

**¡ALZA  
LA VOZ!**

**guía para prevenir  
y enfrentar el acoso  
sexual escolar**

#MeToo  
#EscuelaSinAcoso  
#YoSíTeCreo  
#TimesUp  
#CalleSinAcoso



**HERRAMIENTA PARA ADOLESCENTES Y JÓVENES  
EN LA ACTUACIÓN FRENTE AL ACOSO SEXUAL EN LA ESCUELA**



**ESTA GUÍA TE VA A SERVIR PARA QUE PUEDES IDENTIFICAR EL ACOSO SEXUAL Y ACTUAR PARA DETENERLO. VAS A APRENDER LO QUE ES Y SOBRE TODO QUE HACER SI TE ESTÁ PASANDO A TI O A ALGUIEN DE TU ESCUELA.**

**ESPERAMOS QUE LA ENCUENTRES ÚTIL PARA EVITAR SITUACIONES DE ACOSO SEXUAL EN TU SALÓN DE CLASES Y EN LA VIDA DIARIA.**

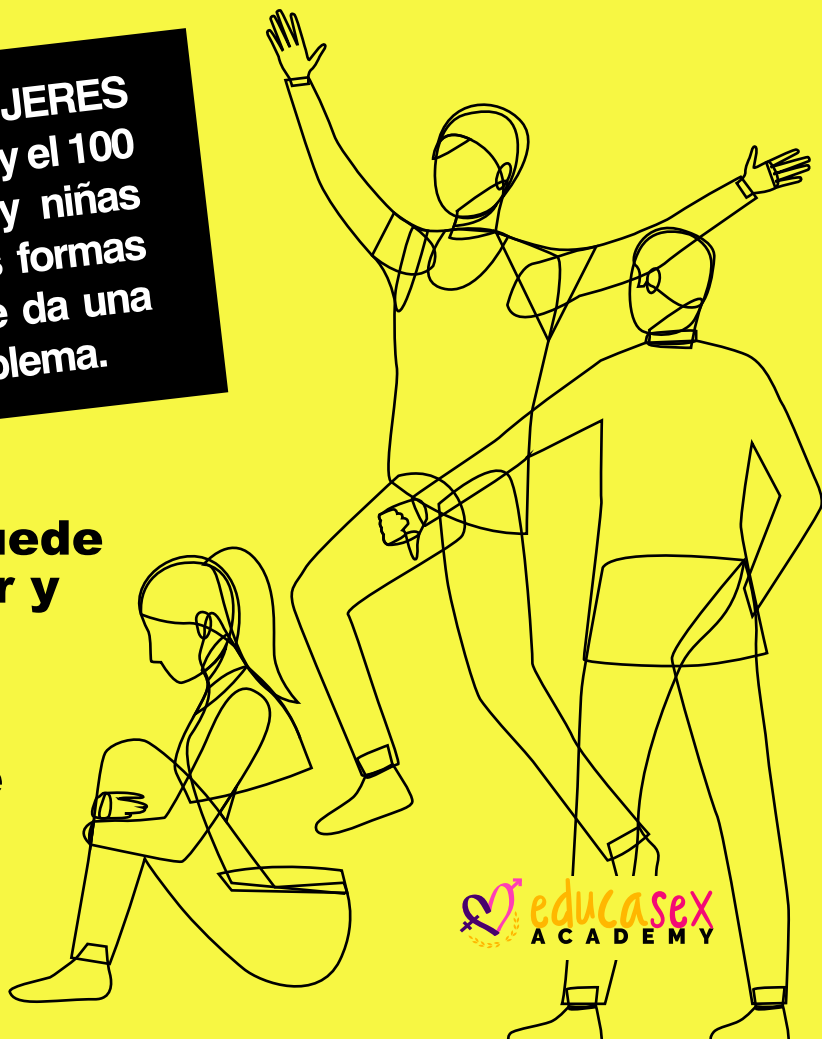


¿QUÉ  
ES  
EL  
ACOSO  
SEXUAL?

**Son los comentarios, gestos, tocamientos, insinuaciones y chantajes de tipo sexual, no deseados,** que crean un ambiente hostil y que te hacen **sentir incómoda/o.** Aunque el acoso sexual puede pasarle a cualquiera, es más común que las víctimas sean mujeres, o personas que, por su apariencia o preferencias sexuales, no cumplen con lo que la sociedad espera de un hombre o una mujer.

