

Manual de respuesta para mujeres víctimas de ciberacecho por parte de su pareja en la ciudad de Saltillo, Coahuila, México.

**DESARROLLO SOCIAL CON IGUALDAD,
DIVERSIDAD E INCLUSIÓN, DESIDI AC
FUNDACIÓN LUZ Y ESPERANZA AC**

FEBRERO 2025



Desarrollo Social
con Igualdad,
Diversidad e
Inclusión,
DESIDI A.C.



Department of Justice
Canada

Ministère de la Justice
Canada



Realizado por: Desarrollo Social con Igualdad, Diversidad e Inclusión DESIDI, A.C. y Fundación Luz y Esperanza, A.C.

Coordinación: Juana Araceli Vázquez Alarcón.

Contenido: Juana Araceli Vázquez Alarcón, Nelly Itzel Juárez Pillado y Rosa María Salazar Rivera.

Revisión de Sara Gold, Lia Bellefontaine y Lana Belber del Ministerio de Justicia de Canadá.

Corrección de estilo: Martha Mercado.

Diseño editorial: RossNatura.

Agradecimiento especial a Yolo, por su testimonio.

Registro de derechos de autor en trámite.

Instituciones que participaron en la elaboración de la Escala de ciberacecho

Tribunal Superior de Justicia del Estado de Coahuila de Zaragoza

Instituto Estatal de Defensoría Pública del Estado de Coahuila de Zaragoza

Congreso del Estado de Coahuila de Zaragoza. LXII Legislatura

Fiscalía General del Estado de Coahuila de Zaragoza

Dirección de la Policía Cibernética del Estado de Coahuila

Dirección General de Atención y Protección a Víctimas y Ofendidos

Secretaría de Seguridad Pública del Estado de Coahuila de Zaragoza

Subsecretaría de Proximidad Social y Prevención

Dirección General del Centro de comunicaciones, computo, control y comando

Secretaría de las Mujeres del Estado de Coahuila de Zaragoza

Procuraduría de los Niños, las Niñas y la Familia

Centro de Justicia y Empoderamiento para las Mujeres

Dirección para Promover la Igualdad y Prevenir la Discriminación en el Estado de Coahuila

Instituto Municipal de las Mujeres Saltillo

Policía Municipal de Saltillo. Dirección de la Unidad de Integración Familiar

Policía Municipal Saltillo. Agrupamiento Violeta

Comisión Estatal De Derechos Humanos de Coahuila

Universidad Autónoma de Coahuila.

Facultad de psicología

Coordinación de Igualdad de Género

Casa Del Migrante A.C.

Introducción	5
1. Conceptos básicos	7
<i>Qué es la violencia de género en línea contra las mujeres</i>	7
<i>Efectos, daños y consecuencias en las mujeres víctimas de la violencia en línea</i>	8
<i>Tipos de violencia de género en línea contra las mujeres</i>	11
2. Ciberacecho en pareja un continuum de la violencia de género hacia las mujeres	12
<i>Panorama en México</i>	12
<i>Modalidades del ciberacecho</i>	12
<i>Ciberacecho que viven las mujeres por parte de su pareja o expareja</i>	13
3. Prevención y combate del ciberacecho: una mirada desde las instituciones	15
<i>Marco normativo internacional, nacional y estatal</i>	15
<i>Participación de las instituciones en la detección, atención y seguimiento</i>	17
<i>Policía municipal</i>	17
<i>Fiscalías</i>	17
<i>Organizaciones de la sociedad civil</i>	17
<i>Proceso de atención a mujeres en situación de violencia de género</i>	19
4. Atención a mujeres víctimas de ciberacecho	20
<i>Recomendaciones para identificar y evaluar el ciberacecho</i>	20
<i>Escala de ciberacecho</i>	21
<i>Recomendaciones tecnológicas</i>	23
<i>Plan de seguridad</i>	23
<i>8 pasos para prevenir el ciberacecho</i>	24
<i>Lista de verificación</i>	25
<i>Registro del ciberacecho</i>	30
<i>Atención psicológica</i>	30
<i>Denuncia</i>	32
<i>Seguimiento psicológico/tecnológico</i>	33
<i>Recursos adicionales: Directorio de servicios</i>	34
Referencias	36
Anexos	39
<i>Anexo 1. Escala de Ciberacecho</i>	40
<i>Anexo 2. Registro del Ciberacecho</i>	42
<i>Anexo 3. Lista de verificación para proteger tu vida digital</i>	43

En el marco del programa de colaboración en materia de seguridad para mujeres, niñas, niños y adolescentes entre los gobiernos de Canadá y México, el Ministerio de Justicia de Canadá llevó a cabo diversas acciones para detectar, prevenir y atender el ciberacoso hacia las mujeres en el estado de Coahuila. Esta iniciativa se basa en las recomendaciones derivadas del estudio “Ciberacoso: Un estudio entre mujeres alojadas en refugios de México”, realizado por el Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias (CRIM) de la Universidad Nacional Autónoma de México.

La implementación del proyecto estuvo a cargo de las organizaciones “Desarrollo Social con Igualdad, Diversidad e Inclusión” (DESIDI) y “Fundación Luz y Esperanza”, en colaboración con dependencias del gobierno estatal que atienden a mujeres víctimas de violencia de género, la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Coahuila y organizaciones de la sociedad civil.

Para abordar nuestro tema de interés, es fundamental reconocer que el ciberacecho hacia las mujeres por parte de sus parejas es una forma específica de violencia de género en contra de ellas. Es importante destacar que el acoso y el acecho son conceptos distintos. El acoso (en inglés comúnmente harassment) se refiere a una conducta de hostigamiento, que puede ser aislada o reiterada, y que hace sentir incómoda o amenazada a la víctima. Las formas más comunes de acoso son el acoso sexual, laboral y escolar, y en la mayoría de los casos, las mujeres son las principales víctimas. Por otro lado, el acecho (en inglés, stalking) es una conducta de seguimiento y vigilancia o comunicación repetitiva y en contra de su voluntad, que afecta su seguridad, libertad e intimidad también mayoritariamente dirigida contra mujeres, y que no necesariamente tiene connotaciones sexuales. Genera terror y puede ser precursora de violencia como el feminicidio.

Introducción

Los actos de acoso que nos interesan en este manual son los que pueden llevarse a cabo a través de dispositivos tecnológicos de comunicación (teléfono celular, computadora o tableta) en cuyo caso se denominan “ciberacoso”. El ciberacoso puede ser la única forma de violentar a la víctima que emplee el acosador, pero también puede usar el acoso presencial e incluso combinar ambas formas.

Usted encontrará en este manual una guía para comprender y abordar el ciberacoso en pareja que viven las mujeres como parte de la violencia de género en línea. A continuación, se presentan los temas que se tratan.

1. Conceptos básicos. Se define la violencia de género en línea y se explican sus efectos en las mujeres. También se presentan los tipos de violencia que se pueden presentar en el ciberespacio.
2. Ciberacoso en pareja un continuum de la violencia de género hacia las mujeres. Se explica qué es el ciberacoso en pareja y cómo se manifiesta. Se proporciona un panorama de la situación en México y se presentan las modalidades del ciberacoso.
3. Prevención y combate del ciberacoso: una mirada desde las instituciones. Trata sobre la prevención y combate del ciberacoso, destacando el marco normativo internacional y nacional para abordar este problema. Se mencionan leyes y políticas en diferentes países, incluyendo México, para combatir la violencia de género en línea. Las instituciones públicas y de sociedad civil organizada juegan un papel importante en la detección, atención y seguimiento de las víctimas de ciberacoso.
4. Atención a mujeres víctimas de ciberacoso. Se describe la atención psicológica y tecnológica que se debe brindar a las mujeres víctimas del ciberacoso. Se proporcionan recomendaciones para identificar y evaluar el ciberacoso, así como un plan de seguridad y 8 pasos para prevenirlo.

Anexos. Se incluyen herramientas como una escala de ciberacoso, un registro del ciberacoso y una lista de verificación para proteger la vida digital. También se proporciona un directorio de servicios para que las mujeres puedan acceder a ayuda y apoyo.

Esperamos que esta guía sea útil para usted. Si necesita más información, no dude en consultar los anexos y recursos adicionales.

1. Conceptos básicos.

Qué es la violencia de género en línea contra las mujeres

La violencia de género en línea puede manifestarse de diversas maneras, según destacan dos instituciones internacionales. Por un lado, el Instituto Europeo para la Igualdad de Género (EIGE) señala que la violencia puede comenzar en línea y continuar fuera de línea, o viceversa, y puede ser perpetrada por una persona conocida o desconocida por la víctima.

Por otro lado, el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) (2021) define la violencia en línea contra mujeres como:

Acto de violencia perpetrado por uno o más individuos contra una persona por razón de su género, que tiene su origen en la desigualdad de género y en las normas de género y que se comete, asiste, agrava y amplifica de forma total o parcial mediante el uso de las tecnologías de la información y las comunicaciones o los medios digitales.

Abarca varias formas de abuso, desde el acoso en Internet, la incitación al odio, el doxing, el ciberacoso y el abuso basado en imágenes, hasta la desinformación de género, el chantaje, la explotación y el material que muestra abusos de niños. La violencia digital es obra tanto de individuos como de agentes estatales, por lo que los dirigentes deben tomar medidas para implementar políticas que pongan fin a la violencia digital de una vez por todas.

Yolotzin, o Yolo como le decían de cariño, tenía 22 años cuando conoció a Juan de 21 años. Se conocieron en la tienda en la que Yolo trabajaba. Juan comenzó a acercarse a Yolo con el pretexto de comprar pequeñas cosas en la tienda y después de que el encargado de la tienda los presentara “oficialmente”, Juan comenzó a invitarla insistentemente a salir. Yolo, no se sentía especialmente atraída por él, sin embargo, dada su perseverancia, accedió a tener una cita con Juan. En cada cita que tenían, ella tenía emociones encontradas; por una parte, sentía lindo que un chico la cortejara y se interesara tanto por salir con ella, pero, por otro lado, sentía “rara” la insistencia con la que le pedía que salieran. A las dos semanas, Yolo estaba bastante segura de que no quería ser novia de Juan, pero por alguna razón, sentía que no podía decirle que “no”.

La relación duró 3 meses, pero Yolo los sintió como eternos debido a la violencia ejercida por Juan. Por ejemplo, una vez que intercambiaron WhatsApp, él no dejaba de enviarle mensajes de dónde estaba o con quién, aun cuando ella se encontraba en horario laboral. En las ocasiones en las que ella decidía cortar la relación, el encargado de la tienda solía decirle a Juan lo que Yolo hacía o si la veía escribiendo en su teléfono celular. Cuando ella bloqueaba a Juan de WhatsApp, le enviaba mensajes desde el número de su madre u otro amigo exigiéndole que regresaran. Al no haber respuesta por parte de Yolo, le enviaba correos electrónicos insultándola y acusándola de tener otras parejas.

La historia de Yolotzin es un ejemplo de cómo la violencia no siempre se presenta de forma contundente, sino que, en muchas ocasiones, va creciendo desde la sutileza, como el acercarse a pedir una cita.

Efectos, daños y consecuencias en las mujeres víctimas de la violencia en línea

Usted podría pensar que un comentario malintencionado podría no representar ningún daño ya que este se encuentra en el espacio virtual. Sin embargo, es importante señalar que usualmente esas publicaciones van acompañadas de acciones o la amenaza de ellas. No solo se trata de las palabras, sino la repetición de estas y el potencial de viralización que tienen en el mundo virtual. A continuación, se explorarán los posibles daños hacia las mujeres como consecuencia de la violencia en línea.

