



Ayuntamiento Real Sitio
SAN FERNANDO DE HENARES
Área de Juventud
Policía Local



CIBERACOSO [CIBERBULLYING]



SUPRime el acoso

Actualización
Sept.
2021



Ayuntamiento Real Sitio
SAN FERNANDO DE HENARES
Área de Juventud
Policía Local



SUPRime el acoso

Programa municipal de prevención y
atención del acoso entre menores.

Índice

¿Qué es el ciberbullying o ciberacoso?	4
Cómo detectarlo?	5
Prevención	6
◦ Jóvenes	
◦ Padres y madres	
¿Cómo actuar?	8
◦ Me está pasando	
◦ Un amigo/a está siendo acosado/a	
◦ Mi hijo/a está siendo acosado/a	
◦ Mi hijo/a es el acosador/a	
◦ Mi hijo/a es "espectador/a"	
¿Qué supone la entrada en vigor de la Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia en relación al ciberbullying?	12
Denunciar: cómo y dónde	13



¿Qué es el ciberacoso?

El **ciberacoso** o "**ciberbullying**", es la agresión deliberada y prolongada en el tiempo entre iguales utilizando dispositivos tecnológicos como el correo electrónico, la mensajería instantánea, perfiles en redes sociales, chats, telefonía móvil, juegos on-line, blogs, foros, etc. Incluye actuaciones como las siguientes:

- Insultos, humillaciones, motes.
- Amenazas, coacciones, chantaje.
- Difusión de bulos e informaciones lesivas o difamatorias ("gossiping").
- Acoso de tipo racista.
- Envío de malware, spam.
- Distribución de fotos trucadas, videos.
- Suplantación de identidad ("hacking").

Para que una agresión pueda considerarse **ciberacoso**, han de darse una serie de **características**:

- La situación de acoso se prolonga en el tiempo, un hecho aislado no sería considerado como tal.
- El medio utilizado para llevar a cabo el acoso ha de ser tecnológico.
- Carece de cualquier elemento de índole sexual (si lo tuviese se consideraría "grooming").
- Por regla general, aunque tanto víctima como acosador/a tengan edades similares, existe una relación subjetiva de superioridad entre ellos/as.
- Normalmente las situaciones de ciberacoso están vinculadas a episodios de acoso en la vida real.

Los **perfiles** que participan en esta acción son, por lo general, los mismos que en el caso del acoso físico:

- La **persona que acosa**, que normalmente tiene problemas de baja autoestima y solo se siente bien manifestando su fuerza y dominio a través de la agresión.
- La **víctima**.
- Los/as **espectadores/as**: quienes conocen la agresión y la alientan o quienes no se implican pero la consienten.

¿Cómo detectarlo?



Existen determinadas **señales** que pueden alertar de situaciones de ciberacoso:

Cambios de conducta y de hábitos:

- En el uso de dispositivos móviles o Internet (compulsión y/o esconderse para su uso).
- Dejar de realizar actividades o faltar a clase.
- Deterioro del rendimiento escolar.
- En la capacidad de concentración.
- En la forma de comer.
- En el estado de humor.

Trastornos emocionales:

- Estado de ánimo depresivo.
- Ansiedad, tristeza, miedo, ira.
- Baja autoestima: autocrítica constante, autoevaluaciones negativas, sentimiento de inferioridad, culpa, inseguridad...
- Deterioro de la actividad social.
- Insomnio.
- Tendencia al aislamiento y la incomunicación.

Cambios físicos:

- En el lenguaje corporal: hombros caídos, mirada huidiza, cabeza agachada.
- Pérdida o ganancia de peso rápidos.
- Muestras de enfermedad o dolencias frecuentes.
- Explosiones agresivas momentáneas.
- Trastornos gastrointestinales.



Prevención

Jóvenes

- Acota tu vida online a personas de tu confianza.
- Protege tu equipo y/o dispositivos.
 - Chequea que no tienes software malicioso (malware, troyanos, virus, etc). Puedes descargar herramientas gratuitas [aquí](#).
 - Cambia periódicamente las claves de acceso a los servicios online que usas. Recuerda que deben ser complejas y contener números, letras y símbolos.
 - Tapa tu WebCam cuando no la estés usando.
 - Activa pantallas de bloqueo en tus dispositivos móviles.
 - Evita usar redes wifi abiertas, no son seguras.
 - En casa, configura tu router con filtros MAC para que sólo puedan usar tu red wifi los dispositivos que tú elijas.
 - Si utilizas equipos públicos para entrar en redes o correo, recuerda siempre cerrar la sesión cuando finalices.
 - No reveles nunca tus contraseñas.
- Sé consciente de la información que publicas sobre ti mismo/a. No compartas nunca datos, fotos o videos que puedan ser comprometidos para ti o para otras personas.
- Haz limpieza en tu lista de contactos y dile a los que mantengas que no deseas que compartan fotos o informaciones tuyas de forma pública.
- Reconfigura las opciones de privacidad de tus perfiles en redes sociales.