¿Sabías que según **ONUMUJERES** en todo el mundo, entre el 50 y el 100 por ciento de las mujeres y niñas sufren acoso sexual y otras formas de violencia sexual? Esto te da una idea de la gravedad del problema.

**El acoso sexual se puede dar en cualquier lugar y aunque la escuela normalmente es un espacio seguro, en algunas ocasiones se dan casos de acoso sexual.**





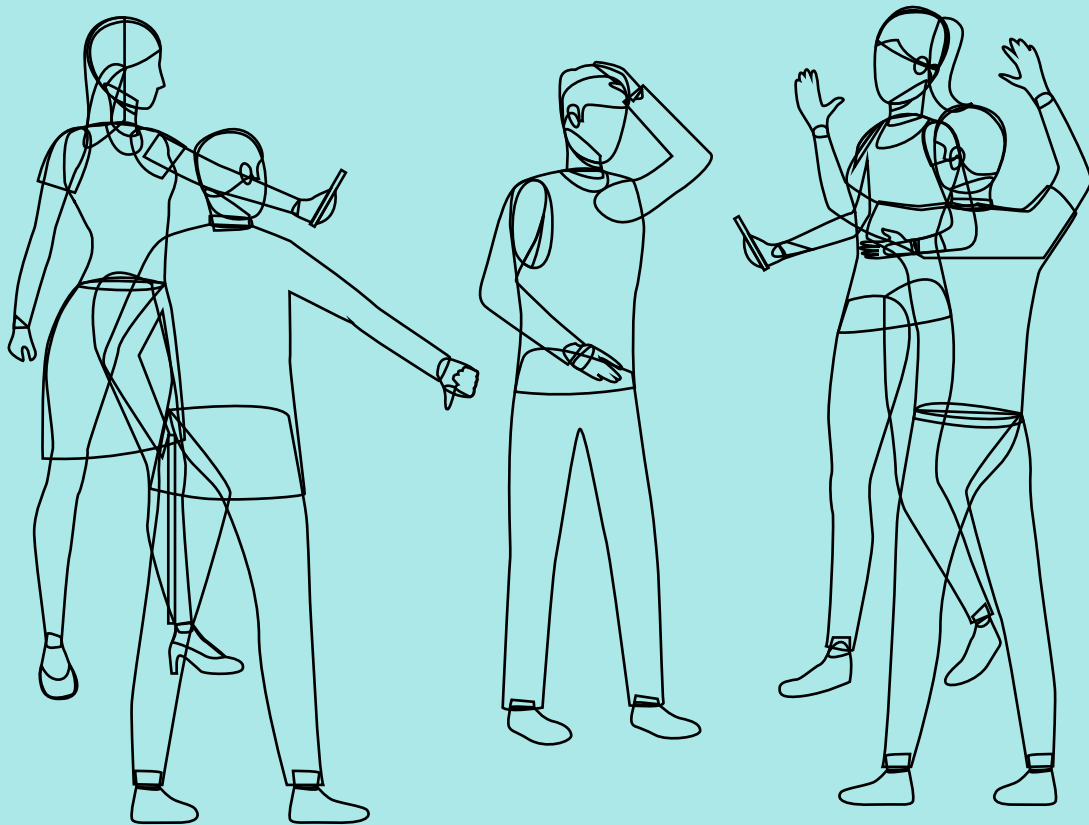
# ACOSO

# Y

# HOSTIGAMIENTO

# SEXUAL

En cualquier caso de acoso, no sólo es culpable el acosador, también todos los que observan o lo saben y no hacen o dicen nada. ¡El silencio te hace cómplice!



**Lo primero que debes saber es que no es lo mismo si el acoso se da entre compañeros/as que cuando viene de alguien con autoridad en la escuela:**

- **Hostigamiento sexual:** cuando el acosador es una persona con autoridad, como profesores, directores o cualquier persona que trabaja en la escuela.
- **Acoso sexual:** no hay jerarquías ni autoridad entre el acosador y la víctima, se da entre compañeros y compañeras.
- **El acoso por orientación sexual** es otro tipo de acoso, que se da con comentarios homófobos y burlas sobre la orientación sexual o actitudes de una persona no heterosexual.

