



# Construyendo Resiliencia Digital

Las niñas y las jóvenes exigen  
un futuro digital seguro

Huong

# Contenidos

<b>Introducción .....</b>	<b>6</b>
<b>Antecedentes .....</b>	<b>8</b>
La investigación .....	9
<b>Hallazgos clave .....</b>	<b>12</b>
<b>Lo que hemos aprendido.....</b>	<b>14</b>
¿Libre para estar en línea?.....	22
<b>Tomando medidas .....</b>	<b>24</b>
<b>El rol de la familia y amistades...27</b>	
<b>El cambio por recorrer .....</b>	<b>29</b>
<b>Conclusión .....</b>	<b>35</b>
<b>Recomendaciones .....</b>	<b>37</b>
<b>Agradecimientos.....</b>	<b>42</b>

**Todos los nombres han sido cambiados para proteger la identidad de las participantes.**



Una niña viendo un video en su teléfono móvil con sus amistades en Vietnam © Plan International

# Este reporte

Es el resultado de la colaboración entre **Plan Internacional y CNN As Equals** para escuchar directamente a las jóvenes y las niñas hablar de los peligros a los que se enfrentan en Internet, cómo se protegen y cómo las empresas tecnológicas, los gobiernos, las comunidades locales y sus propias familias deberían contribuir a mantenerlas a salvo.<sup>1</sup>

La intención fue dar a las jóvenes y a las niñas la oportunidad no sólo de hablar de sus vidas digitales, sino también de compartir lo que creen necesario para un futuro digital más seguro.

La investigación se basó en los conocimientos adquiridos en anteriores trabajos de Plan Internacional y CNN As Equals en este ámbito. Entre ellos, 'Entre la verdad y la mentira' de Plan en 2021, el cual explora la información falsa en línea y 'Libres para estar en Línea' en 2020 que investigó el acoso en línea experimentado por niñas así como la serie 'Error de sistema' de CNN As Equals.



Gracias a esta colaboración, CNN As Equals pudo trabajar con oficinas de Plan Internacional para llegar a las niñas y jóvenes y en conjunto, a través de este informe, hacer que sus voces fueran escuchadas por quienes elaboran las políticas y toman las decisiones.



Los límites geográficos y nombres mostrados y las designaciones utilizadas en este mapa no implican aprobación o aceptación oficial por parte de Plan International.

Última actualización: Enero de 2024



**9**  
Países

**624**  
Niñas y mujeres  
jóvenes

De  
**13-24**  
años de edad



Un adicional de **73** niñas y mujeres jóvenes entre los **13-24** de edad formaron parte de los grupos focales de discusión en **Brasil, Malawi y Filipinas**.

# Introducción

**Internet juega un papel cada vez más importante en todas nuestras vidas, abriendo todo un mundo nuevo de amistades, oportunidades de estudio, trabajo y entretenimiento. Las niñas y las jóvenes que participaron en el último estudio de investigación de Plan International lo utilizan para socializar, aprender nuevas habilidades, comprar, mantenerse al día de las noticias e investigar e intercambiar información sobre una gran variedad de temas.**

También sufren abusos en línea de muchas formas: acoso sexual, ciberacoso, impostores que no son quienes dicen ser y quienes las chantajean con fotos falsificadas.

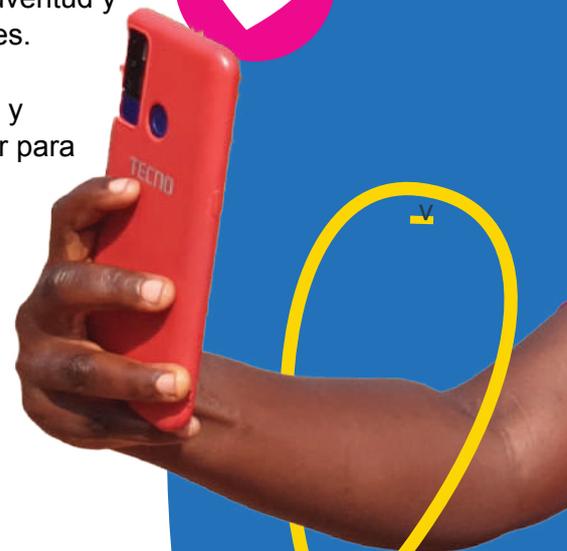
A pesar de todo, ellas son conscientes de lo esencial que es para sus vidas estar en línea y están decididas a aprovechar las muchas oportunidades que ofrece, confiando principalmente en sí mismas y en los demás para mantenerse a salvo, desarrollando estrategias clave para protegerse frente al acoso y los abusos habituales. Como se desprende de este estudio, si bien en el mundo actual no estar en línea no es una opción, se hace evidente que esta generación de usuarias en línea hace tiempo que se ha dado cuenta de que no puede confiar en las autoridades, las plataformas tecnológicas o incluso sus padres y madres para protegerse.

