

UNIVERSIDAD MIGUEL HERNÁNDEZ

FACULTAD DE MEDICINA

TRABAJO FIN DE GRADO EN TERAPIA OCUPACIONAL



Guía de prevención de las violencias sexuales ONLINE mediante la promoción de conductas de ayuda en población universitaria

Autor/a: Romero Muñoz, Andrea

Tutor/a: Nardi Rodríguez, Ainara.

Departamento y Área: Departamento de Ciencias del Comportamiento y Salud

Curso académico 2024-2025

Convocatoria de Junio

ÍNDICE

Resumen	3
1.Introducción	4
2.Objetivos	8
3. Desarrollo de la guía	9
3.1. Población a la que va dirigida la guía	9
3.2 Herramientas o fuentes de información consultadas para el desarrollo de la guía	9
3.3 Estructura de la guía	9
3.3.1 Apartados y áreas temáticas	9
3.3.2 Estilo y formato de la guía	11
4.Estrategia de difusión o divulgación de la guía informativa	12
4.1 Mensaje claves de difusión	12
4.2 Objetivo a comunicar	12
4.3 Público a quién comunicar	12
4.4 Listado de actividades de comunicación	12
5.Estudio piloto y evaluación	14
5.1. Estudio piloto	14
5.2. Evaluación	15
5.2.1. Características de la muestra	16
5.2.2. Variables e instrumentos	16
5.2.3. Procedimiento	17
4.5 Recursos, medios y cronograma de comunicación	17
5.Bibliografía	18
6. Anexo	21

Resumen

Introducción: Las violencias sexuales online (VSO) en entornos digitales son altamente frecuentes y normalizadas, incluso en población universitaria. Una estrategia de prevención prometedora es la perspectiva Bystander que consiste en fomentar una intervención activa de quienes son testigos de VSO, promoviendo una responsabilidad social de actuar ante dichas situaciones. desde esta aproximación, se ha desarrollado una guía de prevención que aborda la identificación y desnormalización de las violencias digitales, la promoción de conductas de ayuda, estrategias para intervenir de manera segura, y recursos de apoyo para las víctimas.

Objetivo: Potenciar en el estudiantado universitario conductas activas de ayuda ante situaciones de VSO

Desarrollo de la guía: La guía se dirige al estudiantado de universidades públicas de la Comunidad Valenciana y otros grupos jóvenes, enfocándose en la prevención de las VSO en entornos digitales. La presentación de la guía, así como de sus contenidos se ha diseñado para captar la atención del estudiantado. Estará disponible en valenciano y castellano, con adaptaciones para personas con diversidad funcional.

Estrategia de difusión: Se propone difundir la guía a través de universidades, asociaciones, centros de secundaria y redes sociales con material audiovisual como videos e infografías.

Palabras clave: Violencia sexual, violencia digital, ciberacoso, acoso sexual online, perspectiva Bystander, prevención

Abstract

Introduction: With the increasing use of mobile devices, online sexual violence in digital environments is highly frequent and normalized. A promising prevention strategy is the Bystander Perspective, which encourages active intervention by those who witness online sexual violence, promoting social responsibility to act in such situations. Based on this approach, a prevention guide has been developed that addresses the identification and denormalization of digital violence, the promotion of helping behaviors within the university community, strategies for safe intervention, and support resources for victims.

Objective: To strengthen active helping behaviors among university students in situations of online sexual violence (OSV).

Development of the guide: The guide is aimed at students from public universities in the Valencian Community and other young groups, focusing on preventing OSV in digital environments. The term OSV is avoided to prevent revealing sensitive content or generating negative curiosity. It will be available in Valencian and Spanish, with adaptations for people with functional diversity.

Dissemination strategy: The dissemination strategy focuses on denormalizing OSV, promoting active intervention, and distributing the guide through universities, associations, secondary schools, and social media, using audiovisual materials such as videos and infographics.

Keywords: Sexual violence, digital violence, cyberbullying, Bystander perspective, Occupational Therapy and sexual prevention

1.Introducción

En la actualidad, la tecnología de la información y comunicación (TIC), des central para la población joven. Los datos recogidos del Instituto Nacional de Estadísticas, en 2022 las personas entre 18-25 años presentaron una actividad del 94,4% en redes sociales y, en 2024, aumentó un 45,7% el uso de móviles (1).

De las redes sociales existentes, la mayoría de la población joven de 18-24 años (93%) emplea Whatsapp, Instagram (91%), Youtube (81%), Tik Tok (60%) y Spotify (56%) (2).

La principal motivación detrás del uso de las TIC es fortalecer comunicaciones y conexiones sociales, así como disfrutar del entretenimiento y ocio ayudando a la evasión y distracción de la rutina diaria y del estrés (3). No obstante, son un medio en los que se producen fenómenos perjudiciales como las violencias sexuales online (VSO).

Las VSO son todo un abanico de conductas/situaciones que atentan contra la sexualidad de una persona independientemente de su mayor o menor impacto en ella, y que pueden producirse por razón de sexo, identidad u orientación sexual (4). Pueden adoptar la forma de comentarios sobre el físico de una persona, insistencia para conocer su vida sexual, infundir rumores sobre su vida sexual, emisión de imágenes/ videos sexuales sin su consentimiento, o que reciba imágenes sexuales no deseadas (cyberflashing)(5).

En la literatura científica, existen diferentes términos para referirse a un concepto similar o que además abarcan otras formas de violencia como, por ejemplo, *ciberviolencia*, *violencia online o violencia digital*, *violencia de género online*, *ciberviolencia contra las mujeres y niñas o misoginia online*. Dada la diversidad de conceptos y matices, urge consensuar sus definiciones (4). En el presente trabajo se emplea el término “Violencias sexuales online” de acuerdo con la definición indicada anteriormente y en plural para visibilizar la multitud de conductas violentas existentes de dicha índole.

En 2020, la Comisión Europea sobre ciberacoso afirmó que el 72% de la juventud europea consideraba las VSO como algo común y normal(6). Un estudio reciente realizado en la Comunidad Valenciana muestra la elevada prevalencia con la que este tipo de conductas son experimentadas por población universitaria entre 18-25 años. El 53,8% afirma haber recibido comentarios sobre su físico, el 53,5% haber recibido comentarios sexuales, el

36,7% haber sido preguntado por su vida sexual, el 27,8% haber recibido solicitud de cibersexo y el 15,5% haber sufrido la difusión de rumores sobre su propia vida sexual (7).

En dicho estudio, las mujeres eran más vulnerables a sufrir dicha violencia en comparación con los hombres (7). Estos resultados están en línea con un estudio que reveló que el 40% de las mujeres jóvenes habían sufrido violencias sexuales en redes sociales (8). Igualmente, ser homosexual bisexual, aumentó significativamente la probabilidad de sufrir VSO en la población universitaria de la Comunidad Valenciana, especialmente en mujeres (7).

Estos datos reflejan que la población universitaria no está en absoluto exenta de sufrir VSO (ni de ejercerlas) y que ser mujer o desviarse de la norma (p.ej. pertenecer al colectivo LGTBQ+) aumenta la probabilidad de padecerlas. A pesar del estereotipo existente sobre la población universitaria en cuanto a que sus conocimientos son un factor protector para ejercer o sufrir violencia(9), los datos demuestran lo contrario. Por tanto, su prevención urge.

La desigualdad social y los prejuicios existentes han provocado que las VSO sean un problema de derechos humanos y de justicia social evitable (10). La propia Estrategia Nacional para combatir las violencias machistas 2022-2025, contempla diferentes medidas para combatir las violencias digitales contra las mujeres con medidas como la sensibilización social y la "Ley Solo Sí es Sí", que sanciona el acoso y la violencia digital (11). Además, el Pacto de Estado contra la Violencia de Género ha renovado su compromiso, destacando el impacto de la violencia digital(12). También, el Ministerio de Igualdad promueve un enfoque interseccional, a la hora de abordar las violencias visibilizando diferentes condicionantes sociales (p.ej. identidad de género, sexo, orientación sexual o pertenencia a un grupo minoritarios) que interseccionan en una misma persona y que aumentan su vulnerabilidad. Por ello, las políticas gubernamentales priorizan la prevención de las violencias digitales y machistas desde un enfoque interseccional (11).