Prevención

Madres y padres

- Si no lo estás, ponte al día con el ordenador o dispositivo móvil y conéctate junto a tu hijo/a. Habla con él/ella acerca de cómo navegar de forma segura para evitar riesgos y sobre cómo preservar la privacidad. Si necesitas ayuda, te ofrecemos nuestro [servicio de mediación y asesoramiento](#). También puedes obtener información de interés en la "[guía de menores en Internet para padres y madres](#)", del Instituto Nacional de Ciberseguridad.
- Si tienes un ordenador de sobremesa ubícalo en una zona de paso; si es un portátil marca cuáles son los lugares de la casa desde donde está permitido conectarse. De este modo evitas el aislamiento de los/as jóvenes en su habitación.
- Establece normas en cuanto a la cantidad de horas de conexión, los días y horarios permitidos, tanto para el ordenador como para dispositivos móviles o de juego conectados.
- Uso de la webcam: solamente con personas conocidas y asegúrate de taparla al finalizar.
- Habla con tu hijo/a para que entienda qué significa compartir fotos y vídeos, tanto propios como aquellos en los que aparecen otras personas.
- Recomiéndale no proporcionar datos personales ni compartir claves de acceso.
- Dialoga en relación a la conveniencia de no aceptar ni agregar como contacto a personas de las que no se está seguro/a de su identidad. Si algún contacto tiene alguna actitud agresiva o intimidatoria se debe bloquear y si se han sentido incómodos/as o temen por su seguridad lo conveniente es que avisen a una persona adulta.
- Si tu hijo/a usa aplicaciones de mensajería instantánea (Whatsapp, Line, Signal, Telegram, Snapchat, etc.) en su teléfono móvil háblale de qué contenidos no es aconsejable compartir (fotos, vídeos). Es muy importante que las personas adultas del entorno familiar apliquen también el sentido común en el uso de estos dispositivos... no sirve de mucho dar consejos que nosotros/as mismos nos saltamos.



¿Cómo actuar?

Me está pasando a mí.

Lo que está ocurriendo **no es culpa tuya**, intenta mantener la calma y pide ayuda a una persona adulta de confianza.

No respondas a las provocaciones, eso sólo estimulará a la persona que te está acosando a continuar haciéndolo. Dile que sus acciones te molestan y pídele que deje de hacerlo.

Evita, en la medida de lo posible, los lugares donde se está produciendo el acoso: RR.SS., móvil... Elimina/bloquea contactos no deseados, revisa tu configuración de privacidad, etc.

Haz saber a la persona que te está ciberacosando que lo que está haciendo es perseguible por la ley, que estás dispuesto/a a presentar una denuncia y que tienes suficientes pruebas.

Si la situación de ciberacoso persiste, guarda todas las pruebas que puedas: correos, historial de conversaciones, mensajes, pantallazos, fotos, videos, etc. Instala de forma preventiva en tu móvil apps para recuperar mensajes borrados ([FilterBox](#), [WAMR](#), [WhatsRemoved+](#), etc.).

Denuncia.

Mi amigo/a está siendo acosado/a.

Tu apoyo es muy importante, hazle saber que no merece ese trato y que no es culpa suya. Ayúdale a decidir cómo enfrentarse al ciberacoso y a mantener la calma.

Pregúntale qué puedes hacer para ayudarlo. No actúes de forma agresiva con la persona que le acosa, esto podría agravar el problema.

Procura quedar con él o ella a menudo, para que sienta que tiene tu apoyo, y pide a otros amigos/as que hagan lo mismo. Pregúntale de vez en cuando para demostrarle que te importa.

Ánimele a contárselo a una persona adulta de confianza. Si tienes motivos para preocuparte por su seguridad díselo a algún adulto/a de inmediato.

¿Cómo actuar?

Mi hijo/a está sufriendo ciberacoso

Es positivo y necesario establecer una comunicación de confianza con tu hijo o hija, con el fin de que pueda contar aquello que está viviendo.

Si detectas que tu hijo o hija está sufriendo alguna situación de ciberacoso, trata de mantener la calma y demuestra determinación y positividad. Háblale, escúchale sin interrumpir para que se desahogue, pero no le estimes para que se venga o agreda como respuesta, ya que eso podría empeorar la situación.

Si la persona que está ciberacosando a tu hijo/a está en el mismo centro de estudios, contacta con el tutor o tutora, con la dirección del centro y con la jefatura de estudios para informarles sobre lo que ocurre y pedir cooperación tanto en la investigación como en la resolución de los hechos.

