe incluir lugares como el hogar, la escuela, el trabajo, los espacios públicos, etcétera.
4. A continuación, los grupos deben identificar y marcar con post-its en el mapa los lugares donde perciben que existen estereotipos de género que influyen en el acceso y uso de la tecnología. Pueden utilizar diferentes colores para marcar distintos tipos de estereotipos.
5. Los grupos usarán un color de post-it específico para identificar los estereotipos de género que existían en el pasado, específicamente cuando los y las participantes eran jóvenes.
6. Cada grupo presentará su mapa al resto de los participantes y explicará cómo los estereotipos identificados, tanto actuales como pasados, mantienen la brecha digital de género en su comunidad.
7. Por último, los grupos discutirán y compartirán ideas sobre cómo desafiar estos estereotipos en su entorno para promover un acceso más equitativo a la tecnología, considerando tanto los estereotipos que aún persisten como los avances logrados a lo largo del tiempo.

Primera actividad para poner en práctica lo aprendido: Plan de acompañamiento digital familiar o escolar.

Objetivo:

Fomentar la comunicación y el acompañamiento en el uso de Internet entre padres, madres, docentes y adolescentes.

Duración:

30 minutos.

Materiales:

- Lana
- Papelógrafo
- Marcador

Instrucciones:

1. Formar una ronda: Reúne a todas personas que participan en un círculo.
2. Hacer la pregunta: Todos deben responder a la siguiente pregunta: “¿Qué podemos hacer para acompañar a las y los adolescentes en el uso del Internet?”. La persona facilitadora inicia respondiendo y se queda con un extremo de la lana.
3. Lanzar la lana: La persona facilitadora lanza el resto de la lana a otro participante, quien debe responder la misma pregunta, agarrar una parte de la lana y lanzarla a otra persona del círculo para que también responda.
4. Continuar el proceso: Este proceso se repite hasta que todas las personas hayan participado y se haya formado una red de lana.
5. Registrar las ideas: Una persona puede anotar las ideas que se compartan en el papelógrafo, creando un registro visual de las sugerencias.

Segunda actividad para poner en práctica lo aprendido: Plan de acompañamiento digital familiar o escolar (versión alternativa).

Objetivo:

Desarrollar un plan práctico para implementar el acompañamiento en el uso de Internet en el hogar.

Duración:

30 minutos.

Materiales:

- Hojas de papel.
- Lápices o marcadores.
- Espacio para realizar las presentaciones.
- Plantillas de planes de acompañamiento (personalizables), que contienen las siguientes secciones:
 - Establecimiento de reglas.
 - Espacios de diálogo.
 - Actividades conjuntas.
 - Herramientas de apoyo.

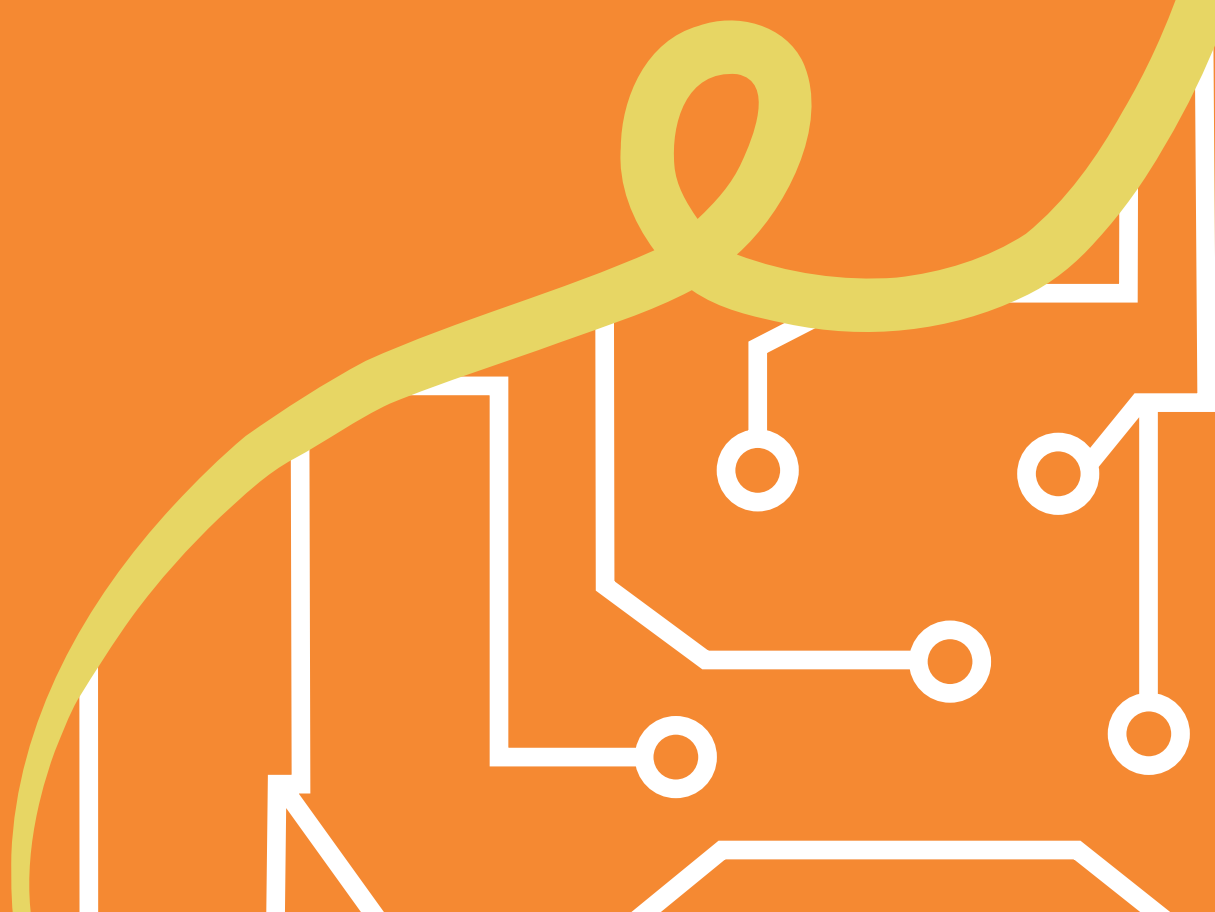
Instrucciones:

1. Formar grupos: Organiza a quienes participan en grupos de 4 a 5 personas.
2. Asignar una consigna: Proporciona a cada grupo la misma consigna, por ejemplo: “¿Cómo es la relación de nuestros hijos e hijas con Internet?”.
3. Crear una escena teatral: Cada grupo debe pensar y representar una escena que ilustre la consigna, considerando diferentes contextos familiares (por ejemplo, una mamá soltera que trabaja todo el día con dos hijos, una familia con ambos padres, etcétera).

4. Presentar las escenas: Cada grupo muestra su escena y tiene la oportunidad de explicar su idea.
5. Reflexionar en conjunto: Al final, se lleva a cabo una reflexión basada en las escenas presentadas.
6. Desarrollar el plan: Se entrega una plantilla a todas las personas que participan. Usando las plantillas, los grupos trabajan juntos para crear un plan de acompañamiento digital que se adapte a sus contextos familiares, resaltando que cualquier tipo de familia puede tener un plan que funcione para ellos y ellas.

TEMA 2.

Prevención de violencia digital de género



¿Qué es la violencia digital de género?

La violencia digital es un tipo de violencia de género que ocurre a través de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), como las redes sociales y el correo electrónico. Esta forma de violencia puede causar mucho daño psicológico y emocional. Además, puede reforzar prejuicios, dañar la reputación de las personas, causar pérdidas económicas y crear barreras para participar en la vida pública. En algunos casos, puede incluso llevar a formas de violencia sexual y física.

Es importante saber que la violencia digital no es lo mismo que el ciberacoso, aunque puede parecerse. La violencia digital puede manifestarse de diferentes maneras y el ciberacoso es solo una de ellas.

Tipos de violencia digital y sus efectos

Tipos de violencia digital de género	Ejemplo
El <i>ciberacoso</i> ocurre cuando una persona, de manera repetida y a propósito, utiliza medios electrónicos (como el teléfono o la computadora) para hacer daño a otra persona. Esto puede incluir insultos, amenazas o burlas.	Un niño o adolescente crea un perfil falso para enviar mensajes maliciosos y amenazantes a un compañero de clase.
El <i>uso de datos personales sin consentimiento</i> sucede cuando alguien accede a tus datos personales sin tu permiso y los usa para generarte daño.	Un estudiante utiliza tu número de WhatsApp para registrarse en algún sitio en línea o lo difunde en una red como TikTok y, como resultado, te envían mensajes molestos, u ofertas de servicios sin tu conocimiento.

La *suplantación de identidad* ocurre cuando alguien usa tus datos personales para hacerse pasar por ti en línea o en otros contextos, con el propósito de engañar a otros o causarte daño.

