

Rompiendo el Silencio:

para la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Alza tu voz y conoce cómo puedes contribuir a la erradicación de la violencia de género

La violencia contra la mujer es una **realidad que afecta a millones de mujeres** en todo el mundo. **Romper el silencio** es crucial para la eliminación de este problema. **Aprende cómo identificar la violencia** y qué pasos tomar para ayudar.



Modalidades de Violencia

Existen diferentes **tipos de violencia**, pero es importante que conozcas que también hay distintas modalidades de éstas, **dependiendo del espacio** en el que produzca: familiar, comunitaria, laboral, docente, institucional, vicaria, feminicida, obstétrica, política, mediática y **digital. Siendo esta última la que abordaremos.**



Violencia Digital

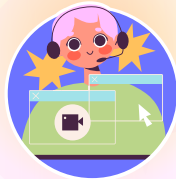
El uso de las redes sociales y dichas redes se convierten hoy en una nueva modalidad de violencia ya que estas se convierten en una forma de controlar, vigilar, e intimidar ya que el estar revisando aplicaciones para saber que tiempo están conectados, si te contestan o te dejan en visto, o con quien están hablando si están conectados y no les contestan a la pareja, son unas de las acciones que se van dando así como también controlar o chantajear con fotos de intimidad después de una ruptura de pareja o usurpar la personalidad.



Ciberacoso:

Intromisión de naturaleza repetitiva en la vida de un apersona, usando medios electrónicos, atacando a través de redes sociales. Las cuales pueden ser Amenazas, desprestigio, robo de identidad, difusión de imágenes íntimas sin consentimiento, extorsión, difusión de información personal sin consentimiento.

Cómo Romper el Silencio



1. Informa de la situación a tu red de apoyo, recuerda que es muy importante que te sientas acompañada en este proceso.

2. Toma captura de pantalla del contenido que pueda incriminar al agresor (mensajes intimidatorios, imágenes, perfiles o registros de llamadas.

3. Presenta tu denuncia ante el Ministerio Público o llama al 911.

4. Pide apoyo de la Policía Cibernética y denuncia la situación, para hacerlo a través de los siguientes números:

Si vives en la CDMX:

Policía Cibernética de la Secretaría de Seguridad Ciudadana por el correo policia.cibernetica@ssc.cdmx.gob.mx o al teléfono **55 5242 5100 ext. 5086**, activo las 24 horas del día.

Secretaría de las Mujeres de la Ciudad de México en los correos: sosmujerescdmx@gmail.com o semujeres.demandaciudadana@gmail.com o marcar al teléfono **55 5512 2836 ext. 101, 107 y 514 ó *765**

Atención Ciudadana de la **Guardia Nacional:** al número **088**; el cual opera las 24 horas del día, los 365 días del año.

Recuerda tener paciencia para seguir los pasos de la denuncia.

Fuentes:

255. Ámbitos o modalidades de violencia contra la mujer_Presentación_Micro_Pao (udg.mx)
Martín Montilla, A.; Pazos Gómez, M.; Montilla Coronado, M. V. C. & Romero Oliva, C. (2016). Una modalidad actual de violencia de género en parejas de jóvenes: Las redes sociales. [A current mode of gender violence in couples of young people: Social networks]. Educación XX1, 19(2), 405-429, doi: 10.5944/educXX1.13934
Microsoft Word - CELIG-Infografiaviolenciadigital-20200110.docx (congresocdmx.gob.mx)
Cartilla Morada 2024 (cch-naucalpan.unam.mx)



Acciones de autocuidado en el entorno digital:

- No compartas con nadie las contraseñas de tus redes sociales ni de tu celular.
- Utiliza contraseñas combinando letras, números y mayúsculas.
- No descargues archivos desde sitios sospechosos.
- Borra cookies, archivos temporales e historial de navegadores.
- Ten cuidado con redes wifi públicas a las que te conectas.
- En una red social es importante que consideres tener como contactos únicamente a personas que conozcas.
- Revisa las fotos y la información de los perfiles que agregas.
- Es recomendable que los perfiles que manejes dentro de redes sociales sean privados.
- Limita la información que compartes en redes sociales.
- Si sospechas de algún perfil falso y recibes de éste mensajes, invitaciones a streamings, eventos en línea no deseados o con contenidos molestos para ti, bloquéalo y repórtalo directamente en la red social o denuncia ante la Policía Cibernética.
- Mantén el sistema operativo de tus dispositivos con antivirus. Utiliza software legal o freeware, licencias gratuitas y descarga programas de sitios oficiales o de www.software.unam.mx.
- Evita compartir tu ubicación y fotos de los lugares que frecuentas de manera pública.
- Si recibes mensajes que no son de tu agrado bloquea y denuncia.
- No envíes fotos o videos de partes de tu cuerpo.
- No accedas a chantajes.