Una medida preventiva prometedora y que requiere ser incentivada es la perspectiva "Bystander" (13). Para prevenir la violencia no solo es importante centrarse en la persona que la sufre o la ejerce, sino en quienes son testigos de ellas. En el contexto de los entornos digitales, una persona testigo sería aquella que observa de manera directa o indirecta las VSO que está sufriendo alguien sin necesidad de que la conozca. Diversos estudios

demuestran cómo en el caso de las diferentes violencias contra las mujeres, suelen existir testigos, pero sin embargo no siempre actúan (14). Centrado en las violencias online, el número de testigos es mayor al existir una audiencia muy numerosa (15). Actuar ante las violencias observadas, permite proteger a las víctimas, al frenar la agresión y generar una presión social de rechazo hacia quienes las ejercen (16).

De las más de 800 personas universitarias participantes en el estudio de la Comunidad Valenciana, un 81% había sido testigo de comentarios realizados sobre el físico de una tercera persona, un 75% de comentarios sexuales, un 57,6% sobre la orientación sexual y un 40,1% de preguntas insistentes sobre la vida sexual de otra persona (7). Según dicho estudio, el 43,7% de las ocasiones que fueron testigo defendieron a la persona agredida y en el 30% denunciaron a las personas que ejercieron la violencia. En contraposición, en un 39,1% no se posicionó, en un 8,6% de situaciones se unieron al agresor y en el 8,9% le dieron a “me gusta” (7).

Para promover conductas de ayuda entre las personas testigo de una situación de violencia, el modelo de intervención del espectador en emergencias de Latané y Darley (1970), es un referente. Este modelo describe los procesos cognitivos que tienen lugar hasta que una persona testigo interviene o no ante una situación de emergencia (17). Según el mismo, los procesos que forman parte de este proceso son notar el evento, interpretarlo como un problema, asumir la responsabilidad personal de intervenir, saber cómo ayudar e intervenir (17). No obstante, existen factores que pueden afectar a los diferentes procesos, inhibiendo o activando las conductas de ayuda.

El género de las personas parece afectar a la intención de intervenir y a la forma de hacerlo. El hecho de ser mujer aumenta la probabilidad de intervenir debido a una mayor conciencia de la violencia ejercida frente a los hombres (18). El estudio realizado con población universitaria de la Comunidad Valenciana muestra que las mujeres denuncian más en redes las conductas violentas observadas y defienden más a la víctima en general que los hombres. Por el contrario, los hombres heterosexuales se unen más a las personas agresoras que las mujeres heterosexuales y los hombres no heterosexuales (7). Además los hombres tienden a culpabilizar a las víctimas en mayor medida, posiblemente debido a la mayor influencia de creencias sexistas (19).

A mayor presencia de personas, parece disminuir la probabilidad de que ocurra una intervención por parte de una de ellas (20). No obstante, los estudios no son concluyentes

al respecto. Un estudio reciente realizado en nuestro país sugiere que este efecto, conocido como efecto bystander depende de la actitud de las personas testigo hacia la problemática y la percepción de gravedad de la situación (21).

Por tanto, estos resultados sugieren que es necesario potenciar el proceso de ayuda, especialmente notar e identificar el problema lo más rápido posible, principalmente entre los hombres heterosexuales. Así como abordar y modificar actitudes machistas y sexistas con la finalidad de reducir la culpabilización de las víctimas, (22).

La relación entre víctima y testigo también parece influir. Cuanto más conocida sea la víctima para la persona testigo, más probabilidades de que esta actúe (20). Esto supone una barrera para la intervención ante violencias sexuales online porque frecuentemente se desconoce a la víctima (23). Igualmente, la identidad grupal es otro factor importante, compartir la misma categoría social, tener una visión del mundo similar y unas normas específicas aumenta la posibilidad de inhibir una situación de violencia (20). Siendo necesario aumentar la identificación de hombres y mujeres con las víctimas para potenciar las conductas de ayuda.

Así mismo, la empatía emocional hacia la víctima es clave para percibir la situación como un problema y provocar la necesidad de intervenir (24). Pero, factores como el miedo a las repercusiones pueden frenar la ayuda (25). De ahí la relevancia de enseñar a intervenir de forma segura, con compromiso social y conductas de ayuda.

Por todo lo expuesto anteriormente, la prevención de las VSO en población universitaria ha de ser atendida. Una comunidad activa en la lucha contra las VSO, de apoyo a las víctimas y de rechazo a las personas que ejercen la violencia (26) es fundamental. La terapia ocupacional desempeña un papel clave en la prevención primaria/ secundaria de las VSO puesto que fomenta una participación saludable en la intimidad y sexualidad, consideradas actividades básicas de la vida diaria (27). No se han encontrado guías de prevención de la problemática en dicha población. Por ello, en el presente trabajo se desarrolla una guía cuyo objetivo general es potenciar en la comunidad universitaria conductas activas de ayuda antes situaciones de VSO

2.Objetivos

Con esta guía se pretende potenciar en el estudiantado universitario conductas activas de ayuda ante situaciones de VSO

1. Explicar qué son las VSO
2. Concienciar sobre su enraizamiento en las desigualdades de género y sociales.
3. Potenciar los procesos cognitivos que están detrás de las conductas de ayuda, teniendo en cuenta los diferentes factores facilitadores e inhibidores que pueden afectar.
4. Enseñar estrategias de intervención seguras a la hora de observar cualquier VSO
5. Fomentar conocimientos para un entorno digital seguro.
6. Divulgar información sobre los diferentes recursos existentes para personas que son víctimas VSO o violencia digital.

3. Desarrollo de la guía

3.1. Población a la que va dirigida la guía

La guía va dirigida al estudiantado universitario, si bien también puede ser de utilidad para otros contextos como; educación secundaria y asociaciones orientadas a la protección de los derechos de las mujeres o del colectivo LGTBQ+. Enfocada en la juventud que por lo general son quienes interactúan diariamente en entornos digitales y, sin embargo, no cuentan con los recursos educativos necesarios ni conocen los impactos que puede tener las VSO. La guía estará físicamente presente tanto en las universidades públicas de la Comunidad Valenciana como en entornos digitales.

3.2 Herramientas o fuentes de información consultadas para el desarrollo de la guía

Para su elaboración se han consultado estudios primarios, metaanálisis y revisiones sistemáticas a las que se ha accedido a través de diversas vías: 1) Instituciones oficiales y organismos gubernamentales como “*Ministerio de Igualdad (España)*”, “*Instituto Nacional de Estadística*” o “*European Institute for Gender Equality (EIGE)*”, y 2) Bases de datos: “*Pubmed*”, “*SciElo*”, “*Scopus*”. Se seleccionaron documentos en inglés y español.

A la hora de realizar la búsqueda las palabras son las siguientes; “*violencia sexual*”, “*violencia digital*”, “*ciberacoso*”, “*acoso sexual online*” “*perspectiva Bystander*”, “*bystander effect*” y “*gender violence*”.

3.3 Estructura de la guía

3.3.1 Apartados y áreas temáticas

En cada apartado y subapartado se especifica los contenidos formales de la guía, así como los títulos y subtítulos que consta en la misma y que han sido planteados de modo que capten la atención de la población diana. Se evita usar el término *Violencias sexuales online* en títulos y subtítulos para no revelar su contenido, y evitar el abandonen de la lectura. Dicha decisión se basa en que existe evidencia de que los programas que potencian conductas saludables son más eficaces que los que previenen conductas nocivas (21). Además, la justificación de la guía se coloca al final, a diferencia de otras guías, para evitar dicho efecto contraproducente.

Puesto que se ha evitado seguir una estructura clásica, optando por relatar los contenidos como una historia para favorecer su lectura, a continuación, se presenta una estructura orientativa de las guías:

BLOQUE I: Información básica sobre las VSO ¿Has visto estos en redes?

- Ejemplificación
- Desnormalización de las VSO:
 - ⊖ Pero...son simples comentarios...
 - Pensemos juntos ¿Qué tienen en común?
- Enraizamiento en las desigualdades de género
 - ¿De dónde salen los comentarios?
 - Gogleaad ¡Ya veréis!
 - Pero insistimos ¡No son tonterías!
- Impacto y tipos de VSO: Comentarios así... ¿Os parecen inofensivos?
 - Ciberacoso sexual
 - Cyberflashing
 - Comentarios sobre el físico, vida sexual
- Definición: Que nombre le pondrías a todos los comentarios
- Necesidad de cambio: Cambemos el chip

BLOQUE II: Algunas herramientas y estrategias para prevenir y detectar VSO desde una perspectiva bystander: Toda piedra hace pared

- Factores que potencian la conducta de ayuda: Pero... ¿Alguna vez lo habéis pensado? ¿Como podemos hacerlo?
- Importancia de la persona testigo: Si vosotr@s ¿Que sois importantes!
 - Ser testigos es tomar un rol
- Diversidad de conductas de ayuda: Lo que podéis hacer

BLOQUE III: Recursos para quienes sufren VSO: En línea y sin filtros: por si alguna vez te pasa, las ayudas se encuentran aquí.