Yolo intentaba ignorar los mensajes, pero sentía mucha ansiedad. Ella la vivía con síntomas físicos como temblores, palpitaciones, sudoración de manos, respiración agitada y entrecortada. Sus pensamientos se centraban en imaginar situaciones catastróficas, lo que generaba emociones de miedo e incertidumbre. Ella tomaba ansiolíticos para tratar de disminuirla, pero no siempre surtía efecto. Después de algunas horas, él se presentaba en la tienda o en la casa de Yolo pidiendo verla. Ella, para evitar más problemas como perder su trabajo o situaciones con su familia, accedía a verle. Juan solía prometer que todo cambiaría, que dejaría de insultarla siempre y cuando ella “se comportara” y “no arruinara las cosas”. Una vez que ella accedía a regresar, la ansiedad disminuía por uno o dos días. Podía dejar los ansiolíticos, pero experimentaba tristeza y no tenía ánimo para hacer sus actividades cotidianas. Posteriormente, volvía a haber un episodio de celos por parte de Juan y todo el ciclo se repetía.

Imagine por un momento que se encuentra en una prisión invisible. No parece que haya barrotes, pero usted sabe que están y no puede salir. Por fuera, las personas se preguntan, ¿por qué no se va?

Esa es, en realidad, una de las preguntas que con frecuencia se hacen quienes atienden a mujeres que han vivido violencia. Y, ¡cuidado! Esta es una de las preguntas que más revictimizan¹ a las personas víctimas de violencia.

Imagine ahora que atiende a una mujer como Yolo, que reporta que su expareja le habla todos los días, le amenaza o chantajea para que regrese con él. Él busca por todos los medios para contactarse con ella. Por medio de redes sociales, ha buscado a sus familiares y contactos de trabajo para saber dónde está o qué hace. Ella ha cambiado su número, pero de alguna forma, él lo consigue de nuevo. No ha llegado a atacarla físicamente y no ha ejercido violencia sexual en su contra, pero él no desiste de tener contacto ni de decirle que “es de él”. ¿Le recuerda a la prisión invisible que imaginó antes? ¿Le recuerda a la experiencia de Yolotzin?

El control coercitivo refiere a una forma de violencia psicológica (en ocasiones sutil) en la que la víctima experimenta una constante vigilancia, así como una pérdida de autonomía en su día a día. Las tácticas que utilizan para ello pueden ir desde el chantaje, las amenazas, el *gaslighting*², la humillación, la intimidación y la manipulación, entre otras.

Si usted lo ve *desde afuera*, parece que es una situación *fácil* dado que se trata de violencia digital y no material (como los barrotes que no se ven); lo cual, puede generar un prejuicio hacia

¹ Es el conjunto de consecuencias psicológicas, sociales, jurídicas y económicas de carácter negativo que derivan de la experiencia de la víctima en su contacto con el sistema de procuración de justicia, y suponen un choque entre las legítimas expectativas de la víctima y la inadecuada atención institucional recibida.

² Forma de abuso emocional que consiste en manipular a una persona hasta hacerla dudar de sus percepciones, opiniones o recuerdos.

las personas que viven este tipo de violencia. Sin embargo, *desde dentro* hay una serie de fenómenos, efectos y daños que dificultan *salir* a la libertad.

Si bien la ansiedad es una de las sintomatologías más frecuentes en el mundo, resulta imprescindible destacar que, junto con la depresión, son los síntomas más frecuentes asociados a la violencia de género. No solo se presentan más, sino que se presenta en niveles más altos que en la población general (Lara Caba et al., 2019). La ansiedad se caracteriza por tener preocupaciones y miedos intensos, excesivos y persistentes sobre situaciones diarias. En cuanto a la población clínica, algunas veces esos miedos no tienen que ver con una experiencia traumática y/o con un riesgo presente. En cambio, las mujeres que viven violencia suelen tener el antecedente de terrorismo íntimo³ frecuente y riesgo en distintos niveles.

Otros de los síntomas de la ansiedad incluyen: agitación, tensión, respiración acelerada, temblores, sudoraciones, sensación de peligro inminente, problemas de salud gastrointestinal, problemas en la atención/concentración y aumento del ritmo cardíaco. Un trastorno de pánico implica esas sensaciones, pero que alcanzan un nivel máximo en minutos (con la sensación de muerte o catástrofe inminente).

En cuanto a la depresión, se entiende como un trastorno en el que se experimenta tristeza constante y pérdida de interés en las actividades diarias. Puede incluir momentos de enojo, frustración e irritabilidad, así como la dificultad de experimentar placer. También puede haber cansancio, falta de energía, sentimientos de culpa, autorreproches y pensamientos en torno a la muerte, que pueden derivar en diferentes momentos de conducta suicida.

³ Táctica donde el perpetrador no atenta de manera aleatoria contra la víctima, sino que se trata de una violencia continua y flagrantemente selectiva, cuyo objetivo es lograr un control cada vez mayor.

La violencia digital en su modalidad de ciberacecho, puede provocar todos estos síntomas

dado que implica no solo crítica, sino humillación, persecución y amenazas constantes.

Autoestima

Desde que usted y todas las personas eran infantes (alrededor de los 5 años), ya contaba con una idea acerca de quién era. Es decir, tenía un autoconcepto. Por otro lado, también emitía cierto juicio acerca de su propia valía. Ese juicio, refiere a la autoestima (Papalia et al., 2004). Si bien durante la infancia tanto el autoconcepto como la autoestima puede no ser tan compleja como en la vida adulta, es verdad que se va modificando, enriqueciendo o empobreciendo, dependiendo de las experiencias y relaciones interpersonales. Así, podemos pensar que, si las personas afectadas por la violencia ya habían vivido en un entorno que les reforzaba un autoconcepto negativo, será más difícil que se opongan a las ideas que el generador de violencia le presente; incluso, podrían reforzar una autoestima negativa que ya presentaba con anterioridad.

En el ciberacecho son recurrentes los mensajes que demeritan y desvalorizan a la víctima, como Juan cuando le decía que “no lo arruinara”. La lectura que Yolo hacía era de que ella tenía la responsabilidad del evento de celos o de la reacción de él. Esto hacía que ella no solo se sintiera culpable sino cada vez menos suficiente.

Consecuencias

Ella no sabía muy bien qué hacer para “no arruinar las cosas”. Dentro de sus intentos para estar mejor en la relación, se encontraban el solo ir de casa al trabajo y de vuelta a casa, dejó de hablar y mensajear con amigos varones para que Juan no imaginara que lo engañaba. Incluso llegó a bloquear a amigos y otros contactos por exigen-

cia de Juan. Por otra parte, su familia llegó a regañarla y presionarla para terminar la relación cuando él llegaba a ir alcoholizado a gritarle y reclamarle que coqueteaba con otros hombres. Sus amigas ya casi no la frecuentaban debido a que Juan estaba todo el tiempo con ella, especialmente después de que Juan entró como empleado de la misma tienda en la que Yolo trabajaba.

Como se puede leer en la viñeta, las consecuencias para las mujeres que viven acecho y ciberacecho, no solo las experimentan a nivel personal, con sintomatología de ansiedad y depresión. También afectan otras áreas, como la laboral, en la que pueden llegar a tener que renunciar a su trabajo o solicitar un cambio de sede. En casos de acecho presencial, pueden llegar a ser despedidas, añadiendo más estrés a la situación que ya de por sí viven.

En los casos en que las mujeres se encuentran cursando sus estudios, también pueden verse afectadas en su entorno escolar, ya que los perpetradores fácilmente pueden presentarse en su escuela o conseguir números telefónicos, o añadir a sus compañeros de escuela o actividades a las redes sociales para continuar con la conducta de acecho.

Dada la gravedad de los efectos del acecho y ciberacecho, también se pueden prever consecuencias a nivel familiar y social que fomenten el aislamiento de las víctimas o la vergüenza al pedir ayuda, lo que nos lleva de nuevo a la ‘presión invisible’ que planteamos al inicio de esta sección.

Tipos de violencia de género en línea contra las mujeres

Si bien no hay un consenso respecto a una clasificación de la violencia de género en línea, diferentes organizaciones coinciden en señalar las siguientes categorías (Unión Europea, 2024):

- Violencia de género en línea: se manifiesta a través de *memes* sexistas, culpabilización de las víctimas, intimidación o amenazas, humillaciones relacionadas con el cuerpo o la vida sexual de las mujeres, y fomento y replicación de discursos de odio. Esto puede provenir de personas desconocidas o conocidas, como en el caso de comentarios en fotografías públicas o en foros de opinión.
- Violencia sexual en línea: Se refiere al uso de las TIC para cometer abusos sexuales o amenazarlos. Incluye extorsión sexual, compartición de imágenes íntimas, acoso sexual, humillación relacionada con la vida sexual de una persona, alteración de imágenes para hacerlas parecer pornográficas o desnudos, amenazas sexuales, pornografía de venganza y explotación sexual.
- Violencia en línea por parte de la pareja: incluye el acecho digital, la interceptación de comunicaciones, el *hackeo* de cuentas o perfiles, la creación de perfiles falsos, el control de la pareja mediante el monitoreo en línea, la limitación de la comunicación, la exigencia de acceso a cuentas o perfiles, y la difamación de la pareja.

2. Ciberacecho en pareja un continuum de la violencia de género hacia las mujeres

Panorama en México

En varios países han comenzado a surgir algunas investigaciones sobre la incidencia de este tipo de violencia contra las mujeres. Como se observa sistemáticamente en el caso de la violencia de género, diversos estudios internacionales indican que las mujeres se ven afectadas de manera desproporcionada por la ciberviolencia en comparación con los hombres (Šimonović, 2018). La prevalencia reportada en los estudios actuales varía y revela que el 10% de las mujeres han sufrido algún tipo de ciberviolencia antes de cumplir los 15 años, y hasta el 57% de las mujeres de todas las edades informaron haber sufrido una o más formas de ciberacoso⁴ en 2015, siendo los hombres los agresores en el 61% de los casos (Broadband Commission for Digital Development (ONU), 2015). Además, un informe de Amnistía Internacional revela que casi una cuarta parte (el 23%) de las mujeres encuestadas en estos ocho países (Dinamarca, España, Estados Unidos, Italia, Nueva Zelanda, Polonia, el Reino Unido y Suecia) indicó haber sufrido ciberacoso al menos una vez, con tasas que oscilaban entre el 16% en Italia y el 33% en los Estados Unidos (Amnistía Internacional, 2017). Diversos indicadores sugieren que es probable que estas cifras hayan aumentado durante la pandemia de COVID-19, ya que la población, incluidas las mujeres y las niñas, ha tenido que depender mucho más de los servicios digitales. Además, como señalan algunos estudios, este tipo de violencia se ha intensifi-

cado debido a las restricciones de movilidad y el confinamiento impuesto a causa de la pandemia.

A medida que aumenta el número de mujeres y niñas que participan en entornos digitales, también incrementa la incidencia de la ciber violencia de género en su contra (Derechos Digitales América Latina DDAL, 2020).

En México, la información disponible sobre la ciberviolencia contra las mujeres se basa principalmente en los datos recopilados por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) a través de diversas encuestas de población. Sin embargo, existe una falta de investigación enfocada en aquellas mujeres que están en mayor riesgo.

Según la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones Familiares, ENDIREH (Instituto Nacional de las Mujeres & Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2021), el 13.9% de las mujeres mexicanas de 15 años o más han sufrido alguna forma de ciberviolencia en algún momento de sus vidas, mientras que el 7.2% informó haberla sufrido en los últimos 12 meses.

Según el módulo de ciberacoso (MOCIBA) de la Encuesta Nacional sobre la Disponibilidad y el Uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en los Hogares (ENDUTIH) del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) en 2020, el 5,1% de los hombres y el 7% de las mujeres de 12 años o más en México han enfrentado algún tipo de ciberacoso por parte de su pareja actual o anterior durante los últimos 12 meses.