Un compañero de clase crea un perfil falso en una red social usando tus fotos y tu nombre para publicar comentarios ofensivos y difundir rumores sobre ti.

El *engaño digital pederasta (grooming)* sucede cuando un adulto intenta engañar a un niño o adolescente en Internet para ganarse su confianza y luego hacerle daño, por ejemplo, pidiéndole fotos íntimas.

Una persona adulta se hace pasar por una niña, niño o adolescente en Internet para hablar con otras niñas, niños o adolescentes y pedirles fotos privadas.

Las *amenazas digitales* son mensajes agresivos en los que una persona afirma que va a hacer daño a alguien o a su familia si no hacen lo que él o ella quiere.

Un adolescente recibe mensajes en sus redes sociales afirmando que, si no hace lo que le dicen, su familia sufrirá daño.

El *desprestigio* consiste en señalar públicamente a una mujer por su supuesta actividad sexual con el fin de avergonzarla, dañar su reputación y regular su sexualidad. Puede implicar el uso de fotografías y/o videos y lenguaje humillante.

Un estudiante publica fotos que avergüenzan a una compañera en una red social, sin su permiso, acompañadas de comentarios humillantes. Además, comparte la información en su unidad educativa para que más compañeros y compañeras se rían de ella y la avergüencen.

El *monitoreo y vigilancia* es el seguimiento y control constante de lo que haces en o fuera de Internet, o de dónde te encuentras. Son formas de violencia que pueden realizarse usando diferentes tecnologías.

Un compañero de clase instala una aplicación en tu teléfono sin tu consentimiento para rastrear tu ubicación y monitorear tus mensajes privados, y luego utiliza esa información para hacer comentarios inapropiados sobre tus actividades y tus amistades.

La *difusión de imágenes íntimas sin consentimiento* ocurre cuando alguien comparte o publica fotos privadas de otra persona sin su permiso, especialmente para hacerle daño.

Un adolescente decide difundir fotos íntimas de su exnovia por WhatsApp y redes sociales cuando la relación terminó.

El *abuso, explotación y/o trata de mujeres y niñas, niños o adolescentes* es una forma de violencia en línea que implica la intermediación de las tecnologías para el ejercicio de poder sobre una persona a partir de la explotación sexual de su imagen o de su cuerpo contra su voluntad. Algunas de las conductas incluidas en esta forma de violencia son las siguientes:

- El uso de tecnologías para seleccionar y enganchar mujeres y niñas con fines de abuso sexual o trata, obligarlas a aceptar situaciones de trata y abuso sexual, ejercer poder y control sobre ellas o impedirles que se liberen del abuso, incluso con amenazas de revelar información privada.
- La publicación de imágenes sexuales sin el consentimiento de una persona para fines de comercialización y prostitución.
- La difusión de material de abuso sexual infantil¹ (CSAM). Este término abarca cualquier representación visual que muestre la participación de un menor en conductas sexuales explícitas, incluyendo, sin limitaciones, fotos e imágenes generadas por computadora y videos.

Un adulto contacta a una adolescente a través de redes sociales, fingiendo ser un amigo. Después de ganarse su confianza, le pide fotos íntimas. Más tarde, la amenaza con compartir esas fotos en Internet si no acepta realizar más acciones o participar en actividades de explotación sexual.

Fuente: Elaboración propia, basada en información de “La violencia de género en línea contra las mujeres y niñas: Guía de conceptos básicos, herramientas de seguridad digital y estrategias de respuesta” (documento preparado por la Secretaría General de la Organización de los Estados Americanos).

²En el siguiente link puede encontrarse el artículo “CSAM, CSEA y la mal llamada ‘Pornografía Infantil’” de Braian Arroyo (2021): <https://www.linkedin.com/pulse/csam-csea-y-la-mal-llamada-pornograf%C3%ADa-infantil-braian-arroyo/>

Características y efectos de la violencia digital

La violencia digital es una forma de agresión que afecta principalmente a mujeres y niñas. Aunque tiene la misma raíz que otras violencias de género, la violencia digital tiene características propias que la diferencian:

- No necesita cercanía física.

La persona que ejerce violencia digital puede estar en cualquier parte del mundo, puesto que no es necesario estar en el mismo lugar para causar daño.

- Anonimato.

El anonimato en Internet es un derecho que permite expresarse sin miedo, pero también es utilizado por personas que ejercen violencia para ocultar su identidad y agredir sin ser detectadas. Muchas veces las personas agresoras se esconden en el anonimato.

- Se mezcla con otras violencias.

Frecuentemente, la violencia digital no actúa sola. Quienes enfrentan violencia digital también suelen enfrentar otros tipos de violencia, tanto dentro como fuera de Internet, como violencia física, violencia psicológica y violencia sexual, por mencionar algunas.

Características y efectos de la violencia digital

Aunque la violencia digital sucede a través de una pantalla, tiene consecuencias reales en la vida de quienes la enfrentan. Los efectos más comunes que pueden enfrentar las niñas, niños y adolescentes son:

- Afectaciones emocionales: Estrés, miedo, depresión, baja autoestima, y pensamientos de aislamiento. Las víctimas pueden sentirse solas y culpables por lo que les ocurre.
- Afectaciones físicas: La violencia digital también puede provocar problemas de salud física debido a la angustia emocional que genera.
- Impacto en la vida diaria: La violencia digital puede afectar el desempeño escolar y hacer que las víctimas dejen de usar Internet por miedo, lo que las excluye de oportunidades de aprendizaje y entretenimiento.
- Desconfianza en la tecnología: Las víctimas pueden desarrollar miedo al usar tecnología, lo cual dificulta que usen herramientas digitales importantes para el desarrollo de tareas cotidianas.

Seguridad digital familiar como forma de prevención digital de género

La seguridad digital familiar es crucial para prevenir las violencias digitales de género, al asegurar que todos y todas las integrantes de la familia conozcan y efectúen buenas prácticas en el cuidado de su privacidad en línea. ¡Cabe recordar que las niñas, niños y adolescentes aprenden con el ejemplo! Por eso es importante que todas las personas en casa compartan las mismas prácticas de cuidado en el mundo digital.

¿Qué es la seguridad digital?

La seguridad digital implica aprender a cuidarnos y protegernos en el mundo físico. Así como cuando somos niños o niñas nos enseñan a cepillarnos los dientes para mantener una buena salud bucal, en el mundo digital también necesitamos aprender cómo protegernos. La seguridad digital implica conocer y practicar hábitos que nos mantienen seguros y seguras en línea.

Bloqueo del teléfono: Protege tu información personal y la de tu familia

El teléfono móvil guarda mucha información personal y familiar, como fotos, números y conversaciones privadas. Por eso, es muy importante que todos y todas en la familia tengan un método de bloqueo en sus celulares. Así como cerramos la puerta de casa para mantenerla segura, un bloqueo en el teléfono protege nuestra información valiosa y evita que personas extrañas usen nuestros datos

Si perdieras tu celular hoy y no tuviera un método de bloqueo, ¿cuánta información podrían otros ver sobre ti y tu familia?

Protege tus cuentas en redes sociales

Imagina que tus redes sociales son como la puerta principal de tu casa. Si dejas la puerta sin llave, cualquier persona podría entrar y acceder a tus cosas. De la misma manera, si usas una contraseña simple o fácil de adivinar en tus cuentas de redes sociales, alguien podría acceder a tu información personal sin tu permiso.

Para proteger tu “hogar digital”, asegúrate de usar contraseñas seguras y únicas, como si estuvieras usando una cerradura robusta en la puerta de tu casa. Esto ayuda a mantener segura tu información (como fotos, mensajes y datos que almacenas en tus redes sociales).

**¿Sabías que la contraseña más utilizada en el mundo es 123456?
Por tanto, esa es la contraseña más insegura que puedes usar en
tus cuentas en redes sociales, ¡y en todas!**

¿Cómo es una contraseña segura?

- Es una mezcla de varios ingredientes: Piensa en tu contraseña como en una receta especial, con ingredientes únicos. En vez de usar solo números o palabras fáciles, combina letras mayúsculas, minúsculas, números y símbolos. Por ejemplo, en lugar de “123456”, podrías usar algo como “Huk@rc052.!”.
- También es larga: Cuanto más larga sea tu contraseña, más difícil será que alguien la adivine. Intenta que tenga al menos 12 caracteres.
- Evita la información personal: No uses nombres de familiares, mascotas o fechas importantes. Esto sería como dejar la llave de tu casa al alcance de cualquiera. Es mejor mantener la información personal en secreto.
- Cambia tus contraseñas regularmente: Es buena idea cambiar tus contraseñas cada cierto tiempo para mantenerlas seguras.

