

# Ciberacoso

¿Qué es? ¿Cómo detenerlo?

## ¿Qué es el ciberacoso?

Es un comportamiento que se repite y que busca atemorizar, enfadar o humillar a otra persona. Por ejemplo, difundir mentiras, publicar fotografías o videos vergonzosos de alguien en las redes sociales.

## ¿Dónde puede ocurrir?

- Redes sociales.
- Comunidades en línea, usualmente en videojuegos.
- Correo electrónico.
- Mensajes de texto.

## ¿Qué ocurre con los afectados?

Las víctimas a menudo experimentan altos niveles de ansiedad, estrés y baja autoestima como resultado del acoso. La baja autoestima puede llevar a las víctimas a padecer depresión u otros problemas de salud mental.

## ¿Qué hacer al respecto?

- Buscar ayuda de alguien en quien confíes (padres, familiar u otro adulto de confianza).
- En el colegio puedes hablar con tu profesor favorito o el equipo de convivencia.
- Para que el acoso se detenga, no solo hay que detectarlo. Es fundamental denunciarlo.

EQUIPO DE CONVIVENCIA ESCOLAR

¡Detengamos el ciberacoso!