CONVIVENCIA DIGITAL · 2026

¡Cuidado con el ciberacoso!

Aprendamos a reconocerlo, prevenirlo y pedir ayuda.



ESCUELA EL TOTORAL

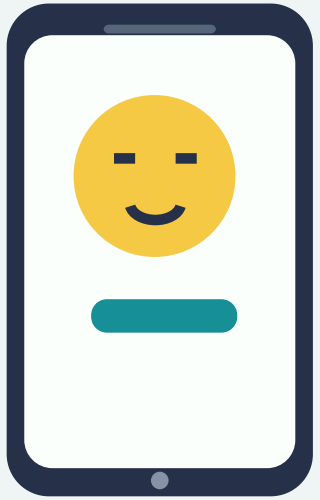
COMPRENDAMOS

¿Qué es el ciberacoso?

No es una simple broma cuando lastima, intimida o humilla a alguien.

Ocurre en espacios digitales

Incluye mensajes, redes sociales, videojuegos y grupos de conversación. Puede repetirse, difundirse rápidamente y afectar el bienestar de una persona.



ES REAL, AUNQUE SEA EN LÍNEA

Ejemplos de ciberacoso

Estas conductas pueden provocar daño, vergüenza, temor o aislamiento.

01

Difundir rumores

Publicar o reenviar información falsa.

02

Compartir sin permiso

Difundir fotos, videos o conversaciones privadas.

03

Amenazar o insultar

Enviar mensajes ofensivos o intimidatorios.

04

Suplantar identidad

Hacerse pasar por otra persona.

05

Exponer datos

Compartir información personal sin autorización.

06

Excluir intencionalmente

Aislar o humillar a alguien en espacios digitales.

TIPOS Y SITUACIONES

Acoso digital y sextorsión

No todas las conductas son iguales; todas requieren atención y cuidado.

Ciberacoso entre pares

Hostigamiento intencional, muchas veces reiterado, que ocurre mediante medios digitales entre estudiantes.

Sextorsión

Amenazar con difundir imágenes íntimas para obtener dinero, contenido o someter a alguien a exigencias. Nunca es culpa de quien recibe la amenaza.

NO COMPARTAS NI REENVÍES CONTENIDO ÍNTIMO

SEÑALES DE ALERTA

Grooming y violencia digital

Es importante reconocer situaciones de riesgo y buscar apoyo oportunamente.

Grooming

Un adulto puede acercarse a un niño, niña o adolescente por internet para ganar su confianza con fines sexuales. Puede ocultar su identidad o edad.

Violencia digital de género

Insultos, control, chantaje, acoso o amenazas por razones de género, ejercidos mediante medios digitales.

ALERTA: si te piden guardar secretos que te incomodan, cuéntaselo a un adulto de confianza.

Sobre el envío de imágenes íntimas

El sexting no es, por sí mismo, una forma de ciberacoso, pero puede implicar riesgos.

Una imagen compartida puede escapar de nuestro control. Nadie tiene derecho a presionarte, amenazarte ni difundir contenido íntimo sin consentimiento.

Recuerda

- Cuida tu privacidad.
- No presiones a otras personas.
- No reenvíes contenido.
- Pide ayuda ante amenazas.

EL RESPETO TAMBIÉN ES DIGITAL

IMPACTO EMOCIONAL

El ciberacoso sí deja huellas

El daño no siempre es visible. Escuchar y acompañar puede marcar una diferencia.

1

Emociones

Tristeza, miedo, vergüenza o ansiedad.

2

Relaciones

Aislamiento y dificultad para confiar.

3

Aprendizaje

Desconcentración y dificultades para participar.

No minimices lo que otra persona siente: escuchar también es ayudar.

FRENTE A UNA SITUACIÓN

¿Qué hacer y qué evitar?

Actuar con calma, proteger evidencias y pedir ayuda es una buena respuesta.

EVITA

No respondas con insultos, no compartas publicaciones dañinas y no participes en burlas o amenazas.

SÍ HAZ ESTO

Guarda evidencias, bloquea o reporta la cuenta y habla con un adulto de confianza o con el equipo de la escuela.

PEDIR AYUDA ES UNA ACCIÓN VALIENTE

PREVENCIÓN

Cuatro claves para protegerte

Pequeñas decisiones hacen más seguro el uso cotidiano de internet.

1

Protege tus claves

No compartas tus contraseñas.

2

Ajusta tu privacidad

Revisa quién puede ver lo que publicas.

3

Piensa antes de enviar

Una publicación puede seguir circulando.

4

Busca apoyo

Si algo te incomoda, habla con alguien de confianza.

REDES DE APOYO

¿A quién puedes acudir?

No tienes que enfrentar una situación de ciberacoso en soledad.

Familia o cuidador

Habla con una persona adulta que te escuche y te proteja.

Docentes

Puedes conversar con tu profesor o profesora de confianza.

Convivencia educativa

El equipo escolar puede orientar, proteger y activar los apoyos necesarios.

Si hay amenazas, extorsión o riesgo, informa de inmediato a una persona adulta.

ACTIVIDAD 1

Las huellas que dejamos

Compara las huellas de nuestros pasos con las huellas digitales que dejamos en internet.

Huellas al caminar

Nuestros pasos pueden dejar marcas en la arena o el barro.

Huellas digitales

Los mensajes, comentarios, fotos y publicaciones también pueden dejar registros.

Pregunta para conversar: ¿qué huella digital me gustaría dejar?

ACTIVIDAD 2

Pensemos antes de publicar

Conversen en grupos pequeños y compartan sus ideas.

1. **¿Qué información personal aparece en nuestras redes?**
2. **¿Qué riesgos existen al compartirla?**
3. **¿A quiénes pueden afectar nuestras publicaciones?**
4. **¿Qué alternativas responsables tenemos ante un conflicto?**