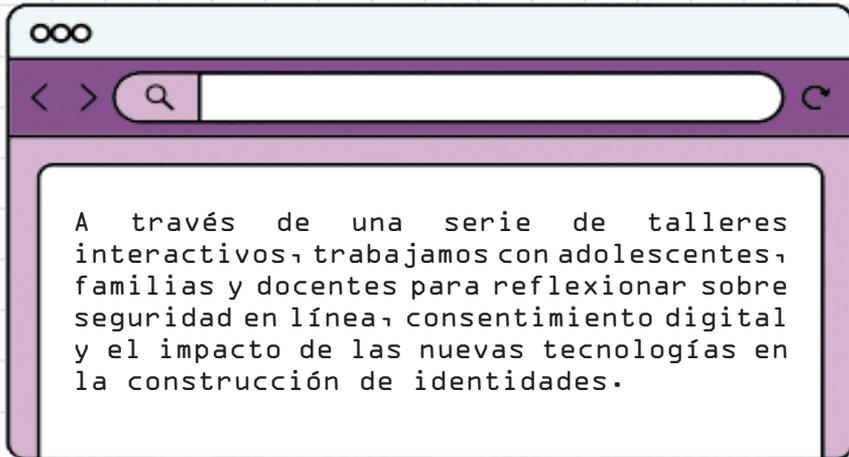


# ESI DIGITAL



Este proyecto está diseñado para fortalecer el conocimiento y la defensa de los derechos sexuales y reproductivos (DDSSRR) en entornos digitales, promoviendo un uso seguro y consciente de la tecnología.

Con el apoyo de Fondo Global Mujer



## Temas

### Prevención de la violencia digital

El programa pone especial énfasis en la identificación y prevención de diversas formas de violencia digital, incluyendo:

- Difusión de imágenes íntimas sin consentimiento.
- Creación y distribución de contenido generado con IA sin autorización.
- Ciberacoso y ciberbullying.
- Grooming y otros riesgos digitales que afectan a niñas, niños y adolescentes.

# SEXUALIDAD, VIOLENCIA Y MEDIOS DIGITALES: LXS ADOLESCENTES RESISTIMOS



## Violencia digital



La violencia digital es cualquier acción en línea que causa daño, como el acoso, la difusión de rumores o la manipulación de imágenes sin tu consentimiento. También incluye la invasión de tu privacidad y el uso de tecnología para controlar o intimidar. Es importante reconocerla y buscar apoyo si te afecta.



### Glosario:

Los medios digitales son plataformas y herramientas que permiten la creación, difusión y consumo de contenido a través de internet dispositivos electrónicos.

## Casos de ejemplo por tipo de violencia digital



Grooming



Ciberbullyng

Sextorsión

Doxing



### **Grooming: Manipulación de un adulto a un menor en línea**

Mafer, una niña de 13 años, pasa tiempo jugando en línea y chateando con otros jugadores. Un día, conoce a "Carlos", quien dice tener 15 años. Al principio, habla sobre el juego, pero con el tiempo, Carlos empieza a hacer preguntas personales y le envía regalos virtuales para ganar su confianza. Después de varias semanas, Carlos le pide a Luis que le envíe fotos personales. Aunque Luis duda, termina accediendo. Poco después, Carlos le exige más fotos, amenazando con compartir las anteriores si no cumple.

### Ciberbullyng:

Mariana, estudiante de secundaria, descubre que compañeros crearon un chat grupal para burlarse de su apariencia y publicaciones en redes sociales. Los comentarios ofensivos y rumores se difunden, afectando su autoestima y bienestar emocional.

### Sextorsión:

Amenazas con contenido íntimo compartido. Pedro, un joven de 20 años, conoce a alguien en redes sociales y comparten fotos íntimas. Días después, recibe amenazas de que sus fotos serán publicadas si no envía más imágenes o dinero. Pedro entra en pánico, pero finalmente decide denunciar el caso a las autoridades.

### Doxing:

Exponer información personal sin permiso. Sofía, una activista ambiental, publica opiniones en redes sociales. Un día, un grupo comparte su dirección, número de teléfono y lugar de trabajo en un foro público. Sofía comienza a recibir amenazas y acoso, poniendo en riesgo su seguridad y privacidad.



## ¿MEDIOS DIGITALES Y SEXUALIDAD?

Mafer, una niña de 13 años, pasa tiempo jugando en línea y chateando con otros jugadores. Un día, conoce a "Carlos", quien dice tener 15 años. Al principio, habla solo sobre el juego, pero con el tiempo, Carlos empieza a hacer preguntas personales y le envía regalos virtuales para ganar su confianza. Después de varias semanas, Carlos le pide a Luis que le envíe fotos personales. Aunque Luis duda, termina accediendo. Poco después, Carlos le exige más fotos, amenazando con compartir las anteriores si no cumple.