Las participantes señalan que existen importantes lagunas en las medidas adoptadas por las distintas autoridades, incluidos los gobiernos y las plataformas de redes sociales, a escala mundial, nacional y local.

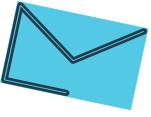
Esto tiene que cambiar: responsables políticos, gobiernos y personas multimillonarias de la tecnología que poseen las numerosas plataformas de redes sociales tienen una responsabilidad, especialmente con la juventud y las personas vulnerables.

En general, falta apoyo y queda mucho por hacer para mantener a las niñas y las jóvenes seguras en línea, fomentar la resiliencia digital y garantizar que se promueva y respete la igualdad de género.

**Las niñas y las jóvenes afirman que han tenido que cuidar de sí mismas, a la vez señalan que la comunidad tiene un importante papel que desempeñar.**



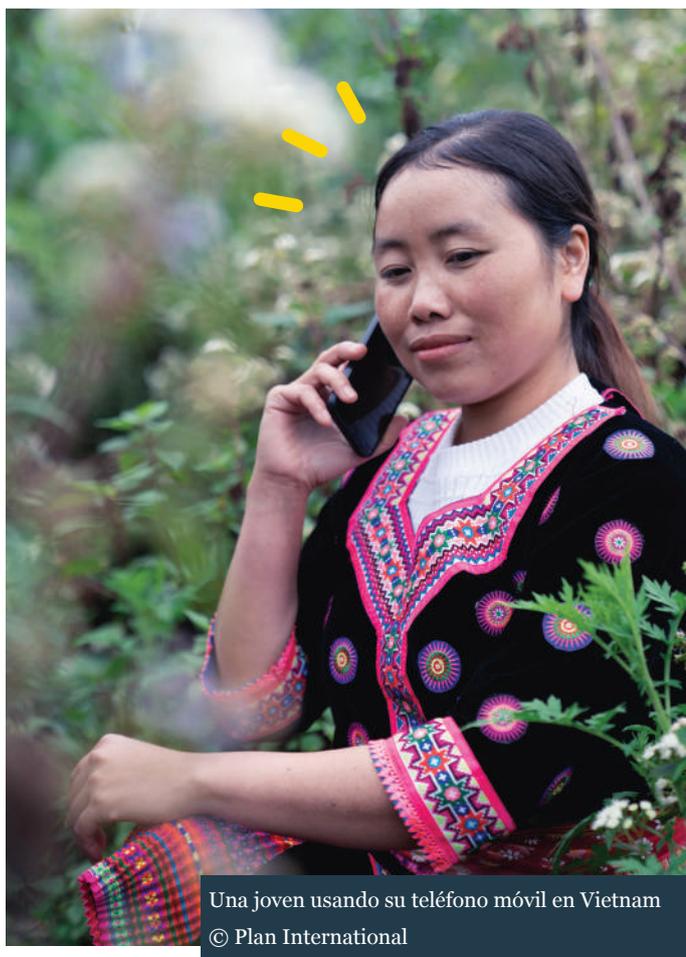
“ Con todo lo que hacemos en las redes sociales, perdemos nuestra autorresponsabilidad para averiguar cuáles son las herramientas que pueden protegernos... ¿No sería mejor que viniera de nosotras mismas, que fuéramos responsables de nosotras mismas? Dicen que más vale prevenir que lamentar. ¿Vas a esperar a que te pase esto para hacer privada tu cuenta o para tomar medidas?” Lea, 17-20 años, Filipinas



Jóvenes tomándose una selfie en Guinea-Bisáu © Plan International

# Antecedentes

Plan International lleva varios años investigando las experiencias digitales de las niñas y las jóvenes. El Informe sobre el Estado Mundial de las Niñas 2020 “Libres para estar en línea”<sup>2</sup> rastreó las experiencias de acoso en línea de las niñas y las jóvenes y descubrió que, en muchos casos, el nivel de abuso estaba cerrando oportunidades, alejándolas de Internet y limitando su acceso a la información y al mundo fuera del que vivían. A este informe le siguió otro estudio en 2021 sobre el impacto de la información falsa y la desinformación en línea,<sup>3</sup> que encontró que el 20 % de las niñas y las jóvenes se sentían físicamente inseguras y que el 18 % dejó de participar en política como resultado de sus experiencias en línea.



