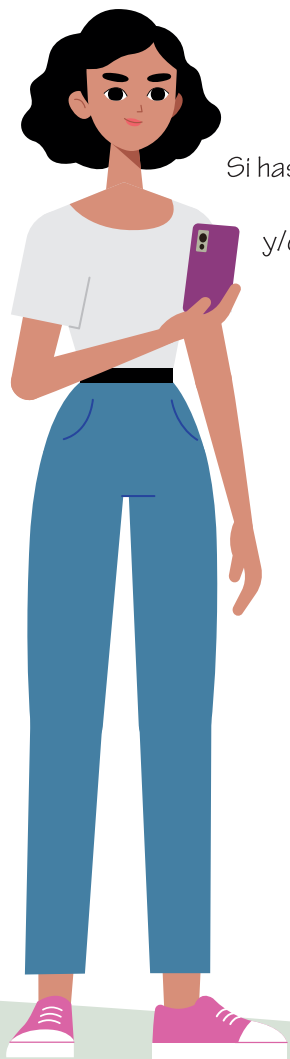


Las **violencias digitales** existen porque existe la **violencia machista**.

Internet y las redes sociales tan solo son el **medio** a través del cual se ejerce la violencia, pero nunca son la causa.



## ¿DÓNDE PUEDO IR?

Si has vivido alguna de estas situaciones y quieres asesoramiento, puedes hablar con una **persona adulta de confianza** y/o contactar con los **servicios de atención especializados**:

**CIOD (Centro de Información y Orientación de la Mujer)**

**93 462 11 21**

infodonacioc@sant-adria.net

**SIE (Servicio de Intervención Especializada Barcelonés Norte)**

**93 517 00 01**

bustia.siebarcelonesnord@gencat.cat

**Mossos d'Esquadra**  
**112**

**¡AVANCEMOS HACIA UNAS RELACIONES DIGITALES LIBRES Y SEGURAS!**

# VIOLENCIA MACHISTA 2.0



Actos de violencia machista y misoginia cometidos con el uso de las nuevas tecnologías: internet, móvil, redes sociales, correo electrónico...\*

## ¿QUIÉN AGREDE?

- El 80% de los agresores son hombres.
- Parejas (15,4%) y exparejas (45,3%).
- Personas cercanas: escuela, trabajo...
- En grupo.

## ¿CONTRA QUIÉN?

- Mujeres (jóvenes, racializadas, diversidad funcional...).
- LGTBIQ.
- Mujeres destacadas: periodistas, políticas, artistas.
- Activistas / Feministas.

Investigación Antígona – Donestech UAB

\*Las violencias machistas digitales se incorporan por primera vez a la Ley 17/2020 de modificación de la Ley 5/2008, del derecho de las mujeres a erradicar la violencia machista.

## ¿QUÉ INCLUYE?



### **CIBERACOSO:**

Acoso, persecución, vigilancia, control mediante las nuevas tecnologías.



### **SEXPREADING:**

Difundir o publicar contenidos de tipo sexual (fotografías y/o videos) de otra persona sin su consentimiento.



### **GROOMING:**

Acoso sexual por parte de un adulto, con identidad falsa, a un/a menor buscando establecer una relación afectiva para obtener imágenes de contenido sexual y/o propiciar encuentros para abusar sexualmente.



### **SEXTORSIÓN:**

Hacer chantaje a otra persona o amenazarla con hacer públicas imágenes y/o videos suyos de contenido sexual.

### **ALTRES:**

- Amenazas, insultos, calumnias, expresiones discriminatorias o denigrantes...
- Acceso no autorizado a equipos, dispositivos móviles, redes sociales...
- Manipulación de datos privados, suplantación de identidad...

## SI ESTÁS SUFRIENDO O HAS SUFRIDO VIOLENCIAS 2.0 HAS DE SABER QUE:

SON **D<sub>2</sub> E<sub>1</sub> L<sub>1</sub> I<sub>1</sub> T<sub>1</sub> O<sub>1</sub> S<sub>1</sub> ...**

...aunque sea una persona cercana (pareja, expareja, amistad...).

...aunque sea en el mundo virtual.

## SENTIR CULPA O VERGÜENZA Y QUERER ESCONDER LO QUE HAS VIVIDO ES HABITUAL

### **¡ACTÚA!**

1. Pidiendo ayuda a un **adulto de confianza**.
2. Pidiendo información y asesoramiento a los **servicios especializados**.
3. Emprendiendo **medidas legales** y/o denunciándolo públicamente, si quieres.