Verificación de dos pasos

La verificación en dos pasos es como tener una cerradura adicional en la puerta de tu casa para hacerla más segura. Imagina que necesitas dos llaves para abrirla: una es tu contraseña, y la otra es un código especial que solo tú puedes recibir en tu teléfono. Primero, usas la contraseña (la primera llave) y luego introduces el código que recibes en tu teléfono (la segunda llave).

Esto ayuda a proteger tu información porque, aunque alguien descubra tu contraseña, no podrá acceder a tu información personal sin el código especial. Así, mantienes segura tu información personal, como fotos y mensajes privados, y evitas que se use tu cuenta de manera indebida.

Protección de la privacidad en redes sociales

La privacidad es un derecho y, como tal, tenemos la posibilidad de decidir quiénes pueden ver y tener acceso a nuestra información, publicaciones, estados u otras actividades que realicemos en nuestras redes sociales.

Muchas veces las plataformas como Facebook o TikTok no tienen una forma sencilla de configurar nuestra privacidad, pero están obligadas a proporcionarnos medios para decidir qué información deseamos compartir.

¿Sabías que casi todas las redes sociales cuentan con un apartado para configurar qué tanta información compartes con otras personas?

En las configuraciones de privacidad es importante revisar:

1. **Tus datos personales:** Muchos de los datos en nuestro perfil son públicos por defecto, como tu nombre completo, fecha de nacimiento, lugar de residencia y hasta tus fotos. Es mejor que esta información no sea visible para todos. Puedes configurar tu perfil para que solo tus contactos puedan ver estos datos.
2. **Revisa quién puede ver tu perfil:** Asegúrate de saber quién puede ver tu perfil o encontrarlo en las redes sociales. También puedes decidir si tus publicaciones son visibles para todos y todas o solo para tus contactos.
3. **Controla los comentarios y mensajes:** Puedes elegir quién puede dejar comentarios en tus publicaciones, quién puede enviarte mensajes o quién puede etiquetarte en otras publicaciones. Esto es de mucha ayuda para evitar que personas desconocidas se contacten contigo o con alguien de tu familia.

¿Cómo identificar estafas en Internet?

Los fraudes en Internet son cada vez más comunes y difíciles de identificar. Cualquier persona puede caer en una estafa en Internet; no te sientas culpable si alguna vez te pasó. Considera los siguientes consejos para ayudarte a ti y a tu familia a evitar estos peligros:

- **Cuidado con los mensajes:** Si recibes mensajes por WhatsApp, SMS o Facebook que prometen premios, regalos u ofertas increíbles, ¡no ingreses en los enlaces ni compartas tus datos personales!
- **Verifica los enlaces:** Nunca accedas a enlaces que te enviaron personas que no conoces y asegúrate de que la dirección empiece con “**https://**”, puesto que eso indica que procede de una fuente confiable. Si no comienza así, es mejor no entrar.
- **Desconfía de mensajes urgentes:** Si recibes un mensaje que parece ser de un familiar en problemas y te pide actuar rápido, ten cuidado. No compartas información personal ni hagas transferencias sin verificar primero lo que está ocurriendo.

**¡Recuerda que las estafas por Internet siempre juegan con la urgencia!
Lo que están buscando es que respondas de forma emocional, sin
pensar mucho en tu respuesta.**

Actividad para reflexionar: El semáforo de datos.

Objetivo:

Reflexionar sobre la importancia de la protección de los datos de posibles peligros y el impacto de la pérdida de los mismos.

Duración:

30 minutos.

Materiales:

- Cartulinas
- marcadores
- post-its.

Instrucciones:

1. La actividad debe iniciar hablando sobre los datos personales que exponen la privacidad e identidad de los usuarios y usuarias y las posibles amenazas que pondrían en riesgo estos datos; con esta idea se inicia la actividad.
2. Se repartirán los post-its y bolígrafos entre todos los participantes.
3. Cada participante escribirá en los post-its al menos 6 datos (cada dato en un post-it diferente) que consideren importantes que se encuentren en cuentas de redes sociales u otros.
4. Las cartulinas se dividen en tres partes: una roja, una amarilla y una verde.
5. Luego, los participantes deberán ordenar los datos en las cartulinas, de acuerdo a lo siguiente:
 - En el espacio que dice rojo se deben colocar los datos que necesitan mayor cuidado y protección para cada integrante de la familia.
 - En el espacio que dice amarillo se deben adherir los datos que, si se unen con otros datos, pueden generar un mal uso que ocasione perjuicios.
 - En el espacio que dice verde se deben pegar los datos que, si llegan a ser públicos, no causarían ningún daño.
6. El tallerista finaliza la actividad reflexionando sobre la importancia de proteger los datos que se encuentran en el espacio rojo y los peligros que afrontamos si estos datos personales llegarán a ser públicos.

Actividad para poner en práctica lo aprendido: Escape Room - Tipos de violencia digital

Objetivo:

Fomentar la comprensión de los diferentes tipos de violencia digital de género a través de una actividad interactiva y colaborativa, en la que los participantes resuelven acertijos relacionados con cada tipo de violencia.

Duración:

20 minutos.

Materiales:

- 5 hojas con códigos QR impresos (o versiones en papel de los acertijos).
- 5 celulares con una aplicación que lea códigos QR.
- Wi-Fi.
- Hojas y marcadores de colores.

Instrucciones:

Se colocarán 5 códigos QR en diferentes lugares del aula. Cada uno de estos códigos QR estará vinculado a una pista o acertijo relacionado con un tipo de violencia digital de género. Los participantes deberán resolver los acertijos correctamente para obtener el tipo de violencia digital.

Los participantes se dividirán en pequeños grupos y se les proporcionará un teléfono celular o *tablet* con lector de códigos QR.

El primer grupo que resuelva todos los acertijos será el ganador.

Acertijos y pistas (un QR para cada tipo de violencia):

1. Ciberacoso

“Soy un tipo de violencia que usa palabras para herir y amenazas para intimidar, todo desde una pantalla. ¿Quién soy?”.

Respuesta: Ciberacoso.

2. Uso de datos personales sin consentimiento

“Sin permiso, alguien toma algo valioso que es solo tuyo y lo utiliza para hacerte sentir mal. Ya sea tu número de teléfono o tu número de carnet de identidad ¿Qué tipo de violencia es?”.

Respuesta: Uso de datos personales sin consentimiento.

3. Suplantación de identidad

“Con tus datos y tu imagen, juego a ser tú. Engaño a otros con mentiras y rumores. ¿Qué tipo de violencia es?”.

Respuesta: Suplantación de identidad.

4. Grooming (engaño digital pederasta)

“Un lobo disfrazado de oveja busca ganarse la confianza de niñas, niños y adolescentes en la red. Su intención es hacerles daño, aunque al principio parece su amigo. ¿Qué tipo de violencia es?”.

Respuesta: Grooming (engaño digital pederasta)

5. Monitoreo y vigilancia

“Siempre me está mirando, aunque no lo pueda ver. Usa tecnología para seguirme, y nunca puedo escapar de su control. ¿Qué tipo de violencia es?”.

Respuesta: Monitoreo y vigilancia.

Actividad 2: Pongamos en práctica la seguridad digital

¿Qué son los mensajes cifrados?

Objetivo:

Aprender sobre la importancia del uso de aplicaciones de mensajería instantánea que estén cifradas de extremo a extremo.

Duración:

10 minutos.

Materiales:

- Hojas bond tamaño carta.
- bolígrafos.

Instrucciones:

1. El o la tallerista inicia con una explicación sobre cómo funciona el cifrado de extremo a extremo y cómo nos ayuda a proteger nuestra información, especialmente el contenido de nuestras conversaciones.
2. Agrupará a los participantes en grupos de entre 5 y 6 personas.
3. A cada participante se le entregará papel y bolígrafo.
4. Se proyectará una tabla con un alfabeto cifrado.
5. Los participantes deben escribir en sus hojas un mensaje corto o una palabra cifrada de acuerdo con la tabla proyectada.
6. Cada participante deberá entregar su mensaje cifrado a la persona que tenga a su lado.
7. Luego deberán descifrar los mensajes que hayan recibido.
8. El o la tallerista finaliza con la reflexión acerca de cómo el cifrado cuida la privacidad del contenido de nuestros mensajes.

Actividad: Comprueba tus contraseñas

Objetivo:

Reflexionar sobre la importancia de conocer las contraseñas seguras.

Duración:

10 minutos.

Materiales:

- Computadora con acceso a Internet.

