



YO TAMBIÉN PUEDO CON LA TECNOLOGÍA Y EL CIBERESPACIO

# Kit de Seguridad Digital

Un kit de seguridad digital, es una excelente combinación de herramientas y estrategias, para lograr detener la violencia contra las mujeres y las niñas en el ciberespacio.

Por Soledad Venegas Nava.



# Kit de Seguridad Digital

Como parte del proyecto “Por un Oaxaca de niñas y mujeres vivas, libres y sin violencias” financiado por USAID.

Desarrollado por

*Soledad Venegas Nava*

*Directora educativa del centro de enseñanza e investigación aplicada del Grupo de estudios sobre la mujer “Rosario Castellanos” a.c. (GESMujer).*



©GESMujer 2023

En el Grupo de estudios sobre la mujer “Rosario Castellanos” (GESMujer) preocupada ante la alta violencia en los entornos digitales en razón de género detectadas afecta gravemente a las infancias, juventudes y en las mujeres, en los entornos del ciberespacio a través del uso de los diferentes tipos de tecnologías. Desarrolla un *Kit de seguridad digital* para prevenir y frenar este grave problema en la actualidad.

El *Kit de seguridad digital*, contempla una serie de herramientas que atienden con información, aplicaciones y programas para poner un alto a la violencia digital.

El *Kit de seguridad digital* contempla un decálogo de seguridad digital, que contribuye a dar las 10 máximas de la seguridad digital, que ayude a identificar la violencia en los entornos digitales y con el uso de las tecnologías;

un violentómetro digital como herramienta para poder identificar el nivel y grado de violencia que puede pasar de una broma hiriente o discriminatoria a niveles donde la vida se pone en riesgo;

también incluye un apartado de la tipología de violencia digital ejercida principalmente contra las niñas y las mujeres, cuyo objetivo es poder tener la clasificación de las violencias digitales y puedan ser identificables;

otro de los apartados que contiene es, la ruta para hacer una denuncia ante la fiscalía en Oaxaca o la policía cibernética, con recomendaciones que contribuyan en los procesos de denuncia;

también proporcionamos un apartado con 5 herramientas y 5 estrategias de seguridad digital para atender las vulnerabilidades en: contraseñas seguras, anonimato, seguridad en redes sociales, sexting, grooming, reglas en envío o recepción de packs y nudes y ciberbullying, con la finalidad de poder identificar qué acciones realizar cuando se navega en internet y/o se es víctima de violencia digital y de género, para reducir el riesgo y grado de afectación en las personas.

Grupo de estudios sobre la mujer “Rosario Castellanos” a.c.

Tercera privada de Guadalupe Musalem número 103, Colonia Libertad, Oaxaca México. C.P. 68090.

[www.gesmujer.org](http://www.gesmujer.org)



*“La ciencia y la tecnología suministran fuentes frescas de poder y por lo tanto, necesitamos fuentes frescas de análisis y acción política.”*

*Donna Haraway, Manifiesto Ciborg.*



# Introducción

En la actualidad hacemos uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), casi para todo, ya que facilita nuestras actividades en la vida cotidiana y en todas las áreas de la vida, desde la receta de cocina, las relaciones afectivas y hasta los viajes a otros continentes y mucho mas.

Sin embargo no todas las personas la utilizan para el bien común, para el aprendizaje o el desarrollo de capacidades positivas, sino para acosar, exhibir, denigrar, extorsionar y hasta robar datos personales entre otras tantas formas de hacer daño a las personas de todas las edades y géneros.

Por consiguiente, GESMujer reunió esfuerzos y voluntades para dar paso a su compromiso con la sociedad en general para desarrollar el *Kit de Seguridad Digital KSD-GESmujer* con diferentes herramientas para facilitar la comprensión de conceptos relacionados a la ciberseguridad. Con la finalidad de dar herramientas para la prevención ante este grave problema de violencia digital.

