



QUIZÁS TE ENAMORASTE.

QUIZÁS FUE UNA BROMA O UN RETO.



QUIZÁS PARECÍA QUE NO TENÍAS ELECCIÓN EN ABSOLUTO.



NO IMPORTA EL MOTIVO POR EL QUE DECIDISTE ENVIAR UN MENSAJE DE SEXTING, PROBABLEMENTE PENSASTE QUE **SERÍA PRIVADO.**

PERO NO FUE ASÍ.



AHORA TU FOTO O VIDEO SE DIFUNDIÓ.

Y NO SABES QUÉ HACER.



POSIBLEMENTE ESTÉS PREOCUPADO DE QUE LOS COMPAÑEROS QUE LO VEAN TE JUZGUEN E INTIMIDEN,



O QUE TU FAMILIA SE ENOJE CONTIGO Y SE SIENTA DECEPCIONADA.

QUIZÁS PIENSES QUE NO HAY NADA QUE PUEDES HACER PARA ESCAPAR DE ESTA SITUACIÓN.

¡PERO NO ES ASÍ!

AUNQUE NO PUEDES RECUPERAR TU IMAGEN, PUEDES TOMAR PASOS PARA QUE:

- ★ LA QUITEN DE LOS SITIOS WEB.
- ★ AYUDAR A QUE DEJE DE DIFUNDIRSE.
- ★ RECIBAS APOYO EMOCIONAL.
- ★ TRATES CON LOS HOSTIGADORES.

VUELVE A TOMAR EL CONTROL DE LA **SITUACIÓN** Y DE **TU VIDA.**

**UTILIZA ESTOS
CONSEJOS**

DENUNCIA

Esta es una de las mejores maneras de detener la propagación de tu imagen si esta se encuentra en un sitio web/una aplicación, o si ha sido compartida sin tu consentimiento.

DENÚNCIALO:

- **En el sitio web o en la aplicación.**

Los sitios web/las aplicaciones confiables trabajan arduamente para evitar las imágenes sexuales de menores y las retiran si se les notifica. También puedes denunciar a cualquier persona que esté publicando o compartiendo imágenes tuyas. Para obtener más información acerca de cómo denunciar en sitios web/aplicaciones populares, visita https://needhelpnow.ca/removing_pictures.

- **En CyberTipline.org.**

Esta tipline puede conectarte con los expertos más apropiados para trabajar en tu caso. Pueden comunicarse con el sitio web o con la policía, o ponerse en contacto contigo para obtener más detalles. Puedes denunciar sin compartir tu nombre, e incluso, puedes realizar una denuncia para un amigo si necesitas ayuda.

- **A la policía.**

Ellos pueden ayudar a detener la difusión de tu imagen al trabajar con los sitios web/las aplicaciones y hablar con las personas que la compartieron. Deberías saber que si la policía se involucra, también podrías enfrentar ciertas consecuencias. Es ilegal compartir imágenes sexuales de menores, incluso, si son las tuyas. Probablemente, no te acusen de un delito, pero quizás tengas que asistir a clase o completar servicio comunitario.

- **A un profesor.**

Si tus imágenes están siendo compartidas en la escuela, los profesores y los administradores de tu escuela pueden ayudar a detener su difusión al aclarar que hay consecuencias si la comparten.

RECIBE APOYO

Una de las peores cosas acerca de un incidente relacionado con el sexting es sentir que estás enfrentando todo solo. Pero tienes personas que se preocupan por ti y que desean ayudarte. ¡Habla con ellos!

- **Tus amigos** pueden defenderte al negarse a enviar la imagen y al aclarar que no está bien compartirla u hostigarte.
- **Un adulto de confianza** puede ofrecerte consejos, ayudarte a realizar la denuncia y a lidiar con otras cosas complicadas. Podría ser tu madre, tu padre, una tía, un orientador escolar o cualquier otra persona en la que confíes y con la que te sientas cómodo para hablar.
- **Los profesores** pueden recordarles a tus compañeros las reglas y los códigos de tu escuela relacionados con el hostigamiento, y ayudar a detener cualquier comportamiento hostigador.
- Si sientes que tu escuela está ignorando el hostigamiento, pídele ayuda a tu **madre, padre o tutor**. Ellos pueden defender tu caso en la escuela, con tus profesores y otros adultos.

NO TE RINDAS

La circulación de una imagen en la que apareces desnudo o que tiene contenido sexual es atemorizante. Puede hacerte sentir vulnerable y aislado. Pero recuerda, **otros adolescentes ya han estado en la misma situación que tú y la han superado.**

Las personas que se han aprovechado de ti desean que te sientas indefenso. **Pero tú no lo eres.** Tú eres fuerte. Puedes hacerte cargo de tu situación y recuperar el control de tu vida.

¿Qué sucede si estoy siendo chantajeado?

El chantaje es cuando alguien intenta amenazarte o asustarte para que hagas algo. Por ejemplo, los adolescentes pueden compartir imágenes sexuales con personas de su confianza, solo para que esas personas los traicionen. Ellos pueden amenazarlos con enviar las imágenes a las familias de los adolescentes, si no les comparten más imágenes.

Si estás siendo chantajeado, probablemente te sientas indefenso o culpable. Quizás pienses que no tienes derecho a decir “no” porque compartiste voluntariamente la primera imagen. **¡ERROR!** El chantaje es ilegal y no tienes que tolerarlo.

DEBERÍAS:

- Dejar de comunicarte con los chantajeadores. Ellos intentarán utilizar tus conversaciones para amenazarte y manipularte; no les des la oportunidad de hacerlo. Aunque ya hayas comenzado a comunicarte con ellos, nunca es demasiado tarde para dejar de hacerlo y denunciarlos.
- Bloquear o eliminar al chantajeador de tu lista de contactos. Si decides desactivar tus cuentas, comunícate con los sitios web/las aplicaciones para recibir ayuda.
- Realizar inmediatamente una denuncia en la policía y en CyberTipline.org. En serio, pueden ayudarte. Probablemente deseen ver los mensajes que has recibido del chantajeador.

Un programa del

NATIONAL
CENTER FOR
**MISSING &
EXPLOITED**
CHILDREN