# ¿CÓMO IDENTIFICAR EL ACOSO SEXUAL?

Lo primero es aprender a identificar las conductas que pueden considerarse acoso u hostigamiento sexual. ¡Checa la siguiente lista, seguro hay otras que se te ocurren!



# Conductas verbales:

- ➔ Cuando te gritan o chiflan en la calle, los llamados “piropos” y opiniones o comentarios sobre tu apariencia.
- ➔ Burlas o comentarios sobre tus preferencias sexuales o vida sexual y amorosa.
- ➔ Rumores o chismes sobre la sexualidad de cualquier persona, no importa si es verdad o no.
- ➔ Insinuaciones, proposiciones o comentarios obscenos
- ➔ Llamadas telefónicas no deseadas con fines sexuales o amorosos. Cuando ya le has dicho a alguien que no tienes interés en él y sigue insistiendo.
- ➔ Mensajes escritos, correos o pintas de naturaleza sexual.
- ➔ No es necesario decir las cosas de forma directa, se pueden hacer insinuaciones o utilizar el doble sentido.

# Conductas físicas

- ➔ **Cualquier tipo de contacto físico no deseado. Desde que te levanten la falda, te toquen, rocen, den palmadas hasta el intento de violación o presión para tener relaciones sexuales.**
- ➔ **Miradas o gestos obscenos o lascivos que te incomoden o humillen.**
- ➔ **Exhibir fotografías privadas como los nudes.**
- ➔ **Promesas/Recompensas/ Amenazas**
- ➔ **Promesas de “ayuda” o tratos especiales como puntos extras a cambio de favores sexuales**
- ➔ **Presión o amenazas para que pase “algo” que no quieres, desde una foto, beso o algo más.**
- ➔ **Castigos o maltratos al rechazar proposiciones sexuales.**

# Ciberacoso sexual

El acoso sexual también se da en las redes. Se puede dar cualquiera de las conductas que ya te mencionamos o en otras formas:

- **Grooming** forma en que algunos adultos se acercan a menores para ganar su confianza y pedir favores sexuales.
- **Stalking** alguien que sigue obsesivamente tu actividad online.
- **Sextorsión** chantaje con la amenaza de difundir imágenes, videos o información sobre su vida sexual.

# Reflexiona

- Las chicas no se sienten halagadas cuando escuchan piropos, insinuaciones sobre su físico, comentarios o chistes sexuales.
- El acoso sexual no es chiste, sus consecuencias pueden ser muy graves.
- No hay un tipo de chicas que sufran el acoso, no les pasa solo a las guapas, no depende de cómo se vistan o se comporten. Lo sufren las mujeres por el hecho de ser mujeres. Las chicas no son responsables del acoso, son víctimas.
- Las chicas no denuncian el hostigamiento y/o acoso sexual por venganza, sino porque les causa daño.

# ¿CREEES QUE PUEDDES ESTAR SIENDO VÍCTIMA DE ACOSO?

Muchas personas que sufren acoso sexual no se atreven a contarlo y lo sufren en silencio. A veces creen que nadie les puede ayudar. Debes saber que no estás sola y que hay personas que pueden ayudarte.

