



¿Qué es el Ciberacoso?

Guía de e-Safety



El ciberacoso es un problema serio. Esta guía te ayudará a entenderlo y combatirlo.

¡Juntos podemos crear un internet más seguro!

Tipos de acoso en Internet

Mensajes hirientes

Insultar o burlarse de alguien por mensajes.

Difusión de información privada

Compartir datos personales sin permiso.

Exclusión digital

Dejar fuera a alguien de grupos en línea.

Suplantación de identidad

Hacerse pasar por otra persona para dañar.



Señales de que alguien sufre acoso

1 Tristeza tras usar internet

Se siente triste después de estar en línea.

2 Evita dispositivos

No quiere usar el teléfono o la computadora.

3 Aislamiento

Se aleja de amigos y familiares.

4 Cambios de humor

Cambia su estado de ánimo sin razón.



¿Qué hacer si te acosan?

1

No respondas

Ignora los mensajes del acosador.

2

Guarda pruebas

Haz capturas de pantalla del acoso.

3

Bloquea y reporta

Usa las herramientas de la plataforma.

4

Habla con un adulto

Dile a alguien de confianza.



Cómo prevenir el acoso



Información personal

No compartas datos privados en línea.



Contraseñas seguras

Usa contraseñas difíciles de adivinar.



Piensa antes de publicar

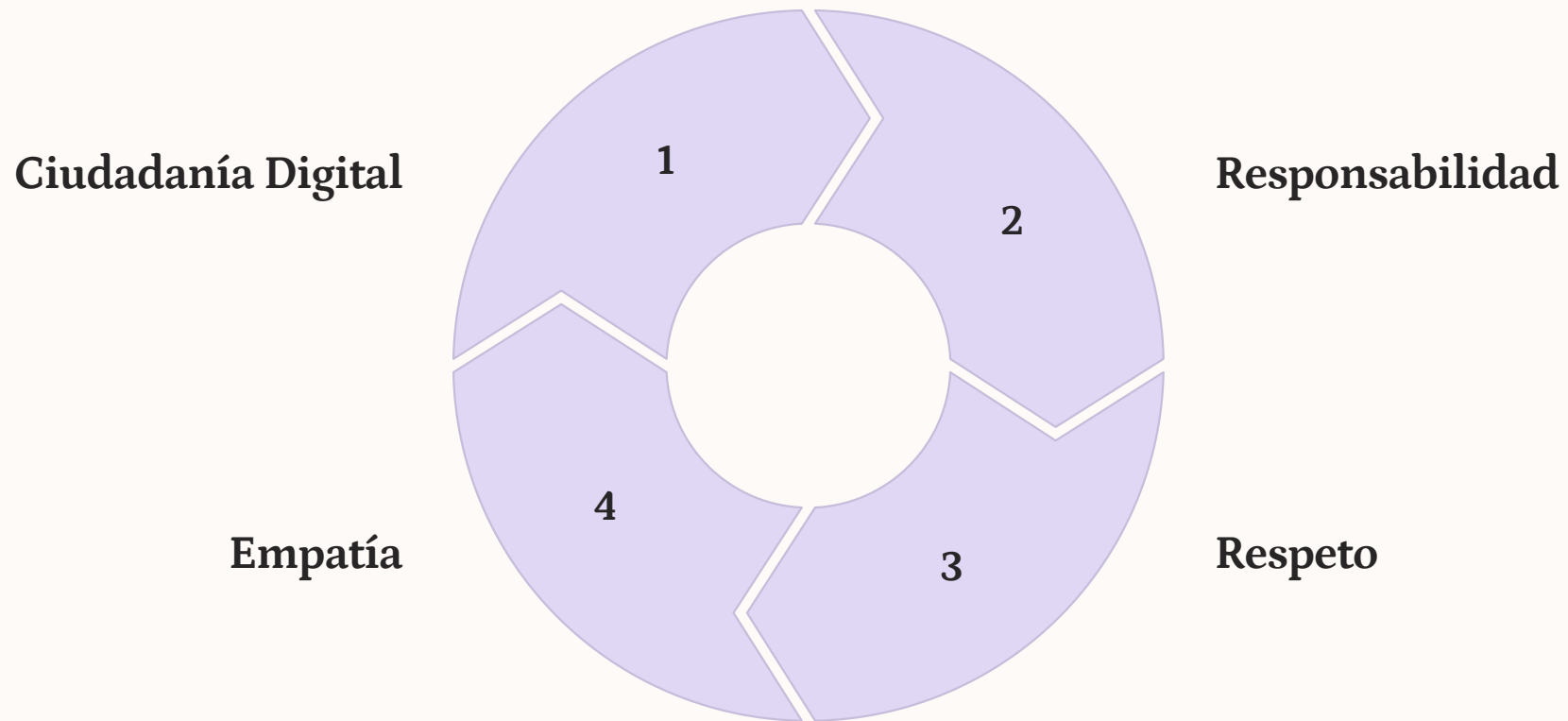
Lo que subes queda en internet.



Sé amable

Trata a los demás con respeto.

Nuestro papel para favorecer la seguridad en-línea



El alumnado y toda la comunidad educativa debe practicar la ciudadanía digital responsable. Esto implica ser respetuosos y empáticos cuando usamos internet. También debemos denunciar el ciberacoso. **Fomentar la responsabilidad es fundamental.**



Recursos y Apoyo

1

Profesores y Equipo de Orientación

Encuentra apoyo en la escuela.

2

Líneas de ayuda

[Ciberacoso: qué es y cómo detenerlo | UNICEF](#)

[Recursos y ayuda contra el acoso escolar y ciberacoso - Infoacoso](#)

[Guía de actuación contra el ciberacoso | Injuve, Instituto de la Juventud.](#)

3

Familiares y amigos

Busca a quienes te escuchen.

¡No estás solo! Siempre hay personas dispuestas a ayudarte. Busca apoyo y recuerda que **mereces navegar internet con seguridad.**