Si desconoces cuáles son los peligros reales a los que se puede estar enfrentando, cómo prevenirlos o quieres saber los pasos a dar, puedes solicitar [asesoramiento especializado](#) en la Policía Local, tanto presencialmente como a través de la [web](#) o enviando un [email](#). Para situaciones de urgencia, acude personalmente a las dependencias de la Policía Local y solicita hablar con uno de los/as agentes especializados.

La mejor ayuda es la de la familia, pero dependiendo del grado de miedo y ansiedad de tu hijo/a, puede ser recomendable buscar un/a psicólogo/a que le ayude a superar el trauma.

Practica con él/ella alternativas asertivas (expresar lo que realmente uno/a piensa y desea de un modo directo, honesto y de manera adecuada), para responder a los/as acosadores/as.

Ayuda a tu hijo/a a guardar pruebas del ciberacoso. Si la situación se mantiene, acompáñale a presentar denuncia en la comisaría de la Policía Nacional.



¿Cómo actuar?

Mi hijo/a es el acosador/a.

Es difícil para padres y madres reconocer algo negativo de la conducta de sus hijos/as. Es muy importante, cuando se detectan señales, no ignorar la situación y mantener la calma. Si la víctima del ciberacoso pertenece al mismo centro educativo, habla directamente con los profesores/as y pídeles ayuda.

Investiga por qué tu hijo/a está acosando por medios tecnológicos a otra persona. Acércate más a sus amigos/as y observa las actividades que realizan.

Los/as chavales/as necesitan sentir que son escuchados/as, por lo que es importante establecer una comunicación en un clima de confianza.

Trata de no culpar a otras personas por su conducta. Intenta canalizarla hacia alguna actividad positiva (por ejemplo, un deporte de competición), y enséñale a practicar buenas conductas.

Ayúdale a que muestre sin agresión sus frustraciones e insatisfacciones y déjale claro lo que ocurrirá si la situación de ciberacoso continúa. Puede ser recomendable acudir a profesionales (psicólogos/as u orientadores/as).

En caso de denuncia contra un/a menor, la **responsabilidad civil** derivada de conductas penales cometidas recae sobre sus progenitores, y esta se cuantifica económicamente. La **responsabilidad penal** recae sobre el/la menor agresor/a, quien en caso de condena, tendrá que cumplir las medidas impuestas por el Juzgado.

Estas son algunas de las **infracciones penales relacionadas con el ciberacoso**, que están tipificadas por el Código Penal:

1. Inducción al suicidio. Artículo 143.1 CP.
2. Lesiones que menoscaben la integridad corporal o salud física o mental. Artículo 147.1 CP.
3. Amenazas. Artículo 169 CP.
4. Coacciones. Artículo 172 CP.
5. Torturas y otros delitos contra la integridad moral. Artículo 173 y siguientes CP.
6. Delitos contra la intimidad y el derecho a la propia imagen:
 - Descubrimiento y revelación de secretos. Artículos 197.1 y 197.5 CP.
7. Usurpación de identidad. Artículo 401 CP.
8. Delitos de odio. Artículo 510 CP.

¿Cómo actuar?

Los **delitos de odio** son acciones que fomentan, promueven o incitan al odio, hostilidad, discriminación o violencia contra un grupo o persona por motivos racistas, antisemitas, ideológicos, religiosos o de creencias, situación familiar, pertenencia a etnia, raza o nación, origen nacional, sexo, orientación o identidad sexual, género, enfermedad o diversidad funcional.

Tras la reforma del Código Penal se amplían y concretan mucho más los supuestos penales y las condenas que corresponden a estos delitos. En relación con el ciberacoso, se castiga a quienes enaltezcan o justifiquen por cualquier **medio de expresión pública o de difusión** los delitos anteriores. Además, se recoge como **delito las lesiones a la dignidad de las personas** mediante acciones humillantes, de menosprecio o descrédito por las mismas razones.

Mi hijo/a es "espectador/a"

Puede ocurrir que tu hijo o hija no participe de manera directa en la práctica del ciberacoso, pero sí que esté presente o conozca la situación y no haga nada o que difunda a través de medios tecnológicos imágenes, grabaciones o comentarios vejatorios. Es muy importante que sepa ponerse en el lugar la víctima, **que rompa el silencio** y alerte a una persona adulta de lo que está ocurriendo. Este acto no le convierte en un chivato/a, sino que tendrá un efecto positivo sobre la situación.

Trata de que entienda que no tiene que tener miedo a ninguna represalia por parte del/a agresor/a, porque en el momento en que esta persona no se sienta apoyada por el resto, dejará de actuar. Explicale que **"la unión hace la fuerza"**, y siempre debe **estar del lado de la víctima**, apoyándola.

