

Guía rápida sobre el ciberacoso en adultos

Spanish | Español



¿Qué es el ciberacoso en adultos?

El ciberacoso en adultos se produce cuando se utiliza internet para enviar, publicar o compartir contenidos nocivos para la salud física o mental de una persona mayor de 18 años.

Puede ocurrir en una red social o en cualquier otro servicio o plataforma electrónica o virtual. Puede incluir publicaciones, comentarios, correos electrónicos, mensajes, conversaciones, retransmisiones en directo, memes, imágenes o videos.

¿Qué debo hacer?

Si alguna persona simplemente está siendo grosera, molesta, irritante o no le agradan sus opiniones, usted puede utilizar estrategias sencillas como cambiar la configuración de su dispositivo o cuenta virtual para limitar el contacto con esa persona.

Si el contenido es altamente nocivo, debe denunciar el material de ciberabuso en adultos para que lo retiren del sitio de la red social, servicio o plataforma virtual.

Si el servicio o la plataforma no colabora, eSafety puede ordenarles que eliminen contenidos altamente nocivos que puedan tener un impacto negativo grave en su salud física o mental. Puede tratarse de una angustia grave que va más allá de las reacciones emocionales normales, como la ira, el miedo o la tristeza.

Pasos para denunciar el ciberacoso en adultos



1. Recolectar pruebas

Si decide denunciar un contenido nocivo a la plataforma, a eSafety o a la policía, necesitará pruebas que demuestren qué ha ocurrido y dónde.

Información a guardar o hacer una captura de pantalla

- Lo que dice o muestra el contenido
- El perfil de usuario de la persona que lo envió, publicó o compartió
- La fecha y hora en que se envió, publicó o compartió
- El nombre del sitio, juego o aplicación
- La dirección en línea de la página web o del *feed* (URL)





2. Denunciar contenidos nocivos

Denuncie el contenido nocivo al servicio o la plataforma utilizados para enviarlo, publicarlo o compartirlo: puede encontrar enlaces de denuncia a los sitios más comunes en [La Guía eSafety](#). Esta suele ser la forma más rápida de eliminar el contenido nocivo.

Si el contenido es gravemente acosador y corresponde a la definición legal de ciberacoso en adultos, y el servicio o plataforma no lo elimina, puede denunciarlo a eSafety utilizando nuestro formulario en línea, en [eSafety.gov.au/report/forms](https://esafety.gov.au/report/forms).

La definición legal de ciberacoso en adultos significa que el contenido está destinado a causar un daño grave y es amenazador, acosador u ofensivo.

Le pediremos pruebas del ciberacoso en adultos y también de que ya ha presentado una denuncia en el sitio o plataforma donde ocurrió.

eSafety puede ayudar a retirar los contenidos nocivos y tiene potestad para imponer multas o sanciones al servicio, la plataforma o la persona responsable si no eliminan el contenido.

También puede denunciar el maltrato a la policía. Esto es muy importante si usted, su familia o sus amigos reciben amenazas.



3. Evitar cualquier contacto

No le responda a la persona. Cambie la configuración de privacidad en su dispositivo o cuenta virtual para no ver tantos mensajes, publicaciones o comentarios de esas personas. Puede utilizar las funciones de la aplicación para ignorar, silenciar o bloquear a la otra persona o cuenta.

Si conoce a una persona que es víctima de ciberacoso, puede denunciar el hecho a eSafety en su nombre, si dicha persona le autoriza a hacerlo y el servicio o plataforma no le ha ayudado.



4. Obtener más ayuda

Experimentar o ayudar a alguien que ha sufrido acosos graves en línea puede ser muy angustiante. Cuide su bienestar y hable con alguien de confianza sobre lo ocurrido. También puede hablar con asistentes de un servicio de asesoramiento y apoyo.



Servicios de asesoramiento y apoyo

Beyond Blue

1300 22 4636

beyondblue.org.au

Asesoramiento telefónico y chat en línea disponibles todo el día, todos los días, para todas las edades y cualquier tipo de problema.

Lifeline

13 11 14

lifeline.org.au

Asesoramiento telefónico y chat en línea disponibles todo el día, todos los días, para todas las edades y cualquier tipo de problema.

1800RESPECT

1800 737 732

1800respect.org.au

1800RESPECT ofrece planificación sobre la seguridad, asesoramiento y apoyo para todo tipo de acosos, incluidos abusos familiares y sexuales en forma confidencial y gratuita las 24 horas del día. También pueden brindarle el contacto con otros servicios de su zona. Visite 1800respect.org.au/languages para obtener más información, consejos y videos en otros idiomas.

QLife

1800 184 527

qlife.org.au

QLife ofrece asesoramiento y orientación a personas de todas las edades que sean lesbianas, gays, bisexuales, transexuales, queer o intersexuales. El asesoramiento telefónico está disponible de 15:00 a 00:00, todos los días. El chat en línea está disponible de 15:00 a 00:00, todos los días.

Ayuda en su idioma

Llame al Servicio de Traducción e Interpretación al **131 450** y solicite que se pongan en contacto con una de las líneas de ayuda apropiadas para usted o que le ayuden a presentar una denuncia a eSafety. O visite el sitio web tisnational.gov.au.

Apoyo a la discapacidad auditiva o del habla

Llame al Servicio Nacional de Retransmisión (National Relay Service) al **133 677** para teletipo (TTY) y llamadas de voz y solicite que se pongan en contacto con una de las líneas de ayuda apropiadas para usted. O visite el sitio web infrastructure.gov.au/national-relay-service.

Manténgase a salvo

Ayuda de emergencia en Australia, a cualquier hora del día o de la noche:

Si su vida o su seguridad corren peligro y necesita ayuda urgente, llame al **Triple Cero (000)**.

Si tiene pensamientos suicidas o quiere autolesionarse, llame a Lifeline al **13 11 14** o a Suicide Call Back Service al **1300 659 467**.

Más información

Para más información [sobre ciberacoso en adultos](#) y consejos [para gestionar las repercusiones](#), visite eSafety.gov.au.