Instrucciones:

1. El o la tallerista inicia la actividad haciendo una serie de preguntas a las personas participantes, como: ¿cuándo fue la última vez que cambiaron su contraseña?, ¿utilizan la misma contraseña para todas sus cuentas?, ¿qué tan segura piensan que es su contraseña?
2. Luego, se proyecta desde la computadora una herramienta que nos permite analizar si una contraseña es lo suficientemente segura, en el siguiente enlace: <https://password.kaspersky.com/es/>
3. El o la tallerista introduce algunos ejemplos demostrativos de contraseñas inseguras para mostrar el funcionamiento de la herramienta.
4. Después, pide a personas voluntarias introducir contraseñas antiguas y en desuso para analizar qué tan vulnerables eran.
5. Luego, les habla de las características importantes de una contraseña segura y muestra un ejemplo de contraseña segura utilizando la herramienta.
6. La persona a cargo del taller finaliza la actividad con una reflexión y recomendaciones para cuidar el nivel de seguridad de las contraseñas.

Actividad: El *phishing* y cómo prevenirlo

Duración:

10 minutos.

Materiales:

- Computadora con acceso a Internet.

Instrucciones:

1. El o la tallerista inicia la actividad haciendo preguntas a los participantes sobre sus experiencias con intentos de estafa, mensajes de números extraños, correos electrónicos falsos, etcétera.
2. Se proyectan ejemplos de *phishing* y se muestra la diferencia entre ataques dirigidos y los que son enviados de forma masiva.
3. Después, el o la tallerista procede a dar una explicación sobre el *phishing*: qué es, cómo funciona y por qué es riesgoso para la seguridad digital.
4. Finalmente, el o la tallerista da pautas importantes para la prevención de *phishing*. La primera se refiere al uso de páginas web cifradas con el protocolo SSH (el candado en la barra de navegación), mostrando imágenes que ilustran el ejemplo.
5. También se proporcionan dos herramientas que funcionan para prevenir y analizar el riesgo de *phishing*: <https://phishingquiz.withgoogle.com/?hl=es-419> / <https://shira.app/>

Actividad:

Configuraciones de privacidad más importantes

Objetivo:

Guiar a las y los participantes en las configuraciones de privacidad más relevantes en sus cuentas de redes sociales

Duración:

30 minutos.

Materiales:

- Conexión a Internet para todos los dispositivos de los participantes

Instrucciones:

1. El o la tallerista inicia la actividad solicitando a los participantes que se conecten a Internet mediante la red proporcionada o a través de datos móviles.
2. Luego el o la tallerista pide que ingresen a su aplicación de Facebook, donde se encuentran las configuraciones de privacidad. Las opciones que se explorarán de forma demostrativa serán las siguientes:
 - a. Activación de la verificación de dos pasos.
 - b. Verificar dónde iniciaste sesión.
 - c. Privacidad sobre quiénes pueden contactar o ver nuestra información. Para esta configuración, ingresamos al icono de perfil / Configuración y privacidad / Configuración / Público y visibilidad. En este apartado tenemos varias opciones, como controlar quiénes pueden ver nuestra información, las publicaciones o estados, el perfil, quiénes pueden escribirnos, etiquetarnos o comentar en nuestras publicaciones, etcétera.

3. Se continúa con la aplicación de Instagram, donde se realizarán las configuraciones de privacidad. Las opciones que se explorarán de forma demostrativa serán:
 - a. Activación de la verificación de dos pasos.
 - b. Verificar dónde iniciaste sesión.
 - c. Privacidad sobre quiénes pueden contactar o ver nuestra información.
4. El o la tallerista finaliza la actividad respondiendo dudas específicas sobre configuraciones para cada participante que lo solicite.



TEMA 3.

Acompañamiento en casos de violencia digital

Cuando se habla de acompañamiento, se enfatiza la necesidad de respetar la autonomía y las capacidades de la persona a la que estamos apoyando. A veces esto puede ser difícil de entender cuando somos madres, padres o profesores de una niña, un niño o un/a adolescente que esté enfrentando una situación de violencia, porque es nuestra responsabilidad cuidarlos y educarlos.

Sin embargo, respetar la autonomía de NNA no significa permitir que tomen todas las decisiones por su cuenta. Más bien, implica guiarlos, teniendo en cuenta sus sentimientos, miedos y deseos. Independientemente de su edad, nuestras hijas, hijos o estudiantes siempre tendrán una comprensión de lo que está sucediendo, y sus emociones son válidas.

Por ese motivo, si logramos dialogar y tomar decisiones en conjunto para mejorar su protección, estas acciones serán más efectivas y será más probable que NNA nos vuelvan a pedir ayuda si se encuentran en situaciones de peligro.

Educación sexual integral digital (ESID)

La educación sexual integral (ESI) es un enfoque educativo que busca proporcionar a niñas, niños y adolescentes información precisa y apropiada de acuerdo a su edad sobre la sexualidad, su salud sexual y reproductiva, su autonomía corporal, el respeto y el consentimiento, y además brinda información sobre sus derechos. No solo se centra en aspectos biológicos, sino que también abarca temas emocionales, sociales y éticos, promoviendo así el respeto, la diversidad y la igualdad.

Debido a que Internet es una herramienta esencial para el desarrollo de niñas, niños, adolescentes y adultos, incluir su uso como parte de la educación sexual integral resulta fundamental para promover los beneficios de Internet en esta temática y reducir los riesgos.

Beneficios de la ESID para madres, padres y profesores

- **Acceso a información:** Internet es una herramienta muy útil para acceder a información científica y confiable para poder abordar y explicar temas de sexualidad a NNA.

- **Resolver dudas:** Como madres, padres y profesores/as, muchas veces podemos encontrar situaciones que nos confunden o ante las cuales no sabemos cómo responder. Por lo común, estos temas (como la homosexualidad, la masturbación o la primera relación sexual) pueden ser considerados tabú y puede que nunca nadie nos haya hablado de ellos. Sin embargo, Internet nos puede ayudar a resolver dudas, para saber cómo actuar frente a estas situaciones.
- **Importancia de medios confiables:** Tanto para aprender sobre sexualidad como para resolver dudas, es importante que siempre recurramos a fuentes oficiales y confiables, por lo general páginas institucionales o de organizaciones que se especializan en derechos sexuales y reproductivos.

Beneficios de la ESID para niñas, niños y adolescentes

- **Prevenir e identificar situaciones de violencia:** Enseñar a niñas, niños y adolescentes cómo gestionar las interacciones y contenidos sexuales en Internet les permite reconocer situaciones de riesgo de violencia sexual digital, como el grooming (engaño digital pederasta) y la exposición a pornografía no deseada, entre otras.
- **Reconocer la desinformación:** Si bien Internet es una excelente herramienta para la educación, es común encontrar información falsa sobre la sexualidad y el género. La ESID ayuda a NNA a reconocer información falsa y a identificar fuentes confiables en relación con los derechos sexuales y reproductivos.
- **Consolidar el consentimiento:** El consentimiento es un elemento crucial para toda relación sexual; por tanto, es importante educar a NNA sobre el consentimiento tanto en las relaciones sexuales físicas como en las digitales.
- **Cuidar la privacidad:** Tomando en cuenta que, en muchas ocasiones, niñas, niños y adolescentes sentirán vergüenza de consultar sobre aspectos de su vida sexual, es de suma importancia enseñarles a cómo acceder a información científica que les permita resolver sus dudas sin exponerse.

Cómo hablar sobre ESID con niñas y niños

A medida que las niñas y niños van creciendo sentirán mayor curiosidad por las partes del cuerpo, las diferencias entre las mujeres y los varones, y cómo nacen los bebés. Es importante responderles la verdad de manera sencilla y de acuerdo con su edad.

¿Cómo sabemos si una niña o niño está en la edad para saber algo?

Si una niña o un niño te pregunta sobre algo relacionado con la sexualidad, entonces está en la edad de saber al respecto, y las respuestas deben ser acorde a sus preguntas; es decir, no dar más detalles de los que las niñas y los niños pidan para saciar su curiosidad. Podemos apoyarnos en videos o recursos educativos que están disponibles en Internet para dar respuestas reales y apropiadas.

Si una niña o un niño hace una pregunta muy explícita, es probable que haya estado expuesto a contenido sexual explícito que le causó un impacto. En este caso, es importante no enojarse y preguntarle dónde escuchó o vio eso.

Para cuidar a NNA de la exposición a contenido sexual explícito y a la violencia sexual digital, es importante que les recordemos que los genitales son partes íntimas que nadie tiene derecho a tocar ni ver, tampoco por Internet.

Cómo hablar sobre ESID con adolescentes

En la adolescencia es común sentir curiosidad e interés en realizar actividades sexuales físicas y digitales (buscar contenido erótico, compartir imágenes íntimas con la pareja), y es importante no juzgar ni castigar a las/los adolescentes por querer experimentar su sexualidad. De igual manera, para asegurarnos de que estén seguros/as y protegidos/as, es más importante hablar sobre los riesgos asociados a las actividades sexuales digitales y los mecanismos de prevención de los mismos.