Igualmente, puedes acudir a la Policía Local para poner la situación en su conocimiento y solicitar asesoramiento.



Ley de Protección Integral a la Infancia

¿Qué supone la entrada en vigor de la Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia en relación al ciberacoso?

El ciberacoso es una de las formas de violencia sobre menores catalogada por la esta Ley.

Tanto si te está ocurriendo a ti, a tu hijo o hija, a un amigo o amiga, a alguien que conoces, o es tu propio hijo o hija quien está ejerciendo ciberacoso, debes saber que esta Ley establece la **obligatoriedad de comunicación a la autoridad competente y, si los hechos pudieran ser constitutivos de delito, a las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad**, al Ministerio Fiscal o a la autoridad judicial **a toda persona que advierta indicios de una situación de violencia ejercida sobre una persona menor de edad**, sin perjuicio de prestar la atención inmediata que la víctima precise. Art. 15.

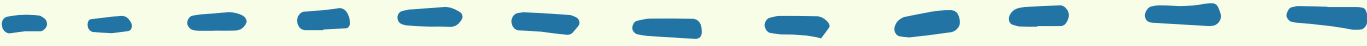
Esa **obligatoriedad de comunicación** es extensible también a toda persona, física o jurídica, que advierta la **existencia de contenidos disponibles en Internet que constituyan una forma de violencia contra cualquier niño, niña o adolescente**. Art. 19.

Los niños, niñas y adolescentes que sean víctimas de violencia o presencien alguna situación de violencia sobre otra persona menor de edad, podrán comunicarlo personalmente o a través de sus representantes legales, a los servicios sociales, a las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad, al Ministerio Fiscal o a la autoridad judicial y, en su caso, a la [Agencia Española de Protección de Datos](#). Art. 17.

Esta Ley también modifica el Código Penal, **tipificando como delito la distribución o difusión pública a través de Internet**, del teléfono o de cualquier tecnología de la información o de la comunicación de:

- Contenidos específicamente destinados a promover, fomentar o inducir al **suicidio** de personas de menores de edad o personas con discapacidad necesitadas de especial protección. Art. 143 bis CP.
- Contenidos específicamente destinados a promover, fomentar o incitar a la **autolesión** de menores de edad o de personas con discapacidad necesitadas de especial protección. Art. 156 ter CP.
- Contenidos específicamente destinados a promover o facilitar entre menores de edad o personas con discapacidad necesitadas de especial protección, el **consumo de de productos, preparados o sustancias o la utilización de técnicas de ingestión o eliminación de productos alimenticios**. Art. 316 bis CP.

Denunciar: ¿cómo y dónde?



La mayoría de los procedimientos se inician por denuncia de la persona afectada, quien deberá aportar cualquier dato del que disponga. No obstante, también es posible realizar denuncias anónimas a través de Internet.

En el momento de realizar la denuncia, se deberá realizar una narración de la situación y proporcionar todos los datos que se tengan de la persona o personas implicadas en los episodios de ciberacoso.

También se deberá facilitar:

- Números de teléfono, cuentas de correo implicadas, perfiles de Instagram, TikTok, YouTube, Twitter, etc.
- Imágenes, audios o vídeos distribuidos (si los hubiera).
- Copias de correos enviados y recibidos, con fecha y hora y cabeceras completas, mensajes privados, imágenes, vídeos...
- Cualquier otro dato de interés.

CUERPO NACIONAL DE POLICIA – Comisaría de Coslada–San Fernando

C/ Guadalquivir, 16. Coslada  91 674 67 50
Atención las 24 h.

BRIGADA CENTRAL DE INVESTIGACIÓN TECNOLÓGICA – Centro Policial de Canillas

C/ Julián González Segador, s/n. Madrid
[Formulario de contacto](#)

GUARDIA CIVIL – **Grupo de Delitos Telemáticos de la Unidad Central Operativa**

Dirección General de la Guardia Civil
C/ Guzmán el Bueno, 110. Entreplanta. Madrid
Lunes a viernes, de 8 a 15 h.

MINISTERIO FISCAL – **Fiscalía de Área**

Plaza de la Paloma, 1. Alcalá de Henares.
 91 839 95 00



<https://linktr.ee/SanferJovenSFH>

Policía Local SFH

📍 Plz. Fabrica de Paños

☎ 91/671.90.92

🐦 @PolicíaLocalSFH

#PLSFH



 **SUPR**ime el acoso



Ayuntamiento Real Sitio
SAN FERNANDO DE HENARES
Área de Juventud
Policía Local

Edición digital

Fecha de publicación: marzo 2015

2ª actualización: septiembre 2021