Modalidades del ciberacecho

Se han realizado diversas propuestas para clasificar a los acechadores en función de su relación con la víctima, sus patrones de comportamiento, sus motivos ocultos y su estado de salud mental. Sin embargo, al examinar la dinámica de la relación entre la víctima y el acechador,

⁴Aunque, como explicamos en la introducción, los términos acoso y acecho no se refieren a las mismas acciones, para efectos de este manual, utilizaremos los términos ciberacoso y ciberacecho de manera equivalente, ya que las fuentes originales los utilizan de esta forma.

junto con el contexto situacional, se pueden delinear cuatro categorías principales de víctimas:

a) Figuras públicas: personas que son el centro del interés y la admiración públicos, lo que atrae a los acosadores que buscan proximidad o notoriedad.

b) Personas no relacionadas: individuos que no tenían ninguna relación previa con el acosador antes de convertirse en el objetivo de su atención.

c) Conocidos: personas que mantienen una relación con el acechador, como colegas, vecinas/os o amigas/os.

d) Mujeres objeto de acoso por parte de sus parejas o exparejas: esta categoría se identifica como la más frecuente y peligrosa, según lo postulan Logan y Walker (2019).

Ciberacoso que viven las mujeres por parte de su pareja o expareja

El ciberacoso que experimentan las mujeres por parte de su pareja o expareja es una forma de violencia de género que se ejecuta a través del uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), incluyendo internet, dispositivos de geolocalización y aplicaciones de vigilancia.

Este tipo de violencia se caracteriza por un patrón persistente de comportamiento que busca controlar y someter a la mujer mediante la manipulación o la coerción. Esto puede manifestarse a través de acciones como seguirla, vigilarla o comunicarse con ella de forma persistente en contra de su voluntad. Además, puede ser llevado a cabo directamente o a través de terceros, como hijas e hijos, familiares, amistades o compañeras/os de trabajo o escuela.

El ciberacoso puede tener graves consecuencias para la mujer, incluyendo daños psicológicos, físicos, sexuales y económicos. También puede afectar su intimidad, libertad e integridad, y alterar significativamente su dinámica familiar,

sus relaciones sociales, su rendimiento académico y productividad económica. En algunos casos, puede ser un precursor de la violencia feminicida.

Monckton Smith y otros (2017), mencionan que, si bien no todos los casos de acoso escalan al punto del feminicidio, es vital otorgarle atención al acoso y al ciberacoso para realizar intervenciones oportunas que permitan atender las formas de violencia presentes y prevenir que se agudicen. Las autoras encontraron que:

- En el **94%** de los casos de feminicidio² existían conductas de acoso
- En el **92%** de los casos, se registró control
- El **85%** de los feminicidios ocurrieron en el hogar de las víctimas
- De la muestra analizada, el control coercitivo y el acoso aparecían juntos con más frecuencia en relaciones de pareja (**71%**) de las cuales, **51%** aún se encontraban en relación y **20%** ya estaban separadas.

Así, es importante observar que el feminicidio suele ser un “proceso” más que un “arranque” por lo que es importante reconocer indicadores clave.

A continuación, se presenta la Tabla 1, que resume los tipos de ciberacoso identificados en el estudio sobre esta problemática en parejas que residen en refugios de México. Estos tipos de ciberacoso se derivan de las distintas formas en que se manifiesta este fenómeno.

⁵ El estudio se realizó en el Reino Unido, para efectos del manual, se equipara el homicidio al feminicidio ya que el estudio comprendió 358 casos de víctimas mujeres y varones perpetradores.

Tabla 1. Tipos del ciber acecho en la pareja

Tipo de Ciberacecho	Acción o conducta del acechador
1. Ciberacecho para hostigar a la mujer (CHM).	▪ Vigilancia La sigue y espía todos sus movimientos a través de la instalación de aplicaciones espía en sus dispositivos, geolocalizadores en su automóvil u otro transporte, videocámaras en su casa. Confisca su teléfono, computadora, tableta. ▪ Mensajes, llamadas A través de plataformas de mensajería o por llamadas telefónicas manda mensajes de carácter sexual, ofensivos, denigrantes o amenazantes a ella o a sus familiares o personas conocidas. ▪ Difusión de información La amenaza con publicar o publica en redes sociales (Instagram (IG), Tinder, Twitter, Facebook (FB), YouTube, TikTok, Pinterest, entre otras) imágenes, videos o información privada o sexual para ridiculizarla, desacreditarla o atemorizarla ▪ Robo de identidad Usurpa su identidad para hacerse pasar por ella enviando mensajes desde su teléfono para crear cuentas falsas en redes sociales (Instagram (IG), Tinder, Twitter, Facebook (FB), YouTube, TikTok, Pinterest y otras) o hacer movimientos de su cuenta en la banca en línea, compras en tiendas departamentales o comercios virtuales (Amazon, Mercado libre, Temu) sin su consentimiento.
2. Control de su actividad en las redes sociales y movilidad (CCA).	Revisa y controla su actividad en redes sociales, lo que publica (postea) y las reacciones que da (like). Prohíbe que conteste llamadas, envíe mensajes o correos electrónicos; exige que elimine algún contacto, seguidor o seguidora de sus redes o que deje de seguir a alguien. Exige que le diga con quién se relaciona, qué hace, a dónde sale y a qué lugares asiste indicando la ubicación en tiempo real, y que lo agregue a sus redes sociales.
3. Control de las contraseñas o claves de dispositivos, redes sociales, cuentas bancarias y comerciales (CCC).	Exige que le diga sus contraseñas para desbloquear sus dispositivos (computadora, tableta, celular), manejar su correo electrónico, cuentas de redes sociales (Instagram (IG), Tinder, Twitter, Facebook (FB), YouTube, TikTok, Pinterest y otras) o hacer movimientos de sus cuentas bancarias en línea o comerciales.

Fuente: Tomado de "Ciber acecho. Un estudio entre mujeres alojadas en refugios de México" (Castro & Vázquez, 2024).

3. Prevención y combate del ciberacecho: una mirada desde las instituciones

Marco normativo internacional, nacional y estatal

En el contexto europeo, tras la ratificación del Convenio de Estambul, un total de 21 países promulgaron medidas legislativas destinadas a combatir el acecho antes de 2016. Estos países incluyen Australia, Alemania, España, Francia, Italia, los Países Bajos, el Reino Unido, Rumania y Rusia (Van der Aa, 2018). En América, bajo los acuerdos de la Convención de Belém do Pará, la tendencia es más hacia el desarrollo de políticas educativas que desincentiven a los acechadores, en lugar de criminalizar el acecho. Algunos países que han implementado iniciativas legislativas al respecto son Argentina, Brasil, Canadá, Chile, Colombia, Costa Rica, Estados Unidos, México, Perú y República Dominicana (Peña Ochoa, 2017).

En México, esta nueva legislación se expresa, en primer término, en la llamada “Ley Olimpia”, consistente en un conjunto de reformas a la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (2017) que identifica a la violencia ejercida a través de tecnologías digitales como una de las modalidades de la violencia contra las mujeres. Estas reformas fueron aprobadas en 2021 y ahora están en proceso de ser adoptadas también por las legislaciones estatales. De acuerdo con las definiciones que figuran en la Ley, la violencia digital se caracteriza como:

Violencia digital es toda acción dolosa realizada mediante el uso de tecnologías de la información y la comunicación, por la que se exponga, distribuya, difunda, exhiba, transmita, comercialice, oferte, intercambie o comparta imágenes, audios o videos reales o simulados de contenido íntimo sexual de una persona sin su consentimiento, sin su aprobación o sin su autorización y que le cause daño psicológico, emocional, en cualquier ámbito de su vida privada o en su imagen propia.

Así como aquellos actos dolosos que causen daño a la intimidad, privacidad y/o dignidad de las mujeres, que se cometan por medio de las tecnologías de la información y la comunicación (art.20)

Según este artículo, las circunstancias que agravaban las penas previstas son:

El Código Penal Federal ha reconocido ciertas acciones como delitos relacionados con la informática desde el año 1999; sin embargo, omite ostensiblemente la categorización del acecho o el ciberacecho como delito informático. Si bien ciertas leyes penales estatales sí penalizan delitos como el acoso, la violación de la privacidad sexual, la pornografía y la suplantación de identidad, solo los estados de Coahuila, Tamaulipas y Guanajuato abordan específicamente el tema del acecho.

El Código Penal del Estado de Coahuila, en su artículo 236 Bis, define el delito de acecho como el hecho de seguir, vigilar o comunicarse persistentemente con alguien en contra de su voluntad, atentando contra su seguridad, libertad e intimidad. La conducta debe ser reiterada, al menos en dos ocasiones, y alterar la vida normal de la víctima.

Asimismo, en su artículo 236ter, establece las penas para quien intimide a una persona de manera insistente y reiterada, llevando a cabo conductas como vigilar, perseguir, buscar su anuencia física, atentar contra su libertad o patrimonio, o realizar conductas tendentes a que la víctima o cualquier persona con quien mantenga lazos de parentesco o amistad sufra daños en su persona o bienes. Las penas son de 6 meses a 2 años de prisión y multa de 500 a 1000 unidades de medida y actualización.

- Ingresar al domicilio de la víctima o de alguna persona con la que aquella mantenga lazos de parentesco o amistad.
- Causar grave daño físico o psicológico a la víctima o de alguna persona con la que mantenga lazos de parentesco o amistad.
- Cometer la conducta con el uso de un arma.
- Incurrir en actos de acecho quebrantando e incumpliendo una orden de protección en su contra.
- Cometer actos de vandalismo en perjuicio de bienes muebles o inmuebles propiedad de la víctima o de alguna persona cercana a ella.
- Cometer la conducta en contra de una persona menor de edad, una mujer embarazada o una persona especialmente vulnerable.
- Cometer actos en razón de la identidad de género u orientación sexual de la víctima.
- Cometer la conducta en un contexto de violencia de género.
- Cometer la conducta para el cobro de un adeudo existente o inexistente.
- Utilizar dispositivos tecnológicos para la vigilancia, persecución o contacto no deseado, directamente por el agente activo o por interpósita persona.

En estos casos, las penas se incrementarán en un **50 por ciento**.

Participación de las instituciones en la detección, atención y seguimiento

En el municipio de Saltillo hay instituciones públicas y de sociedad civil organizada que atienden a mujeres en situación de violencia de género, incluyendo a aquellas que son víctimas de ciberacecho. Las instituciones, de este tipo, que dependen del gobierno del estado son:

- El Centro de Justicia y Empoderamiento para las Mujeres (CJEM).
- Los módulos de atención de la Secretaría de las Mujeres (SM).
- La Subsecretaría de Proximidad Social y Prevención de la Secretaría de Seguridad Pública (SPSYP).
- El Refugio para Mujeres en Situación de Violencia del DIF.
- La Dirección para Promover la Igualdad y Prevenir la Discriminación (DPIPD).
- La Dirección General del Centro de Comunicaciones (911).
- La Policía Cibernética.
- La Dirección General de Atención y Protección a Víctimas y Ofendidos-Atención a víctimas, Procuraduría de los Niños, las Niñas y la Familia (PRONNIF).

Fiscalías

La Fiscalía para las Mujeres y la Niñez a través de fiscales adscritos al CJEM y PRONNIF, recibe las denuncias de las mujeres y de la niñez, respectivamente.