- **Pornografía:** Uno de los principales riesgos del consumo de pornografía en la adolescencia es que se use como principal fuente de información para iniciar relaciones sexuales, lo cual puede ocasionar comportamientos violentos. Por tanto, es importante recordar a las/los adolescentes que el contenido pornográfico es ficticio, no refleja la realidad y puede reforzar estereotipos de género dañinos, así como generar expectativas poco realistas sobre el sexo y la imagen corporal.

Es importante que se ayude a las/los adolescentes a acceder a fuentes confiables de información sobre derechos sexuales y reproductivos.

- **Sexting:** Es una práctica sexual en la que se comparten imágenes íntimas de uno mismo/a con su pareja. Si bien esta práctica no es dañina, es de alto riesgo, puesto que las imágenes íntimas compartidas pueden ser difundidas a otras personas. Para practicar *sexting*, es importante establecer confianza entre las personas involucradas y que se tengan acuerdos sobre borrar las fotos cuando se las reciba. También se pueden emplear estrategias para aumentar la seguridad, como no tomarse fotos que incluyan la cara, marcas distintivas como tatuajes y usar aplicaciones más seguras, que eviten las capturas de pantalla o borren las imágenes de forma automática. Sin embargo, siempre existirá cierto riesgo, incluso tomando precauciones. Por lo mismo, es importante recordarles a las y los adolescentes que no envíen sus fotos si no se sienten seguros y seguras, y que nunca compartan las fotos de otra persona.
- **Consentimiento:** Es fundamental resaltar la importancia del consentimiento en cualquier forma de interacción digital, incluyendo las relaciones sexuales digitales. En este sentido, se debe recordar a las y los adolescentes que tienen derecho a decir “no” cuando no quieren hacer algo, y que no deben insistir a otra persona que no se sienta cómoda haciendo algo sexual por Internet. De igual manera, se les debe recordar que no existe el consenso en las relaciones sexuales entre un adulto y una niña, un niño o un/a adolescente.

Es esencial destacar que, en Bolivia, las relaciones sexuales entre adultos y adolescentes están prohibidas, incluyendo relaciones sexuales por medios digitales, y se consideran una violación grave de los derechos humanos. La ley boliviana establece claramente que cualquier relación sexual con un/a NNA es un delito, independientemente de si el o la NNA pareció dar su consentimiento. Esto se debe a que se reconoce la presencia de un desequilibrio de poder inherente en estas interacciones. Cualquier intento de justificar estas relaciones bajo el argumento de que la/el adolescente consintió es inapropiado y contraviene tanto la ley como los principios de los derechos humanos.

¿Cómo acompañar a las niñas, niños y adolescentes que están enfrentando violencia digital?

Primeros auxilios psicológicos para mamás, papás, maestros y maestras frente a la violencia digital de género

Cuando una niña, niño o adolescente cuenta que está enfrentando violencia digital, es importante saber cómo reaccionar de manera adecuada y brindar primeros auxilios psicológicos. Como los primeros auxilios que se usan para emergencias físicas, los primeros auxilios psicológicos son herramientas esenciales para situaciones que afectan el bienestar emocional.

Recuerda: Ofrecer primeros auxilios psicológicos no significa resolver el problema de inmediato, pero puede marcar la diferencia, al proporcionar un primer apoyo emocional clave.

Pasos de los primeros auxilios psicológicos

Los primeros auxilios psicológicos se pueden poner en práctica cuando una niña, niño o adolescente nos cuente alguna situación de violencia digital.

Paso 1: Escuchar con atención

Lo primero que debes hacer es escuchar sin interrumpir. Crea un ambiente de confianza donde la/el NNA sienta con seguridad para hablar. Evita juzgar o minimizar la información que están compartiendo. Tu presencia y atención son esenciales para que no se sientan solos o solas.

Paso 2: Proteger

Es fundamental garantizar su seguridad tanto emocional como física. Si la situación implica un riesgo inminente, como amenazas graves, busca el apoyo de autoridades o especialistas. Proteger también significa alejarlo o alejarla de entornos en los cuales pueda seguir sufriendo esta violencia, como la desconexión de ciertas redes o el bloqueo de las personas agresoras.

Paso 3: Contener las emociones

La violencia digital puede generar miedo, ansiedad, culpa o tristeza. Asegúrate de validar sus emociones, dándole el espacio para expresarlas sin presión. Puedes decirle frases como “Entiendo que esto te hace sentir mal” o “Es normal sentirte así ante lo que estás viviendo”. Evita frases que minimicen sus emociones como, “No es para tanto”, “Deberías ser más fuerte” o “Es tu culpa por no hacer caso”.

Paso 5: Conectar con apoyo

Es importante no enfrentar esto de forma solitaria. Anímale a compartir la situación con otras personas adultas de confianza, como maestros, maestras, familiares o incluso conecta con servicios de apoyo psicológico o líneas de ayuda que puedan ofrecer orientación profesional.

Paso 6: Acompañar a largo plazo

La violencia digital puede tener efectos duraderos, así que es importante que sigas presente. Pregunta cómo se siente después de unos días y mantén una comunicación abierta.

Recomendaciones adicionales:

- Mantén la calma: Tu reacción afectará a la manera en la que se siente, así que mantén serenidad.
- No minimices el problema: La violencia digital es tan seria como cualquier otra forma de violencia. Lo que puede parecer pequeño para ti puede ser devastador para una niña, un niño o un/a adolescente.

¿Cómo los maestros y maestras pueden responder a la violencia digital que enfrentan sus estudiantes?

En el entorno educativo, los maestros y maestras juegan un papel crucial para detectar y actuar frente a la violencia digital que pueden estar enfrentando sus estudiantes. Cuando una niña, niño y adolescente acude a una maestra o maestro en busca de ayuda frente a una forma de violencia digital, se deben seguir los siguientes pasos:

- **Contención emocional:** Es importante reconocer que la violencia digital puede generar graves efectos en la integridad emocional de niñas, niños y adolescentes, y por tanto es importante validar sus sentimientos y no juzgarlos por la violencia que han sufrido. Las técnicas de primeros auxilios psicológicos son herramientas útiles para brindar contención emocional.
- **Garantizar la confidencialidad del caso:** Si bien es probable que se deba informar sobre la violencia a ciertas personas, como la madre o el padre de la víctima, es importante asegurarse de que el caso no se divulgará más allá de las personas estrictamente necesarias; esto quiere decir que no se comentará el caso con ningún otro profesor ni estudiante. Para esto, es importante establecer una ruta de denuncia al interior de la escuela, para identificar quiénes son las personas responsables.

Por otro lado, es muy importante que la víctima de la violencia esté enterada de todo el procedimiento y esté de acuerdo con informar a las personas pertinentes.

- **Informar a los cuidadores:** En muchos casos de violencia digital se deberá informar a los padres, madres o cuidadores de la víctima; sin embargo, es necesario realizar ciertas consideraciones antes de hacerlo, de modo que no se exponga a la niña, el niño o la/el adolescente a mayor violencia. Es recomendable contar con el apoyo de una persona que tenga conocimiento especializado sobre la violencia digital, quien pueda explicar y aclarar las dudas a las personas adultas de modo que se reconozca que no es culpa de la niña, el niño o la/el adolescente.

En los casos en los que se cuente con un psicólogo o psicóloga en el colegio, este profesional puede apoyar en informar a madres, padres y cuidadores sobre el caso de violencia digital, haciendo hincapié en los siguientes aspectos: la culpa no es de la niña, el niño o la/el adolescente que ha sufrido la violencia; la

culpa es únicamente de los agresores. Los agresores son expertos en lograr sus objetivos y manipular a las personas; se debe enfocar la energía en proteger a NNA en tiempo presente y no en pensar en lo que se pudo haber hecho en el pasado.

Si no se cuenta con una persona especializada, se puede solicitar apoyo a la línea de ayuda del Centro S.O.S digital, mandando un mensaje por Whatsapp, Telegram o Signal al número **62342430**, para solicitar que el equipo de acompañamiento asesore a madres y padres de familia, siempre y cuando la niña, el niño o la/el adolescente implicado/a dé su consentimiento.

Derivar los casos a profesionales: En caso de que la violencia digital constituya un delito, se debe facilitar a las familias la ruta de denuncia. Sin embargo, no en todos los casos se podrá o se buscará denunciar la violencia digital. En esos casos se debe derivar el caso a un profesional de salud mental, para que trabaje con la niña, niño o adolescente afectado en relación con el daño sufrido. La Defensoría de la Niñez y Adolescencia puede ayudar. También existe el servicio de Familia Segura, una línea de ayuda de salud mental gratuita mediante una llamada desde un teléfono fijo o celular a la línea gratuita y confidencial Familia Segura: 800 11 30 40, o mediante un mensaje de texto al número de WhatsApp 77797667². Por otro lado, se puede buscar apoyo en la Fuerza de Lucha Contra la Violencia en el municipio de Coroico

Mediación y consolidación: Siempre que el caso no implique un delito y que el agresor sea parte de la unidad educativa, se debe trabajar al interior de la misma los medios de reparación, en los que se incluye: que el caso no sea divulgado al interior de la escuela, que se ponga fin a la violencia perpetrada, que la persona agresora se disculpe con la persona agredida y que se generen espacios de reflexión para evitar que vuelva a pasar. Es importante que la persona afectada esté de acuerdo con todos los procesos de mediación.