*¡Por una vida libre de todas las formas de violencia, es posible!*



# Decálogo de seguridad digital

La violencia digital ante la llegada de el uso cotidiano de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC's) y sobre todo la ampliación de uso en todos lo entornos durante la Pandemia por Covid-19, ha generado graves efectos en la vida de las personas, con mayor afectación en las mujeres, las adolescentes y las niñas así como los cuerpos feminizados. A nivel global la violencia contra las mujeres y las niñas, es alarmante, porque ha dejado secuelas que impiden que sigan ejerciendo su derechos e acceso a la información a la conectividad y su desarrollo y libre transito en el ciberespacio así como el el uso, acceso y apropiación de las TIC's. Ante este panorama y la gravedad del asunto, se crea el siguiente decálogo, referente a la seguridad digital, como una herramienta de identificar que hacer ante las diferentes formas de ejercer la violencia en los entornos digitales.

**DECÁLOGO DE SEGURIDAD DIGITAL**

- 1 MINIMIZAR RIESGOS AL PUBLICAR**  
Planear y pensar los contenidos antes de publicarlos en los entornos digitales, contribuye a reducir los riesgos de violencia digital, sobre todo para menores de edad y mujeres.
- 2 VALORA LA PRIVACIDAD DE TU INFORMACIÓN**  
Configura la privacidad de tu información, revisa qué muestras en tus redes sociales, cuida tus fotos, videos, relaciones y geolocalización. pueden ser un riesgo para tu seguridad y tus amigos/os.
- 3 CONTRASEÑAS SEGURAS Y ACTUALIZADAS**  
Recuerda que si mantienes mayor control de tus espacios digitales, y aseguras con la función de doble verificación en contraseñas te ayudará a mejorar tu seguridad digital.
- 4 LA DESCONEXIÓN COMO UN DERECHO**  
Vale la pena experimentar sin tecnologías digitales, controlar el tiempo que nos conectamos, realizar otras actividades (También tenemos derecho a la desconexión de aparatos e internet) es parte de tu autocuidado.
- 5 EL AUTOCUIDADO DIGITAL**  
Utilizar el sentido común, siempre será nuestro mejor antivirus, utilízalo antes de aceptar a alguien como amigo/a, de publicar o abrir un mensaje de un desconocido/a.
- 6 CUIDAR A MENORES DE EDAD EN EL CIBERESPACIO**  
Mantener controles parentales, vigilancia a menores de edad por parte de sus motores, contribuye reducir el riesgo de las amenazas en internet.
- 7 ALZA LA VOZ ANTE LA VIOLENCIA DIGITAL**  
Denuncia ante las plataformas de redes sociales o en los espacios digitales, cualquier acto de violencia o discriminación en el ciber espacio, y también ante las autoridades, activa tu red de apoyo.
- 8 SEGURIDAD Y ACTUALIZACIÓN EN TUS EQUIPOS**  
Mantén tu equipo o dispositivo seguro con las últimas actualizaciones de seguridad y un buen antivirus. Los antivirus colocan un muro de fuego, que impide que software dañino robe información, o que te espíen y controlen remotamente
- 9 CIBERNAUTA CON EDUCACIÓN**  
Utilizaremos la red con educación siempre respetando a las demás personas, las buenas costumbres también son valoradas en internet. Existen NETiquetas, que nos ayudan a tener buenas prácticas de comunicación.
- 10 SEXTING CON RESPONSABILIDAD**  
Para evitar el daño por el uso del sexting, recuerda: no mostrar tu rostro, tatuajes, tu entorno de casa o habitación, nada que identifique que eres tú, protégete de la sexo-extorción, la pornovenganza o que te intenten violentar con perfiles falsos para denigrar o exhibir contenido íntimo sin tu consentimiento.

