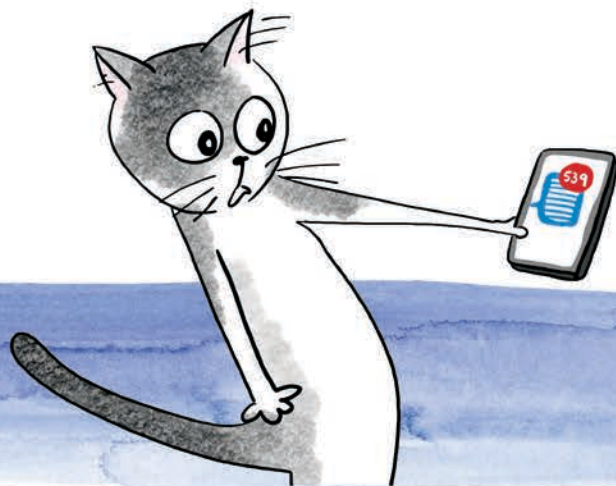


HAS SUFRIDO SEXTORSION?



“ PEDIR AYUDA ES LO MEJOR QUE PUEDES HACER
LAS PERSONAS ALREDEDOR TUYO, QUIEREN LO MEJOR PARA TI,
ELLOS PUEDEN PARECER MOLESTOS AL PRINCIPIO,
PERO NUNCA DEJARAN DE AMARTE...
Y VAN A RESPETARTE MÁS POR TU VALENTÍA ”

- Female, 18, respondiendo a la encuesta de Thorn

ESTO NO ES TU CULPA.

Tu confianza se ha roto, y no importa quién sea, cuando se rompe la confianza es increíblemente doloroso. Lidar con la sextorsión es algo aterrador y abrumador. Puede hacerte sentir solo y como si no pudieras decírselo a ninguna persona. Pero siempre puedes encontrar a alguien en quien confiar y compartirle lo que está pasando. Cuando hablamos con personas que han pasado por esto y han logrado salir adelante, a menudo dicen “Ojalá hubiera llegado antes”.

CUENTA TU HISTORIA PUEDE SER DURO, PERO ES IMPORTANTE.



**SI NECESITAS AYUDA
LLAMA AL
CONSEJO CIUDADANO
AL *5533 (EN MÉXICO)**

**Una consejera capacitada en manejo de crisis
estará allí para apoyarte anónimamente.**

PRÓXIMOS PASOS

BUSCA AYUDA Y REÚNE LAS PRUEBAS

#1 SIN MIEDO

Si alguien te dice que compartas algo que te hace sentir incomodidad tienes el derecho a decir, no, más aún si nunca has compartido algo con esa persona antes. Si intenta hacerte sentir mal, solo recuerda: **la persona que te acosa es quien está haciendo algo malo, no tú.**

TIP:

Si alguien conoce tus passwords, cambiálos inmediatamente para mantener tu privacidad. Herramientas como Lastpass pueden ayudarte a mantener tu privacidad.

#2 PIDE AYUDA. LLAMA AL CONSEJO CIUDADANO *5533

para hablar confidencialmente con una persona capacitada en situaciones de crisis que podrá ayudarte a enfrentar ese momento de desesperación. Ve al sitio web: www.consejociudadanodf.org.mx

También puedes realizar una denuncia en: www.consejociudadanodf.org.mx/denuncia/

#3 HABLA CON ALGUIEN EN QUIEN CONFÍES

Lidiar con tus sentimientos es importante. Hablar con personas que se preocupan por ti, como un amigo o amiga de confianza, un profesor o familiares, puede ayudarte ¿No sabes por dónde empezar? Puedes iniciar la conversación así: "Algo esta pasando en mi vida y necesito ayuda. No estoy seguro con quien hablar si te lo puedo decir ¿puedes ayudarme?"

#4 GUARDA LAS PRUEBAS

Esto puede parecer lo contrario a lo que te gustaría hacer, pero es muy importante que guardes todas las pruebas, como las conversaciones, todo lo que te dijo quien te acoso y todo lo que tu dijiste también. Eso va a ayudar a explicar lo que sucedió sin dependas solo de lo que recuerdes. Guarda los textos, imágenes, videos, páginas, etc. Puedes hacer captura de pantalla y salvar las páginas de internet como HTML o PDF. Guarda todo por si acaso.

#5 DENUNCIA

Las empresas tecnológicas pueden ayudarte a remover imágenes o amenazas, puedes reportar tanto a la persona que te está amenazando como las amenazas y las imágenes, en caso de que hayan sido compartidas sin tu autorización.

IMPORTANTE

Si tienes menos de 18 años de edad, dilo (aunque en tu perfil tengas una edad diferente). Eso ayuda a las empresas para tomar las medidas urgentes. Cuando las imágenes son de personas menores de 18 años de edad en México puedes denunciar anónimamente en el Consejo Ciudadano al *5533. Puedes también llamar a la policía. Algunas víctimas nos dijeron que la policía resolvió la situación, pero debes saber que podrías enfrentar algunas consecuencias legales, recuerda que es ilegal compartir imágenes íntimas de niñas, niños o adolescentes, incluso si son tuyas. Te recomendamos hablar primero con alguna persona adulta de confianza para que decidan juntos qué hacer.