Una joven usando su teléfono móvil en Vietnam  
© Plan International

**El acceso digital, los conocimientos, el desarrollo de competencias, la resiliencia en línea y, en general participar en los debates y oportunidades del mundo es un derecho humano y una una cuestión de igualdad de género.**

Conectarse a Internet, tener acceso a información precisa, comprender el mundo digital, participar en la sociedad civil y sentirse seguro es importante para todas y todos, pero las malas experiencias tienen un impacto especial en la vida de las niñas y las jóvenes. Ser joven y mujer, como en muchas esferas de la vida, aumenta la vulnerabilidad, limita las oportunidades e inhibe la autoconfianza.

El acoso sexual en línea - imágenes no solicitadas, comentarios sexuales, incitación al odio discriminatorio - el cual es peor si te identificas como miembro de una minoría racial, religiosa o étnica o como LGBTIQ+ - es una continuación de los excesos del mundo digital, pues en línea los agresores pueden esconderse más fácilmente.

Abordar todo esto es vital y esta iniciativa de investigación está diseñada para amplificar las voces de las niñas, ya que no sólo nos hablan de sus vidas digitales, sino que también proponen formas para que los responsables políticos las apoyen y llevarlas a ayudarse a sí mismas a navegar por el mundo en línea, para disfrutar de las oportunidades para mejorar que ofrece la vida y evitar lo que es destructivo.

2 <https://plan-international.org/publications/free-to-be-online/>  
3 <https://plan-international.org/publications/the-truth-gap/>

## La Investigación



Un total de  
**624**  
niñas y  
jóvenes



**Originarias de  
9 países**  
Bolivia, Brasil, Burkina Faso,  
Colombia, Kenia, Malawi,  
Nepal, Filipinas, Timor Oriental



Entre  
**13-24**  
Años de edad



**Completaron una encuesta  
para contarnos sobre su uso de la Internet**



- ✓ ¿Por qué y cómo se conectan?
- ✓ ¿Se sienten seguras?
- ✓ ¿Qué hacen y qué no?
- ✓ ¿Quién es responsable de mantenerlos a salvo?
- ✓ ¿Qué se puede hacer y en qué plataformas se sienten menos protegidas?
- ✓ ¿Cómo es su vida en línea? ¿Cuáles son sus experiencias positivas y negativas, se ven afectadas regularmente por los peligros de la red y de qué manera?
- ✓ ¿Qué les gusta hacer en línea?
- ✓ ¿Qué es lo más importante para ellas de sus actividades en la red?