**"POR UN OAXACA DE NIÑAS Y MUJERES VIVAS, LIBRES Y SIN VIOLENCIAS"**

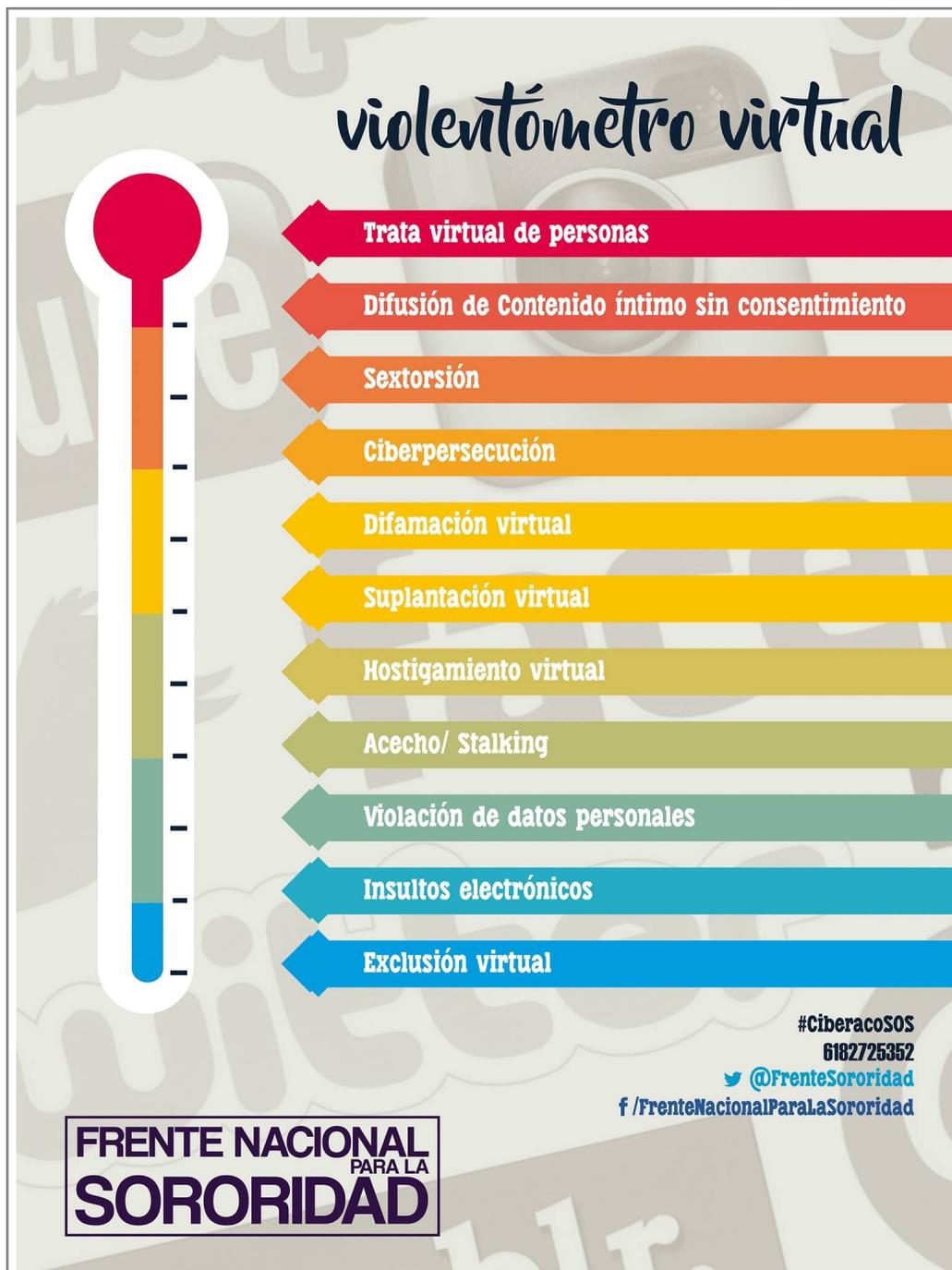
**WWW.GESMUJER.ORG** 3ra privada de Guadalupe Victoria 107, colonia Libertad, Oaxaca, México, contacto@gesmujer.org

Link de descarga: <http://tinyurl.com/yn9flyl7>



## Violentómetro digital

Conocer como se mide la violencia digital, para prevenir y poner bloqueo inmediato a la violencia digital, es de gran ayuda, por ello te compartimos este violentómetro sobre violencia digital creado por el Frente Nacional para la sororidad, una extraordinaria forma de poder identificar el nivel de riesgo.