- La no estigmatización social: ¿Te está pasando? La culpa no es tuya.
 - Consecuencias de las creencias sociales: miedo, aislarse, culpabilizarse ¿Por qué me siento así?
 - Fomentar la cultura del consentimiento: Dale la vuelta a la tortilla: Tú espacio, tus reglas.
 - Poner límites y saber respetarlos: ¿Cómo actuar?

1. Recursos y apoyos disponibles: Encuentra lo que necesitas en esta guía

- Unidades de igualdad y lista de asociaciones y organizaciones en España contra las VSO: ¿Necesitas ayuda? ¡No estas sol@!
- Redes sociales y contacto ayuda legal: Recuerda, las ayudas al alcance de un clic

BLOQUE IV: Motivos de la guía: ¿Por qué está guía?

- Contextualizar la problemática actual existente de VSO, los grupos más vulnerables a sufrirlas y su impacto en la juventud de la comunidad valenciana.
 - Este es su origen
 - Sabes que es todo esto...
 - Alza tú voz

3.3.2 Estilo y formato de la guía

Esta guía contiene información clara y que puede ser comprendida cuanto menos por estudiantes de secundaria para su trabajo en clase junto al profesorado, empleando un lenguaje coloquial y compartido por la juventud para llamar su atención.

Se emplea la primera o segunda persona del plural para dirigirse a las/los lectores, evitando el uso del singular para no culpabilizarles.

La tipografía utilizada es “Galagin” para los títulos de portada y apartados, “Fibre” para subtítulos o algunos mensajes a destacar y “League spartan” para contenidos más educativos. El fondo es de color blanco para facilitar la visualización y lectura de los contenidos. Utilizando colores neones para fondos/figuras, títulos y subtítulos para conseguir llamar la atención.

3.3.3. Accesibilidad e idiomas

La guía estará disponible en las dos lenguas cooficiales de la Comunidad Valenciana. Con el fin de garantizar que la guía sea accesible y con las adaptaciones necesarias para personas con diversidad funcional, TEA o dislexia se emplearán los programas “Hemingway editor” y “Readable”.

4. Estrategia de difusión o divulgación de la guía informativa

4.1 Mensaje claves de difusión

Mensajes claves de la guía:

- La importancia de desnormalizar e identificar las VSO.
- Dichas violencias se sustentan en el sexismo, la homofobia, el clasismo y racismo.
- La responsabilidad social de intervenir cuando se es testigo de dichas violencias.
- Cómo actuar cuando se es testigo de alguna violencia o agresión en entornos digitales.

4.2 Objetivo a comunicar

Los objetivos de la estrategia de comunicación son:

1. Conocer y desnormalizar las VSO.
2. Erradicar los estereotipos fijados en la población joven.
3. Fomentar la intervención activa del estudiantado testigo de VSO.
4. Difundir la guía a través de centros universitarios de la Comunidad Valenciana, centros de educación secundaria, asociaciones y en entorno digital.

4.3 Público a quién comunicar

El público principal es el estudiantado universitario, siendo una vía directa a la juventud universitaria que pueda estar siendo testigo o sufriendo VSO. No obstante, también puede

ir dirigida a la juventud no universitaria cursando estudios obligatorios y de formación profesional.

4.4 Listado de actividades de comunicación

Planificación

- Búsqueda de correos electrónicos de directoras/es de las Unidades de Igualdad de las universidades públicas de la Comunidad Valenciana, asociaciones, institutos de escuela secundaria públicas (IES) e instituciones públicas
- Creación de un perfil en redes sociales en las plataformas de Instagram, Tik Tok, X y Facebook.
- Crear un video de presentación para adjuntar en el correo electrónico.
- Crear una infografía virtual que cumpla con las pautas de elaboración de mensajes de salud. (28)
- Crear códigos QR que conduzcan directamente a la guía preventiva en formato digital y que derive a recursos de ayudas y perfiles de redes sociales existentes, donde se puedan sentir libres de informar sobre cualquier violencia en entornos digitales. Siendo adjuntados en los correos electrónicos y perfiles de redes sociales.
- Creación de material audiovisual para redes sociales con el objetivo de promocionar la guía y abordar los subapartados que la componen (por ejemplo, recomendaciones sobre qué hacer ante una agresión o un mal comentario).
- Diseño de una sesión de sensibilización para explicar la importancia de la prevención en las VSO y por qué es necesario tomar medidas contra las agresiones. Haciendo hincapié en las herramientas que el estudiantado podría utilizar.
- Pilotaje de la guía con grupo focal de estudiantado universitario y con personas expertas en género e interseccionalidad e incorporación de mejoras.
- Evaluación previa al lanzamiento de la guía (apartado de Evaluación)
- Envío de correos electrónicos y difusión de la guía a las unidades de igualdad de las Universidades Públicas de la Comunidad Valenciana, asociaciones e Institutos de educación secundaria (IES)
- Evaluación de posibles cambios (apartado de Evaluación)

A continuación, se presenta el cronograma creado:

VIOLENCIAS SEXUALES ONLINE	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre
Creación de la guía.	■	■	■					
Creación materiales de divulgación		■	■					
Búsqueda de contactos		■	■					
Pre-evaluación			■					
Prueba piloto			■					
Difusión				■	■	■	■	■
Post-evaluación								■

Presentación

A universidades, asociaciones, IES.

- Vía correos electrónicos: presentación personal, breve explicación del objetivo y contenidos de la guía, Mostrar la guía, infografía y vídeos creados sobre la prevención de las VSO y solicitud de una reunión presencial u online para poder concretar la estrategia de colaboración y difusión (p.ej., fechas de lanzamiento de la guía en redes y a través de la impresión y colocación de infografía con códigos QR de enlace a la guía, concreción de fechas para la sensibilización, etc.)

Difusión

A universidades, asociaciones, IES

- Enviar los correos según la plantilla creada.
- Divulgar QR por los diferentes centros para incentivar la visualización de la guía creada
- Realización de sesiones de sensibilización.

En redes sociales

- Subir todo el contenido a las redes sociales en determinados días y horas.
- Asistir a plataformas como podcast o radios para difundir la guía.

5. Estudio piloto y evaluación

5.1. Estudio piloto

El estudio piloto se utilizará para mejorar aspectos de la guía tanto a nivel de contenido como de formato antes de su difusión definitiva. Realizando en primer lugar un estudio Delphi con personas expertas en género, interseccionalidad y violencia y un grupo focal con población universitaria.

Estudio Delphi adaptado

Formado por un número de 15-20 profesionales pertenecientes al colectivo de personal docente investigador y profesionales ejercientes expertas en violencias de género (incluidas sexuales) o violencia digital.

El estudio estará conformado por 2 rondas:

Ronda 1: Consiste en una evaluación general de la guía preventiva, con preguntas tanto abiertas como cerradas

¿Consideras que la guía recoge las violencias sexuales online más representativas (0-10) ¿qué mejorarías a este respecto?

¿El lenguaje es el adecuado, teniendo en cuenta que la guía podría ser leída incluso por alumnado de educación secundaria obligatoria? (0-10) ¿qué mejorarías a este respecto?

¿Consideras que los colores, imágenes y tipo de letra son adecuados para la población diana? (0-10). ¿qué mejorarías a este respecto?

¿Los contenidos del Bloque I te parecen adecuados? (0-10) ¿qué mejorarías a este respecto? (mismas preguntas para el resto de bloques)

¿Los contenidos se presentan en un orden adecuado (0-10) ¿qué mejorarías a este respecto?