# Estás sufriendo acoso sexual si...



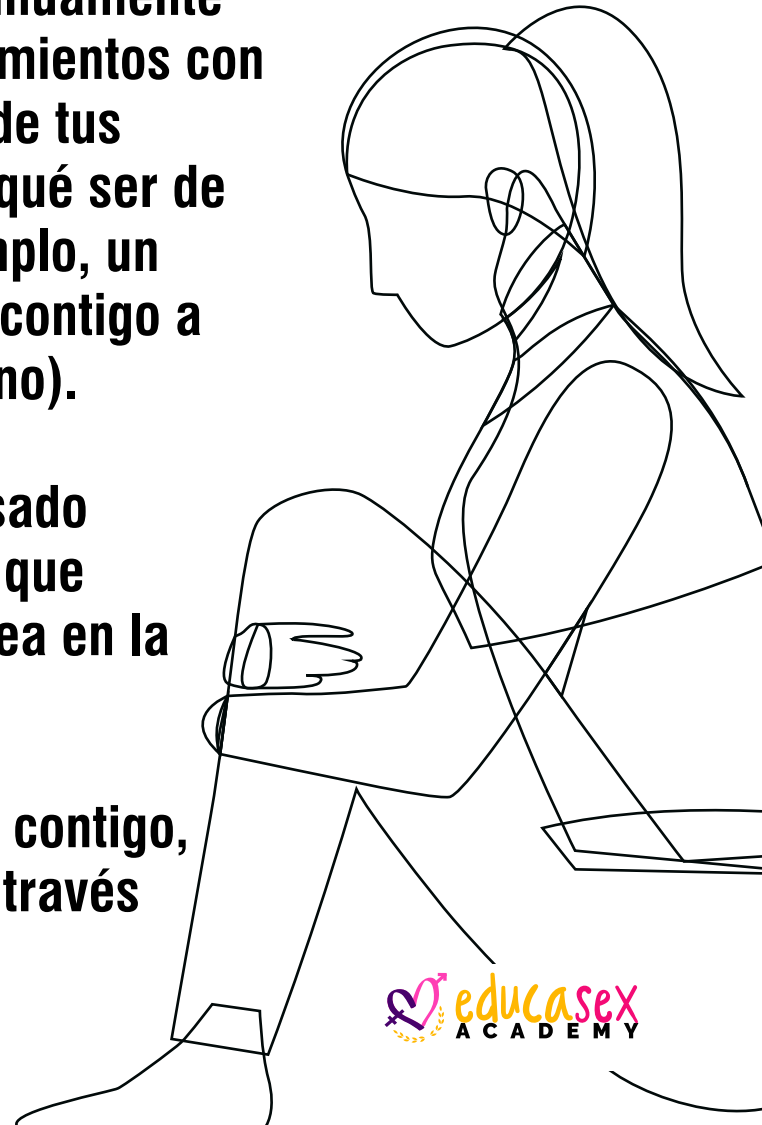
**Te sientes intimidada/o continuamente por comentarios o comportamientos con contenido sexual de alguno de tus compañeros. (no tienen por qué ser de contenido obsceno. Por ejemplo, un piropo o insistencia en ligar contigo a pesar de que has dicho que no).**



**Una o varias veces te ha pasado cualquiera de las conductas que explicamos más arriba, ya sea en la escuela o en las redes.**



**Alguien insiste en tener algo contigo, en verte o tocarte, ya sea a través de redes o en persona**



# Cómo saber si alguien sufre acoso sexual en tu escuela

Estos comportamientos te pueden indicar que una compañera/o está sufriendo acoso sexual:

Si te cuenta o ves que un compañero o profesor insiste en ayudarla en tareas fuera de la escuela con otros fines

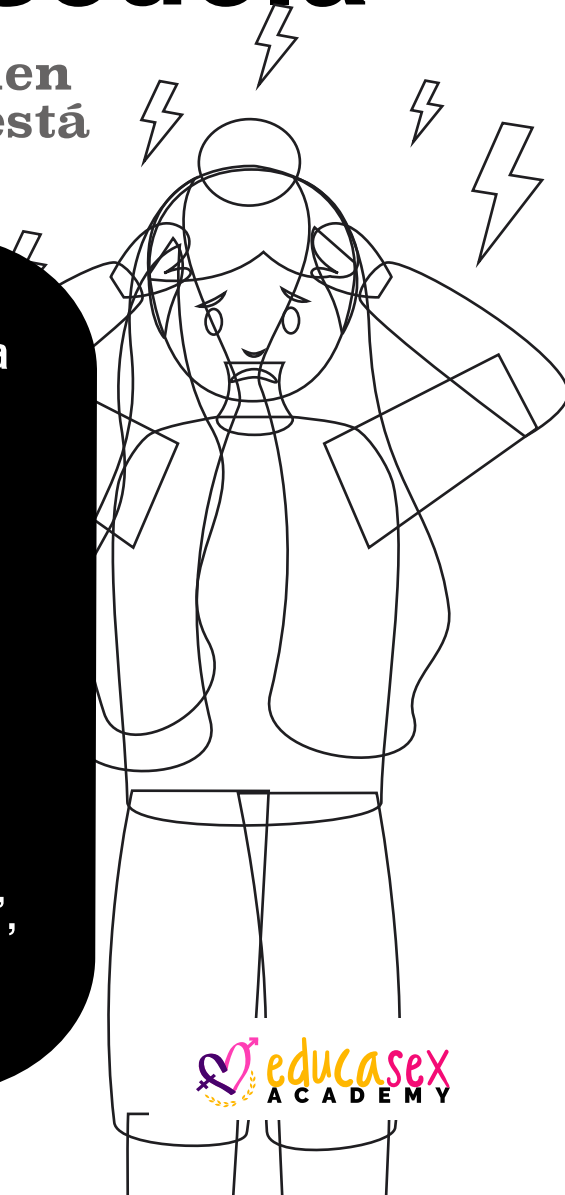
Si te cuenta u observas que alguien no para de realizarle bromas sexuales