Organizaciones de la sociedad civil

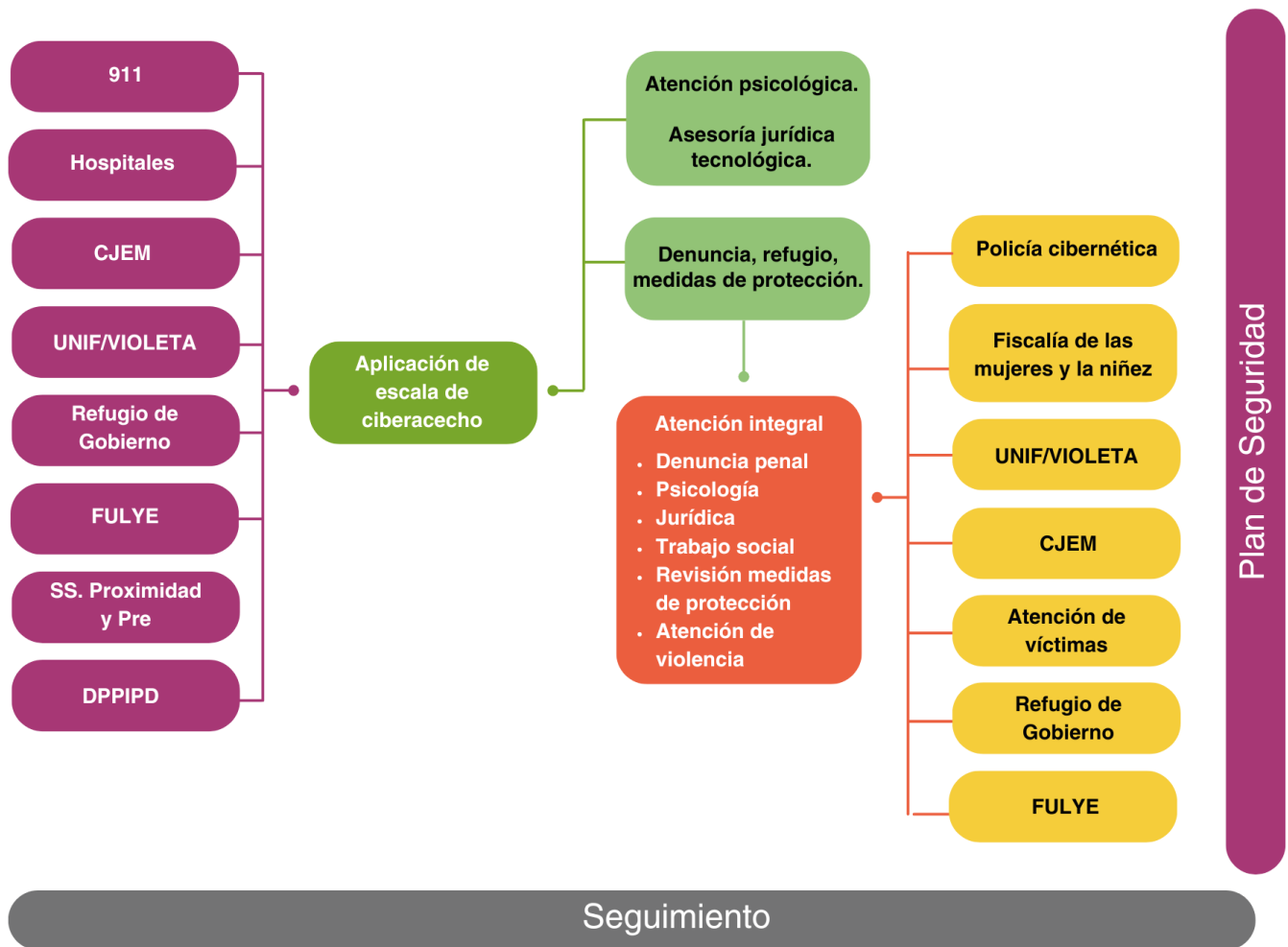
La Fundación Luz y Esperanza es una organización dedicada a la atención de las mujeres y sus hijas e hijos que se encuentran en situación de violencia, a través de un centro de atención y un refugio. También se cuenta con la Casa del Migrante, que recibe a personas que provienen de otros países.

Policía municipal

Del Ayuntamiento de Saltillo depende la Comisaría de Seguridad y Protección Ciudadana, que incluye el Agrupamiento Violeta (AV), encargado de atender a mujeres en situación de violencia como primer respondiente, así como la Unidad de Integración familiar, que también actúa como primer respondiente para víctimas de violencia y otras situaciones.



Mujeres en situación de ciberacecho



Proceso de atención a mujeres en situación de violencia de género.

En la práctica diaria en el municipio de Saltillo, las mujeres en situación de violencia son atendidas por cualquiera de las instituciones mencionadas en los párrafos anteriores y canalizadas a la denuncia antes los o las fiscales adscritos al CJEM. Las mujeres que solicitan apoyo al 911 son atendidas en sus casas o en el lugar de la agresión por la policía municipal, a través de oficiales del agrupamiento violeta, UNIF o cualquier otro agrupamiento. Si hay flagrancia, al presunto responsable es puesto a disposición de los fiscales para tomar la denuncia de la mujer, con el fin de integrar la carpeta de investigación y, posteriormente, judicializar el caso. El seguimiento de la atención se realiza en cualquiera de las Instituciones señaladas con su respectivo plan de seguridad.

Este proceso de atención en casos de violencia de género debería ser el mismo para las mujeres que padecen ciberacecho, integrándose como un delito adicional, el de ciberacecho, en la misma carpeta de investigación. En las mujeres atendidas por violencia de género, se podrá aplicar el instrumento específico para detectar el ciberacecho. En el proceso de seguimiento en la fiscalía, se podría contar con el apoyo a la policía cibernética para llevar a cabo la investigación correspondiente.

4. Atención a mujeres víctimas de ciberacecho

Como se mencionó, los efectos del ciberacecho pueden causar daño psicológico, pero también afectar otras áreas de la vida de las mujeres, como sus trabajos, carreras, desarrollo personal, su privacidad y, en general, sus derechos humanos. También se ha reiterado que, como en el caso de Yolo, es muy probable que las manifestaciones de cualquier tipo de violencia escalen. Por ello, es de vital importancia no solo visibilizar las violencias asociadas o facilitadas por la tecnología, sino también atenderlas de forma oportuna e integral. A continuación, se proponen estrategias de atención psicológica, jurídica y tecnológica para las mujeres víctimas de ciberacecho.

Recomendaciones para identificar y evaluar el ciberacecho

Cuando una mujer se presenta a los servicios de ayuda, usualmente es “su último recurso” ya que, como se revisó previamente, el afrontamiento suele estar más enfocado a la regulación emocional. Por tanto, la recomendación principal es: en la entrevista, escuchar atentamente el relato de la persona y en ésta, identificar la conducta del generador de violencia. Entre los comportamientos más recurrentes de ciberacecho están: (Stalking Prevention, Awareness, & Resource Center SPARC, 2024).

- **Invasión en la vida.** Contactos repetidos **no consentidos por la víctima**, que pueden incluir llamadas, llamadas perdidas, buzón de voz, SMS o comunicaciones a través de e otras aplicaciones como WhatsApp, Instagram, YouTube, TikTok, Facebook, entre otras.
- **Amenazas.** Pueden incluirla **difusión de imágenes o información privada**, la propagación de rumores, o la difamación ante sus contactos, familiares, amistades o en su entorno laboral o escolar. También pueden surgir amenazas de daño hacia ella, sus seres queridos, sus propiedades o incluso hacia el propio generador de las amenazas.
- **Vigilancia.** A través de la tecnología, se puede observar la ubicación de la víctima, realizar un rastreo mediante el GPS de su celular o tener control de las cámaras de vigilancia en su hogar. Esto se lleva a cabo, en muchas ocasiones, aprovechando el menor conocimiento que la víctima tiene sobre la tecnología. En otras ocasiones, se monitorea la actividad en línea de la víctima, ya que **previamente se le ha exigido la contraseña** de sus redes sociales o se han creado perfiles falsos para acecharla. Otra forma de vigilancia ocurre cuando el agresor suplanta la identidad de la víctima en línea para obtener información sobre ella o acceder a datos privados, como contraseñas o servicios que utiliza.

Escala de ciberacecho

Es recomendable aplicar la escala de ciberacecho¹ cuando en la entrevista inicial se detecten situaciones de control por parte de la pareja o de violencia de género.

El instrumento consta de 3 subescalas:

Por otra parte, se sugiere preguntar acerca de los efectos que esas conductas han tenido en la mujer. Tal como se observó en el caso de Yolotzin y en la sección sobre efectos, daños y consecuencias del ciberacecho, se puede indagar sobre:

- Las estrategias de afrontamiento. Por ejemplo: “¿Cómo ha enfrentado esta situación? ¿Hay algo que haya hecho que haya ayudado a disminuir el malestar? **¿Hay algo que haya sucedido que empeoró la situación?**”
- Los síntomas de malestar psicoemocional. A través de preguntas como: “Entiendo que esto debe ser muy difícil, **¿cómo se ha sentido al respecto?** ¿Quizá ha sentido miedo? ¿Qué más?”
- **Hacer uso de escalas de malestar.** Como con Yolo, **¿Del 1 al 10, en cuánto estaría de malestar/ ansiedad/ miedo?**

- Presencia / Ausencia (PR). Esta subescala pretende medir si la persona que responde la escala vive ciberacecho por parte de su pareja. Los ítems corresponden a la sección I del instrumento y describen conductas como la insistencia en la comunicación con la mujer sin su consentimiento, así como las amenazas y la vigilancia a través de la tecnología.
- Efectos (EF). Se refiere a las consecuencias que las conductas descritas en la sección anterior han tenido para la mujer. Los reactivos se encuentran en la sección II de la escala y abordan los conflictos que haya la mujer ha experimentado con sus círculos cercanos, así como los efectos en su salud mental, sueño y hábitos.
- Autopercepción de riesgo próximo (ARP). En esta subescala se explora de manera subjetiva el riesgo que percibe la mujer. Los ítems se encuentran en la sección III de la escala e indagan qué tan probable considera la persona que el agresor tenga conductas que le causen problemas a la víctima.

⁶La escala para detectar ciberacecho fue desarrollada a partir de la investigación documental para este proyecto, además, los ítems fueron alineados a la legislación aplicable (art. 236 y 236 bis del código penal del Estado de Coahuila de Zaragoza) así como trabajados durante las mesas de trabajo del presente proyecto. Ver escala en Anexo

Recomendaciones para la aplicación

Es recomendable que la aplicación se realice junto con otros instrumentos o en un momento en que la mujer no se sienta en riesgo y tenga tiempo para responder. Asimismo, se sugiere un ambiente lo más tranquilo posible. La aplicación típica dura como máximo 10 minutos, aunque puede depender del estado emocional de la mujer. Por ejemplo, si está distraída o en shock; en tal caso, es recomendable posponer la aplicación para otro momento.

Puntuación

Una vez obtenidos los puntajes de las subescalas, se calculará la sumatoria de puntos por cada subescala para determinar la puntuación total, la cual indica si la mujer puede estar experimentando ciberacecho y en qué nivel se encuentra.

En la siguiente tabla, se encuentran las normas de calificación del instrumento:

Tabla 2. Normas de calificación para la Escala de ciberacecho

Subescalas	Niveles		
	Bajo	Medio	Alto
Presencia/ausencia (PR)	13-22	23-30	31-39
Efectos (EF)	11-18	19-26	27-33
Autopercepción de riesgo próximo (ARP)	7-12	13-16	17-21
Total de puntuación de ciber acecho	31-52	53-72	73-93

Recuerde que se trata de un instrumento exploratorio, que debe ser acompañado de una entrevista a profundidad para conocer el impacto que el ciberacecho ha tenido en la mujer.