²El siguiente link conduce al sitio de “Familia Segura. Servicio gratuito de apoyo psico-emocional para prevenir y atender la violencia contra niños, niñas, adolescentes, mujeres y hombres de todas las edades”: https://www.unicef.org/bolivia/familia-segura?fbclid=IwY2xjawF2liJleHRuA2FibQIxMAABHZ4ZGyCpCTNRWN-jtVN0xuov5GJwO1mlxRjGaamiWWq3TSthhYFyvVXWX-Q_aem_bYzMOW1C1iVOKA36yhytzw

Ruta de denuncia para madres, padres y cuidadores

La denuncia no es solo una reacción ante la violencia digital, sino una herramienta fundamental para prevenir futuros episodios y proteger a nuestras hijas e hijos, siempre que conozcamos cómo y dónde actuar a tiempo. Enfrentar esta problemática de manera oportuna puede frenar el ciclo de abuso. Por ello, es importante actuar con calma y conciencia, teniendo en cuenta lo siguiente:

El proceso de denuncia puede extenderse y, mientras tanto, nuestros hijos o hijas o estudiantes necesitan apoyo constante. Además de la protección legal, es fundamental asegurar su bienestar emocional y psicológico durante todo el trayecto, brindando espacios seguros en los que puedan expresarse y sentirse acompañados/as.

Por otro lado, como no existen leyes específicas que regulen la violencia digital de manera directa, es necesario canalizar las denuncias a través de los delitos tipificados en la legislación actual, como aquellos incluidos en el Código Penal. Aunque este vacío legal puede ser frustrante, no debe ser un obstáculo para tomar medidas rápidas.

Es importante comprender que la denuncia no es la única vía a seguir y que siempre dependerá de las decisiones tomadas en conjunto. La decisión de denunciar o no debe ser resultado de un diálogo abierto y consensuado con nuestras hijas e hijos; nunca una imposición.

Resolvamos algunas dudas respecto a la denuncia:

Para familias:	Para profesores:
<p>¿Quiénes pueden denunciar?</p> <p>Según la Ley N.º 548, Código Niña, Niño y Adolescente (artículo 155), en Bolivia, los padres, madres o cualquier familiar tienen la responsabilidad de actuar si descubren que su hijo o hija está siendo víctima de violencia digital. Esto incluye acoso, amenazas o cualquier tipo de agresión que ocurra en plataformas digitales, como redes sociales o aplicaciones de mensajería. La denuncia debe realizarse de in-</p>	<p>¿Las y los profesores pueden denunciar?</p> <p>En Bolivia, los profesores y el personal escolar tienen la obligación de denunciar cualquier situación de violencia digital que afecte a un estudiante, según lo establece la Ley N.º 548. Si un o una profesora nota que su estudiante está siendo víctima de acoso o violencia a través de redes sociales, mensajería o cualquier otro medio digital, debe intervenir de inmediato. Esto</p>

mediato, para evitar que la situación empeore, y así proteger a la niña, el niño o la/el adolescente.

En Bolivia, la violencia digital no se encuentra tipificada como delito, pero puede ser denunciada dentro del marco del **Código Penal**, sobre todo en casos de violencia sexual digital. También el Código Niña, Niño y Adolescente tipifica como una infracción a la violencia cibernética en el sistema educativo.

No dudes en buscar asesoría legal o en la Defensoría de la Niñez y Adolescencia para orientarte sobre cómo proceder y acompañar a tu hijo o hija en todo momento.

¿Dónde pueden denunciar las familias en Bolivia?

Las denuncias se pueden presentar en la **Defensoría de la Niñez y Adolescencia** de tu municipio. Este es el principal lugar donde se registrará el caso, basándose en el testimonio de la niña, el niño y la/el adolescente afectado o afectada, y donde se proporcionará el apoyo psicosocial necesario. Si el caso constituye un delito,

es vital, puesto que el personal docente suele ser testigo clave de cambios emocionales o conductuales en los estudiantes que podrían estar relacionados con este tipo de violencia.

La violencia digital, aunque no tiene una regulación específica, puede denunciarse bajo las normas generales del **Código Penal**, bajo tipos penales como corrupción de menores, acoso sexual, amenazas o extorsión, pornografía y difamación.

Es importante saber que no todas las formas de violencia digital constituyen un delito. En el caso del acoso digital, se reconoce en el artículo 151 del Código Niña, Niño y Adolescente como una forma de violencia escolar, y puede ser denunciado en la Defensoría de la Niñez como una infracción.

Al ser una figura de autoridad, el personal docente debe actuar con responsabilidad, ayudando a los y las estudiantes a enfrentar este tipo de agresiones y remitiéndolos/las a las autoridades correspondientes.

¿Dónde pueden denunciar los profesores en Bolivia?

Los profesores pueden presentar la denuncia en la **Defensoría de la Niñez y Adolescencia** de su municipio. Allí, se tomará el caso y se iniciará un proceso de evaluación y apoyo psicosocial para la niña, el niño o la/el adolescente. En casos en los que se identifique la comisión de un delito, la Defensoría trasladará la denun-

como suele suceder en situaciones graves de violencia digital, la Defensoría está obligada a remitirlo al **Ministerio Público**, **la FELCV (Fuerza Especial de Lucha Contra la Violencia)** **la FELCC (Fuerza de Lucha contra el Crimen)** o **o Policía Fronteriza de acuerdo al delito** para su investigación.

En áreas rurales o zonas más alejadas, es importante que las familias se informen sobre las instituciones locales disponibles y, de ser necesario, pueden recurrir a centros de atención para recibir orientación o trasladar la denuncia a un nivel más alto.

¿Qué deben llevar las familias para hacer una denuncia en Bolivia?

Al momento de denunciar violencia digital contra un/a NNA en Bolivia, es fundamental que las familias lleven toda la evidencia posible para respaldar su caso. Esto incluye capturas de pantalla de mensajes, publicaciones en redes sociales y cualquier otro contenido que demuestre el acoso o la violencia sufrida. Además, es crucial incluir información del agresor (como su perfil o número de teléfono), para facilitar la identificación del responsable y el seguimiento de la denuncia.

Es recomendable llevar también el carnet de identidad del denunciante y de el/la NNA, así como información de contacto para que la Defensoría pueda comunicarse si es necesario. El objetivo principal es garantizar la protección de la/el NNA y asegurar que la denuncia se maneje con la seriedad que amerita.

cia al **Ministerio Público** o a la **Policía Boliviana**, específicamente a la FELCV, FELCC o Policía Fronteriza, que tienen competencia para tratar casos de violencia y delitos conexos a la trata y tráfico que están relacionados con la violencia digital.

En el contexto escolar, es fundamental que el personal docente se mantenga informado sobre las rutas locales de atención y denuncia, especialmente en zonas rurales o comunidades donde las instituciones pueden ser más limitadas. En estas áreas, se recomienda mantener contacto con las organizaciones locales o defensorías móviles que operan en todo el país.

¿Qué deben presentar los profesores al denunciar en Bolivia?

Para reforzar la denuncia, los y las profesoras deben reunir pruebas que confirmen la violencia digital. Esto incluye capturas de pantalla, mensajes en redes sociales o cualquier evidencia digital que comprometa al agresor. En Bolivia, es útil que las pruebas incluyan detalles como el nombre de usuario o el número de teléfono del agresor.

¿Qué normativa protege a niñas, niños y adolescentes de la violencia digital y de la violencia digital de género?

El Código Niña, Niño y Adolescente es una Ley que reconoce los derechos de las niñas, los niños y las/los adolescentes. Su objetivo es ayudarlos a crecer bien, con el apoyo del Estado, la familia y la sociedad. Este código busca asegurar que las/los NNA puedan desarrollarse física, mental y emocionalmente en un ambiente de libertad, respeto, dignidad y justicia para todos.

En su artículo 15 estipula que las Defensorías de la Niñez y Adolescencia tienen competencias para proteger y atender a NNA que enfrentan toda forma de violencia, es decir, también deben protegerlos de la violencia digital y atender los casos concernientes.

Además, en su artículo 151, el Código Niña, Niño y Adolescente reconoce al ciberacoso o *cyberbullying* como un tipo de violencia; en esta normativa lleva el nombre de “Ciberviolencia en el Sistema Educativo”.