Ronda 2: Tras el análisis de los resultados, se realizará una devolución de los mismos, y se solicitará a las personas expertas que indiquen el grado de acuerdo con las diferentes propuestas de cambio. A raíz de los errores sacados en la primera ronda, ordenarlos del más prioritario al menos

Grupo focal

El grupo focal estaría formado por una persona moderadora y 8-12 estudiantes universitarios que cumplan con los criterios de inclusión

- Tener entre 18-25 años
- Ser estudiante de la UMH del campus San Juan o Elche

Realizándose un visionado de la guía preventiva, para a continuación abordar las siguientes cuestiones ¿Qué cuestiones de la guía os ha llamado la atención? ¿Qué aspectos de la guía diríais que facilitan captar la atención del estudiantado? ¿Qué proponéis para mejorarla ¿Qué mensaje principal te deja la guía?

5.2. Evaluación

La evaluación se realizará para medir el impacto en el conocimiento y modificación de las actitudes y comportamientos frente a las VSO en el estudiantado universitario de la Comunidad Valenciana. Evaluando antes y después de la difusión de la guía, comparando los resultados para explorar su eficacia.

5.2.1. Características de la muestra

La muestra serán estudiantado universitario de la UMH del campus de Elche y de San Juan. Se requerirá la participación de un mínimo de 30-40 estudiantado de cada campus, preferiblemente lo más diverso posible en cuanto a sexo, identidad de género, discapacidad, y pertenencia a un grupo étnico.

Accediendo a la muestra por medio del contacto de las Unidades de Igualdad, profesorado y directamente solicitando su participación al propio alumnado. Ofreciendo un incentivo por su participación, como pedir la colaboración de la universidad para poder aportar presupuestos y poder sortear un obsequio.

5.2.2. Variables e instrumentos

Para la evaluación, la línea base será los resultados obtenidos en el estudio realizado en las universidades públicas de la Comunidad Valenciana respecto a VSO experimentadas, observadas, y tipo de reacción cuando se es testigo de ellas. Esto será de nuevo evaluado 3 meses después de la difusión de la guía preventiva de manera anónima.

A continuación, se especifican las variables a evaluar y los instrumentos que se emplearán:

Violencias sexuales experimentadas y observadas: Para el estudio se elaboró un cuestionario adhoc a partir de la búsqueda de conductas de violencias sexuales en entornos digitales entre la literatura científica, guías y materiales docentes existentes. Formado por un listado de 12 ítems reflejando desde violencias sexuales cotidianas (p.ej. *Han realizado comentarios o actitudes de índole sexual sobre otra persona -chistes, onomatopeyas gestos y/o miradas insinuantes-*) hasta violencias sexuales menos frecuentes (p.ej. *Has recibido amenazas de violación*). El estudiantado deberá indicar con qué frecuencia ha experimentado las conductas en entornos digitales y con qué frecuencia las ha observado (0= nunca, 1= 1 vez; 2= más de una vez; 3= con frecuencia).

Conductas de ayuda:

Se evaluarán a partir de una adaptación de la Escala de Rol de los/las participantes de Quirk. Por cada conducta de violencia sexual observada en entornos digitales por el estudiantado “más de una vez” o “con frecuencia” se preguntará por la respuesta dada por la persona participante (asistente/a de agresores, reforzadores/as de agresores, defensores/as de las víctimas, evitadores u otros).

Conocimiento y lectura de la guía (solo en evaluación post-test): se preguntará al estudiantado si conocen la guía: Lo ves ¿y pasas?” (sí/no), por qué vía la han conocido (póster, redes sociales, sesión de sensibilización o por otras vías) y en qué medida leyeron o visualizaron en redes su contenido (0 -100%).

5.2.3. Procedimiento

En primer lugar, se solicitará la evaluación del proyecto a la Comisión de Investigación y Ética (COIR) de la UMH para la realización del estudio piloto (estudio Delphi adaptado y grupo focal) y evaluación. Las personas participantes en el grupo focal deberán firmar un consentimiento informado, dado que se grabará la discusión para su análisis, anonimizando cualquier dato personal y eliminando la grabación una vez transcrita.

En segundo lugar, se realizará el estudio Delphi adaptado vía online, concediendo un margen de 2 semanas para que las personas expertas respondan a cada ronda.

En tercer lugar, se realizará el grupo focal cuya duración no excederá las 2 horas.

Una vez incorporados los cambios, se difundirá la guía por los diferentes medios antes mencionados y a los 3 meses se solicitará colaboración a la Unidad de Igualdad de la

UMH al profesorado y al estudiantado directamente para difundir el cuestionario online para la evaluación exploratoria de la guía. Su cumplimentación será anónima y voluntario. Solicitándose la colaboración de la Unidad de Igualdad de las universidades para consensuar una manera de conseguir presupuesto para sortear un obsequio.

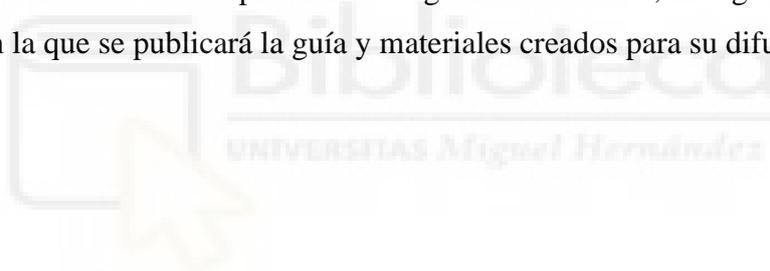
4.5 Recursos, medios y cronograma de comunicación

Recursos

La guía ha sido creada a partir de la plataforma Canva. Las imágenes o ilustraciones presentes son de la propia plataforma de uso gratuito, creación propia o libres de derechos de autor. Todas las ilustraciones/ imágenes presentes en la de la guía tienen como finalidad reforzar toda la información de manera más visual, llamativa y acorde a la población diana.

Medios

Los medios utilizados son correos electrónicos para contactar con las universidades, IES y asociaciones. Además de usar plataformas digitales tales como, Instagram, Tik Tok, X y Facebook en la que se publicará la guía y materiales creados para su difusión.



5. Bibliografía

1. Instituto Nacional de Estadística. Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación (TIC) en los Hogares 2022 [Internet]. Madrid: Instituto Nacional de Estadística; 2022 [cited 2025 Jan 28]. Available from: https://ine.es/prensa/tich_2022.pdf
2. Bankinter. Las redes sociales más usadas por los jóvenes [Internet]. Madrid: Bankinter; 2023 [cited 2025 Jan 28]. Available from: <https://www.bankinter.com/blog/finanzas-personales/redes-sociales-usadas-jovenes>
3. (S/f). Org.co. Recuperado el 4 de enero de 2025, de www.scielo.org.co
4. Nardi Rodríguez, A., & Heras González, P. (Coord.). (s.f.). Violencia sexual y atención: Detecta el acoso sexual en tu entorno. Módulo III. Universidad Miguel Hernández.
5. European Institute for Gender Equality. Combating cyber violence against women and girls [Internet]. Vilnius: European Institute for Gender Equality; 2022 [cited 2025 Jan 28]. Available from: <https://unipd-centrodirittiumani.it/en/news/eige-combating-cyber-violence-against-women-and-girls#:~:text=By%20means%20of%20this%20study%2C%20the%20European%20Institute,informed%20and%20evidence-based%20policies%20and%20measures%20against%20CVAWG>
6. European Commission. Home [Internet]. Brussels: European Commission; [cited 2025 Jan 28]. Available from: https://commission.europa.eu/index_en
7. Ainara Nardi Rodríguez, P., Heras González, P., & Pamies Aubalat, L. (2023). Experiencias de violencias sexuales en entornos digitales en población universitaria de la Comunidad Valenciana. Informe técnico
8. Federación Internacional de Periodistas. Flip [Internet]. Bogotá: Federación Internacional de Periodistas; [citado 2025 Ene 28]. Disponible en: <https://flip.org.co/>
9. Gareda N, Bodelón E. Las violencias sexuales en las universidades: cuando lo que no se denuncia no existe. Rev Esp Investig Criminol [Internet]. 2014 Ene 30