Recomendaciones tecnológicas

Plan de seguridad

Una vez que haya identificado que la persona es víctima de ciberacecho, puede brindar una atención que incluya recomendaciones de seguridad digital. Por ejemplo, desarrollar un plan de seguridad tecnológica que permita a la mujer recuperar la autonomía en su vida en línea. Algunas pautas que puede considerar son (SPARC, 2024):

- El plan de seguridad evoluciona. Depende de cómo cambia el ciberacecho y lo que el agresor realice en este respecto.
- Ir un paso adelante. La planeación no es sólo en función de lo que ha pasado sino de lo que podría ocurrir.
- Ir otro paso adelante. Se trata de anticipar cómo podría reaccionar el agresor y de esta manera, elaborar el plan.
- Equilibrio. Entre la seguridad y la capacidad de llevar la vida cotidiana. Sólo la persona puede saber qué situaciones le resultan más manejables.
- Posibilidad de denuncia. Asegurarse de que la víctima tenga conocimiento de que es su **DERECHO** la denuncia y la protección.
- Hacer uso de sus redes de apoyo. Alertar a su familia, amistades y contactos para evitar filtración de información y saber qué hacer si el agresor les contacta.
- Cambios de rutina. En la medida de lo posible, hacer cambios periódicos en su rutina diaria. Incluyendo el **cambio periódico de contraseñas,**

de sus respuestas secretas o perfiles en redes sociales. Buscar su propia información en internet para estar consciente de qué datos personales están en línea y verificar si es posible restringir algunos. Si la persona lo considera pertinente podría restringir el uso de algunas redes sociales y pasar de un perfil público a uno privado. **Cambiar su número telefónico** y revisar su domicilio en caso de sospecha de cámaras ocultas. Si es posible, cambiar de equipo telefónico y configurarlo con cuentas nuevas.

- Dejar de comunicarse con el agresor. Aunque pudiera parecer la primera opción, no siempre es posible debido al riesgo que la víctima puede correr, así como al miedo y el control coercitivo. Por tanto, es importante **evaluar en qué momento la persona está lista para restringir la comunicación**. Esto, puede incluir decirle al agresor, una sola vez, que no se desea ningún tipo de contacto. Por ejemplo: “No quiero nada contigo, no me llames más, no me contactes de ninguna manera” y registrar esta comunicación (puede incluir capturas de pantalla).
- Llevar registro. Aunque parezca tedioso, es fundamental registrar cada incidente de ciberacecho. Se puede proporcionar a la persona el [formulario anexo](#) donde podrá anotar la hora, fecha, hechos y testigos, entre otros detalles. Esta información puede ser útil para elaborar el plan de seguridad y dar seguimiento a la situación y también para presentar y dar seguimiento a una denuncia.

8 pasos para prevenir el ciberacecho

En línea con el plan de seguridad, se encuentra la herramienta “8 pasos para prevenir el ciberacecho” del Safety Net Project (2018), cuyos puntos se describen a continuación:

1. **Cambiar contraseñas y nombres de usuario de manera regular**, especialmente si se sospecha que alguien está accediendo a las cuentas en línea. Es fundamental utilizar un dispositivo seguro para realizar estos cambios y evitar acceder a las cuentas desde dispositivos que puedan estar siendo. También se recomienda crear nuevas cuentas y direcciones de correo electrónico con un nombre de usuario que no se pueda identificar fácilmente, en lugar de utilizar el nombre real u otra información reveladora. No vincule estas cuentas nuevas a cuentas o números antiguos, y no utilice la misma contraseña para todas las cuentas. Además, se sugiere cambiar la contraseña del Wifi de forma regular. Encuentre más consejos sobre [Seguridad de Contraseñas](#).
2. **Revisar dispositivos y configuraciones** para comprobar la configuración de privacidad y asegurarse de que no haya dispositivos o cuentas conectadas que no sean autorizados. Esto incluye revisar el celular, las aplicaciones y las cuentas en línea, así como cualquier acceso, como el Bluetooth. Es importante conocer la función de las aplicaciones instaladas. Eliminar cualquier aplicación del dispositivo que no se utilice. Además, es recomendable buscar picos en el uso de datos, ya que pueden indicar la presencia de software de monitoreo, como programas espía.
3. **Adquirir un nuevo dispositivo** con una nueva cuenta a la que el agresor no tenga acceso, solo si se sospecha que el dispositivo actual está siendo vigilado. Configurar un código de acceso en el nuevo dispositivo y evitar vincularlo a cuentas antiguas en la nube, como iCloud o Google, a las que el agresor podría tener acceso. Considerar desactivar la localización y el uso compartido de Bluetooth cuando no esté en uso. Conservar el dispositivo antiguo para que el agresor piense que se sigue usando y no intente acceder al nuevo.
4. **Proteger la ubicación** es crucial si se sospecha que el agresor está rastreando la ubicación a través del teléfono inteligente o el vehículo. Es fundamental revisar el teléfono, las aplicaciones y las cuentas para verificar si el uso compartido de la ubicación está activado, y actualizar la configuración para que se adapte mejor a las necesidades.
5. **Considerar cámaras y dispositivos de audio** es importante si se sospecha que se está siendo vigilada a través de dispositivos ocultos, regalos recibidos del agresor o dispositivos cotidianos como cámaras web o asistentes personales. Los dispositivos cotidianos o los regalos pueden protegerse cambiando la configuración de la cuenta o las contraseñas. Las cámaras web integradas pueden cubrirse con un trozo de cinta adhesiva removible (aunque esto sólo se refiere a la cámara, no al software espía de la computadora).

6. **Proteger la dirección** es esencial si te preocupa que alguien descubra la dirección de tu casa. Se recomienda abrir un buzón privado o pedir a amigos y familiares que no compartan esta información.
7. **Limitar la información personal** es fundamental para evitar que el agresor tenga acceso a datos confidenciales. Es recomendable optar por no aceptar la recopilación de información o proporcionar solo la mínima necesaria a establecimientos comerciales o mercados en línea. Por ejemplo, en lugar de utilizar el nombre completo, se pueden emplear iniciales.
8. **Controlar la privacidad en línea y fuera de línea** es crucial para aumentar la privacidad y disminuir los riesgos de que el agresor haga un mal uso de las tecnologías.

Lista de verificación

Un recurso del que puede se puede disponer para brindar una atención integral a las víctimas es el uso de una lista de verificación (National Network to End Domestic Violence, 2018), que permita avanzar paso a paso, y en diferentes momentos, según la mujer lo considere pertinente, en la realización de los cambios sugeridos para aumentar su seguridad en línea. Asimismo, se recomienda no solo proporcionar el formato, sino también explicar a qué refiere cada punto para clarificar cualquier duda que surja. La ventaja de que las mujeres se lleven la lista de verificación es que pueden utilizarla conforme a sus recursos disponibles, como el tiempo o la economía.

Consulte el formato anexo de [Lista de verificación para proteger tu vida digital](#)

A continuación, se detallan las áreas de la lista de verificación.

Contraseñas

- Hacer una lista de todos los dispositivos (por ejemplo, laptop, teléfono móvil, sistema de seguridad doméstico, auto inteligente, dispositivos conectados a Internet, asistentes virtuales como Siri/Alexa, sistemas de sonido conectados por Bluetooth, etc.) y cuentas (por ejemplo, redes sociales, correo electrónico, compras en línea, servicios de comida a domicilio, aplicaciones de transporte, cuentas en la nube, monitores de ejercicio, juegos, etc.).
- Tomar nota de cuáles de estos dispositivos el agresor tiene acceso, conoce las contraseñas o puede llegar a conocerlas.
- Repasar qué información se incluye en esas cuentas, por ejemplo, domicilio, número de teléfono, dirección de correo electrónico, información sobre tarjetas de crédito, mensajes personales, historial de búsquedas en Internet, comunicaciones sobre planes de seguridad, etc.

- Cambiar todas las contraseñas por frases de contraseña únicas que el agresor no pueda adivinar. Evitar el uso de nombres de hijas e hijos o mascotas, fechas importantes, direcciones o números de teléfono antiguos. Una frase de contraseña debe ser es fácil de recordar, pero difícil de adivinar. Incluir símbolos y números en lugar de algunas letras puede hacerla aún más compleja (por ejemplo, L1tTl3R3dC0rV3Tt3).
- No utilizar la misma contraseña para varias cuentas. Es recomendable emplear una frase de contraseña única para cada cuenta o utilizar un administrador de contraseñas.
- Cambiar la contraseña del Wi-Fi de casa.
- Para las preguntas de seguridad de las cuentas, es recomendable inventar respuestas falsas o elegir preguntas cuyas respuestas no puede adivinar el agresor. De lo contrario, podría acceder a tu cuenta. Por ejemplo, en lugar de utilizar el apellido de soltera de tu madre, crea una respuesta ficticia cuando te pregunten por ese apellido y proporciona una respuesta diferente.
- Desactivar todas las contraseñas guardadas automáticamente en todos los dispositivos y cuentas.
- Cerrar sesión de todas las cuentas y dispositivos cuando no se utilicen.
Utilizar la autenticación de dos pasos en cualquier aplicación o cuenta que lo permita. La autenticación de dos pasos requiere que se introduzca una contraseña que se envía al teléfono o correo electrónico para confirmar que eres tú quien accede a la cuenta.
- No utilices cuentas de redes sociales para iniciar sesión en otras cuentas (por ejemplo, las opciones "Iniciar sesión con Facebook" o "Iniciar sesión con Google").
- Elimina las direcciones de correo electrónico o los dispositivos del agresor de las cuentas compartidas y como dispositivos de confianza en tus cuentas. Bloquea, borra y cancela la amistad.
- Considera bloquear o eliminar de tu lista de amistades la dirección de correo electrónico, el número de teléfono o el contacto en redes sociales del agresor. Asegúrate de haber reunido toda la evidencia necesaria de esas cuentas antes de borrarlas o bloquearlas. Algunos programas eliminarán o no permiten acceder a las conversaciones e información de la cuenta de la otra persona una vez que haya sido eliminada, bloqueada o borrada de tu cuenta.
- Debes tener en cuenta que bloquear, borrar o eliminar la amistad del agresor podría agravar el abuso. Tener acceso a las redes sociales del agresor puede ser beneficioso, por ejemplo, para conocer su ubicación, y merece la pena tenerlo en cuenta.
- Considera qué amistades y familiares pueden tener a tu agresor como "amigo" en sus cuentas. Pídeles que no publiquen información sobre ti ni fotos tuyas en Internet, y que eviten compartir información con el agresor.

Rastreo y vigilancia

- Se recomienda cubrir las cámaras de todos los dispositivos cuando no estén en uso.
- Si el agresor está rastreando el dispositivo o cuentas, considera la posibilidad de utilizar un dispositivo diferente, como la computadora de una amiga, un dispositivo del trabajo o una computadora en una biblioteca, para buscar información y empezar a planear cómo hacer cambios en tus dispositivos o cuentas.

- Considera qué información personal se publica en Internet (por ejemplo, la dirección de tu casa en una invitación a un cumpleaños, el número de teléfono en una publicación de Facebook o el nuevo lugar de trabajo en LinkedIn) y decide si eliminar esa información o hacerla privada, ya que otras personas podrían compartirla con el agresor, incluso si lo has bloqueado de tus cuentas.
- Desactivar o limitar las funciones de localización de los dispositivos cuando no se están utilizando.
- Desactivar funciones de localización como “Buscar mi Teléfono” o “Buscar a mis Amigos”.
- Borrar el historial de ubicaciones almacenado previamente, especialmente antes y después de llegar a refugios para víctimas de violencia familiar u otros espacios seguros.
- No hacer “check-in” en lugares a través de las redes sociales.
- Cambiar la configuración de privacidad de las aplicaciones y redes sociales a opciones más restrictivas.
- No publiques fotos en las redes sociales que contengan metadatos o información de fondo que puedan revelar tu ubicación. Una forma de eliminar los metadatos basados en la ubicación de una foto es hacer una captura de pantalla de la foto y publicar esa captura en lugar de la foto original que contiene los metadatos.
- Elimina las direcciones de correo electrónico o los dispositivos del agresor de las cuentas compartidas y retira su dispositivo de la lista de dispositivos de confianza de todas tus cuentas.
- Desvincula tu teléfono u otros dispositivos de los del agresor (por ejemplo, el estéreo Bluetooth del coche o de la casa, las notificaciones de ejercicio del reloj inteligente, etc.).
- Registrar las pertenencias (por ejemplo, bolsos, coches, chamarras) en busca de dispositivos de localización GPS u otros dispositivos de grabación.
- Examinar cualquier regalo o artículo inusual en el hogar, incluidos los artículos de las hijas e hijos pequeños, en busca de cámaras ocultas o dispositivos de grabación.
- Considerar qué información hay en los dispositivos y cuentas de sus hijas e hijos (por ejemplo, teléfonos, sistemas de videojuegos, cuentas de redes sociales) y qué puede estar compartido con el agresor.
- Considerar si el agresor tiene acceso a cualquier información del sistema de seguridad del hogar, como el acceso a las cámaras o la información sobre cuándo las personas salen o entran en la casa.
- Evaluar el uso de un dispositivo o programa (por ejemplo, escáneres de red, escáneres de puertos, detectores de señales de radiofrecuencia) que pueda identificar ciertas cámaras ocultas y escanear tu red Wi-Fi o tu hogar.
- Revisar las aplicaciones del teléfono y eliminar aquellas que no sean familiares.
- Si existe la preocupación de que el agresor haya instalado software espía en los dispositivos, considerar pedir a un especialista en informática o a la ciberpolicía que verifiquen si el dispositivo contiene este tipo de programas. Recuerda que, si el software espía está instalado en el dispositivo, el agresor puede ser capaz de ver lo que se hace en él, lo que puede intensificar el abuso.