**Estas preguntas también se discutieron  
en una serie de grupos focales**

Con  
**73 niñas  
y jóvenes**



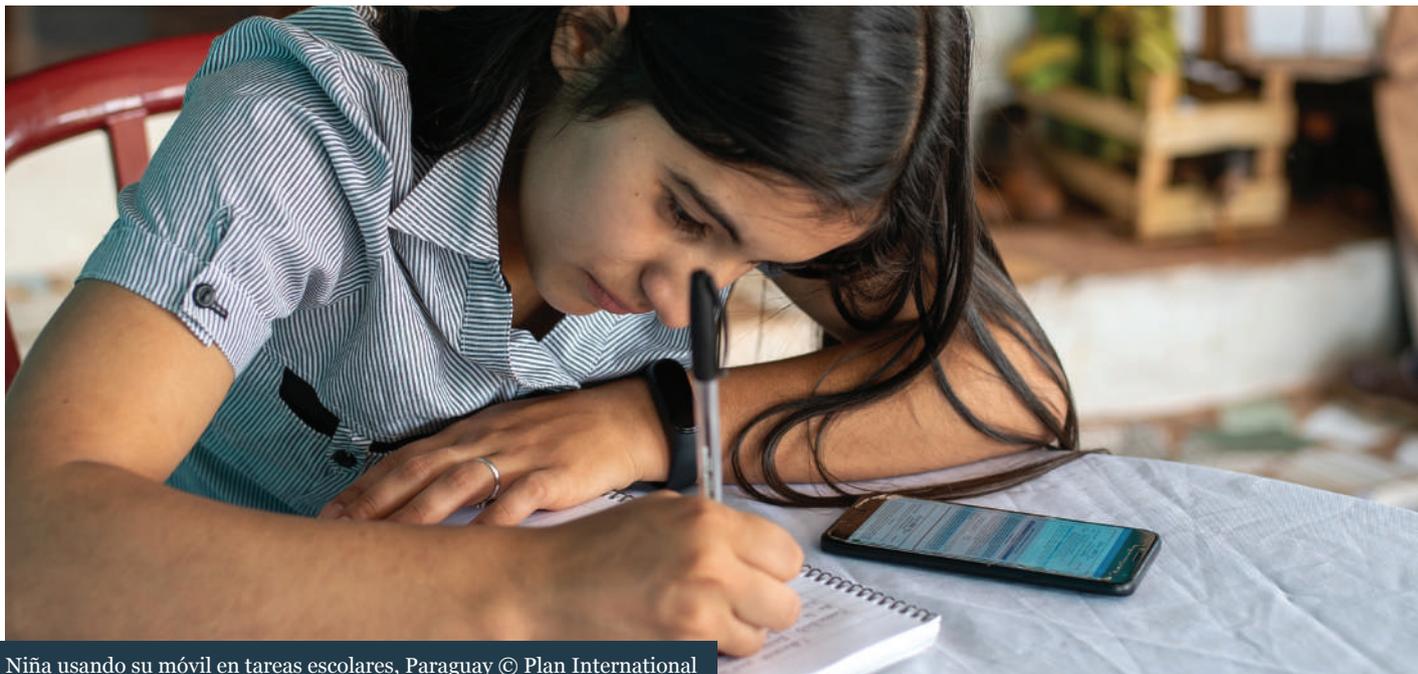
Entre  
**13-24**  
años de edad

**de Brasil, Malawi y Filipinas**

usando una variedad de enfoques participativos y herramientas narrativas.

- ! La Junta de Revisión Institucional de Plan Internacional dio su aprobación ética al proyecto y a la herramienta de encuesta. La encuesta y los grupos de discusión incluyeron hojas informativas y formatos de consentimiento. Se aseguró a las participantes que su participación era voluntaria y que sus datos se mantendrían seguros y confidenciales.

“ El hecho de estar detrás de una pantalla y no cara a cara con la persona te anima a ser la peor criatura que jamás haya pisado la faz de la Tierra. La gente no tiene el valor de decir las cosas a la cara, pero sí en Internet. Así que eso es algo que hay que abordar...” Camila, 23, Brasil<sup>4</sup>



Niña usando su móvil en tareas escolares, Paraguay © Plan International

Lo que quizás sea más notable en esta última investigación es cuán autosuficientes son las niñas y las jóvenes en lo que respecta a la resiliencia digital. Hay una sensación en todas partes de que se toman con calma cualquier cosa que se les presente manifestando una determinación general de protegerse a sí mismas y a las demás y a no dejarse intimidar.

**Pero no deberían tener que hacerlo solas.** Proteger a las niñas y a las jóvenes en línea, ya sea del acoso sexual, estafas financieras o, como se analiza en la siguiente cita, del ciberacoso, no es solo su responsabilidad:

“ Deberían enseñar a los adolescentes la forma correcta de utilizar las redes sociales, especialmente en casos como este y sobre cómo se pueden prevenir estas situaciones. También deberían compartir sus conocimientos entre los adolescentes porque la mayoría no sabe cómo afrontar la situación una vez que se es objeto de algo así. Parece que la solución a esto debería venir de dentro de la comunidad”. Angel, 17-20, Filipinas

Los problemas que enfrentan las niñas y las jóvenes dentro y fuera de línea no han cambiado con respecto a los identificados en investigaciones anteriores. Sin embargo, lo que sí ha cambiado, como lo demuestra este estudio, es tanto la creciente centralidad de las redes sociales y todas las demás actividades variadas que tienen lugar en línea, como los avances en la tecnología que hacen que el abuso sea más tóxico. Se crean otros espacios donde las niñas y las jóvenes puedan verse desfavorecidas, intimidadas y mantenidas en lo que se considera "su lugar".