- [citado 2025 Ene 28]. Disponible en: <https://reic.criminologia.net/index.php/journal/article/view/79>
10. Igareda N, Bodelón E. Las violencias sexuales en las universidades: Cuando lo que no se denuncia no existe. *Rev Esp Investig Criminol* [Internet]. 2014 [citado 2025 Ene 28]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4783305>
 11. Ministerio de Igualdad. Mapa resumen de ejes, medidas y actuaciones [Internet]. Madrid: Ministerio de Igualdad; [citado 2025 Ene 28]. Disponible en: https://violenciagenero.igualdad.gob.es/wp-content/uploads/Mapa_resumen_de_ejes_medidas_y_actuaciones.pdf
 12. *La Razón*. Renovación del Pacto de Estado contra la violencia de género [Internet]. 2025 feb 23 [citado 2025 feb 25]. Disponible en: https://www.larazon.es/salud/renovacion-pacto-estado-violencia-genero_2025022367ba7326b1a8db0001d17d8e.html
 13. Fischer, P., Krueger, J. I., Greitemeyer, T., Vogrincic, C., Kastenmüller, A., Frey, D., Heene, M., Wicher, M., & Kainbacher, M. (2011). The bystander-effect: A meta-analytic review on bystander intervention in dangerous and non-dangerous emergencies. *Psychological Bulletin*, 137(4), [517–537](https://doi.org/10.1037/a0023304). <https://doi.org/10.1037/a0023304>
 14. Vázquez-González LI, Bosch-Fiol E, Sánchez-Prada A, Ferreiro-Basurto V, Delgado-Álvarez C, Ferrer-Pérez VA. Bystander behavior in violence against women in Spain: A scoping review. *Aggress Violent Behav*. 2023 Sep-Oct;72:<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1359178923000484>
 15. Walker, J. A., & Jeske, D. (2019). Understanding bystanders' willingness to intervene in traditional and cyberbullying scenarios. In M. Khosrow-Pour (Ed.), *Multigenerational online behavior and media use: Concepts, methodologies, tools, and applications* (pp. 1345–1364). Information Science Reference/IGI Global. <https://doi.org/10.4018/978-1-5225-7909-0.ch073>
 16. Voith, Laura A. (2019). Understanding the Relation Between Neighborhoods and Intimate Partner Violence: An Integrative Review. *Trauma, violence & abuse*, 20(3), 385–397. <https://doi.org/10.1177/1524838017717744>

17. Darley JM, Latané B. El efecto espectador. Evalmed. 1968. Recuperado el 4 de enero de 2025, de <https://evalmed.es/wp-content/uploads/2020/04/19680431-El-efecto-espectador.DarleyLatan%C3%A9.CASTELLANO.pdf>
18. Psychology of Women Quarterly. [Internet]. 2025 [citado el 31 de enero de 2025]. Disponible en: <https://journals.sagepub.com/home/pwq>
19. Álvarez B, Rodríguez C. Culpabilización a las víctimas de violación: influencia de la relación víctima-agresor, e incidencia del uso de las nuevas tecnologías. Rev Interuniversitaria de Investigación en el Aula de Lenguas. 2017;16:1-15. <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/10059/Culpabilizacion%20a%20las%20victimas%20de%20violacion%20Influencia%20de%20la%20relacion%20victim-a%20agresor%2C%20e%20incidencia%20del%20uso%20de%20las%20nuevas%20tecnologias..pdf?sequence=1>.
20. McMahon S, Decker MR, Stepleton K, et al. Evaluación de la violencia de pareja íntima en entornos de atención médica: una revisión de las herramientas disponibles. Trauma Violence Abuse [Internet]. 2022: [A Systematic Review Exploring Variables Related to Bystander Intervention in Sexual Violence Contexts - Chelsea Mainwaring, Fiona Gabbert, Adrian J. Scott, 2023](#)
21. Sánchez-Prada A, Delgado-Alvarez C, Bosch-Fiol E, Ferreiro-Basurto V, Ferrer-Perez VA. Bystanders of intimate partner violence against women and their willingness to intervene: An analysis of secondary data in Spain (2005–2020). PLoS ONE. 2022 Sep 20;17(9).<https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0274822>
22. Martín-Fernández M, Gracia E, Lila M. Evaluación de las actitudes de culpabilización de la víctima en casos de violencia de pareja contra la mujer: desarrollo y validación de la escala VB-IPVAW. Psychosoc Interv [Internet]. 2018 Dic;27(3):133-143. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-05592018000300003&script=sci_arttext.
23. Observatorio de Violencia Sexual y de Género. Violencias sexuales en el entorno digital [Internet]. [citado el 18 febrero 2025]. Disponible en:

<https://observatorioviolenciasexual.org/que-es-la-violencia-sexual/violencias-sexuales-en-el-entorno-digital/>

24. Carozo JC. Los espectadores y el código del silencio. Rev Espiga. 2015;14(29):1-8 <https://revistas.uned.ac.cr/index.php/espiga/article/view/948>
25. Smith J, Jones P. Social influence and decision-making in groups. Personality and Social Psychology Review. 2023;27(2):113-130. <https://journals.sagepub.com/home/psp>
26. Meyer B, Luntamo T, Gopal S, et al. Challenges in implementation and sustainability of violence prevention programs for women in sub-Saharan Africa. Psychol Women <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1524838017717744>
27. Academia.edu. Marco de trabajo Terapia Ocupacional 4ª Ed. 2020 [Internet]. 2020 [citado el 31 de enero de 2025]. Disponible en: https://www.academia.edu/88977775/Marco_de_Trabajo_Terapia_Ocupacional_4_Ed_2020
28. Costa Cabanillas M, López Méndez E. **Educación para la salud. Guía práctica para promover estilos de vida saludables**. Madrid: Ediciones Pirámide; 2008. 536 p. [Educación para la salud : guía práctica para promover estilos de vida saludables](#)

6.Anexo

Anexo 1: Autorización COIR



INFORME DE EVALUACIÓN DE INVESTIGACIÓN RESPONSABLE DE 1. TFG (Trabajo Fin de Grado)

Elche, a 14/03/2025

Nombre del tutor/a	Ainara Nardi Rodriguez
Nombre del alumno/a	Andrea Romero Muñoz
Tipo de actividad	Sin implicaciones ético-legales
Título del 1. TFG (Trabajo Fin de Grado)	Violencias sexuales ONLINE
Evaluación de riesgos laborales	No solicitado/No procede
Evaluación ética humanos	No solicitado/No procede
Código provisional	250225104904
Código de autorización COIR	TFG.GTO.ANR.ARM.250225
Caducidad	2 años

Se considera que el presente proyecto carece de riesgos laborales significativos para las personas que participan en el mismo, ya sean de la UMH o de otras organizaciones.

La necesidad de evaluación ética del trabajo titulado: **Violencias sexuales ONLINE** ha sido realizada en base a la información aportada en el formulario online: "TFG/TFM: Solicitud Código de Investigación Responsable (COIR)", habiéndose determinado que no requiere ninguna evaluación adicional. Es importante destacar que si la información aportada en dicho formulario no es correcta este informe no tiene validez.

Por todo lo anterior, **se autoriza** la realización de la presente actividad.

Atentamente,

Alberto Pastor Campos
Jefe de la Oficina de Investigación Responsable
Vicerrectorado de Investigación y Transferencia

Anexo 2: Guía de prevención de las violencias sexuales ONLINE mediante la promoción de conductas de ayuda en población universitaria

A continuación, se encuentra el enlace para poder acceder a la guía en formato PDF y descargarlo y el QR que te lleva de manera directa a la guía:

<https://drive.google.com/file/d/1PmnZy5G2unqdK5vEkPxKk4TJnY7q4DFZ/view?usp=sharing>



¿LO VEIS



Y PASAIS?

CREADO POR: ANDREA ROMERO MUÑOZ

**1-¿HABÉIS
VISTO ESTO
EN REDES...?**



**NO SEAS
MARICON**

**NO SEAS
TAN
GUARRA**

**¿ERES
UN TIO
O UNA
TIA?**

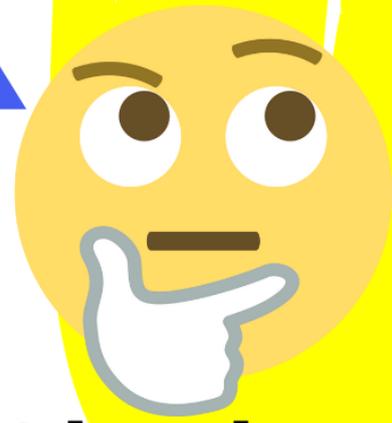
MARIMACHO

**ESO TE
PASA POR
PROVOCAR.**

**ESO ES
COSA DE
HOMBRES,
NO ES
PARA TI.**



**PERO....SON "SIMPLES
COMENTARIOS....**



¡Son bromas!

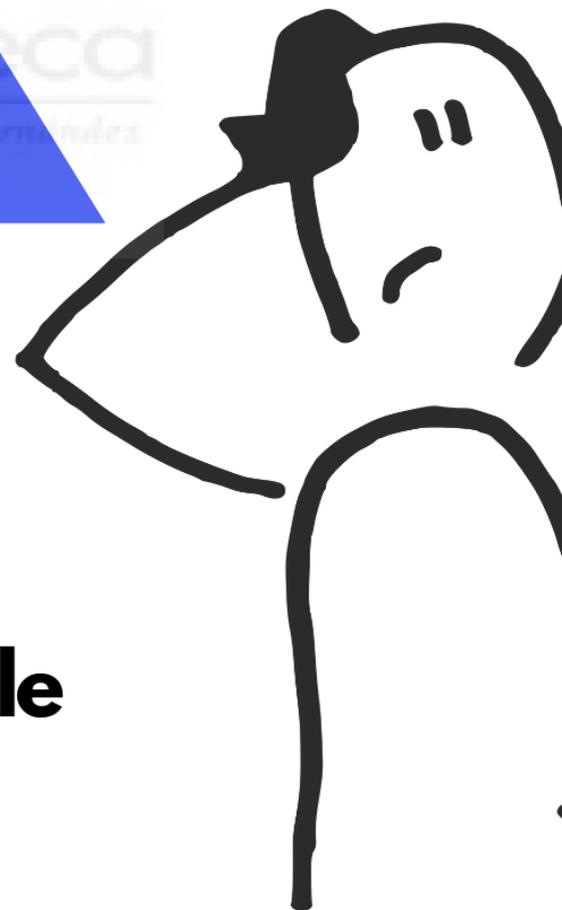
**Solo estoy compartiendo un video de
ella, para que mis amigos disfruten**

**Ahora todo es acoso, no se puede decir
nada**

¡DILES POR SU BIEN!

**Hay que enseñarle a
ser un hombre de
verdad**

**Si se vistiera diferente, no le
pasaría**



¡¡¿DE VERDAD?!!



PENSEMOS



JUNT@S



¿QUE TIENEN EN COMÚN...?

No seas maricón

¿Eres un tío o una tía?

Oye, en la foto se te ve una boca grande...

Hasta que no folles, no eres un hombre

Demuéstrale que eres un tío



Biblioteca
UNIVERSITAS Miguel Hernández

¡Comunica una norma que supuestamente debe guiar nuestro comportamiento! Un hombre ha de estar demostrando que es hombre ¿cómo? Demostrando que no es una mujer y que le excitan las mujeres. ¿Acaso ser mujer es peor...? Con mensajes así, se transmite sexismo y homofobia...

Y ¿QUE TIENEN EN COMÚN?...

No seas marimacho

No seas tan guarra

Las mujeres solo sirven para mostrar el cuerpo, no para opinar.

Fea, gorda, qué lástima de cuerpo



Biblioteca
UNIVERSITAS Miguel Hernández

¡Frenemos los estereotipos de género! ¿Acaso una buena mujer es aquella que encaja en un molde social de belleza, pasividad y sumisión? ¿en serio? ¿No puede ser inteligente, con ideas claras y enérgica? ¡Estos mensajes no son azarosos!

¿DE DÓNDE SALEN ESTOS COMENTARIOS?



**SON COMPORTAMIENTOS RESULTADOS DE
CONSTRUCCIONES SOCIALES Y CULTURALES.**

**¡NO SON NATURALES PORQUE NO SON
UNIVERSALES!**

¿Sabías que los Ciucki siberianos tienen hasta 7 géneros? ¿o que los Bugis tienen 5 combinaciones de sexo, género y sexualidad? ¿y que muchas culturas más como los indios-americanos, múltiples grupos de la India, Madagascar, México o Albania contemplan 3 géneros?

**GOOGLEAAAAD ¡YA
VERÉIS!**



**POR TANTO, AUNQUE PENSEMOS QUE LAS
CHICAS DEBEN SER DE UN MODO Y LOS
CHICOS DE OTRO, PORQUE ES "LO NATURAL",
¡NO LO ES!**

Esos comentarios son formas antiguas de discriminación y control social que limitan la libertad de las personas y refuerzan las desigualdades. Pretenden controlar nuestra identidad de género y sexual.

**PERO, INDISTINTOS, ¡NO SON
NATURALES!**

COMENTARIOS ASÍ...

NO SEAS TAN GUARRA
ESO TE PASA POR PROVOCAR.
¿ERES UN TÍO O UNA TÍA?
NO SEAS MARICON.

¿OS SIGUEN PARECIENDO INOFENSIVOS?

Más del 50% de la población universitaria sufre **CON FRECUENCIA** comentarios de este tipo. Por tanto, **NO PUEDEN SER INOFENSIVOS.**

La mayoría de quienes sufren este tipo de comentarios son:

- Mujeres heteros, lesbianas y bisexuales, hombres gays, bisexuales y personas trans .

PERO ESTOS COMENTARIOS NO SON LA ÚNICA FORMA DE VIOLENCIA QUE ENFRENTAN.

También tienen más probabilidad de sufrir:

- Sexting forzado,
- Recibir imágenes sexuales no deseadas
- Que se difundan rumores sobre sus vidas sexuales sin su consentimiento.
- Extorsión

**¿QUÉ NOMBRE LE
PONDRIÁIS A
TODOS ESTOS
COMENTARIOS?**



GO!

**RUMORES
DE LA
VIDA
SEXUAL**

**NO SEAS
TAN
GUARRA**

BURLAS

SEXTING

ACOSO

**ESO ES
COSA DE
HOMBRES,
NO ES
PARA TI.**

**RECIBIR
FOTOS**

EXTORSIÓN

GORDA

MARIMACHO

**COMENTARIOS
SOBRE EL
FISICO**

**NO SEAS
ESO TE MARICON
PASA POR
PROVOCAR.**

BURLAS

AMENAZAS



SI ESTÁIS PENSANDO EN...

AGRESIVIDAD

PRESIÓN SOCIAL

VIOLENCIA

¡VAIS POR BUEN CAMINO!

VIOLENCIAS SEXUALES ONLINE

Son conductas/situaciones que atentan contra la sexualidad de una persona independientemente de su mayor o menor impacto en ella, y que pueden producirse por razón de sexo, identidad u orientación sexual

**POR ESO SE PUEDEN DEFINIR COMO
VIOLENCIAS SEXUALES**



POR LO TANTO ¡CAMBIEMOS EL CHIP!

“No es para tanto” → Pero en realidad: Sí lo es.

“Solo es un meme” → NO si humilla a alguien.

“No es mi problema” → Si eres testigo, eres parte del problema o de la solución.



EL CAMBIO
EMPIEZA
CON
NOSOTR@S

2-TODA

PIEDRA HACE

Biblioteca
UNIVERSITAS Miguel Hernández

PARED



NUESTRAS FAMILIAS NOS EDUCAN EN VALORES COMO

**El Respeto,
Ayudar a las
personas y la
No violencia**

**Pero...¿ALGUNA VEZ HABÉIS
PENSADO... ?**

- "Así es internet, no hay nada que hacer"
- "Mejor no digo nada, no quiero problemas"
- "Seguro que alguien más hará algo"

¿Son acordes con nuestros valores...?

**SER COHERENTES CON
NUESTROS VALORES NOS HACE
SENTIR MUCHO MEJOR Y SOBRE
TODO PERMITE CAMBIAR LAS
COSAS. "SÍ CAMBIARLAS"**



Imagínate si cuando alguien hiciera un comentario sobre el físico, la orientación sexual, etc.

Cada vez más gente mostrara su malestar (cambiando de tema, con nuestra expresión facial/emoticonos, mostrando nuestra opinión...)



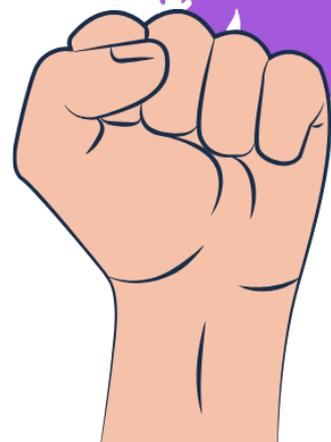
Entonces las personas pillarían que ese tipo de comentarios genera rechazo, les excluye. ¡Tod@s necesitamos la aceptación social y pertenecer a grupos!