# Tipología de la violencia digital y de género

La violencia digital contra las mujeres, tiene muchos matices, por ello poder conocer la tipología de la violencia digital, es una forma de poder nombrar aquello que sientes y no sabes cómo se denomina, por ello aquí te compartimos el trabajo realizado por un colectivo de mujeres para ayudar a más mujeres, Luchadoras ([www.luchadoras.mx](http://www.luchadoras.mx)) a través de la unión con otras organizaciones y colectivas como Social TIC ([www.socialtic.org](http://www.socialtic.org)), y la Asociación para el Progreso de las Comunicaciones (APC) ([www.apece.org](http://www.apece.org)) logran construir la siguiente tipología de la violencia que han vivido las mujeres, defensoras y periodistas principalmente.

**13 FORMAS DE AGRESION RELACIONADA CON LAS TECNOLOGÍAS CONTRA LAS MUJERES**

- Acceso o control no autorizado**  
Ataques o restricción de acceso a las cuentas o dispositivos de una persona
- Control y manipulación de la información**  
Robo, obtención, pérdida de control o modificación de información no consentida
- Suplantación y robo de identidad**  
Uso o falsificación de la identidad de una persona sin su consentimiento
- Monitoreo y acecho**  
Vigilancia constante a la vida en línea de una persona
- Expresiones discriminatorias**  
Discurso contra mujeres y personas no binarias que refleja patrones culturales machistas basados en roles tradicionales
- Acoso**  
Conductas de carácter reiterado y no solicitado que resultan molestas, perturbadoras o intimidantes
- Amenazas**  
Contenidos violentos, lascivos o agresivos que manifiestan una intención de daño a alguien, a sus seres queridos o bienes
- Difusión de información personal o íntima**  
Compartir o publicar sin consentimiento algún tipo de información, datos o información privada que afecte a una persona
- Extorsión**  
Obligar a una persona a seguir la voluntad o peticiones de un tercero por poseer algo de valor para ella como puede ser información personal
- Desprestigio**  
Descalificación de la trayectoria, credibilidad o imagen pública de una persona a través de la exposición de información falsa, manipulada o fuera de contexto
- Abuso sexual relacionado con la tecnología**  
Ejercicio de poder sobre una persona a partir de la explotación sexual de su imagen y/o cuerpo contra su voluntad, puede implicar la obtención de un beneficio lucrativo o de otro tipo
- Afectaciones a canales de expresión**  
Tácticas o acciones deliberadas para tirar y dejar fuera de circulación canales de comunicación o expresión de una persona o un grupo
- Omisiones por parte de actores con poder regulatorio**  
Falta de interés, reconocimiento, acción o menosprecio por parte de autoridades, intermediarios de internet, instituciones o comunidades que pueden regular, solucionar o sancionar violencia en línea

**LUCHADORAS** **SOCIALTIC**  
**APC** ASOCIACIÓN PARA EL PROGRESO DE LAS COMUNICACIONES

Link de consulta:

<https://genderit.org/es/resources/13-formas-de-agresion-en-linea-contra-las-mujeres>



# Pasos para la denuncia, por violencia digital en Oaxaca.

---

**L**as Tecnología de la Información (TIC) pueden usarse de diferentes maneras, incluso para ampliar o limitar libertades y derechos. Esto puede observarse en relación a la violencia contra las mujeres (VCM) - el perjuicio físico, mental o sexual que las mujeres sufren por ser mujeres o que las afecta en forma desproporcionada. Cada vez más mujeres experimentan violencia por el uso de internet y los teléfonos móviles. Por otra parte, las TIC pueden usarse para incrementar el acceso de las mujeres a la información y los servicios necesarios para proteger y promover sus derechos (APC, 2011).

## PASO 1 IDENTIFICA LA VIOLENCIA

Según la Ley General de Acceso de las mujeres a una vida de todas las formas de violencia (LGAMVLV) Capítulo IV, Artículo 20 Quáter.- *Violencia digital es toda acción dolosa realizada mediante el uso de tecnologías de la información y la comunicación, por la que se exponga, distribuya, difunda, exhiba, transmita, comercialice, oferte, intercambie o comparta imágenes, audios o videos reales o simulados de contenido íntimo sexual de una persona sin su consentimiento, sin su aprobación o sin su autorización y que le cause daño psicológico, emocional, en cualquier ámbito de su vida privada o en su imagen propia.*

*Artículo 20 Quinquies.- Violencia mediática es todo acto a través de cualquier medio de comunicación, que de manera directa o indirecta promueva estereotipos sexistas, haga apología de la violencia contra las mujeres y las niñas, produzca o permita la producción y difusión de discurso de odio sexista, discriminación de género o desigualdad entre mujeres y hombres, que cause daño a las mujeres y niñas de tipo psicológico, sexual, físico, económico, patrimonial o feminicida.*

### La Ley Olimpia:

*La "Ley Olimpia" no se refiere a una ley como tal, sino a un conjunto de reformas legislativas encaminadas a reconocer la violencia digital y sancionar los delitos que violen la intimidad sexual de las personas a través de medios digitales, también conocida como ciberviolencia.*

la Ley Olimpia, publicada en el Periódico Oficial el 24 de agosto del 2019. Según datos de la fiscalía general del Estado de Oaxaca (FGJO). El Código Penal del Estado de Oaxaca tiene una sanción de hasta ocho años de cárcel a aquella persona que "por cualquier medio divulgue, comparta, distribuya, publique y/o solicite imágenes, audios o videos de una persona desnuda parcial o



totalmente de contenido íntimo, erótico o sexual, ya sea impreso, grabado o digital, sin el consentimiento de la víctima”.

### **DERECHOS DE LAS VÍCTIMAS:**

1. Que se le crea en ese mismo instante.
2. La no revictimización.
3. Que se le ofrezca el apoyo psicológico.
4. Respetar los procesos de cada persona que ha sido o es víctima de este tipo de violencia, toma tiempo diferenciado para cada una.
5. Proporcionar la mayor cantidad de información las veces que sea necesario, para que pueda tomar su decisión.
6. Proporcionar herramientas tanto de protección física como digital, para evitar la exposición, reducir el tipo de información real y utilizar medios alternativos para continuar con su desarrollo.

### **LA LEY OLIMPIA CONTEMPLA TRES CASOS EXTREMOS: LA DIFUSIÓN DEL CONTENIDO ÍNTIMO SEXUAL, LAS AMENAZAS Y LA COMERCIALIZACIÓN.**

*"Si eres menor de edad debes avisar a tus padres o cuidadores responsables, si eres persona adulta busca apoyo y acompañamiento."*

IDENTIFICA • DOCUMENTA • BUSCA APOYO • DENUNCIA • DA SEGUIMIENTO

La Violencia Digital Contra las Mujeres, es un acto que deshabilita los procesos de desarrollo de cada mujer, por ello, no permitas que la violencia se normalice o se instale en tu vida.

### **2.- RECABAR PRUEBAS**

DOCUMENTA • USA GUÍAS DE APOYO • SILENCIA • DENUNCIA. BLOQUEA • ELIMINA

Antes de acudir a realizar tu denuncia ante la Fiscalía General del Estado (FGE), puedes comenzar a recabar pruebas, no borrar ningún mensaje, ningún chat y contar con testigos que puedan señalar el vínculo entre el agresor y la víctima.

"La difusión del contenido íntimo en su mayoría viene de la práctica del sexting, pues generalmente hay un vínculo personal con el agresor", otra de las causas es producto de un acto de celos, envidia o que una o varias personas se sientan amenazadas por el éxito de la persona agredida.

Para realizar la documentación te proporcionamos un formato que te puede ayudar a realizar la documentación de la violencia digital que estas viviendo.

**Lleva un registro de incidentes o de los ataques.**



- ◆ Realiza captura de pantallas, guarda los enlaces y/o imágenes, recopila la información sobre las personas/agresor(es).
- ◆ Crea tu propia bitácora, es decir una documentación (hojas de cálculo o documento de texto) con información relevante como: fecha, hora, tipo de ataque/incidente, plataforma, url, captura de pantalla, contenido.
- ◆ Puede ser narrado/escrito (testimonio).
- ◆ Puedes incluso tomar notas sobre nivel de riesgo que tú percibes y acciones de seguimiento.

Hay personas que documentan las agresiones que reciben, hay quienes piden apoyo a alguien más para que realice la documentación.

*Recibe acompañamiento con alguna red de apoyo segura que identifiques y pedir acompañamiento emocional y jurídico para realizar la denuncia.*

### 3.- REALIZA LA DENUNCIA

Una vez que consideres que tienes todo listo con tu documentación, y te prepares emocionalmente, puedes realizar tu denuncia ante la Secretaría de Seguridad Pública de Oaxaca a través de la Unidad de Policía Cibernética brinda orientación a la ciudadanía en relación al proceso que deben seguir para presentar una denuncia en caso de ser víctima de un delito cometido a través del uso de las tecnologías de la información.

**PON TU DENUNCIA EN LÍNEA**

Si usted ha sido víctima de algún delito, en esta página podrá realizar su denuncia. Sus datos personales se encuentran protegidos en términos de lo señalado por las leyes aplicables en materia de transparencia, protección de datos personales y de Víctimas.

Es muy importante que conozca y acepte el aviso de privacidad para continuar. Puede consultarlo aquí.  Aceptar aviso de privacidad

Para consultar la cartilla de derechos de las víctimas, de clic aquí.

1 Datos denunciante 2 Hechos 3 Probable agresor(a) 4 Testigo

**DATOS GENERALES DEL/A DENUNCIANTE**

Los datos marcados con \* son requeridos.

Nombre(s)\*  Primer apellido\*

Segundo apellido  Edad\*  2 dígitos

Sexo\*  SELECCIONE Género\*  SELECCIONE

Te recomendamos que lleves ya algunas capturas de pantalla impresas, así como tu relato de los hechos, en donde cuentes el modo, tiempo y lugar de cómo fue. "Por ejemplo, que digas: 'yo comencé a andar con esta persona a partir de tal año', y brindar toda la información posible ayudaría a reducir el tiempo en la denuncia".

La Denuncia en la policía cibernética de manera anónima también la puedes hacer en el siguiente link:

[https://sspo.gob.mx/?page\\_id=38](https://sspo.gob.mx/?page_id=38)

Una vez que ya tienes has realizado tu denuncia te recomendamos acompañamiento de alguna abogada feminista y tu apoyo con la psicóloga, el proceso será menos difícil. El acompañamiento de tus familiares son importantes para poder transitar en estos procesos de denuncia, te



recomendamos dar seguimiento a la denuncia para aportar elementos que hagan falta o respuesta de las instituciones de justicia.

Mientras te sugerimos crear un plan de vida, seguir con tu vida de la manera más normal y con la precaución posible, sin abandonar tus sueños y tu desarrollo en todos los sentidos.

### **3. CONTINÚA CON TU ACOMPAÑAMIENTO INTEGRAL POST DENUNCIA**

La mujer que vive esta situación siempre va a contar con ayuda de las organizaciones civiles como el GESMujer, pero también necesita ir a terapia para acompañar este proceso, ya que ella ya ha hecho un gran paso al iniciarlo y necesitará de fortalecimiento y un plan de vida a partir de ahora.

#### *¿Cuánto tiempo tengo para poner mi denuncia por violencia digital?*

La violencia digital, como cualquier otro tipo de violencia, "no prescribe, no hay límite para poner tu denuncia", sin embargo, se tiene que considerar el momento en el que entró en vigor la Ley Olimpia. "Sí puede denunciar, pero no procedería" en el caso de que el delito se haya cometido antes de esto, si bien puede funcionar como antecedente.

*"La ley no es retroactiva, pero si existen nuevos hechos, sí puede proceder. Por ejemplo, yo estoy viviendo esa violencia hace tres, cinco o 10 años, pero la persona me sigue amenazando con mi contenido íntimo: ahí sí procede".*



# Pasos para realizar la denuncia por violencia digital contra las mujeres y las niñas en Oaxaca.

## Pasos para hacer la denuncia digital en oaxaca

1

Documenta el caso, reúne tus pruebas, y realiza un narrativo de los hechos.

2

Acude con una abogada/o de tu confianza y de tu red de apoyo.

3

Acude a las instalaciones de la Defensa de la mujer y el menor en La Fiscalía de Oaxaca

4

Realizarás la denuncia y te pedirán los hechos y o narrarás lo sucedido, te pedirán pruebas y testigos, se paciente demora.

5

Da seguimiento a tu denuncia en compañía de tu asesora jurídica/o

CONOCE MÁS EN;  
AGENCIA DEL MINISTERIO PUBLICO ADSCRITO A LA CRUZ ROJA  
ARMENTA Y LOPEZ (LA NORIA)  
68000 OAXACA DE JUÁREZ, OAXACA  
MÉXICO

[HTTPS://FGE.OAXACA.GOB.MX/INDEX.PHP/FISCALIA-DELITOS-CONTRA-MUJER](https://fge.oaxaca.gob.mx/index.php/fiscalia-delitos-contra-mujer)



# Herramientas y estrategias de seguridad digital

---

**L**a seguridad digital, tiene que ver con el cuidado de minimizar los riesgos que pongan en peligro nuestra vida, nuestra salud, nuestra familia y amistades o nuestros dineros y bienes materiales y digitales; por ello es importante poder conocer algunos tips que seguro serán de gran ayuda. ¡Ponlos a prueba!

## Contraseñas seguras

Las contraseñas hoy son de uso común para quienes viven mayormente inmersos en los entornos digitales, o lo que denominamos los nativos y migrantes digitales, ya parece algo tan necesario y de uso cotidiano. Sin embargo aun existen grandes vacíos en el conocimiento y el uso de las buenas prácticas para mantener una mayor nivel de seguridad en el acceso a plataformas digitales, correos electrónicos y dispositivos cotidianos como celulares principalmente tabletas, computadoras y dispositivos inteligentes como pantallas inteligentes, video juegos y otros dispositivos que permiten conectarse a nuestra información personal.

Por ello te compartimos unos datos que te pueden ayudar a mejorar el uso de las contraseñas y las formas de poder hacer uso, para tu propia seguridad o para contribuir con otras personas en tu entorno.

## Definición Contraseña o Password

Se denomina así al método de seguridad que se utiliza para restringir los nombres de inicio de sesión a cuentas de usuario y el acceso a los sistemas y recursos.

Una contraseña es una cadena de caracteres, que hay que suministrar para obtener la autorización para un acceso o un nombre de inicio de sesión. Puede estar formada por letras, números y símbolos, y distingue mayúsculas de minúsculas (LWP, 2023).

## Herramienta

La contraseña debe contener por lo menos 8 caracteres y hasta un máximo de 128.

Debe incluir signos diferentes como también signos especiales y letras en mayúscula y minúscula

No debe contener datos personales

No debe ser una palabra que aparezca en el diccionario

La contraseña no debe ser la misma que el usuario. No debe ser fácilmente reconocible al introducirla.

La contraseña debe ser cambiada inmediatamente si existe la posibilidad de que se haya hecho pública



## Buenas prácticas al crear contraseñas

Contienen letras mayúsculas y minúsculas  
Contienen números y signos especiales  
Son fáciles de memorizar para no tener que anotarlas  
Consisten en 8 dígitos

## Ejemplos de contraseñas inseguras

Nombre propio  
Nombre de la pareja, de los padres, hijos, amigos etc.  
Nombre de la mascota  
Palabras del diccionario  
Secuencia de letras iguales  
Número de teléfono o cumpleaños  
Matrícula de vehículo o códigos PIN  
Datos personales (p.e.signo astrológico, pasatiempo etc.)  
Secuencias del teclado (p.e."qwertyui" o asdf1234)

Links saber más.

LWP, <https://www.lawebdelprogramador.com/diccionario/password/>, consultado en noviembre del 2023.

## Anonimato

Si bien el anonimato es un elemento fundamental para la libertad de expresión, también se dan algunos abusos en torno a él.

**Herramientas: Existen muchas herramientas para poder tener anonimato, aquí te compartimos 4.**

1. **Tails es un sistema operativo portátil, ideal para trabajar de manera anónima. Link: <https://tails.net/>**
2. **Thor es un navegador, que te ayuda no ser rastreada/o o navegar en las profundidades de la red.Link: <https://www.torproject.org/download/>**
3. **I2P te protege de la vigilancia mintras navegas o interactúan en la red.Link: <https://geti2p.net/en/>**
4. **Freenet es un software gratuito que permite compartir archivos de forma segura. Link: <https://www.hyphanet.org/index.html>**



## Conclusiones y recomendaciones

La seguridad digital, es una forma de mantener seguros nuestros datos personales y la información que manejamos, también es importante mantener control sobre que se publica en nuestro ecosistema digital y los riesgos que ello conlleva al compartir información sin la propia vigilancia.

Recomendamos que usar información es clave, pero saber que todo en internet es aún un mundo un tanto inseguro, por ello manejar herramientas que ayuden a promover la mayor seguridad posible, y reducir lo que se comparte y con quien es una medida para prevenir complicaciones en la vida, tal como el uso el sexting y envío de Nudes y Packs, así como abrir archivos sin saber de quién es, puede provocar infecciones en los equipos en el mejor de los casos, en otras ocasiones es un medio para extraer datos sensibles que afecten tu vida.

Por ello lo mejor es poder conocer las tecnologías que usamos y reducir la cantidad de información que compartimos, conocer los canales y saber que pueden ser seguros ayuda mantener la tranquilidad.

No estas sola, parte importante de saber que hay un mundo de mujeres ayudando a otras mujeres a conocer sus derechos digitales y dominar las tecnologías, aprender a cómo protegerse de las violencias digitales es un camino para transitar por el ciberespacio de manera más segura y armónica, que nada frene tu desarrollo y la ampliación de tus capacidades, tu gozo y libertad.

***¡Por que nos queremos vivas libres y sin violencias!***



## Fuentes de información

soledad nava et libero laoreet, volutpat elit ac, iaculis ipsum. Aenean et efficitur quam. Mauris hendrerit metus in volutpat efficitur. Aenean vel odio volutpat, porttitor urna sit amet, vehicula sapien. Class aptent taciti sociosqu ad litora torquent per conubia nostra, per inceptos himenaeos. Curabitur in tortor sit amet libero pulvinar auctor. Lacus non pariat et dolor.

LGAMVLV [https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2019-04/Ley\\_GAMVLV.pdf](https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2019-04/Ley_GAMVLV.pdf)

Luchadoras Mx. “Informe de la violencia en línea contra las mujeres en México.” (2018).

Link: <https://es.slideshare.net/internetesnuestramx/la-violencia-en-lnea-contra-las-mujeres-en-mxico-86650758>

APC. “Voces desde espacios digitales: Violencia contra las mujeres relacionada con la tecnología”. (2011).

Link: [https://www.genderit.org/sites/default/files/apcwnsp\\_mdg3issuepaper\\_2011\\_web\\_es\\_pdf\\_0.pdf](https://www.genderit.org/sites/default/files/apcwnsp_mdg3issuepaper_2011_web_es_pdf_0.pdf)

Orden Jurídico Gobierno de México. “Ley Olimpia”.

Link: <http://ordenjuridico.gob.mx/violenciagenero/LEY%20OLIMPIA.pdf>

Fiscalía Especializada para la Atención a Delitos Contra la Mujer por Razón de Género

<https://fge.oaxaca.gob.mx/index.php/fiscalia-delitos-contra-mujer>

Denuncia en línea la violencia digital.

<https://fge.oaxaca.gob.mx/index.php/pon-tu-denuncia>

Guía de atención y denuncia de la violencia sexual en el espacio digital a mujeres adolescentes, jóvenes y adultas de la ciudad de México.

[https://semujeres.cdmx.gob.mx/storage/app/media/ViolenciaDigital/Guia\\_Violencia\\_Digital.pdf](https://semujeres.cdmx.gob.mx/storage/app/media/ViolenciaDigital/Guia_Violencia_Digital.pdf)

Aplicación para denuncia:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.oaxaca.fiscaliacontigo&hl=en&gl=US&pli=1>

Anonimato:

<https://derechosdigitales.org/anonimato/>

<https://tails.net/>

<https://geti2p.net/en/https://geti2p.net/en/>

<https://www.hyphanet.org/index.html>

[https://ciberninjas.com/mejores-herramientas-anonimo-internet/#3\\_I2P](https://ciberninjas.com/mejores-herramientas-anonimo-internet/#3_I2P)