Señales de que un dispositivo puede tener programas espía:

- El dispositivo funciona lentamente.
 - La batería se descarga rápidamente.
 - Se agotan los datos.
 - El dispositivo se calienta.
 - El dispositivo se ilumina cuando no está en uso.
 - Clics o sonidos extraños durante las llamadas.
 - Tarda mucho en apagarse.
-
- Mantener actualizados los sistemas operativos de los dispositivos. Estas actualizaciones suelen corregir cualquier vulnerabilidad de seguridad encontrada en el software que los piratas informáticos podrían utilizar indebidamente, así como los programas espía. Es recomendable **comprobar dos veces la configuración de privacidad** después de una actualización para asegurarse de que no ha cambiado para ninguna aplicación.
 - Considerar reemplazar completamente los dispositivos. Si se opta por hacerlo, no se deben realizar copias de seguridad de los dispositivos anteriores, ya que esto podría transferir cualquier programa espía instalado en ellos.
 - Buscar hardware inusual conectado a computadoras de escritorio (por ejemplo, los registradores de teclas suelen estar conectados entre el teclado y la CPU de la computadora). Es importante tener en cuenta que los hackers e ingenieros informáticos experimentados pueden acceder a la ubicación de un dispositivo, incluso cuando está apagado en la configuración. Si el agresor tiene experiencia en TI, pueden surgir retos adicionales para la seguridad tecnológica, dependiendo de sus conocimientos.

Cuentas alternas

- Si el agresor tiene acceso a sus cuentas y no hay una forma segura de impedirlo en este momento (por ejemplo, si le exige que comparta sus contraseñas amenazándola con hacerle daño de otra forma), es recomendable crear una cuenta de correo electrónico alternativa o una cuenta de redes sociales que el agresor no conozca o a la que no tenga acceso. Evite iniciar sesión en esa cuenta desde sus dispositivos personales o compartidos. Utilice una computadora del trabajo, de la biblioteca o de un amigo para acceder a ella.

Almacenamiento en la nube, cuentas compartidas, acceso no autorizado

- Eliminar al agresor de cualquier cuenta, dispositivo o plan compartido si es seguro hacerlo.
- Considerar qué contenido se está cargando o conectando automáticamente (por ejemplo, calendarios, almacenamiento de iCloud o Google Fotos para fotos y mensajes de texto, relojes inteligentes) y si el agresor pudiera obtener acceso a estas cuentas o información.
- Eliminar todos los dispositivos, excepto los de la mujer, de los Dispositivos de Confianza de todas las cuentas.

Historial de búsqueda

- Eliminar selectivamente el historial de búsquedas en Internet.
- Utilizar las opciones "privado" o "incógnito" para que no se registre el historial de búsqueda.
- Desactivar las cookies en la configuración del navegador.

Imágenes íntimas o “Pornovenganza”

- Hacer una lista de las imágenes y videos que puedan existir.
- Considerar utilizar el programa de Facebook que impide que otras personas suban imágenes sexuales que hayan sido registradas y "hasheadas" (número Hash) con la empresa. Sin embargo, es necesario enviar esas fotos a Facebook para que el programa pueda reconocer y eliminar las imágenes de Facebook e Instagram.
- Si se puede pedir a las exparejas que borren cualquier imagen íntima una vez finalizada la relación y comunicarles que no hay consentimiento para compartirlas. Es importante documentar esta comunicación.
- Considerar si el agresor pudo haber capturado imágenes sin consentimiento (por ejemplo, mediante cámaras ocultas o capturas de pantalla de relaciones sexuales a través de Zoom o Skype).
- Buscar tu nombre en sitios de pornografía habituales. A menudo se publican datos personales de forma malintencionada (doxing) y se mencionan a personas cuando se comparten sus imágenes.
- Configurar una alerta de Google para tu nombre, ya que esto puede ayudarte a estar al tanto de cuándo se menciona tu nombre en línea, especialmente si se publica junto con tus imágenes.
- Considerar alertar a familiares, amigos y compañeros de trabajo que puedan recibir las imágenes con el fin de reducir el daño.
- Considerar presentar una denuncia en caso de que se hayan publicado videos o imágenes íntimas sin tu consentimiento.
- Informar a las empresas de redes sociales o de pornografía, ya que la mayoría tiene políticas que prohíben compartir imágenes de desnudos sin consentimiento.
- Si decides compartir imágenes íntimas, considera implementar estrategias de reducción de daños.
- Evita compartir imágenes que muestren tu rostro o características identificativas (por ejemplo, tatuajes, marcas de nacimiento).
- No compartas imágenes tomadas en lugares que puedan ser fácilmente identificables (por ejemplo, en una habitación que sea reconocible).
- Utiliza aplicaciones como Signal, que permiten que los mensajes se autodestruyan después de ser leídos.

Alertas de Google

- Establece una alerta de Google para tu nombre, de modo que recibas una notificación cuando aparezca en internet. Esto no encontrará todos los lugares donde se menciona tu nombre, pero puede alertarte sobre algunos casos.
- Crea una alerta de Google para todas las variaciones de tu nombre (por ejemplo, Victoria Chan, Vickie Chan, Vicky Chan).
- Reporta contenido perjudicial a las empresas de redes sociales.
- Reúne evidencia (por ejemplo, capturas de pantalla) del contenido perjudicial antes de denunciarlo, ya que la empresa de redes sociales puede eliminarlo si infringe sus políticas.

Registro del ciberacecho

Como se mencionó anteriormente, llevar un registro de los eventos de ciberacecho puede ayudar en el momento de realizar la denuncia, en caso de que la víctima así lo desee. Por tanto, es importante informarle que debe procurar incluir capturas de pantalla como evidencia. Por ejemplo, mensajes que contengan amenazas, llamadas repetidas, textos o mensajes acosadores, etc. Asimismo, debe asegurarse de no incluir información personal que NO DESEE compartir (por ejemplo, en una captura de pantalla que contenga información de la víctima). Comparta con la mujer una impresión del formato de Registro de Ciberacecho.

Considere, además:

- Si la aplicación alerta a la otra persona cuando alguien hace una captura de pantalla.
- Asegúrate de incluir en la evidencia el perfil y otros datos identificativos del agresor.
- Asegúrate de que se muestre la fecha del evento.
- Si el incidente se produce por correo electrónico, conserva el correo original, ya que contiene metadatos como la dirección IP del remitente.
- Si el evento fue publicado por otra persona, haz una captura de pantalla antes de que tengan la oportunidad de borrarlo.
- Guarda copias de la evidencia en un lugar seguro. Haz copias de seguridad de la información en al menos un dispositivo adicional.
- Conservar copias impresas y electrónicas de la evidencia.

Atención psicológica

En la primera sesión de terapia de Yolo, la psicóloga le pidió que asignara del 1 al 10, qué tanta ansiedad sentía ese día. Ella mencionó que se encontraba en 6. Exploraron cómo era estar en 6 y cómo era estar en otros números, en qué ocasiones había estado en un nivel de 8 o 9 y qué había sucedido. A lo largo de las sesiones, Yolo hacía el ejercicio de autoevaluar en qué número se encontraba y tomar acciones que le permitieran bajar a un 4 o 3. Esto, fue posible gracias a que Yolo comenzó a dudar de las “verdades” que Juan le decía. Por ejemplo, cuando la responsabilizaba por sus celos o por “no hacer las cosas bien”. Asimismo, comenzaron a preguntarse cuál era el grado de responsabilidad de Juan en toda la situación. Yolo se dio cuenta que Juan no ayudaba a calmar la ansiedad, sino que, en ocasiones, la detonaba al hacerse presente a través de un mensaje de WhatsApp o correo electrónico, o cuando le dejaba 30 llamadas perdidas desde el número telefónico de su madre.

El afrontamiento se refiere a realizar esfuerzos cognitivos y conductuales, constantes y cambiantes, que sirven para manejar demandas internas y/o externas que sobrepasan a las personas (Sandoval et al., 2021). Se considera que existen tres estilos generales de afrontamiento:

- Enfocado al problema. Se dirige a solucionar, a tomar decisiones y a obtener información para ello.
- Enfocado en la emoción. Está dirigido a la regulación emocional, ya sea a través de la búsqueda de ayuda o a buscar cómo evitar el problema.
- Enfocado en el significado. Se dirige a regular emociones con base en valores y metas de la persona (Meoño & Roa, 2023).

Las mujeres que viven violencia en la pareja suelen presentar estrategias de afrontamiento que les permiten permanecer en las relaciones o enfrentar un suceso pero que no siempre son beneficiosas a largo plazo. Por el contrario, estas estrategias pueden afectar en otras esferas de sus vidas. Entre las estrategias más utilizadas se encuentran aquellas centradas en la emoción, como platicar con amistades y familiares. Por otro lado, frente al acoso, suelen adoptar estrategias de evitación como ausentarse del trabajo o intentar no dar respuesta a los mensajes (Meoño & Roa, 2023). No debemos olvidar que las estrategias dirigidas a la emoción pueden tener consecuencias negativas para las mujeres, como el consumo de sustancias, los trastornos de conducta alimentaria o incluso la conducta suicida, ya que estas suelen tener el objetivo de disminuir o erradicar el malestar.

Cuando las mujeres logran utilizar estrategias de afrontamiento enfocadas en el problema, no sólo requieren información, sino también apoyo

económico, legal, emocional y patrimonial, así como acceso a la salud, capacidad de análisis y habilidades sociales, entre otras, para poder salir de las relaciones de violencia (Meoño & Roa, 2023; Miracco et al., 2010).

Se ha encontrado que algunas de las estrategias más exitosas frente al problema de la violencia en general, son:

- Buscar ayuda para realizar una denuncia. Esta ayuda la puede encontrar en la escuela, con la policía, en líneas de ayuda, en centros de asistencia, con amigas y otras redes de apoyo.
- Afrontar los obstáculos en el acceso a la justicia.
- Apoyarse de sus creencias espirituales y/o religiosas.
- Reforzar la autonomía, autodeterminación y autoestima. Estas capacidades se pueden fomentar en los procesos terapéuticos y/o de acompañamiento.
- Decir “no”. Poner límites y aumentar la confianza en decirlo y llevarlo a cabo con acciones.
- Acudir a grupos de autoayuda. En estos grupos se les apoya para darse cuenta de que no son las únicas que sufren esa problemática, a establecer redes de apoyo y a sentirse escuchadas y comprendidas.
- Extraer aprendizajes de la experiencia de violencia. Separar la violencia de la víctima, puede ayudar a que se vea como una vivencia y no como parte de su identidad, dando cabida a un análisis y resignificación de ésta.

Después de cuestionar los argumentos que Juan daba a Yolo, la terapeuta exploró otras partes de la vida de ella, sus redes de apoyo, sus aficiones, motivaciones, deseos y planes a futuro con el objetivo de separar la vivencia de acecho, ciberacecho y violencia de su identidad como persona.

