



# niños, niñas y ciberacoso

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica y Control de Enfermedades, Av. Fidel Velázquez No. 805 Col. Vértice C.P. 50150 Tel. (722) 2 193887 Estado de México



## ¿qué es el ciberacoso?



Cada cierto tiempo nos sobrecogemos viendo o escuchando noticias relacionadas con el acoso y con sus víctimas.

- Cada cierto tiempo nos sobrecogemos viendo o escuchando noticias relacionadas con el acoso y con sus víctimas. Noticias que, desgraciadamente, a veces acaban trágicamente con la vida de algún niño o niña. Los padres y madres y la comunidad educativa debemos saber los riesgos que el acoso implica, ya sea a través de las nuevas tecnologías o no, cómo identificarlo y cómo prevenirlo.
- El Ciberacoso o Cyberbullying es un término que se utiliza para describir cuando un niño/a o adolescente es molestado/a, amenazado/a, acosado/a, humillado/a, avergonzado/a o abusado/a por otra u otro niño o adolescente, a través de Internet o cualquier medio de comunicación como teléfonos móviles o tabletas.
- Se caracteriza por que el acoso se da entre dos iguales, en este caso, menores. Es importante distinguirlo, ya que existen otras prácticas en la que se involucran adultos/as y que se denominan simplemente ciberacoso o acoso cibernético, con las consecuencias legales que tienen los actos de un mayor de edad en contra de un o una menor.
- El cyberbullying no es algo que ocurra una sola vez y además se presenta

- de distintas formas, desde insultos, discriminación o burla sobre características físicas, forma de vestir, gustos, hacer pública información o fotografías que avergüenzan a la víctima, robo de identidad y suplantación, hasta amenazas de daño físico y otros cargos que pueden ser tipificados como delincuencia juvenil.
- Algunas formas de cyberbullying son:
  - Acoso por mensajería instantánea (Whatsapp, Messenger, Facebook, SMS).
  - Robo de contraseñas.
  - Publicaciones ofensivas en Blogs, foros, sitios web y redes sociales como Facebook, Twitter u otras.
  - Encuestas de popularidad para humillar o amedrentar.
- Antes de que se extendiese el uso de la tecnología, en el fenómeno de bullying o de acoso o maltrato se producía un encuentro cara a cara entre el o la acosador/a y el o la acosado/a, acompañado de insultos, amenazas y burlas, pudiendo además desembocar en la agresión física como modo de conseguir aquello que quería el o la acosador/a.



## causas y riesgos del ciberacoso



- Causas del ciberacoso:
  - Las y los acosadores son personas con baja autoestima que solo se sienten bien cuando hacen daño a los demás. Eso les hace sentirse más fuertes.
  - El o la agresora carece de todo respeto por sus semejantes y no conoce los límites éticos básicos necesarios para la convivencia en sociedad.
  - El acoso escolar a través de las TIC (Tecnologías de la Información y de la Comunicación) es una agresión repetida en el tiempo, no un hecho aislado, determinada por la situación de inferioridad de la víctima frente a uno o varios/as agresores/as.
  - El o la acosador/a cree erróneamente que quedará impune ante la Ley al lanzar sus amenazas a través de las TIC por una falsa creencia de anonimato.
- Riesgos del ciberacoso:
  - La principal diferencia con el acoso escolar es que la víctima no deja de ser acosada una vez se encuentra en su domicilio, sino que puede recibir las amenazas 24h al día, 365 días al año siempre que esté conectada (Smartphone, Internet, etc.) por lo que la

- prevalencia en el tiempo a través de las TIC aumenta su grado de incidencia en la víctima.
- Otro riesgo diferencial con el acoso escolar tradicional, es que la audiencia del acoso ya no es local (el grupo de clase, el colegio, la comunidad educativa, el vecindario, etc.) sino planetaria por lo que la víctima se siente perseguida allá donde vaya, lo que le provoca una sensación muy grande de indefensión y puede llegar a provocar la exclusión social de la víctima.
- Consecuencias legales para el o la acosador/a o para sus padres y madres cuando es un o una menor el que acosa.
- De no ser atendida, una víctima de cyberbullying corre el riesgo de sufrir las siguientes consecuencias:
  - Ausentismo escolar.
  - Abuso en consumo de sustancias nocivas para la salud.
  - Depresión y otros problemas psicológicos.
  - Desarrollo de baja autoestima.
  - Cambios en comportamiento.
  - Relaciones deterioradas con sus padres o madres.
  - Suicidio.

Las y los acosadores son personas con baja autoestima que solo se sienten bien cuando hacen daño a los demás. Eso les hace sentirse más fuertes.