## RECOMENDACIONES IMPORTANTES (PARA PREVENIR CASOS DE VIOLENCIA DIGITAL)

### ¿Qué puedo hacer frente a estas situaciones?

- **Identifica el problema:** Reconoce cuándo estás siendo víctima de violencia digital.
- **Habla con alguien:** Comparte tu experiencia con un amigo o familiar de confianza.
- **Bloquea y reporta:** Usa las herramientas de la plataforma de red social para bloquear y reportar al agresor.
- **Busca apoyo profesional:** Contacta a organizaciones que te ayuden a manejar la situación. Es fundamental que sepas que tienes derechos sexuales y reproductivos que deben ser respetados. Si sientes que estos derechos han sido vulnerados, busca apoyo en organizaciones que defienden estos derechos.
- **Cuida de ti mismx:** Practica el autocuidado estableciendo límites sobre el tiempo que pasas en redes, protegiendo tu privacidad y desconectándote cuando lo necesites. Elige contenido positivo y evita situaciones que te hagan sentir mal o estresada.

# AUTOCUIDADO DE LA SEXUALIDAD Y PREVENCIÓN DEL ABUSO SEXUAL

## SEXUALIDAD



La sexualidad en medios digitales abarca cómo aprendemos y expresamos nuestra identidad y relaciones en línea.

Es esencial navegar de forma segura, respetando la privacidad, los límites de otros y siendo conscientes de los riesgos.

El objetivo es crear espacios virtuales libres de violencia, con respeto y responsabilidad.



## AUTONOMÍA

Es tener el control sobre tu vida en línea. Implica tomar decisiones informadas sobre tus datos, privacidad y cómo te relacionas con otros en internet. Ser autónomo significa usar la tecnología de manera segura y responsable, respetando tus límites y eligiendo lo que compartes y con quién.

## CONSENTIMIENTO

Es tener el control sobre tu vida en línea.

Implica tomar decisiones informadas sobre tus datos, privacidad y cómo te relacionas con otros en internet.

Ser autónomo significa usar la tecnología de manera segura y responsable, respetando tus límites y eligiendo lo que compartes y con quién.



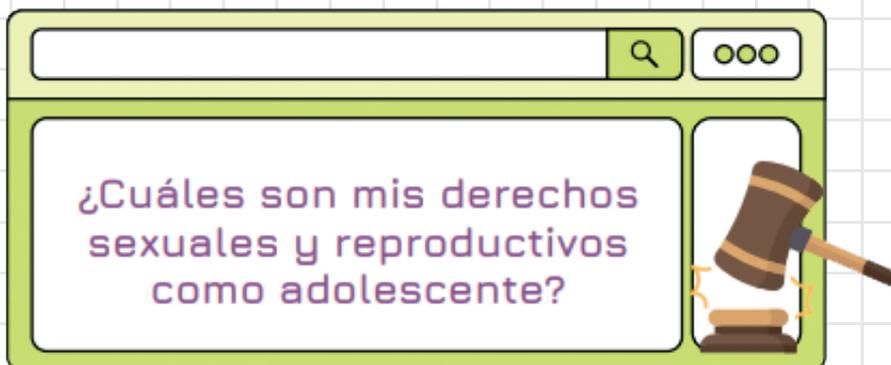
## 🔍 AUTOUIDADO

Es cuidar de tu bienestar en el mundo en línea.

Implica establecer límites sobre el tiempo que pasas en redes, proteger tu privacidad y desconectarte cuando lo necesites. También incluye cuidar tu salud mental, eligiendo contenido positivo y evitando situaciones que te hagan sentir mal o estresada.



## RUTA LEGAL ANTE CASOS DE VULNERACIÓN DE DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS EN ADOLESCENTES



Tus derechos sexuales y reproductivos como adolescente incluyen recibir información clara sobre tu cuerpo, decidir sobre tu sexualidad sin presiones, acceder a servicios de salud seguros, y vivir libre de violencia o discriminación. Tienes derecho a privacidad, respeto y a tomar decisiones informadas sobre tu bienestar sexual.



## PASOS PARA DENUNCIAR VIOLENCIA FÍSICA Y DIGITAL



### ¿Qué debo hacer para denunciar?

#### 1. Buscar orientación:

Para recibir orientación legal puedes llamar a la Línea 100, servicio gratuito del MIMP.

Para solicitar apoyo psicológico y emocional, puedes llamar a Infosalud, servicio gratuito del MINSA: Marca el 1818 o el 113.