Existen otros delitos que no son específicos para denunciar violencias digitales, pero pueden ser utilizados con este motivo. Puedes consultar por WhatsApp, Telegram o Signal a la línea de ayuda del Centro S.O.S. Digital para más información: **62342430**.

En lo que sigue se especifican algunos delitos que pueden ser mencionados para denunciar casos de violencia digital:

Tipos de violencia digital de género	Normativa a la que se puede recurrir para plantear la denuncia, según cada caso
El <i>ciberacoso</i> ocurre cuando una persona, de manera repetida y a propósito, utiliza medios electrónicos (como el teléfono o la computadora) para infringir daño a otra persona. Esto puede incluir insultos, amenazas o burlas.	Código Niño, Niña y Adolescente, Ley N.º 548, artículo 151 (Tipos de violencia en el sistema educativo), inciso g): Violencia cibernética en el Sistema Educativo.

El *engaño digital pederasta (grooming)* sucede cuando un adulto intenta engañar a una niña o niño o adolescente en Internet para ganarse su confianza y luego abusar sexualmente de él o ella, pidiéndole fotos íntimas, por ejemplo.

Código Penal:

Artículo 322. Violencia sexual comercial

¿Qué es el delito de la violencia sexual comercial?

Es un delito donde existe la comercialización sexual de personas menores de dieciocho años, mediante un pago o una promesa de pago en dinero o en especie, para la niña, niño o adolescente o la persona intermediaria (proxeneta y/o tratante), que pueden ser los dueños, administradores o empleados de bares, alojamientos, salas de masaje, lugares recreativos, taxistas, entre otros. Incluye utilizarlas en espectáculos sexuales públicos y privados, difusión de imágenes de abuso sexual en videos, revistas, fotografías y la que aparece en Internet³.

Artículo 308 bis. Pornografía

¿Qué es el delito de pornografía?

Se utiliza el delito de pornografía para denunciar difusión de imágenes íntimas sin consentimiento, ya que no existe normativa específica sobre violencia digital de género; sin embargo, no significan lo mismo.

Es importante comprender que este delito puede ser usado si alguien publica, comparte contenido erótico o sexual sin consentimiento.

³ Para mayores referencias, véase la *Guía sobre violencia sexual comercial en niñas, niños y adolescentes* (2014): <https://munasimkullakita.org/wp-content/uploads/2023/04/libro-6.pdf>

Artículo 321. Proxenetismo

¿Qué es el delito de proxenetismo?

Cuando alguien obliga a otra persona, ya sea niño, niña, adolescente o adulto, a hacer cosas que no quiere, como trabajar en actividades sexuales para ganar dinero o complacer a otros, y además se beneficia de esto.

Artículo 318. Corrupción de niña, niño y adolescente

¿Qué es el delito de corrupción de niñas, niños y adolescentes?

Si alguien intenta hacer que un niño, niña o adolescente menor de 18 años haga cosas inapropiadas relacionadas con su cuerpo y vayan en contra de su integridad sexual, como actos que los hagan sentir incómodos/as o los/las confundan. Esto es aún más grave si la persona tiene menos de 14 años, o si esa persona usa engaños, amenazas o cualquier tipo de violencia para lograrlo.

Artículo 342. Engaño a personas incapaces.

¿Qué es el delito de engaño a personas incapaces?

Si alguien se aprovecha de la necesidad, sentimientos o falta de experiencia de un niño, niña o adolescente menor de 18 años, o de una persona con algún problema de salud o dificultad para pensar con claridad, y la engaña para que haga algo que le cause problemas a ella o a otras personas, esa persona estará cometiendo un delito grave.

Las *amenazas digitales* son mensajes agresivos en los que una persona afirma que va a hacer daño a alguien o a su familia si no hacen lo que él o ella quiere.

La *difusión de imágenes íntimas sin consentimiento* sucede cuando alguien comparte o publica fotos privadas de otra persona sin su permiso, especialmente para hacerle daño.

El abuso, explotación y/o trata de mujeres y niñas, niños o adolescentes es una forma de violencia en línea que implica la intermediación de las tecnologías para el ejercicio de poder sobre una persona a partir de la explotación sexual de su imagen o de su cuerpo contra su voluntad. Algunas de las conductas incluidas en esta forma de violencia son las siguientes:

- El uso de tecnologías para seleccionar y captar mujeres y niñas con fines de abuso sexual o trata, obligarlas a aceptar situaciones de trata y abuso sexual, ejercer poder y control sobre ellas o impedirles que se liberen del abuso, incluso con amenazas de revelar información privada.
- La publicación de imágenes sexuales sin el consentimiento de una persona para fines de comercialización y prostitución.

Código Penal:

Artículo 293. Amenazas

Código Penal:

Artículo 308 bis. Pornografía

Código Penal:

Artículo 281 Bis. Trata de personas

¿Qué es el delito de trata de personas?

Cuando una persona que usa engaños, amenazas, intimidación, abuso de poder o fuerza, o aprovechándose de la situación de vulnerabilidad de una persona, o mediante pagos, participe en la captación, traslado, transporte, privación de libertad, acogida o recepción de personas, tanto dentro como fuera del país, aunque la persona haya dado su consentimiento.

Artículo 321 Bis. Tráfico de personas

¿Qué es el delito de tráfico de personas?

Cuando una persona que, por cualquier medio, promueva, facilite o ayude a que alguien entre o salga de Bolivia de manera ilegal hacia otro país donde esa persona no sea ciudadano o residente permanente. Esto se castiga cuando el objetivo es obtener un beneficio económico, ya sea para sí mismo o para otra persona.

- Difusión de material de abuso sexual infantil⁴ (CSAM). Este término abarca cualquier representación visual que muestre la participación de un menor en conductas sexuales explícitas, incluyendo, sin limitaciones, fotos, imágenes generadas por computadora y videos.

Artículo 322. Violencia Sexual Comercial

Sin embargo, como en nuestro país no existe una normativa específica, en cada caso y situación se debe elegir la normativa adecuada para la denuncia. Puedes buscar más información en la Defensoría de la Niñez y Adolescencia.

¿Dónde puedo denunciar violencia digital y violencia digital de género?

Puedes ir a la oficina de la Defensoría de la Niñez y Adolescencia más cercana. Las Defensorías de la Niñez y Adolescencia brindan un servicio gratuito; tienen la misión de prevenir, proteger y defender los derechos de las niñas, niños y adolescentes cuando sus derechos son vulnerados.

También puedes realizar tu denuncia en las siguientes oficinas de la

Policía:

- Fuerza Especial de Lucha Contra la Violencia (FELCC), Fuerza Especial de Lucha Contra la Violencia (FELCV) o Policía Fronteriza.

La Defensoría de la Niñez y Adolescencia debería evitar:

- Minimizar tu experiencia con frases del tipo: “No es para tanto, tranquilícese”.
- Contraargumentar, utilizando expresiones como: “No creo que fuese así”.
- Culpabilizarte por lo que está pasando, indicando: “no debiste compartir esa foto”.

⁴ La sigla CSAM (Child Sexual Abuse Material) se refiere a cualquier contenido que represente la explotación sexual de menores, incluyendo imágenes y videos.

El personal de la Defensoría de la Niñez y Adolescencia debe:

- Explicarte a ti y a tu familia de forma sencilla los siguientes pasos para seguir con tu denuncia.

Además, en la Defensoría de la Niñez y Adolescencia deben brindar los siguientes tipos de apoyo:

Psicológico:

- Realizar una entrevista y brindar contención emocional.
- Acompañar y preparar para hacer la denuncia.

Social:

- Realizar la investigación social (visita domiciliaria, entrevista a los padres, guardadores o tutores, intervención en la unidad educativa).
- Identificar riesgos sociales dentro y fuera de Internet, como consecuencia de la violencia digital, y recomendar medidas de protección.

Legal

- Brindar orientación legal de acuerdo al caso de violencia digital denunciado.
- Identificar la tipología adecuada al caso y realizar la denuncia ante el Ministerio Público.

Puedes pedir orientación por WhatsApp, Telegram o Signal sobre cómo denunciar a la línea de ayuda del Centro S.O.S. Digital: **62342430**.

¿Cuál es la ruta de denuncia?



DEFENSORÍA DE LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA

Brinda atención integral a través de su equipo multidisciplinario.