Fuente: <https://www.gob.mx/ciberbullying/articulos/que-es-el-ciberbullying>, <http://www.elmundo.es/sapos-y-prinseas/2015/05/26/556425c8ca421b4698b4575.html>, <http://www.elmundo.es/sapos-y-prinseas/2015/05/26/556425c8ca421b4698b4575.html>, <https://www.gob.mx/ciberbullying/articulos/cuales-son-sus-riesgos>, <https://www.webconsultas.com/mente-y-emociones/trabajo-y-tiempo-libre/antomas-del-ciberacoso-o-ciberbullying-9724>, <https://kidshealth.org/es/parents/cyberbullying-esp.html>, <https://www.gob.mx/ciberbullying/articulos/como-prevenirlo>, <https://kidshealth.org/es/parents/cyberbullying-esp.html>, <https://u-gob.com/ciberacoso-en-mexico/>, <http://www.betainegi.org/m/contenidos/saladeprensa/boletines/2018/01/temaEcon/EN-DUTH20182.pdf>

## signos y síntomas del ciberacoso



El ciberbullying se suele interpretar como un tipo más de acoso escolar, sin embargo, resulta inadecuado clasificarlo así ya que cambian varias circunstancias.

- El ciberbullying se suele interpretar como un tipo más de acoso escolar, sin embargo, resulta inadecuado clasificarlo así ya que cambian varias circunstancias. La anonimidad e inmediatez de las herramientas de internet evitan que exista un tiempo y espacio definido para la agresión, además de que se dificulta reconocer a víctimas, victimarios y testigos.
- Cuando se produce el ciberacoso se van a presentar una serie de síntomas que pueden dar pistas a sus familiares y profesores/as de que algo le está sucediendo a el/la alumno/a, teniendo en cuenta que cuanto más tiempo esté expuesto/a al ciberbullying, más graves serán los síntomas, como estrés o ansiedad, acompañados de sentimientos de impotencia, ira, fatiga y desánimo generalizado.
- Además de las consecuencias en la vida privada del acosado o bullied, se van a mostrar una serie de mermas en las relaciones sociales, tanto familiares como con las y los compañeros; igualmente el desempeño escolar va a reducirse debido a esta falta de interés y fatiga que le acompañan. Es precisamente esta repentina bajada del rendimiento lo que puede dar pistas a los padres y madres o profesores/as sobre que algo no va bien.
- Se genera un descenso en la autoestima de la persona, con sentimientos de indefensión y de culpa, al ver cómo se ataca a su vida íntima y

personal, sin saber cómo ponerle freno; pudiendo generar cambios en la personalidad de la o el acosado, apareciendo actitudes hostiles, suspicaces y hasta obsesivas.

- Si se mantiene el ciberacoso en el tiempo, estos síntomas pueden traducirse en verdaderas enfermedades, ya sean físicas, debido a la somatización de la presión, la falta de sueño o dolores tensionales; e incluso psicológicas, causadas por episodios depresivos que pueden desencadenar en un Trastorno de Depresión Mayor o por la ansiedad, propiciando un trastorno por estrés posttraumático.
- Los signos de que un/a niño/a puede estar recibiendo acoso cibernético varían bastante, aunque hay algunos aspectos en los que se deberían fijar los padres y madres:
  - Muestras de angustia emocional mientras el o la niña utiliza Internet o el teléfono o después de utilizarlos.
  - Mantener en secreto su vida digital.
  - Mantenerse apartado/a de sus amistades y actividades sociales.
  - Evitar la escuela o las reuniones grupales.
  - Sacar peores notas y tener ataques de rabia en casa.
  - Presentar cambios de humor, comportamiento, sueño o apetito.



## prevención del ciberacoso



La prevención de situaciones relacionadas con el ciberbullying ha de partir desde educar y dar a conocer los riesgos vinculados con el uso de las nuevas tecnologías.

- Algunas recomendaciones para evitar ser víctima del ciberbullying son:
  - Cuida la información que subes a tus redes sociales, con quién la compartes y en presencia de quién accedes a tu cuenta.
  - No prestes tus contraseñas ni los accesos a tus cuentas.
  - Monitorea el uso de tus cuentas e identifica si dispositivos desconocidos se han conectado a tu cuenta.
  - Si eres víctima de ciberbullying coméntalo con tus padres, madres o maestros/as, ellos/as te ayudarán a encontrar una solución.
  - No repitas hacia nadie aquellos comportamientos que te molesta que los y las demás tengan contigo.
  - Utiliza los mecanismos de reporte de redes sociales y mensajería instantánea si están siendo medio para el ciberbullying.
  - No dejes que crezca, si te molesta deténlo antes de que sea más grande.
- Si averiguas que tu hijo/a está siendo víctima del acoso cibernético, habla con él/ella sobre cualquier experiencia similar que tuviste cuando eras niño/a. Esto le puede ayudar a no sentirse tan solo/a. Dile que no es culpa suya y que el acoso dice mucho más sobre el/la acosador/a que sobre la víctima. Habla con los profesores/as o con el/la director/a de la escuela también puede ayudar pero, antes de dar ese paso, permite

que tu hijo/a le dé las claves necesarias.