Una vez que Yolo pudo manejar sus niveles de ansiedad entre 2 y 4, mencionó que se dio cuenta de que algo que Juan no soportaba era ser ignorado, lo que lo hacía volverse aún más insistente. Sin embargo, si ella prestaba atención a su vida, sus aficiones o su familia y pasaba más tiempo sin hacer caso al celular, Juan se frustraba tanto que realmente dejaba de insistir. Aunque posteriormente intentó “darle celos” al salir con otra chica que también trabajaba en la tienda, Yolo sintió más bien alivio, ya que era probable que Juan ya no la buscara más. Por otro lado, también elaboró junto con la psicóloga, estrategias que le permitieran estar a salvo a largo plazo.

Denuncia

Las instituciones que atienden a las mujeres víctimas de violencia de género y/o Ciberacecho podrán enviarlas a presentar la denuncia por acecho, que es el delito tipificado en el Código Penal de Coahuila, ante los y las fiscales adscritos al CJEM, quienes se encargarán de integrar la carpeta de investigación y, posteriormente, judicializarla.

Medidas de protección (judiciales)

La Fiscalía de las Mujeres y la Niñez, a través de los y las fiscales, es la encargada de emitir las medidas de protección que establece la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia en el estado de Coahuila. Estas medidas tienen una duración de 60 días y pueden ser prorrogadas por 30 días adicionales. El seguimiento de estas medidas se realiza a través de la misma Fiscalía y la policía municipal. En los casos en que las carpetas de investigación se judicializan, se emiten las medidas cautelares conforme a lo establecido en el Código Nacional de Procedimientos Penales, y el seguimiento para su cumplimiento se lleva a cabo a través de la Unidad de Medidas Cautelares de la Secretaría de Seguridad Pública y la Fiscalía de las mujeres y la niñez.

Seguimiento psicológico/tecnológico

Es recomendable realizar un seguimiento a la atención brindada a las mujeres, tanto si han presentado una denuncia como si no. Ya sea de manera telefónica o presencial, se pueden hacer las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo se ha sentido después de la atención?
2. ¿Qué medidas ha tomado desde la atención?
3. ¿Qué tan confiada se siente para enfrentar la situación? (puede utilizar la escala del 1-10, dependiendo del número, indague más y refuerce los temas).
4. ¿En qué ha cambiado su vida después de la atención?
5. Si la situación ha empeorado, ¿Qué ha considerado hacer a continuación? (Dependiendo de la respuesta, puede ofrecer otros servicios, como la denuncia, grupos de apoyo, refugio, etc.).
6. ¿Ha llevado un registro de los incidentes? ¿Ha tenido alguna dificultad al hacerlo?
7. ¿Ha recibido terapia psicológica desde la atención inicial? (En caso negativo, se le pueden ofrecer servicios de forma remota, telefónica o presencial, ya sea de su institución o de alguna otra).
8. ¿Ha restringido la comunicación con el agresor? En caso negativo, ¿qué le ha impedido hacerlo?
9. ¿Qué considera que podría ayudar a reducir su malestar o la gravedad de la situación? (Puede apoyarse en el uso de escalas, por ejemplo, preguntando si ha habido una disminución de un punto).
10. Si ya ha presentado una denuncia y/o solicitado medidas de protección, puede preguntar: ¿Cómo ha cambiado su tranquilidad o preocupación a partir de esas medidas?
11. ¿Cómo ha cambiado su tranquilidad desde que recibió la atención y ha tomado medidas para detener el problema?

No olvide reconocer los cambios positivos, por pequeños que parezcan, y reiterar la oferta de servicios que correspondan a su competencia. En caso de atención presencial, puede entregar folletos de sus servicios u ofrecer otras impresiones de formatos como el Registro de Ciberacecho, el de sus seres queridos.



Desarrollo Social
con Igualdad,
Diversidad e
Inclusión,
DESIDI A.C.



Department of Justice
Canada

Ministère de la Justice
Canada



Recursos adicionales: Directorio de servicios

Institución	Correos	Teléfono
Tribunal Superior de Justicia y del Consejo de la Judicatura del Estado de Coahuila de Zaragoza	poderjudicialcoahuila@pjez.gob.mx	8447774498
Instituto Estatal de Defensoría Pública del Estado de Coahuila de Zaragoza	defensapublicacoahuila@pjez.gob.mx	8447774451
Congreso del Estado de Coahuila de Zaragoza. LXII Legislatura	webmaster@congresocoahuila.gob.mx	8442421100
Fiscalía General del Estado de Coahuila	fiscaliageneraldelestado@coahuila.gob.mx	8444380700
Fiscalía de las Mujeres y la Niñez	fiscaliadelasmujeresylaninezco@gmail.com	8444380700
Fiscalía General del Estado de Coahuila Dirección General de Atención y Protección a Víctimas y Ofendidos	fge.atencionalciudadano@fiscal.es	8444387672
Fiscalía General del Estado de Coahuila Dirección de la Policía Cibernética del Estado de Coahuila	policiacibernetica.ssp@coahuila.gob.mx	911 089
Subsecretaría de Proximidad Social y Prevención de la Secretaría de Seguridad Pública del Estado de Coahuila	atencionciudadana@coahuila.gob.mx	8443117476
Seguridad Pública del Estado de Coahuila Dirección General del Centro de comunicaciones, computo, control y comando	seguridadpublica@coahuila.gob.mx	911
Secretaría De la Mujer	secmujeres@coahuila.gob.mx	8446981080
Procuraduría de los Niños las Niñas y la Familia	pronnif@gmail.com	8444341000
Centro de Justicia y Empoderamiento para las Mujeres	cjem@coahuila.gob.mx	8444340089
Dirección para Promover la Igualdad y Prevenir la Discriminación en el Estado de Coahuila	nodiscriminacion@coahuila.gob.mx	8444308145
Instituto Municipal de las Mujeres Saltillo	immsaltillo@hotmail.com	8444152815
Policía Municipal de Saltillo Directora de la Unidad de Integración Familiar	N/A	8444104003
Policía Municipal Saltillo Agrupamiento Violeta	N/A	911
DIF Arteaga/IMM	presidencia_mpai_arteaga@hotmail.com	8444830033
Policía Municipal de Arteaga Unidad Violeta 6517	N/A	911
Comisión Estatal de Derechos Humanos de Coahuila	presidencia@cdhec.org.mx	8444162110
Universidad Autónoma de Coahuila Coordinación de Igualdad de Género UAdeC	genero@uadec.edu.mx	8444381552 8444381528
Instituto Estatal de Educación para Adultos	coahuila.inea.gob.mx	8444118500 8444118588
Casa del Migrante A.C.	rh@semillas.org.mx	8441113273 8441823139
Fundación Luz y Esperanza A.C.	fulye.cea@gmail.com	8444105372 8444817657



Desarrollo Social
con Igualdad,
Diversidad e
Inclusión,
DESIDI A.C.



Department of Justice
Canada

Ministère de la Justice
Canada



*Espero que esta información te sea útil.
Recuerda que la seguridad en línea y la
prevención del ciberacecho son funda-
mentales para proteger el bienestar de
las mujeres víctimas de violencia y el de
sus seres queridos.*

Clínica Mayo. (04 de abril de 2018). *Enfermedades y afecciones*. Obtenido de Trastornos de ansiedad: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/anxiety/symptoms-causes/syc-20350961>

Lara Caba, E., Aranta Torres, C., Zapata Boluda, R., Bretones Callejas, C., & Alarcón, R. (2019). Depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia en la relación de pareja. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 11(1), 1-8. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/3334/333463140001/html/>

Castro, R., & Vázquez, A. (2024). *Ciber acecho. Un estudio entre mujeres alojadas en refugios de México*. Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias, UNAM.

Ley General de Acceso de las Mujeres a una vida Libre de Violencia [LGAM-VLV]. (2017). Obtenido de http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV_180321.pdf

Logan, T., & Walker, R. (2019). The impact of stalking-related fear and gender on personal safety outcomes. *Journal of interpersonal violence*(36), 13-14. doi:10.1177/0886260519829280

Congreso del estado de Coahuila. (2017). Código Penal de Coahuila de Zaragoza. Obtenido de https://www.congresocoahuila.gob.mx/transparencia/03/Leyes_Coahuila/coa08_Nuevo_Codigo.pdf

Šimonović, D. (2018). *Informe de la Relatora Especial sobre la violencia contra la mujer, sus causas y consecuencias acerca de la violencia en línea contra las mujeres y las niñas desde la perspectiva de los derechos humanos*. Organización de las Naciones Unidas. Obtenido de <https://documents.un.org/doc/undoc/gen/g18/184/61/pdf/g1818461.pdf>

Amnistía Internacional. (2017). *Amnistía revela alarmante impacto de los abusos contra las mujeres en Internet*. Obtenido de <https://www.amnesty.org/es/latest/press-release/2017/11/amnesty-reveals-alarming-impact-of-online-abuse-against-women/>

Ascensio Martínez, C. (2023). Terrorismo íntimo: violencia de pareja, femicidio y confinamiento. *Acta Sociológica*(90), 81-112. doi:<https://doi.org/10.22201/fcpys.24484938e.2023.90.86273>

Broadband Commission for Digital Development (ONU). (2015). *Cyber violence against women and girls a worldwide wake-up call*. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO). Obtenido de <https://www.unwomen.org/en/news/stories/2015/9/cyber-violence-report-press-release>

Derechos Digitales América Latina DDAL. (2020). *COVID-19 and the increase of domestic violence against women in Latin America: A digital rights perspective*. Obtenido de <https://www.derechosdigitales.org/wp-content/uploads/dd-violenciadegenero-covid.pdf>

Instituto Nacional de las Mujeres & Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2021). *Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares*. Instituto Nacional de las Mujeres- Instituto Nacional de Estadística y Geografía.

Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática. (agosto de 2017). *Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares*. Obtenido de https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/endireh/2016/doc/endireh2016_presentacion_ejecutiva.pdf

Instituto Nacional de Geografía y Estadística. (2020). *Encuesta Nacional sobre la Disponibilidad y Uso de las Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH)*. Obtenido de <https://www.inegi.org.mx/programas/dutih/2020/>

Meoño, A., & Roa, S. (2023). *Violencia de género y estrategias de afrontamiento en mujeres*. [Tesis de licenciatura]. Universidad Peruana de ciencias aplicadas.

Miracco, M., Rutsztein, G., Lievendag, L., F, A., Scappatura, M., Elizathe, L., & Keegan, E. (2010). Estrategias de afrontamiento en mujeres maltratadas: la percepción del proceso por parte de las mujeres. *Anuario de Investigaciones*, XVII, 59-67. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3691/369139946006.pdf>

Monckton Smith, J., Szymanska, K., & Haile, S. (2017). *Exploring the relationship between stalking and homicide*. University of Gloucestershire. Obtenido de <https://eprints.glos.ac.uk/4553/1/NSAW%20Report%2004.17%20-%20finalsmall.pdf>

National Network to End Domestic Violence. (2018). *Safety Net Project*. Obtenido de <https://www.techsafety.org/un-plan-de-proteccion-de-la-tecnologia-para-lasos-sobrevivientes>

Papalia, D., Wendkos, S., & Duskin, R. (2004). *Psicología del desarrollo*. McGraw-Hill.