En vez de que “lo normal” sea la violencia porque no intervenimos, con el tiempo (sí, con el tiempo, hay que tener paciencia) se lograrán más espacios donde la norma será la no violencia

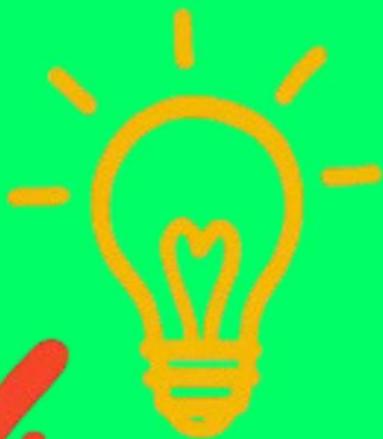
MARQUEMOS LA
DIFERENCIA

NO NOS HAGAMOS
A UN LADO

CUMPLAMOS CON LOS
VALORES QUE NOS
ENSEÑARON



**PERO... & CÓMO
PODEMOS
HACERLO?**



SI VOSOTR@S TAMBIÉN ¡QUE SOIS IMPORTANTES!

1- Tenemos que identificar las situaciones como dañinas, que pueden “colmar el vaso de la persona”, que ejercen presión social, coercitivas, agresivas, violentas...

**¡Ponedle el nombre que queráis pero identificadlas!
Este tipo de comportamiento ni es normal ni está bien.**

2- Debemos sentirnos responsables de intervenir. Somos responsables de nuestros actos, así que mejor seamos responsable de frenar estos comportamientos.

3- ¡Actuemos!



No hace falta conocer a la víctima, es un persona como tú y como la gente importante para ti.

Imagina que esa persona es tu hermana, tu amiga o incluso tú

Imagina que esa persona es tu hermano, tu amigo...

¡¡Y NADIE HACE NADA!!

¿¿LE RESTARÍAS IMPORTANCIA??

DEBEMOS PERCÍRLO COMO GRAVE

Lo que se le está haciendo a la persona no es una "broma" y puede haber recibido muchos, afectando a su salud gravemente

SI NO LO VEMOS COMO GRAVE CUESTIONAROS

¿POR QUÉ? Normalización de la violencia, naturalización de comportamientos masculinos/femeninos...

Y SI NO NOS SENTIMOS RESPONSABLES DE ACTUAR, RECORDEMOS LOS VALORES QUE VUESTRA FAMILIA NOS HA TRASNMITIDO...

Ser testigo, es tomar un rol

TESTIGO ACTIVO



No me quedo callado, elijo ser parte de la solución

- Denuncia el contenido de la cuenta
- Acompaña, apoya a la víctima
- Comparte información preventiva
- Rompe la cadena
 - NO difunde
 - NO guarda
 - NO comparte

Biblioteca
UNIVERSIDAD Miguel Alemán

TESTIGO PASIVO



Me quedo callado porque no tiene nada que ver conmigo

- Mirar hacia otro lado
- Guardar contenido

Todo esto es otra manera de formar parte del problema. El silencio también forma parte de la violencia.

Recordad, hacer algo siempre suma y no hacer nada resta y daña mucho.

RESUMIENDO... LO QUE PODÉIS HACER ES

- Denunciar/bloquear
- Mostrar rechazo con emoticonos, cambiando de tema, opinando...
- No compartiendo comentarios, fotos...
- Escribe a la víctima por mensaje privado si lo consideras, pero siempre hay que mostrar apoyo públicamente

3-

EN LÍNEA Y SIN FILTROS:

POR SI ALGUNA VEZ

TE PASA A TI,

LAS AYUDAS

SE ENCUENTRAN

AQUÍ



¿TE ESTÁ PASANDO?

LA CULPA NO ES TUYA

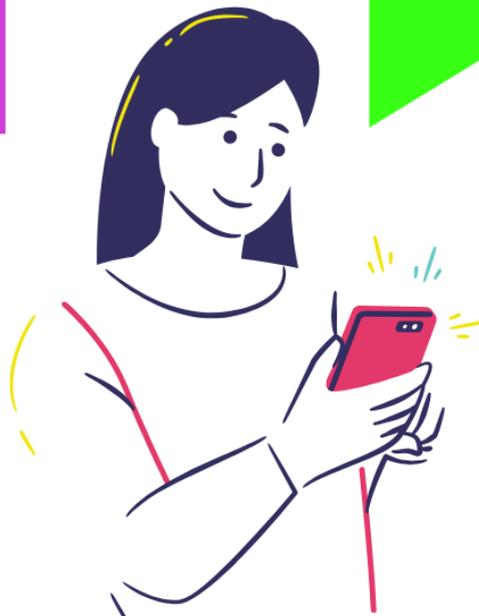
Aunque te cueste creerlo, no eres tú quien debe avergonzarse.

La sociedad a veces lanza mensajes que te hacen dudar, pero aquí te explicamos por qué **NO** debes sentirte así

¿POR QUÉ ME SIENTO ASÍ?

- Miedo a contar lo que pasó.
- Aislamiento voluntario o forzado.
- Culpa injusta

Y entonces... ¿POR QUÉ ME SIENTO ASÍ? Porque el entorno ha normalizado estas violencias. ¡Romper el silencio es el primer paso!



¿COMO ACTUAR?

DALE LA VUELTA A LA TORTILLA
¡TU ESPACIO, TUS REGLAS!



Si no te hace sentir bien, lo bloqueas y punto. No tienes que aguantarlo "porque es online".



Denunciar mensajes, fotos o vídeos sexuales no deseados no es exagerar. Es proteger nuestros derechos y tu bienestar

PON LIMITES EN EL MUNDO ONLINE

Si no me respetas



pa' fuera

Un poquito de
por favor...



háblame como merezco

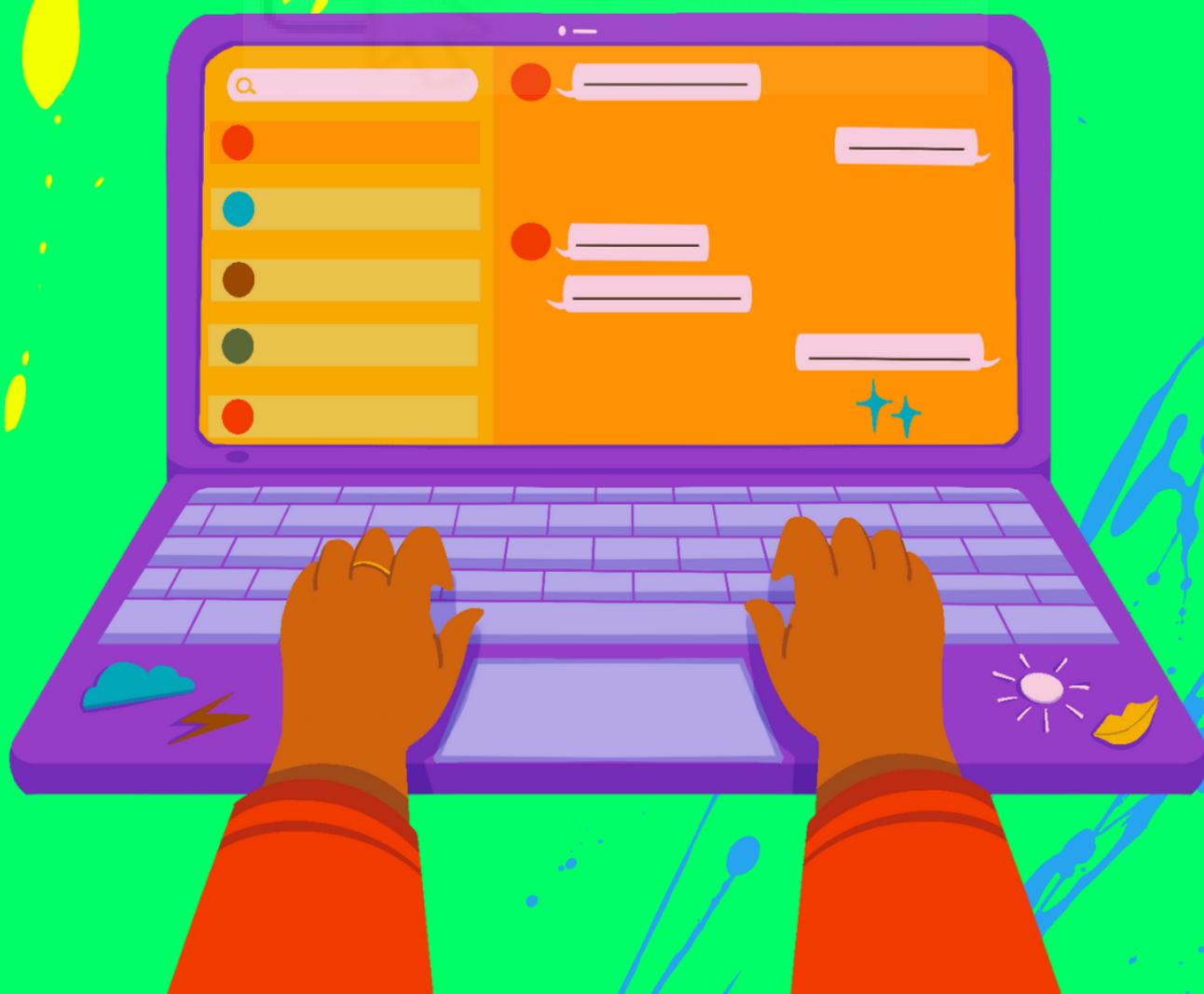


Brrr...