## RECOMENDACIONES:

No borres el material intercambiado, se puede utilizar como prueba.

Haz capturas de pantalla del acoso.

Recopila información sobre el/los agresor/es.

Bloquea/silencia el perfil del agresor, no lo denuncies por la red social, se podría perder el contenido del acoso.

Si decides denunciarlo legalmente, colabora con tus padres o adultos de confianza en la denuncia.

# ¿HAS SUFRIDO UNA VIOLENCIA MACHISTA 2.0?

SÍ NO

1.	Me he sentido presionada a enviar alguna fotografía comprometida.		
2.	He estado coaccionada a hacer o dejar de hacer alguna cosa para que no se difundan imágenes íntimas mías.		
3.	He recibido imágenes de genitales o de tipo sexual de otra persona sin haberlas pedido.		
4.	Un adulto me ha contactado ocultando su edad.		
5.	He recibido críticas a través de las redes por tener diversas parejas sexuales y/o afectivas.		
6.	Mi pareja me ha pedido que le comparta mi ubicación en directo.		
7.	Alguien ha difundido por las redes un rumor de carácter sexista sobre mí o mis relaciones.		
8.	He recibido comentarios ofensivos y/o vejatorios sobre mi imagen cuando he compartido una fotografía en las redes.		
9.	Mi pareja afectiva y/o sexual me pide que le enseñe el contenido de mi móvil y decide qué he de borrar y qué no.		
10.	Me he sentido presionada por la pareja a compartir mis contraseñas personales.		
11.	Mi pareja me ha obligado a borrar algunas de mis publicaciones en las redes sociales.		

- Después de leer estas frases es posible que hayas sentido que son situaciones conocidas, que has sufrido o bien que sientes cercanas a tu realidad.
- Las mujeres **normalizamos** muchas de estas situaciones y a menudo nos hacemos responsables. Pero todas estas realidades son diferentes formas **de violencias digitales**.

## ¿CÓMO PUEDES PROTEGERTE?

### MÓVIL



- Con contraseñas seguras y privadas, ¡sin compartirlas!
- Bloqueando la pantalla con un PIN.
- Desconectando la geolocalización cuando no la utilices.
- Tapando o desconectando la cámara del ordenador si no la utilizas.

### REDES SOCIALES



- Configurando las opciones de privacidad.
- Valorando a quién aceptas como seguidor/a.
- Rechazando los mensajes de personas desconocidas que muestren demasiada confianza.
- Rechazando los mensajes de personas cercanas o desconocidas que te falten al respeto e informando a familiares y/o amistades.

### ¡RECUERDA!



- **Pedir contraseñas** no es una muestra de amor, es una muestra de **control y desconfianza**.
- Nadie puede compartir tu material íntimo **sin tu consentimiento**.
- Acceder al móvil de otra persona sin su permiso es **delito**.

## FAMILIA - AMISTADES



Acercarnos, conocer y saber cómo funcionan las redes sociales es muy importante.



Valora su edad antes de facilitar los dispositivos electrónicos.



Los adultos somos los responsables de los contenidos, del tiempo y del uso que los menores hacen de las redes sociales y de los dispositivos.



Tienes el derecho y la responsabilidad de saber con quién se relaciona tu hija, si es menor, y de qué manera.



Si detectas un cambio en su comportamiento, habla con ella, ofrécele un espacio de confianza.



Dale apoyo y escúchala, no la juzgues. Buscad la solución conjuntamente.



Acudid a los profesionales especializados, si lo creéis adecuado.



Recopilad pruebas por si fuese necesaria una acción legal.

**¡NO LO PERMITAMOS!  
¡PODEMOS PARARLO!**



## CÓMPLICES

**SOY CÓMPLICE CUANDO:**



Reenvío fotos, vídeos y mensajes privados que me han pasado de otras personas sin pedir permiso o rechazarlos.



Observo como mis amigos están acosando a una chica y no les freno ni hago nada.



Unos amigos me explican que han difundido unas imágenes comprometidas y no les muestro mi rechazo.

**¡TÚ TAMBIÉN HAS DE DECIR NO!**

**Si te callas te conviertes en cómplice silencioso de la violencia.**

**HACER FRENTE  
A LAS VIOLENCIAS  
MACHISTAS 2.0  
ES RESPONSABILIDAD  
DE TODAS Y DE TODOS**