Peña Ochoa, P. (Ed.). (2017). *Reporte de la situación de América Latina sobre la violencia de género ejercida por medios electrónicos*. Obtenido de https://adc.org.ar/wp-content/uploads/2019/06/Latin-American-Report-on-Online-Gender-Violence-final_v2.pdf

Sandoval, J., Luna, A., & De Gante, A. (2021). Estrategias de afrontamiento del ciberacoso desde la perspectiva de la víctima en adolescentes mexicanos de secundaria y bachillerato. *Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 12(e1104). doi:https://doi.org/10.33010/ie_rie_rediech.v12i0.1104

Stalking Prevention, Awareness, & Resource Center SPARC. (diciembre de 2024). *SPARC*. Obtenido de SPARC en español: <https://www.stalkingawareness.org/en-espanol/>

Stalking Prevention, Awareness, & Resource Center SPARC. (diciembre de 2024). *SPARC*. Obtenido de SPARC en Español: estrategias de seguridad: <https://www.stalkingawareness.org/wp-content/uploads/2021/02/Safety-Strategies-Espanol.pdf>

Suprema Corte de Justicia de la Nación. (diciembre de 2015). Tesis 1a. CCCLXXXII/2015 (10a.). *Menor de edad víctima del delito. El deber de protección de los juzgadores implica salvaguardarlo de todo tipo de revictimización y discriminación*, 261. Gaceta del Semanario Judicial de la Federación. Obtenido de <https://sjf2.scjn.gob.mx/detalle/tesis/2010608>

UNFPA. (noviembre de 2021). *Fondo de Población de las Naciones Unidas*. Obtenido de Documento orientativo para informar sobre la violencia digital: Guía práctica de referencia para periodistas y medios de comunicación: <https://www.unfpa.org/es/resources/Documento-orientativo-para-informar-sobre-violencia-digital>

Unión Europea. (diciembre de 2024). *Proyecto MEDUSA*. Obtenido de <https://project-medusa.eu/en/is-this-violence/>

Van der Aa, S. (2018). New trends in the criminilization of stalking in de EU member States. *European Journal on criminal policy and research*, 24(3), 315-33. doi:10.1007/s10610-017-9359-9

Anexos

Anexo 1. Escala de Ciberacecho

¿Cuántos años cumplidos tiene?				Sexo:			
Migrante	Si	No	Ciudad o Estado de Origen:				
¿Se identifica como indígena?		Si	No	Comunidad de Origen:			
¿Se identifica como afrodescendiente?		Si	No				
¿Se identifica como parte de la comunidad LGTBTTIQ+?		Si	No	¿Cuál/es?			
¿Presenta /vive con alguna discapacidad / diversidad funcional?		Si	No	¿Cuál/es?			
¿A qué se dedica? Estudiar Trabajo remunerado Trabajo no remunerado (hogar) Otra (especificar)							
Último grado de estudios Ninguno Preescolar Primaria Bachillerato Licenciatura / Normal Posgrado							
Situación conyugal Unión libre Separada Divorciada Viuda Casada solo por civil Casada solo religiosamente Casada civil y religiosamente Soltera (nunca se ha casado ni vivido en pareja)							
¿Cuánto tiempo tiene de relación con su pareja? Menos de 6 meses De 6 meses a 1 año De 1 a 2 años De 2 a 5 años Más de 5 años No aplica							
¿Cuál es la ocupación de su pareja?							
Hijos/as		Si	No				
¿Sus hijas/os utilizan celular, tableta y/o computadora?		Si	No	No sabe	No aplica		
¿Sus hijas/os usan redes sociales?		Si	No	No sabe	No aplica		
¿Se encuentra embarazada?		Si	No	Trimestre: 1° 2° 3°			



Department of Justice
Canada

Ministère de la Justice
Canada



I. En el último mes, su pareja ha:

	Sí, dos veces o más (3)	Sí, una sola vez (2)	No, nunca (1)
1. Insistido en contra de su voluntad en comunicarse con usted por medio de redes sociales (WhatsApp, Facebook, Instagram, TikTok, Twitter, YouTube, u otros medios como correo electrónico)			
2. Amenazado con hacerle daño por medio de redes sociales			
3. Amenazado con difundir sus fotos íntimas por medio de redes sociales			
4. Tenido acceso a sus redes sociales o cuentas bancarias sin su consentimiento			
5. Exigido/ pedido saber dónde y con quién se encontraba			
6. Rastreado su ubicación por medio de su celular			
7. Averiguado dónde ha estado sin que se lo diga			
8. Averiguado qué operaciones hace con su celular, computadora, laptop o tableta sin que se lo diga (en sus redes o en banca móvil)			
9. Enviado invitaciones o mensajes a sus contactos para saber qué hace			
10. Instalado cámaras de vigilancia en su casa que puede operar desde su celular/tableta			
11. Amenazado por redes sociales con hacer daño a sus seres queridos (familia, amigos, mascotas, hijos e hijos)			
12. Retenido su celular, computadora, laptop o tableta			
13. Usado su puesto en el trabajo o conocimiento en el área de tecnología o sistemas para vigilarla			
Subtotal			

II. Como consecuencia de las acciones descritas anteriormente por parte de su pareja, usted:

	Mucho (3)	Poco (2)	Nada (1)
14. Ha tenido problemas en su trabajo			
15. Ha tenido problemas con su familia			
16. Ha tenido problemas en la escuela			
17. Ha pensado en el suicidio como una solución			
18. Ha pensado en denunciarle			

III. En el próximo mes, ¿Qué tan probable es que su pareja...

19. Ha sentido pánico/terror cuando suena su celular			
20. Ha tenido que cerrar o cambiar sus redes sociales			
21. Ha tenido que cambiar sus hábitos por miedo (por ejemplo, su lugar de trabajo, rutas o sus horarios)			
22. Ha tenido problemas de sueño			
23. Ha estado mucho más alerta que antes			
24. Ha tenido problemas para concentrarse			
Subtotal			

	Nada probable (1)	Poco probable (2)	Muy probable (3)
25. Intente atacar físicamente			
26. Amenace mediante redes sociales, celular, correo electrónico			
27. Le cause problemas económicos accediendo a sus cuentas sin su consentimiento			
28. Le cause problemas en su trabajo por medio de redes sociales, celular o correo electrónico			
29. Le cause problemas en su escuela /estudios por medio de redes sociales, celular o correo electrónico			
30. Le cause problemas con sus hijas/os o familia por medio de redes sociales, celular o correo electrónico			
31. Le humille, insulte o degrade por medio de redes sociales, celular o correo electrónico			
Subtotal			
Votación de puntuación			

Observaciones:

El instrumento consta de 3 subescalas:

- **Presencia / Ausencia (PR).** Esta subescala pretende medir si la persona que responde la escala vive ciberacecho por parte de su pareja. Los ítems corresponden a la sección I del instrumento y describen conductas como la insistencia en la comunicación con la mujer sin su consentimiento, así como las amenazas y la vigilancia a través de la tecnología.
- **Efectos (EF).** Se refiere a las consecuencias que las conductas descritas en la sección anterior han tenido para la mujer. Los reactivos se encuentran en la sección II de la escala y abordan los conflictos que haya la mujer ha experimentado con sus círculos cercanos, así como los efectos en su salud mental, sueño y hábitos.
- **Autopercepción de riesgo próximo (ARP).** En esta subescala se explora de manera subjetiva el riesgo que percibe la mujer. Los ítems se encuentran en la sección III de la escala e indagan qué tan probable considera la persona que el agresor tenga conductas que le causen problemas a la víctima.

Puntuación

Una vez obtenidos los puntajes de las subescalas, se calculará la sumatoria de puntos por cada subescala para determinar la puntuación total, la cual indica si la mujer puede estar experimentando ciberacecho y en qué nivel se encuentra.

Tabla 2. Normas de calificación para la Escala de ciberacecho

Subescalas	Niveles		
	Bajo	Medio	Alto
Presencia/ausencia (PR)	13-22	23-30	31-39
Efectos (EF)	11-18	19-26	27-33
Autopercepción de riesgo próximo (ARP)	7-12	13-16	17-21
Total de puntuación de ciber acecho	31-52	53-72	73-93

En la siguiente tabla, se encuentran las normas de calificación del instrumento:

Recuerde que se trata de un instrumento exploratorio, que debe ser acompañado de una entrevista a profundidad para conocer el impacto que el ciberacecho ha tenido en la mujer.



Department of Justice
Canada

Ministère de la Justice
Canada



Anexo 2. Registro del Ciberacecho

Fecha	Hora	Hechos	Lugar (físico, medio tecnológico, plataforma de internet)	Testigos (si hubo, agregar teléfono)	Evidencia (fotos, videos, capturas de pantalla, etc.)	¿Se avisó a la policía u otra autoridad? (agregar nombre, organización, placa o # de carpeta)

(Stalking Prevention, Awareness, & Resource Center SPARC, 2024)



Desarrollo Social
con Igualdad,
Diversidad e
Inclusión,
DESIDI A.C.



Department of Justice
Canada

Ministère de la Justice
Canada



Anexo 3. Lista de verificación para proteger tu vida digital

Mi lista de dispositivos:

Mis cuentas y perfiles:

Mis servicios en línea:

Contraseñas

Lugar	Cambio de contraseña	Cambio de pregunta de seguridad	Fecha de cambio
Ej. Facebook	☐	☐	10 dic 24

- ☐ Activar autenticación en 2 pasos
- ☐ No usar cuentas de redes sociales para iniciar sesión en otras cuentas
- ☐ Revisar dispositivos de confianza en mis cuentas y eliminar los desconocidos
- ☐ Eliminar perfiles, amistades o contactos de desconocidos
- ☐ **Si estoy lista y no representa riesgo**, bloquear al generador de violencia
- ☐ Considerar bloquear a amistades y familiares que puedan tener como contacto al generador de violencia
- ☐ Usar contraseñas únicas para cada servicio que sean difíciles de adivinar
- ☐ Cambiar la contraseña del Wifi

Vigilancia

- ☐ Cubrir cámaras de dispositivos
- ☐ Usar dispositivos diferentes o nuevos con cuentas nuevas
- ☐ Desactivar funciones de localización cuando no se usen
- ☐ Desactivar bluetooth cuando no se use
- ☐ No compartir la ubicación en tiempo real en aplicaciones o redes sociales
- ☐ Considerar borrar información personal de las redes sociales
- ☐ Desactivar funciones de localización de dispositivos
- ☐ Borrar el historial de ubicaciones con frecuencia
- ☐ Evitar publicar fotos con datos de ubicación
- ☐ Desvincular mis dispositivos de los del generador (ej. Bocinas, Alexa, relojes inteligentes)
- ☐ Buscar dispositivos ocultos (ej. AirTag, GPS, cámaras)
- ☐ Eliminar aplicaciones desconocidas
- ☐ En caso de sospecha de programas espía, consultar con un especialista
- ☐ Tener actualizado el dispositivo

Señales de que un dispositivo puede tener programas espía

- ☐ Funciona más lentamente
- ☐ La batería dura poco
- ☐ Se agotan los datos
- ☐ Se calienta más de lo habitual
- ☐ Se ilumina cuando no está en uso
- ☐ Sonidos extraños durante las llamadas
- ☐ Tarda mucho tiempo en apagarse

Almacenamiento en la nube

- ☐ Eliminar la cuenta del generador de todas las cuentas (ej. iCloud o Google Fotos) **si es seguro hacerlo**

Navegar en internet

- ☐ Eliminar el historial de búsquedas (especialmente aquellas que representen un riesgo)
- ☐ Usar navegación privada o “incógnito”
- ☐ Desactivar el uso de las cookies

Imágenes íntimas

- ☐ Lista de imágenes y videos que puedan existir
- ☐ Pedir a las exparejas borrar cualquier imagen íntima (registrar esa comunicación)
- ☐ Buscar si hay alguna imagen en internet con mi nombre
- ☐ Considerar la denuncia en caso de que se hayan compartido imágenes o videos íntimos
- ☐ Si decide compartir imágenes, evitar imágenes de rostro, marcas como tatuajes o de nacimiento, lugares identificables o nombres
- ☐ En caso de sospecha de que se compartieron las imágenes, generar una alerta de búsqueda en Google con variaciones de mi nombre (para poder reportar las imágenes en los sitios compartidos)

General

- ☐ Revisar los aspectos anteriores en los dispositivos de mis hijos e hijas
- ☐ Llevar registro de los eventos de ciberacecho