- Otras posibles medidas a adoptar son las siguientes:
  - Bloquear a el o la acosadora. La mayoría de aparatos electrónicos e informáticos disponen de funciones que permiten bloquear correos electrónicos, SMS e IM procedentes de personas concretas.
  - Limitar el acceso a la tecnología. Por mucho que les duela, muchos niños/as y chicos/as que son víctimas del acoso cibernético no pueden resistir a la tentación de entrar en los sitios web o mirar el teléfono para comprobar si han recibido mensajes nuevos. Mantén el ordenador en un espacio público de la casa y limita el uso de móviles y juegos digitales.
  - Conoce el mundo de Internet de tu hijo/a. Comprueba lo que tu hijo/a publica en Internet y las páginas web que visita, y se consciente de la forma en que pasa el tiempo cuando se conecta a Internet. Habla con ella o él sobre la importancia de la intimidad y sobre por qué no es conveniente compartir información personal en Internet, ni siquiera con sus amigos/as. Recalca la importancia de guardar de forma segura sus claves de acceso o contraseñas.

## ciberacoso en México



Según la Encuesta sobre Disponibilidad y Uso de las Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTHI) 2017, en México se registraron alrededor de 71.3 millones de usuarios de internet.

- Según la Encuesta sobre Disponibilidad y Uso de las Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTHI) 2017, en México se registraron alrededor de 71.3 millones de usuarios de internet, lo cual representa el 63.9% de las personas de 6 años de edad en adelante. Asimismo, se registraron 50.6 millones de usuarios de computadoras y 64.7 millones de usuarios de teléfonos móviles, lo cual se traduce en 45.3% y 72.2% de la población total de 6 años o más.
- De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), las víctimas del acoso por la vía digital podrían experimentar las siguientes prácticas:
  - Ser registradas en un sitio web sin previo consentimiento.
  - Recibir spam o virus para causar daño.
  - Recibir mensajes o llamadas con insultos o amenazas (intimidantes o incómodos).
  - Ser contactado a través de identidades falsas.
  - Ser dañado al publicar información vergonzosa, falsa o íntima.
  - Ser víctima de robo de identidad.
  - Recibir videos o imágenes de contenido sexual o agresivo.
  - Ser obligado a dar una contraseña para ser vigilado, así como que las cuentas personales sean rastreadas
- El Módulo sobre Ciberacoso (MOCIBA) 2015 del INEGI arroja estas cifras: 24.5% de las y los usuarios de internet o celular de 12 años o más

ha vivido ciberacoso y el resto no lo ha vivido (75.4%) o no lo sabe (0.1%). De la población que ha vivido acoso a través de tecnologías digitales, 52.1% son hombres y 47.9% mujeres.

- Entre los grupos de edad considerados por el MOCIBA como los más afectados por el ciberacoso, se encuentran los jóvenes entre los 12 y 19 años, donde 26.7% de este segmento sufre estas prácticas, mientras que este indicador es de 32.3% para las personas de entre 20 y 29 años.
- Sobresale que, en el grupo de jóvenes de entre 12 y 19 años, las mujeres son las más afectadas, ya que 28.1% de ellas ha vivido ciberacoso, mientras que esta proporción es de 25.4% en el caso de los hombres. En el resto de los grupos de edad, la proporción de hombres es mayor que la de mujeres.
- Entre los estados más afectados por el ciberacoso están Aguascalientes, Estado de México, Quintana Roo, Puebla e Hidalgo. Por otro lado, Chihuahua, Jalisco, Sonora, Chiapas y la Ciudad de México se encuentran entre las entidades con menor incidencia de estas prácticas.
- Se prevé que el crecimiento de usuarios/as de internet venga acompañado de un incremento en las prácticas de ciberacoso. Si bien no existe abundante legislación dedicada a mitigar este tipo de agresiones, en el corto plazo es recomendable desplegar campañas que promuevan acciones para que las personas, especialmente los y las jóvenes, sean capaces de reaccionar adecuadamente ante este problema.

Nota: este tríptico es impreso en papel reciclable



Contacto



Opiniones

Gobierno del Estado de México

Secretaría de Salud

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica

y Control de Enfermedades

Fidel Velázquez 805, Col. Vértice,

Toluca, Estado de México, C.P. 50150

Teléfono: 01(722) 219 38 87

Si quieres estar en contacto con nosotros vía internet y realizar comentarios, visítanos en:

[www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/](http://www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/)

correo: [cevece@salud.gob.mx](mailto:cevece@salud.gob.mx)

o síguenos por:

