

La violencia doméstica
NO TIENE JUSTIFICACIÓN

Si tú o alguien que conoces sufre de maltrato por su pareja, no lo tapes. Llama a la Línea de Orientación 24/7, HOY.

Línea de Orientación 24/7
(787)722-2977

Contacto:

Ave. Ponce de León #161
San Juan, PR 00910

Tel: 787-721-7676

Email: info@mujer.gobierno.pr

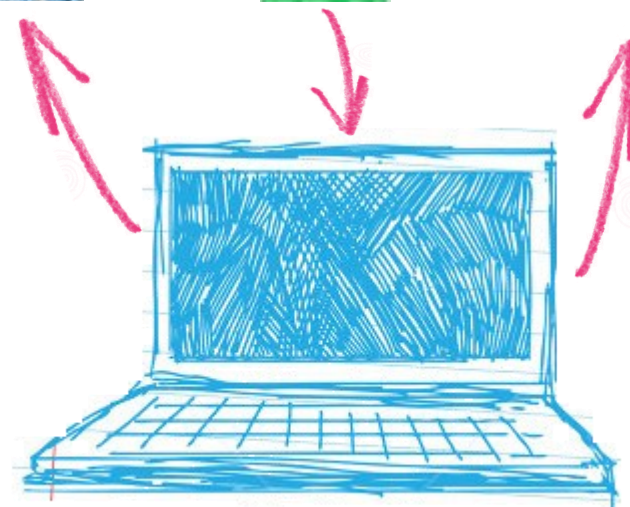
Web: www.mujer.pr.gov



Oficina de la Procuradora de las Mujeres
Lcda. Wanda Vázquez Garced
Ave. Ponce de León #161
San Juan, PR 00910



#VIOLENCIA CIBERNETICA



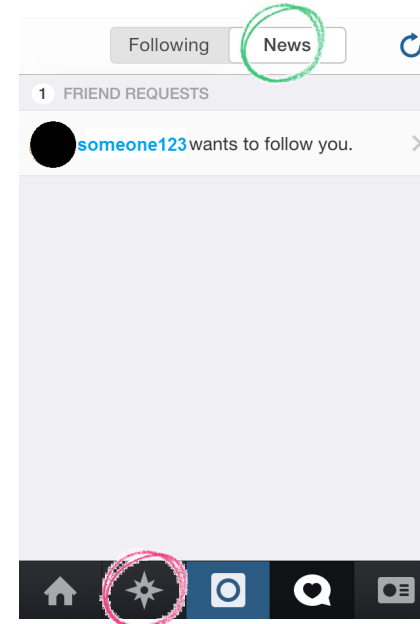
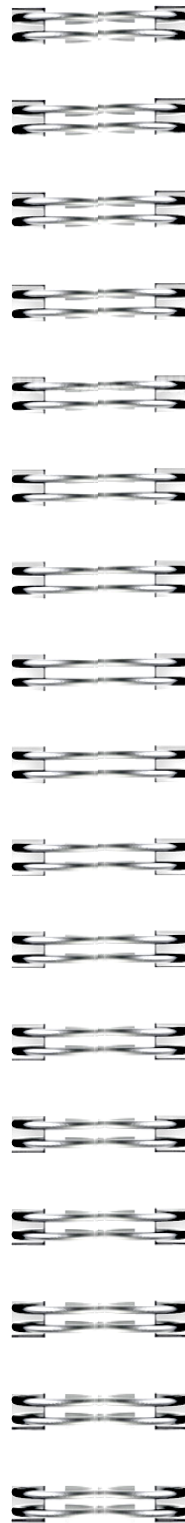
#INTRODUCCION

La violencia contra las mujeres y las niñas ocurre todos los días en todo el mundo y con el internet y el gran alcance que tiene ha creado aún más oportunidades para el acoso cibernético y amenazas “online”. La violencia “online” es ocasionada a través de diferentes formas, en especial en las redes sociales ya que se está convirtiendo en una tendencia común del día a día. Aunque muchos no lo ven como violencia, los casos de acoso y acecho cibernético son más frecuentes de lo que se puedan imaginar. Ya sea a través de comunicaciones de correo electrónico o las nuevas formas de “sexting” y “outing”. Existen personas que se aprovechan del alcance y audiencia cibernética que pueden tener para causar daño, controlar y humillar a otros. Este libro informativo tiene como objetivo definir las diferentes manifestaciones de violencia “online”, explicar cómo se puede prevenir y cómo reportar la violencia cibernética.

¿Qué es la violencia, acoso y acecho “online”?

Es un tipo de intimidación que ocurre a través de la tecnología electrónica. La tecnología electrónica incluye equipos como teléfonos celulares, computadoras, tabletas y herramientas de comunicación como los son las redes sociales, mensajes de textos, correo electrónicos, entre otros.

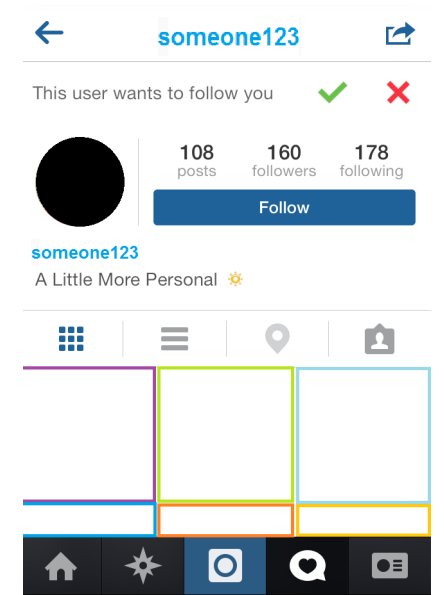
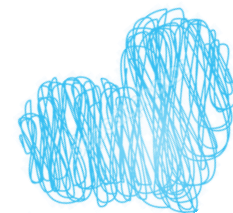
Algunos ejemplos de acoso por Internet incluyen mensajes de texto o emails desagradables, rumores enviados por email o publicados en sitios de redes sociales, e imágenes, videos, sitios web o perfiles falsos embarazosos.



3. Todos los que quieran ver tus fotos tienen que enviar una solicitud. Para ver las solicitudes, dirígete a la estrella en la parte inferior. Luego busca la pestaña de “news”.



4. Serás dirigida a la página de perfil de los usuarios y donde podrás aceptar su solicitud o rechazarla.





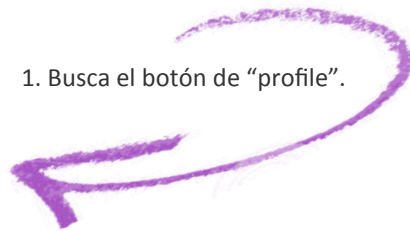
#INSTAGRAM

Instagram es de las aplicaciones más nuevas y populares hoy día. Es una aplicación para compartir fotos y videos, editarlas con filtros y marcos digitales y luego compartir dicha imagen en una variedad de redes sociales, además de Instagram. Al igual que las otras redes sociales, cada día hay más casos de conflicto y problemas de privacidad en la publicación de fotos y creación de cuentas. Aquí podrás ver cómo hacer tus fotos en Instagram privadas.

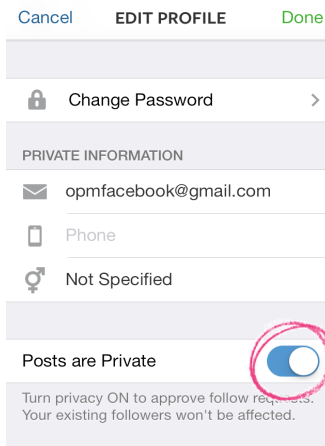
Pon Tu Perfil Privado:



1. Busca el botón de "profile".



2. Busca hacia abajo hasta llegar a "Posts Are Private" y activarlo. Al hacer esto, las fotos no serán accesibles al público ni en páginas de búsqueda. Para que alguien pueda accederlas, tendrán que pedir tu aprobación como "follower".



¿Qué hace la violencia "online" diferente?

El acoso por Internet puede suceder las 24 horas del día, los 7 días de la semana, y afectar a la persona incluso cuando se encuentra solo. Puede suceder a cualquier hora del día o de la noche.

Los mensajes e imágenes utilizados en situaciones de acoso por Internet pueden publicarse de forma anónima y distribuirse rápidamente a una gran audiencia. Puede ser difícil y a veces imposible detectar la fuente.

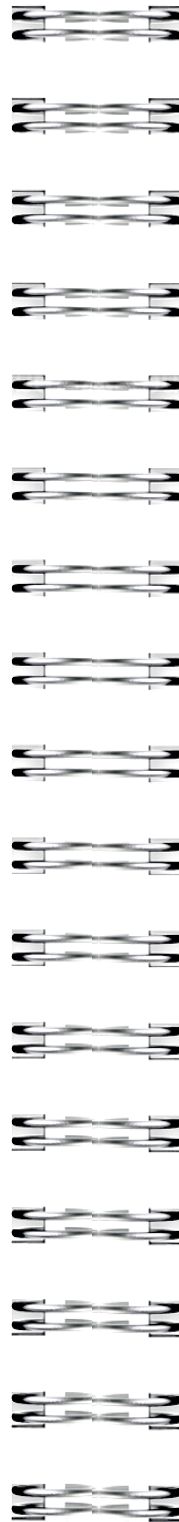
Borrar mensajes, textos e imágenes inapropiadas o embarazosas es sumamente difícil luego de que han sido publicados o enviados.



#CONSEJOS PARA PROTEGERTE "ONLINE"

A diario hay personas que tienen acceso físico a tus equipos electrónicos como los son la familia, amistades, "roomates", compañeros de trabajo, personal de limpieza casera, etc. ¿Pero sabes quiénes son los que pueden acceder de manera remota y escondida? Toda persona que tiene una computadora, teléfono, tableta con conexión al internet es vulnerable a que alguien pueda acceder la información guardada y utilizarla para monitorearte, amenazarte, acecharte y acosarte. A continuación, unos consejos de cómo puedes prevenir que te suceda a ti.

1. Utiliza un buen "password" para todo tu equipo electrónico. Todos deben ser diferente así evitando que una persona pueda entrar a todas fácilmente. El "password" no debe ser fácil de adivinar. Evita utilizar fecha de nacimiento, nombres de personas cercanas a ti, palabras comunes y números seguidos.
2. Siempre que vayas a salir o dejar de utilizar la computadora, el celular o tableta, asegúrate de apagar o darle "lock" para no dejar tu información abierta. Al dejar tu equipo abierto le das una oportunidad a que alguien pueda ver tu información, envíe correos electrónicos desde tu cuenta, manipule tus archivos, accedan a datos personales y confidenciales, entre otras.
3. No publiques detalles sobre tu localización actual o a dónde vas y con quiénes. Esto permite a que las personas puedan localizarte más rápido.



3. En "Online Abuse" te aconsejarán dependiendo de las diferentes situaciones en las que te encuentres con tu cuenta de Twitter. Si quieres reportar la cuenta, buscas "You can report the content to Twitter Here".

Online abuse

Being the target of online abuse is not easy to deal with. Knowing the appropriate steps to take to address your situation can help you through the process.

When to report it?

We've all seen something on the Internet we disagree with or have received unwanted communication. Such behavior does not necessarily constitute online abuse. If you see or receive an @reply you don't like, [unfollow](#) and end any communication with that user.

If the behavior continues, it is recommended that you [block the user](#). Blocking will prevent that person from following you or seeing your profile picture on their profile page or in their timeline; additionally, their @replies or mentions will not show in your mentions tab (although these Tweets may still appear in search).

Abusive users often lose interest once they realize that you will not respond. If the user in question is a friend, try addressing the issue offline. If you have had a misunderstanding, it may be possible to clear the matter up face to face or with the help of a trusted individual.

If you continue receiving unwanted, targeted and continuous @replies on Twitter, and feel it constitutes online abuse, consider reporting the behavior to Twitter [here](#).

Take threats seriously

If you believe you are in physical danger, contact the local law enforcement authorities who have the tools to address the issue.

If you decide to work with law enforcement, make sure to do the following:

- document the violent or abusive messages with print-outs or screenshots
- be as specific as possible about why you are concerned
- provide any context you have around who you believe might be involved, such as evidence of abusive behavior found on other websites
- provide any information regarding previous threats you may have received

[You can report the content to Twitter here](#)

Reach out to the people you trust



4. Aquí comenzarás a detallar la situación paso por paso hasta terminar.

I'm reporting an abusive user

Please fill out all the fields below so we can review your report.

For more information and resources on dealing with abusive users both on the internet and on Twitter, please review [this article](#).

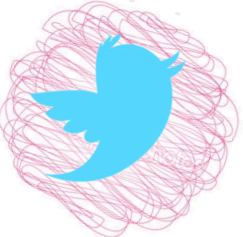
- How can we help?
- Someone on Twitter is posting my private information.
 - Someone on Twitter is being abusive.
 - Someone on Twitter is sending me violent threats.

If an interaction has gone beyond the point of name calling and you feel as though you may be in danger, contact your local authorities so they can accurately assess the validity of the threat and help you resolve the issue offline.

If someone means you harm, just removing the threatening statements does not make the issue go away.

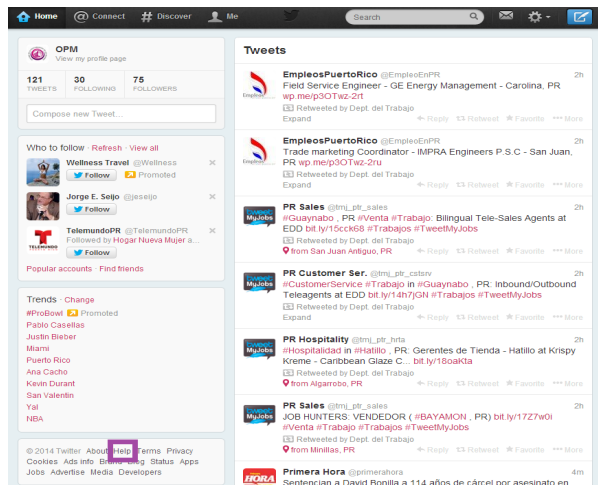
Not what you need help with? [Choose another topic.](#)





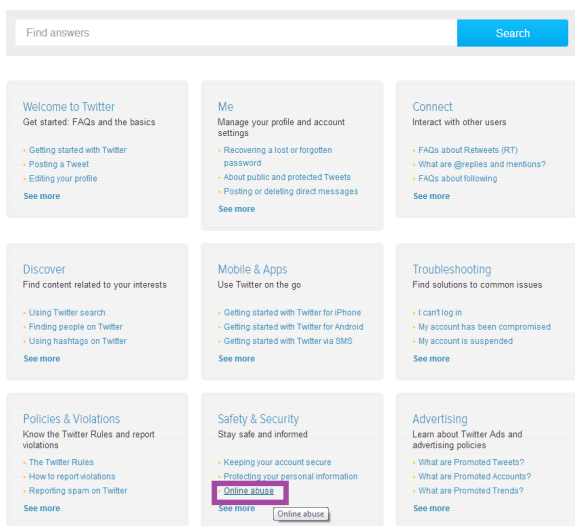
#TWITTER

Twitter, es una red social más breve que Facebook, en donde los usuarios pueden compartir mensajes (Tweets) de no más de 140 caracteres. Lamentablemente también se utiliza para hostigar y acechar. Aunque un poco más complicadas que en Facebook, puedes reportar tu situación.



1. Haz Click en "Help" tools

Help Center



2. Haz click en "Online Abuse" bajo el área de Safety and Security.



- En el caso de que alguien ha hackeado tu computadora, desconéctala del internet y llévala a que la limpien inmediatamente. Si alguien ha hackeado tu celular, trata de utilizar el teléfono para hacer llamadas y no para comunicarte a través de mensajes de texto.
- Sólo comparte tu dirección de correo electrónico principal con las personas que realmente son de tu confianza y conoces bien. Para cuentas de redes sociales, cupones, suscripciones, etc. Puedes crear una cuenta genérica sin ningún tipo de información confidencial. Al ser hackeada no representa gran riesgo.
- Cambia todos tus "passwords" cada tres a seis meses.
- No compartas tus contraseñas o fotos íntimas con tu pareja. Esto puede ser mal utilizado a la hora de que se separen. Ha habido casos donde las ex parejas han circulado imágenes y conversaciones privadas públicamente como venganza.
- Al utilizar las redes sociales, asegura que tus "posts" no sean público y sólo puedan ser compartidos con tu amistades.
- Nunca hay una necesidad de publicar tu fecha exacta de nacimiento. Sólo utilízala cuando sea para asuntos de importancia como solicitudes de visa, certificado de buena conducta, etc.
- Revisa constantemente lo que otros escriben sobre ti en las redes sociales, y qué fotos publican. Habla con tu familia y amistades para que no suban ninguna foto sin tu permiso.



#REPORTA LOS HECHOS



Aunque el mundo todavía está aprendiendo cómo manejar eficientemente el manejo de las amenazas cibernéticas, hay que reconocer que éste es un tema importante. Ya es ampliamente conocido que hay comportamiento abusivo, acosador y amenazante en el mundo cibernético. A continuación se presentarán las diferentes maneras para reportar y documentar tu situación.

“Screenshots”

“Screenshots” son imágenes tomadas del contenido que tengas abierto al momento en la pantalla de tu computadora, monitor, celular, etc. La manera en que se lleva a cabo varía por tipo de programa y equipo tecnológico. Puedes retratar conversaciones, email, páginas electrónicas o cualquier cosa que tengas en pantalla al momento.

1. Computadoras (Windows):

La manera más fácil y común de hacerla. No importa que Windows tengas (XP, Vista, 7, 8) es muy compatible. Asegurándote que el área que deseas capturar se vea en la pantalla, pulsa el botón “Print Screen”. Este normalmente se encuentra en la esquina superior derecha de tu teclado para capturar toda la pantalla. Presiona Alt + “Print Screen” para capturar una captura de pantalla de la ventana activa sola. Tenga en cuenta que no habrá ruido o cualquier otra indicación de la imagen fue tomada.



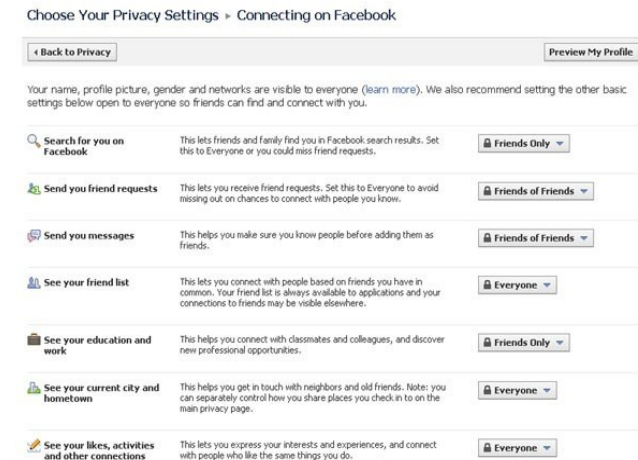
Otros Consejos:

1. Verifica bien tus “settings”. Muchas veces compartes contenido con grupos de personas o terceros que no conoces a través de tus amistades, que es precisamente lo que queremos evitar. Con estos “settings” puedes controlar lo que se hace disponible para otros a través de tus amistades:

Account > Privacy Settings > Apps and Websites > Info accessible through your friends



2. La configuración de privacidad para compartir contenido en Facebook se separa por tipo de acción. Aquí puedes especificar quién puede enviarte mensajes, buscarte, añadirte, etc.:

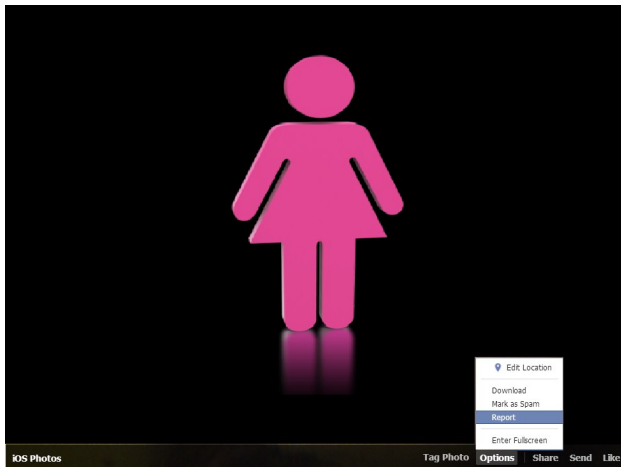


Reportar Fotos y Videos:

Facebook ofrece una opción para reportar las fotos y los videos creas que representan una violación a tus derechos de privacidad. Pueden quitar las fotos y videos que reportes como no autorizadas en caso de que sea requerido por la ley de cada país siempre y cuando el contenido reportado implique a ti misma, hijo/a (menor de 13 años) o de otra persona para la cual seas la representante legal o tutora.



1. Haz clic en la foto o el vídeo para expandirla.



2. Haz clic en Opciones en la parte inferior derecha.



What You Can Do

If you believe this content violates or infringes your rights, Juan may not know that. You may be able to resolve the issue by contacting him directly.



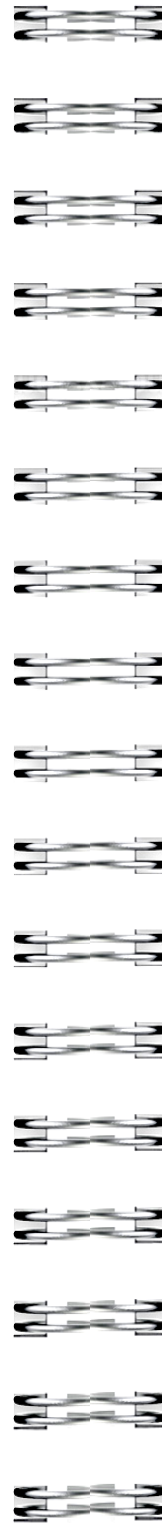
How do you want to continue?


- Send a message to Juan asking him to resolve this issue
- Report this to Facebook as a legal rights infringement

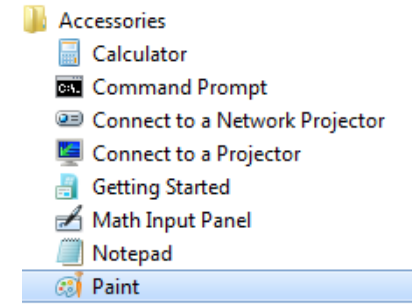
What is intellectual property?

Continue Cancel

3. Selecciona "Report".

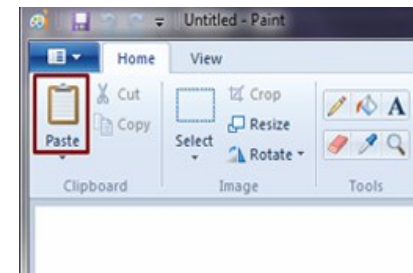


Luego de haber tomado la imagen, busca el botón de inicio  y busca la carpeta Accesorios y haga clic en Paint.

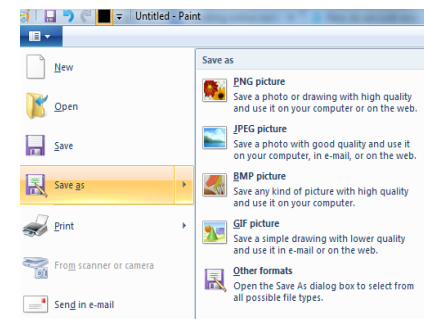


Una vez lo tengas abierto, haga clic en el botón Paste en la esquina superior izquierda del programa o presiona CTRL + V. La navegación exacta variará ligeramente de una versión a otra, pero la combinación de teclas seguirá siendo la misma.

2

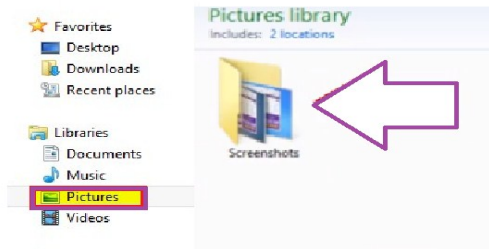


Luego de darle Paste, asegura de darle Save As, asignarle un nombre y guardar una copia adicional en un CD, USB Drive, Cloud, etc.



2. Computadoras Windows 8:

Las computadoras con el Sistema Operativo 8 de Windows tienen una nueva manera de guardar automáticamente los "screenshots" a un archivo en tu computadora. Al pulsar la tecla de Windows + Print Screen guardará la imagen de la pantalla completa directamente en la carpeta de "Pictures". Si no existe la carpeta de imágenes, Windows creará una. Las imágenes se etiquetan automáticamente "Screenshots".



3. Computadoras Mac (Apple):

Asegúrate de que tu pantalla muestre exactamente lo que deseas capturar en la imagen de la pantalla. Oprime Command + Shift + 3. Si el sonido está encendido, escucharás un breve ruido de cámara. Esto significa que fue tomada.



Encontrarás tu "screenshot" en el "desktop". Se guardará como "Screenshot" con la fecha y la hora.

Reportar/Bloquear Usuario/a

El auge de Facebook ha sido un fenómeno. Muchos usuarios lo utilizan como una forma de comunicarse pero, ha resultado difícil de manejar para las escuelas, que han visto un aumento en los casos de acoso cibernético y el abuso en línea a través de Facebook. Si ves un/a usuario/a con una cuenta falsa, duplicada, haciéndose pasar por ti o alguien que conoces, ofensiva, cuenta que hostiga, acecha o hace daño a ti o cualquier otra persona puedes reportarla de la siguiente manera:

1. Ve al "profile" o "timeline" del usuario/a que deseas reportar.



2. Haz clic debajo del "Cover Picture".



La mejor manera de notificar un contenido abusivo en Facebook es utilizando el "Report" que aparece en sus páginas. Estos son algunos ejemplos de cómo se puede reportar.

Páginas (Pages)

Los "Pages" de Facebook páginas creadas para empresas, organizaciones, marcas, entre otras en donde pueden compartir e interactuar con sus seguidores. Toda página debe ser creada por un representante oficial de la compañía. Si ves una página con contenido ofensivo o una página que se hace pasar por alguien que realmente no es, puedes reportarla de la siguiente manera:

1. Busca la página que deseas reportar.
2. Haga clic debajo del "Cover Picture".
3. Selecciona Report Page .
4. Elija la razón por la cual estás reportando la página y continuar.



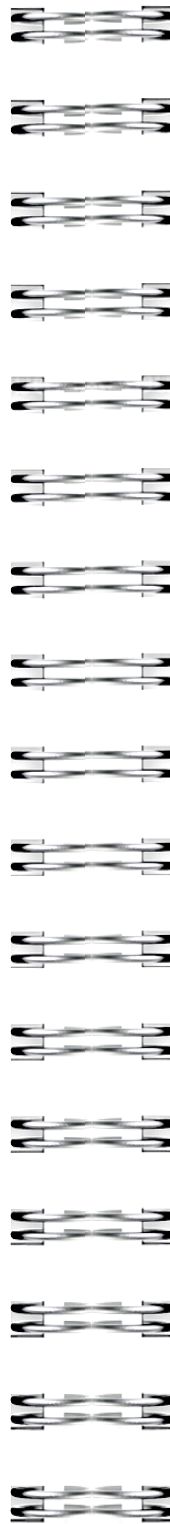
Why are you reporting this Page?

Profile Picture

- I want to unlike this Page
- I want the Page taken down
 - I just don't like it
 - It's harassing me or someone I know
 - I think it shouldn't be on Facebook
 - It's spam or a scam
 - I want to report a post, not the entire Page
 - It's duplicated or miscategorized

Is this your intellectual property?

Continue **Cancel**



4. iPhone, iPod Touch y iPad (Apple):

Cuando tengas la pantalla que deseas retratar, pulsarás el botón de inicio (Home) y el botón de encendido / apagado (Power On/Off) en la parte superior derecha del iPhone, Ipad o iPod touch al mismo tiempo. Si mantienes Home demasiado tiempo oprimido Siri se activará. La pantalla mostrará algo parecido a un flash y habrá un sonido de cámara. Esto significa que lograste tomar el "screenshot."



Para ver la imagen del "screenshot", busca en tus Fotos "Camera Roll" y podrás ver la captura de la pantalla que acabas de tomar.

5. Blackberry Q10:

A diferencia de los pasados modelos BlackBerry, permite tomar una captura de una imagen de la pantalla en su sistema interno. Vaya a la pantalla que deseas capturar. Presiona el volumen arriba y volumen bajo al mismo tiempo. Estas están en el lado derecho de la Q10. Cuando escuches el sonido habrás logrado el "screenshot".



Para buscar la imagen, vas a File Manager>Device>Camera.

4. Androids (2011 en adelante):

Los siguientes pasos sólo funcionan con Androides fabricados en el 2011 en adelante. Funcionará con modelos como el Samsung Galaxy S3/S4, HTC One, Sony Xperia Z, y con un sistema Android HoneyComb, Ice Cream Sandwich, Jelly Bean o cualquier otro más actualizado.

Presiona el botón de "Power" y el botón de bajar volumen a la vez durante 1-2 segundos. Escucharás un ruido de cámara y la pantalla parpadeará.



La localización de los botones de "Power" y Volumen pueden variar por modelo de celular.



#REPORTA EN FACEBOOK



Facebook es una de las redes sociales más conocidas y con más usuarios alrededor del mundo. Aunque es utilizada para compartir fotos, amistades y momentos de tu vida, no significa que toda persona que tenga una cuenta tenga los mejores intereses. Hay personas que crean cuentas para acechar, acosar, robar identidad, destruir imagen, entre otras actitudes negativas y dañinas. ¿Cómo te puedes proteger?

1. Observa bien el perfil del usuario y busca lo siguiente:
 - #! Busca las fotos de "profile". Si sólo hay una foto de la persona en todo el perfil, es probable que la cuenta sea falsa.
 - #! Mira bien el listado de amistades. Si ves que la mayoría de las amistades son todas mujeres, es probable que está buscando amistad con otros intereses.
 - #! Mira los "recent activities". Si el usuario solo ha agregado nuevos amigos y que no hay "Like Pages" o grupos es probablemente un perfil falso.
 - #! Si estás segura que es una cuenta de embuste y quieres estar absolutamente seguro, busca en Google fotos que describan la del "profile". Si encuentras la misma, es un indicador de que es una cuenta falsa.