¿te lo he consentido?

ENCUENTRA LO QUE NECESITAS EN ESTÁ GUÍA

Biblioteca
UNIVERSIDAD Miguel Alemán



¿NECESITAS AYUDA?

¡NO ESTAS SOL@!

Si recibes comentarios, fotos o vídeos sexuales que no pediste, si alguien difunde imágenes tuyas sin permiso, o si en grupos de WhatsApp, redes sociales o chats de clase se comparten mensajes machistas, sexistas o de acoso

NO LO NORMALICEMOS! NO TENEMOS POR QUÉ AGUANTARLO. SE PUEDE ACUDIR:



Unidad de Igualdad y
Diversidad de tu universidad



Asociaciones y organizaciones

- Organizaciones feministas locales.
- Centros de información juvenil.
- Páginas de ayuda contra el acoso digital.
- Asociaciones LGTBIQ+

**AQUÍ TE DEJAMOS LUGARES
DONDE TE OFRECERAN
AYUDA**



RECORDAD: LAS AYUDAS AL ALCANCE DE UN CLIK



pantallasamigas_CV



PantallasAmigas_CV



PantallasAmigas_CV



pantallasamigas_CV



Servicio telefónico de información y asesoramiento jurídico en violencia de género (016)

Biblioteca
Miguel Hernández



HABLA CON
ALGUIEN DE
CONFIANZA

AMIGO, FAMILIAR O
PROFESORADO

¡NO TIENES QUE
ENFRENTARLO
SOLO/A!



4-

! ESPERA !

**¿POR QUÉ
ESTA GUIA?**

biblioteca
Las M...

ESTE ES SU ORIGEN

La sociedad en la que nos encontramos, construida sobre desigualdades, donde el machismo, los estereotipos y la discriminación han perpetuado un sistema de abuso y miedo.

Las mujeres heterosexuales y el colectivo LGBTQ+, especialmente las mujeres lesbianas y bisexuales, son quienes más riesgo presentan en sufrirlo

SABES QUE ES TODO ESTO.....

53,8% comentarios sobre su físico

53,5% comentarios sexuales

36,7% preguntado por su vida sexual

27,8% solicitud de cibersexo

15,5% rumores sobre su propia vida sexual

SON VIOLENCIAS SEXUALES ONLINE



VIOLENCIA SEXUAL ONLINE

SON CONDUCTAS/SITUACIONES QUE ATENTAN CONTRA LA SEXUALIDAD DE UNA PERSONA INDEPENDIENTEMENTE DE SU MAYOR O MENOR IMPACTO EN ELLA, Y QUE PUEDEN PRODUCIRSE POR RAZÓN DE SEXO, IDENTIDAD U ORIENTACIÓN SEXUAL

ROMPER CON ESTO ES RESPONSABILIDAD DE TODA LA SOCIEDAD **¡ALZA TU VOZ!**

**EL SILENCIO SOLO
BENEFICIA A QUIENES
AGREDEN**



SI HAS LLEGADO HASTA AQUÍ

TE PRESENTO LOS TEMAS ABORDADOS



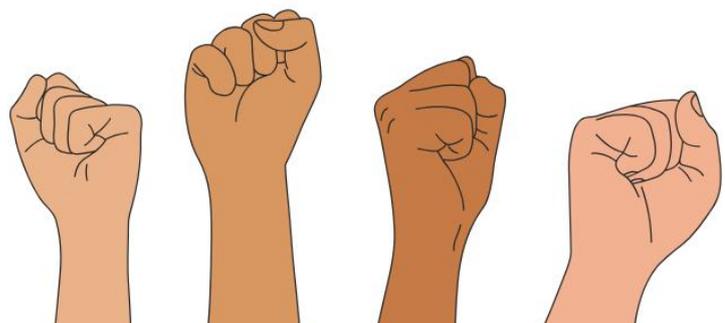
É
N
D
E
C
E

01 HAS VISTO ESTO EN REDES?

- Pero...son simples comentarios
- Pensemos juntos
- De donde salen los comentarios
 - Gogleaad ¡Ya veréis!
 - Pero insistimos ¡No son tonterías!
- Comentarios así...¿Os parecen inofensivos?
- Qué nombre le pondrías a todos los comentarios
- Cambiemos el chip

02 TODA PIEDRA HACE PARED

- Pero...¿Alguna vez lo habéis pensando?
¿Como podemos hacerlo?
- Si vosotr@s ¡Que sois importantes!
 - Ser testigos es tomar un rol
- Lo que podéis hacer



É N D E E C E

03 EN LÍNEA Y SIN FILTROS: POR SI ALGUNA VEZ QUE PASA, LAS AYUDAS SE ENCUENTRAN AQUÍ

- ¿Te esta pasando? La culpa no es tuya
 - ¿Por qué me siento así?
 - Dale la vuelta a la tortilla: Tú espacio, tus reglas
 - ¿Como actuar?
- Encuentra lo que necesitas en esta guía
 - ¿Necesitas ayuda? ¡No estas sol@!
 - Recuerda, las ayudas al alcance de un klik

04 ¿POR QUÉ ESTA GUÍA

- Este es su origen
- Sabes que es todo esto
- Alza tú voz



BIBLIOGRAFÍA

1. Ministerio de Igualdad. Guía de derechos para víctimas de violencia de género y violencias sexuales [Internet]. Madrid: Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género; 2024. Disponible en: https://violenciagenero.igualdad.gob.es/wp-content/uploads/GUIA-DE-DERECHOS-PARA-VICTIMAS-DE-VIOLENCIA-DE-GENERO-Y-VIOLENCIAS-SEXUALES_espanol_2024.pdf
2. Observatorio de Violencia Sexual. Violencias sexuales en el entorno digital [Internet]. 2024. Disponible en: <https://observatorioviolenciasexual.org/que-es-la-violencia-sexual/violencias-sexuales-en-el-entorno-digital/>
3. Autor desconocido. 48 Cosas que las mujeres escuchan a lo largo de su vida [Internet]. YouTube; [fecha de publicación no especificada] Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=wl3CLakCZmA>
4. Ministerio de Igualdad. Mapa resumen de ejes, medidas y actuaciones [Internet]. Madrid: Ministerio de Igualdad; Disponible en: https://violenciagenero.igualdad.gob.es/wp-content/uploads/Mapa_resumen_de_ejes_medidas_y_actuaciones.pdf
5. Ainara Nardi Rodríguez, P., Heras González, P., & Pamies Aubalat, L. (2023). Experiencias de violencias sexuales en entornos digitales en población universitaria de la Comunidad Valenciana. Informe técnico

BIBLIOGRAFÍA



6. E-TIC. Los peligros de las redes sociales [Internet]. 2024. Disponible en: <https://etic.fundaciondn.org/peligros-redes-sociales>

7. Vidu A. La motivación de las personas bystander de intervenir en casos de bullying [Internet]. DF Diario Feminista; 2018 jul 10. Disponible en: <https://eldiariofeminista.info/2018/07/10/la-motivacion-de-las-personas-bystander-de-intervenir-en-casos-de-bullying/>

8. Instituto de la Mujer. Guía de Atención en casos de Violencia Sexual [Internet]. 2011. Disponible en: <https://www.inmujeres.gob.es/publicacioneselectronicas/documentacion/Documentos/DE1437.pdf>