Si te cuenta que un compañero o profesor ha intentado tocarla sin su consentimiento

Si se publica información o fotos sobre su vida privada o sexual

Si deja de ir a la escuela o si ves que llora con frecuencia o está más triste de lo habitual.

Si hace comentarios como “no valgo para nada”, “odio mi cuerpo” que indican que puede tener baja autoestima.



# ¿ERES TU QUIEN ACOSA Y CREES QUE ES NORMAL?

A veces quien acosa no sabe que lo está haciendo y cree que sus comportamientos son normales y no tienen nada de malo. Estas ejerciendo acoso si:

Tienes dificultades para ponerte en el lugar de alguien más y no piensas en sus sentimientos cuando te burlas.

Eres impulsivo y te parece que la violencia es una buena forma de resolver problemas.

No aceptas un “NO” por respuesta de una chica y crees que insistiendo conseguirás un sí.

Crees que alguien vale menos por sus preferencias sexuales o que la mujer tiene menos capacidades que el hombre.

No consideras que el acoso sexual sea violencia.

Sueles espiar, mirar o aproximarte a tus compañeras sin su consentimiento y crees que es gracioso e inofensivo.

**¡Aguas! Estos actos tienen consecuencias, además de causar daño a las víctimas te lo causas a ti mismo/a, pues te puedes meter en problemas en la escuela e incluso legales. Lo mejor sería que pares y pidas ayuda para cambiar tu comportamiento.**



**¿QUÉ HACER  
FRENTE A UNA  
SITUACIÓN DE  
ACOSO  
SEXUAL EN LA  
ESCUELA?**

# Si tú eres la víctima...

1. No te sientas culpable, nada de esto es tu responsabilidad.

2. Toma nota y reúne pruebas: guarda llamadas o correos, notas, todo lo que recibas.

3. ¡Que no te de pena! Cuéntales a personas en las que confíes

4. Si crees que puedes enfrentarte directamente a quien te está acosando, hazle saber qué comportamientos no quieres que se repitan.

5. Habla con algún profesor/a o alguien de tu escuela que te genere confianza y pueda ayudarte; así como con tu familia.

# Si quien te acosa es un profesor o alguien que trabaja en la escuela

Está bien que tengas una relación cercana y de confianza con tus profes, pero existen casos en que los maestros se aprovechan de su poder para ejercer el acoso sexual.

- Este es un tema muy delicado, todo el personal de la escuela tiene la obligación de cuidar a las y los estudiantes.

Algunas víctimas no dicen lo que les está pasando por miedo a las consecuencias o por vergüenza.

**¡Alza tu voz! En tu escuela te protegerán.**

# *¿Qué hacer?*

Si un profe te hace bromas sexuales o chistes obscenos, hazle saber que te molesta, distánciate y repórtalo con las autoridades de la escuela. Tal vez no seas la única persona pasando por esto, alzando la voz puedes ayudar a otras personas.

Si te toca constantemente, te abraza o te ofrece “ayuda” a cambio de fotos o favores sexuales, no lo mantengas en silencio y cuéntalo, estos comportamientos pueden ir a más.

No aceptes recibir clases extraescolares si no ha sido acordado con tus padres y evita situaciones donde puedas quedarte a solas con tu profesor.

Pon atención a sus comportamientos, como muestras de cariño especial o gestos obscenos, pues indican que tu profesor tiene otras intenciones. Informa de estos comportamientos.

Lo más importante es que comentes esta situación con tu familia o con otros profesores de tu escuela. No tengas miedo, aunque el profesor te haya amenazado, siempre lo mejor es hablar de lo que pasa.

# Si eres testigo de acoso sexual en tu escuela

Actuar e involucrarte es importante. Todos tenemos la responsabilidad de actuar ante una situación de este tipo.

