

8 consejos para denunciar el acoso en redes sociales

#1



Identifica el tipo de abuso

PEN América elaboró [un glosario de términos](#) sobre los distintos tipos de abuso online ¿Qué tipo de abuso está sufriendo? ¿Acoso sexual, discurso del odio, amenazas? Revise también [las infografías de trollbuster's](#) sobre este asunto.

#2



Documenta todo

Documente todo (cuándo, cuántas veces, quién le acosa), tome pantallazos y notas de los ataques. Si el abuso es de naturaleza criminal, considere denunciarlo a las autoridades.

#3



Protégete

En Facebook, elimine a la persona de su cuenta, bloquéela y repórtela. En Twitter deje de seguir, bloquee y reporte el tweet dándole clic al ícono de 'más opciones' en cada tweet. Cambie sus ajustes de Twitter para evitar todo lo posible las interacciones "de baja calidad". En Instagram, haga su cuenta en modo 'Privado', bloquee a seguidores indeseados y evite que apps de terceros obtengan sus datos ([lea este artículo de The Verge](#)).

#4



Comparta su experiencia y consiga apoyo

Contacta con tu sindicato, habla con tus amigos, familiares y colegas; si el abuso está relacionado con su trabajo, hágaselo saber a su jefe, ellos deben ofrecer cuidados para la salud mental o consejos legales (comparta sus documentos, explique el impacto en su vida, use el [Centro de Recursos DART](#) para calificar el impacto psicológico que sufre, sea concreto en sus demandas).

#5



Evalúe su seguridad personal

¿Hay conexión personal con el abuso?
¿Hay amenazas específicas y directas hacia usted? ¿Qué saben los acosadores sobre usted (por ejemplo, su dirección)?

#6



Refuerce su ciberseguridad

Cambie las contraseñas, utilice softwares de seguridad, conozca qué datos hay sobre usted en internet, use VPN para proteger su ubicación. Encuentre más información sobre consejos de ciberseguridad en [journalism.co.uk](#) aquí.

#7



Exige medidas a tu gobierno

Escriba a sus representantes electos federales o estatales, exigiendo regulaciones más estrictas que obliguen a las empresas de redes sociales, como Facebook y Twitter, a actuar rápidamente para acabar con las amenazas y el acoso en sus plataformas.

#8



Exija acción de los magnates de las redes sociales

Envíe un mensaje al CEO de Facebook / Instagram, [Mark Zuckerberg](#), en Facebook, exigiendo que su empresa proteja mejor a las mujeres del acoso sexual y la intimidación en línea. Etiquete al [CEO de Twitter](#), Jack Dorsey, @jack, o envíele un mensaje directo, exigiendo que su empresa proteja mejor a las mujeres del acoso sexual y las amenazas en internet.