#### 2. Guardar evidencia:

Conserva capturas de pantalla o evidencia de la difusión de imágenes, en un disco duro, impresas y/o en una nube.

Debes tener un registro de fechas y horas de las conversaciones, y en las que se obtuvo y se difundió el material íntimo.

### 3. Apunta estos datos:

Nombre y DNI de quien presenta la denuncia, correo electrónico y narración detallada de los hechos, identificación de quienes podrán ser los que cometieron el delito, la evidencia con la que cuentes y tu firma.



### 4. Recuerda:

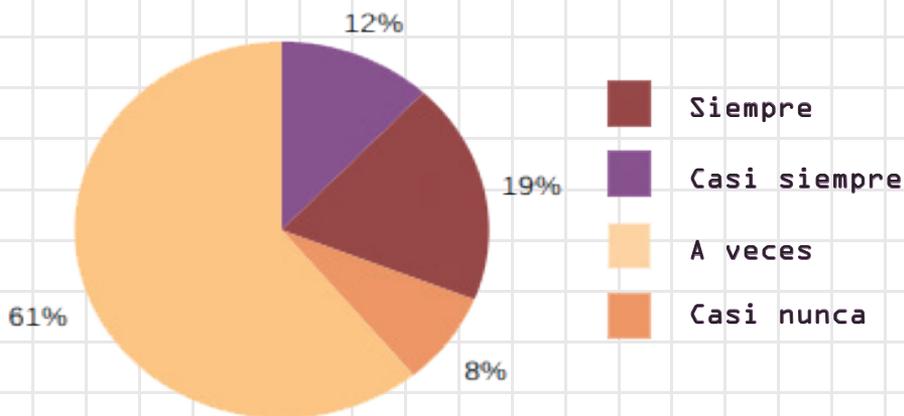
Se siguen procedimientos distintos si quien cometió el delito tiene entre 14 y 18 años o si esta persona es mayor de edad. Puedes realizarla presencial o virtualmente: elige la que ms segura sea para ti.

**El ciberfeminismo nos enseña que  
juntas somos más fuertes.  
No estás sola en esta lucha, y hay una  
comunidad dispuesta a apoyarte y  
a trabajar contigo para crear un espacio  
digital más seguro y respetuoso  
para todas.**

## CONCLUSIONES DEL PROYECTO

Los entornos digitales forman parte de nuestra vida cotidiana, pero no siempre nos sentimos seguros al usarlos. Los datos recopilados en esta guía reflejan cómo adolescentes y jóvenes perciben su seguridad en línea. Estas cifras nos ayudan a entender qué tan protegidos nos sentimos en redes sociales y qué desafíos aún enfrentamos.

¿Te sientes seguro(a) utilizando plataformas digitales o redes sociales en tu día a día?



Data obtenida de encuesta de entrada hacia adolescentes partícipes de los talleres (Agosto, 2024)

## REFLEXIONES FINALES

Las cifras nos muestran que aún hay barreras para disfrutar de espacios digitales seguros. La ESI digital nos brinda herramientas para navegar internet con mayor confianza, proteger nuestra privacidad y reconocer riesgos.

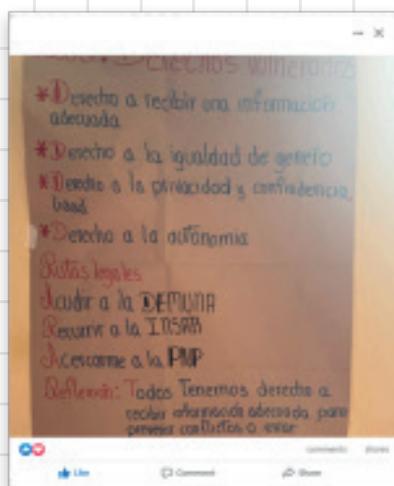
Construir un entorno más seguro es tarea de todas y todos: desde aprender sobre consentimiento digital hasta denunciar la violencia en línea.

Cuidarnos en el mundo digital también es parte de nuestro bienestar.

¡Sigamos informándonos y creando espacios libres de violencia para que todas las personas puedan disfrutar de internet sin miedo!



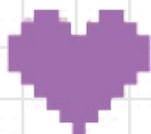
# REGISTRO DE TALLERES REALIZADOS











Si tienes alguna consulta, no dudes en escribirnos. ¡Estamos aquí para ayudarte!



<https://servalienteenred.org>

¡Recuerda! Ofrecenos talleres para adolescentes enfocados en seguridad digital, si te interesa que colaboremos con tu institución educativa, contáctanos y coordinemos juntas.