

## ¿CONOCES ESTOS CONCEPTOS?



### SEXTING

Envío de imágenes o vídeos del propio cuerpo, de manera intencionada, a otra persona, como práctica erótica, generalmente mediante el uso de dispositivos móviles y redes sociales. La acción de que alguien se aproveche de dicho contenido para chantajear o utilizarlo en nuestra contra, se llama **SEXTORSIÓN**.



### GROOMING

Un adulto desconocido, se gana la confianza de un menor, haciéndose pasar por un adolescente.



**SI ERES ADOLESCENTE TENEMOS ALGO QUE CONTARTE**

## ¿CÓMO NOS PODEMOS SENTIR SI NOS PASA?

### Podemos sentir...

**MIEDO** porque nuestra intimidad ya no es privada y no sabemos qué pasará con ella.

**RABIA** hacia los agresores por no habernos respetado.

**IMPOTENCIA** por no tener el control de nuestra privacidad.

**CULPA** por haber ofrecido ese contenido y haber confiado.

**VERGÜENZA** de que tu intimidad llegue a tu entorno.

**INSEGURIDAD** y **ANGUSTIA** a la hora de buscar ayuda.

Tanto si has sido VÍCTIMA de

### GROOMING

como si has sido VÍCTIMA de



### SEXTORSIÓN

**NO** tienes la culpa. Es una **OPORTUNIDAD** para aprender a cuidarte dentro de la red y a proteger más tu intimidad y es muy importante que tomes medidas.

## ¿CONOCES SUS RIESGOS?



### SEXTING

Una forma de violencia sexual digital. El contenido que has compartido puede ser utilizado en tu contra, y las personas con las que lo compartes, pueden hacerlo público.



### GROOMING

Es la persuasión de un adulto hacia un menor, haciéndose pasar por adolescente, con la intención de generar una relación de confianza, para que después el menor realice actividades sexuales o difundir la información en redes pornográficas.

## ¿QUÉ HACER SI TE PASA A TI O A ALGUIEN QUE CONOCES?



Puede ayudarte hablarlo con tu amigo/a de confianza. Además, para resolver esta situación es importante la ayuda de un adulto. Pensad juntos en alguien de confianza.

Por ejemplo: tu madre, tu padre, tutor/a-profesor/a, algún familiar o entrenador/a.

Os pueden ayudar a encontrar las soluciones.

Entre ellas: bloquear la cuenta, poner una denuncia en la Policía, notificar a Fiscalía de Menores, comunicarlo al centro educativo (Director/a, Orientador/a, Tutor/a).

Puede parecer difícil pero hacerlo es un gran paso. Puede ayudarte a:

Sentirte mejor.  
Que los agresores se responsabilicen de lo que han hecho.  
A evitar que siga pasando.

## ¿CÓMO PREVENIR PARA QUE NO TE PASE?

Lo primero y más importante, **quíetele, cuídate; escucha cómo te sientes y dale el valor que merece.**

Tus necesidades son, como mínimo, igual de importantes que las de los demás. Eres un ser valioso, único e inigualable. Protégelo no compartiendo tu intimidad en redes.

Si a pesar de los riesgos que implican estas prácticas decides hacerlo... para compartir nuestra intimidad y, sobre todo en las redes, es muy importante haber construido la **CONFIANZA**.

### ¿CUÁNTO TIEMPO CREES QUE LLEVA CONSTRUIRLA?

Se estima que de un año en adelante. Confiar antes de tiempo es dar un salto al vacío. Un salto arriesgado que merece la pena pensar dos veces.

**Confianza es respeto y cuidado mutuo.** Antes de compartir, pregúntate "**¿para qué lo quiero compartir?**"

Tu valor no está en lo que compartes. Creer que sí, puede dañar tu **autoestima**. Regalar nuestra privacidad a los demás antes de haber construido una relación de confianza, es un riesgo alto. Desconocemos las intenciones que podrían tener más adelante.

**Recuerda,** cuando compartes la información deja de ser de tu propiedad. Que se difunda nuestro contenido privado puede hacernos sentir pequeños y vulnerables. La mejor manera de prevenirlo es **no compartir**. Si la **relación** es **sólo virtual** y nos os conocéis en persona, evita compartir información íntima y privada. Tras la pantalla es más fácil que los demás oculten sus intenciones.

## ¡RECUERDA!

6 de cada 10 víctimas de **GROOMING** son **adolescentes**.

8 de cada 10 casos de **GROOMING** se llevaron a cabo a través de Instagram, Facebook, y Twitter.

3 de cada 10 **adolescentes** es víctima de **SEXTORSIÓN** en alguna de sus formas.

Sólo **17** de cada **10 adolescentes** acepta solicitudes de amistad sólo de gente que conoce muy bien, el otro **8,3** de los **adolescentes** aceptan solicitudes de conocidos, amigos de conocidos o incluso desconocidos.

La mejor elección es siempre en la que más protegido o protegida estés.

**¡Elige con cabeza!**