FELCV

Fuerza de Lucha contra la Violencia

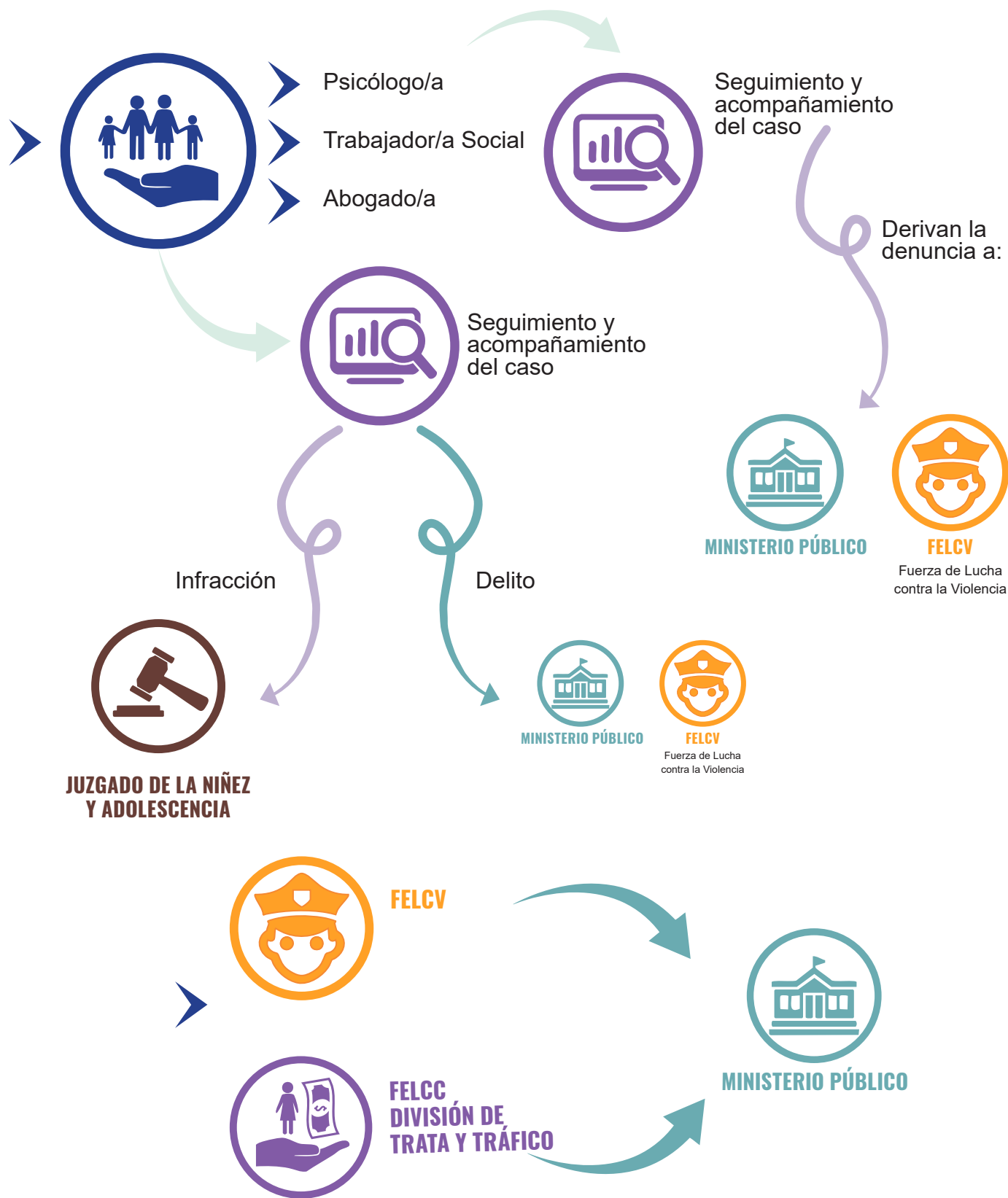


FELCC DIVISIÓN DE TRATA Y TRÁFICO

En caso de e se trate de tipos de violencia digital de género que estén relacionados con los delitos conexos a la trata y tráfico



MINISTERIO PÚBLICO



La violencia de género facilitada por la tecnología (VG FT) es una frase utilizada para nombrar todas las acciones que utilizan la tecnología de información y comunicación y otras herramientas digitales para generar daño a personas por motivos de género.

Actividad para reflexionar: Comunicación abierta sobre sexualidad digital

Objetivo:

Promover la importancia de la comunicación abierta entre adultos y NNA sobre temas de sexualidad y seguridad digital.

Duración:

30 minutos.

Materiales:

- Tarjetas de colores.
- Marcadores.

Instrucciones:

1. Se divide a los y las participantes en grupos pequeños y se les entrega tarjetas de colores y marcadores.
2. Cada grupo escribe situaciones que podrían ser difíciles de discutir con NNA sobre sexualidad digital (por ejemplo, sexting, pornografía, consentimiento) en las tarjetas.
3. Después de 5 minutos, cada grupo presentará una situación y propondrá una forma de abordarla.
4. Facilita una discusión sobre las diferentes estrategias y enfoques que pueden adoptar las personas adultas para fomentar un diálogo abierto y sin prejuicios.
5. El ejercicio termina pidiendo a cada participante que elija una de las estrategias discutidas para poner en práctica en su vida diaria.

Actividades para poner en práctica lo aprendido:

Juego de roles en el acompañamiento

Objetivo:

Reflexionar y fortalecer estrategias de acompañamientos a niñas, niños y adolescentes que enfrentan violencia digital.

Duración:

30 minutos.

Materiales:

- Dos sillas.

Instrucciones:

1. Dividir a los participantes en grupos.
2. En cada grupo deben: a) Escoger dos personas voluntarias. b) Formar un círculo con los demás participantes. c) Sentar a los dos voluntarios en el centro del círculo.
3. Asignar roles a los voluntarios:
 - Voluntario 1: Hijo/a o estudiante que enfrenta violencia digital.
 - Voluntario 2: Padre/madre o profesor/a que acompaña.
4. Desarrollo de la actividad:
 - a) El grupo dialoga para crear el escenario de violencia digital que enfrenta el hijo/a o estudiante.
 - b) El grupo también decide cómo respondería el padre/madre o profesor/a.
 - c) Los voluntarios/as escuchan atentamente, sin participar en esta etapa.
5. Representación:
 - a) Una vez definido el escenario, los/las dos voluntarios/as representan el juego de roles actuando frente al grupo.
 - b) Deben interpretar tanto la situación de violencia digital como la respuesta de la persona adulta acompañante.

6. Conclusión:

Al finalizar la actividad, los/las voluntarios/as actúan la escena frente a todos los participantes. En el caso de que los participantes no se sientan cómodos actuando, pueden explicar la escena que han creado y la soluciones que han desarrollado.

Esta actividad busca promover la reflexión sobre la violencia digital y las posibles respuestas de apoyo por parte de las personas adultas responsables.

Puntos clave y conclusión

La guía destaca la importancia del acompañamiento, la educación y la seguridad digital para proteger a NNA de la violencia digital de género. Promueve el diálogo abierto, la prevención y la acción conjunta de familias y educadores para enfrentar estos desafíos, creando un entorno más seguro y equitativo en el uso de la tecnología. A continuación, se enumeran algunos puntos determinantes en este sentido:

1. Roles y estereotipos de género en el uso de Internet: Este tema aborda cómo las creencias culturales sobre el género afectan el acceso y uso de la tecnología, con ejemplos claros que ilustran la desigualdad en la distribución de recursos tecnológicos entre niñas y niños.
2. Acompañamiento en el uso de Internet: Se recomienda que madres, padres y educadores acompañen a niñas, niños y adolescentes en su uso de Internet, fomentando la confianza y enseñándoles a tomar decisiones responsables en línea, en lugar de imponer prohibiciones estrictas.
3. Aplicaciones de control parental: Aunque útiles, estas herramientas no sustituyen el acompañamiento ni la educación sobre los riesgos en línea. Es preferible fomentar el diálogo abierto para que NNA aprendan a manejarse de forma segura en el entorno digital.
4. Prevención de violencia digital de género: Se presentan diferentes tipos de violencia digital, como el ciberacoso, la suplantación de identidad y la difusión de imágenes íntimas sin consentimiento. La guía ofrece tanto ejemplos concretos como herramientas para prevenir y enfrentar estas formas de violencia.
5. Seguridad digital familiar: Este aspecto enfatiza la importancia de que las familias adopten prácticas de seguridad digital, como el uso de contraseñas seguras y la verificación en dos pasos, para proteger a sus integrantes de los riesgos en línea.
6. Educación sexual integral digital (ESID): La ESID es clave para que NNA comprendan temas sobre su sexualidad y aprendan a manejar riesgos digitales como el *grooming* (engaño digital pederasta) o la exposición a pornografía, y fomenta tanto el respeto como el consentimiento en interacciones físicas y digitales.

7. Acompañamiento en casos de violencia digital: Se proporcionan pautas para que madres, padres y educadores brinden primeros auxilios psicológicos y acompañen a NNA que sufren violencia digital, respetando su autonomía y sus emociones.
8. Ruta de denuncia: Se explica a familias y docentes cuál es el proceso legal en Bolivia para denunciar casos de violencia digital, proporcionando orientación sobre cómo y dónde presentar las denuncias.