Si eres testigo de acoso, dirígete a la persona acosadora y sin ponerte en riesgo hazle saber que lo que hace no está bien.

No sigas la corriente, no te rías cuando ridiculizan a alguien; no compartas fotos, videos o información que puede hacer sentir mal a tus compañeros. ¡Rompe la cadena de acoso!

Hazle saber a quién sufre el acoso, que no está sola/o y que cuenta contigo. ¡Eso puede ayudar más de lo que crees!

Si ves que la persona acosada no es capaz de hablar de lo que pasa, habla tú con tus profesores o familiares para que conozcan la situación y puedan ayudar.

Ayudar no significa para nada que seas una chismosa/o. Confía en que estás haciendo lo correcto.

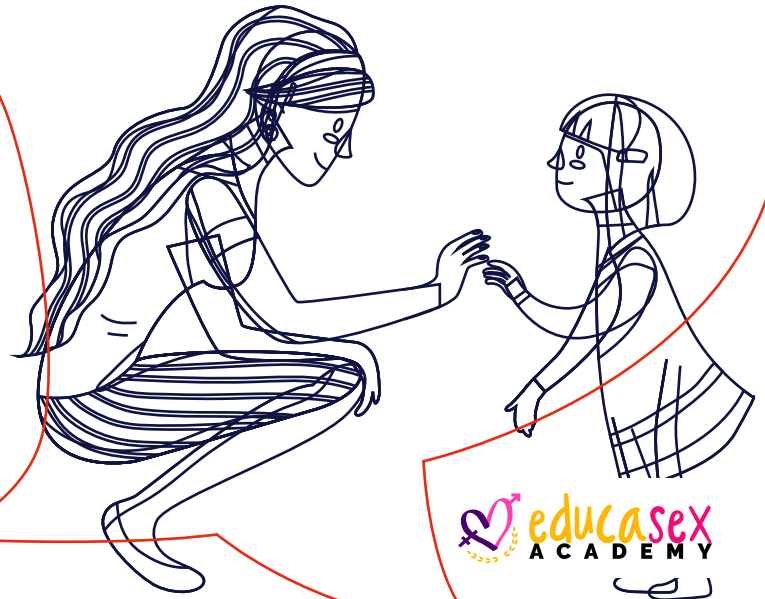
# Dónde conseguir ayuda

Lo más sencillo siempre es acudir con los responsables de la escuela y con tu familia. ¡Siempre encontrarás quien te respalde!

Si por alguna razón prefieres hacer una denuncia anónima o tú o tus familiares desean orientación sobre cómo actuar puedes llamar a este número gratuito:  
**01-800-11-ACOSO (22676)**

**Si has pasado o estás pasando por una situación de acoso u hostigamiento sexual y solamente quieres hablar con alguien puedes llamar a estos números:**

**SAPTEL - ATENCIÓN  
PSICOLÓGICA POR  
TELÉFONO 52598121  
LÍNEA DE JOVEN A JOVEN  
56581111**



# CREDITOS

## AUTORAS:

### **Fátima Magro**

Diplomada en Trabajo Social con Maestría en Igualdad de Género y postgrado en Educación Sexual en la Universidad Camilo José Cela. Tiene una larga trayectoria en el trabajo de la educación para la salud e igualdad con juventud, donde destacan varios proyectos educativos en estos campos, así como la realización de labores de asesoramiento, consulta, sensibilización y difusión en programas radiofónicos..

### **Andrea Castillo Agreda**

Antropóloga social feminista y mexicana con un master en Igualdad de género. Se ha desarrollado como consultora e investigadora en organizaciones de la sociedad civil dedicadas a la promoción y defensa de los derechos de las mujeres en distintos contextos en México, así como a la transversalización de la perspectiva de género y el enfoque intercultural.

### **Laura M Gullón**

Graduada en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid. Realizó un posgrado en Psicología General Sanitaria en la misma universidad e investigó sobre el trastorno por acumulación como su trabajo fin de máster. Su experiencia y vocación como clínica le ha llevado a realizar la mayor parte de su trabajo y formación en hospitales, abarcando tanto a la parte evaluativa e interventiva como la educación para la salud.

## Estudio elaborado por



## Patrocinado por:



2020 Ciudad de México