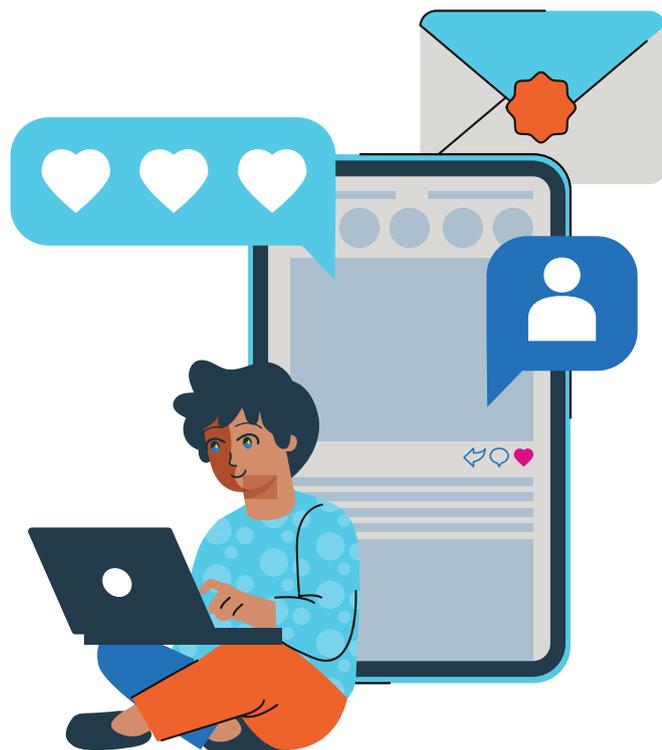
Lo que al principio parecía una liberación - nueva información, nuevas amistades y nuevas oportunidades - puede convertirse en algo amenazador, peligroso y abrumador.

“ Solo añadiré que si alguna vez no cesa el acoso y te sientes indefensa, está bien que reduzcas tu [tiempo] de inmersión en Internet y te enfoques en ti misma, en estrechar lazos con tu familia, o como salir sola, ir a otro lugar donde te sientas segura como parques o centros comerciales. Simplemente pasea en lugar de estresarte y sumergirte [demasiado] en la red. Porque eso puede generar traumas, ansiedad, ansiedad social y puede llevar a la depresión, que es muy común hoy en día debido a la inmersión en Internet”. Lea, 17-20, Filipinas

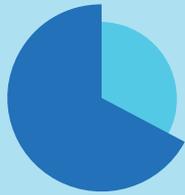
Tomarse un descanso, como sugiere Lea, es una buena idea, pero no es aceptable si la única forma que tienen las niñas y las jóvenes de proteger su salud mental y enfrentarse a estar en línea es retirarse de ella.

Silenciar la voz de las niñas y restringir sus oportunidades no es la respuesta. Las niñas y las jóvenes necesitan que sus familias y comunidades, las empresas tecnológicas y las autoridades den un paso al frente, las escuchen y las apoyen con todos los medios a su alcance:

“ A veces hablamos con la gente porque sabemos y entendemos que estas personas nos van a escuchar y nos van a dar consejos. También hablamos con ellos porque sabemos que estas no nos van a exponer”. Alinafe, 21-24, Malawi



# Hallazgos clave



**67%**  
de las niñas y  
las jóvenes

que participan en la encuesta son responsables de su propia seguridad en la red y alrededor del 10 % cita a los padres/madres/cuidadores/as y a las empresas de tecnología como responsables. La ausencia de una regulación efectiva del acoso en línea ha hecho que las niñas y las jóvenes comprendan la importancia de protegerse.

Cerca del **25%** de participantes



afirmó que, como individuos, están muy preparadas para cuidar de sí mismas en la red. Las niñas y las jóvenes de todo el mundo informaron que bloquear mensajes de alguien de quien no querían saber y cambiar la configuración de su perfil a privado, eran las acciones más útiles para protegerse en línea.

**75%** de participantes en la encuesta Reportó experiencias dañinas en algún momento

- con casi **40 % reportando acoso** al menos **una vez al mes**
- **11 %** dijo que esto **sucedía a diario o casi a diario**
- **44 %** informó haber visto o recibido imágenes o videos **sexuales no deseados** en la red.
- **37 %** había recibido mensajes sexuales **inapropiados**
- y **25 %** enfrentó **discriminación o discurso de odio**.

**35 %** de participantes en la encuesta

informó sentir tristeza, depresión, preocupación o ansiedad como resultado de su experiencia en línea. A nivel mundial, las niñas y las jóvenes informaron que las experiencias perturbadoras en línea ocurrían con mayor frecuencia en Facebook, seguidas de Whatsapp e Instagram.



**La edad es un indicador más importante de diferencia en las respuestas de la encuesta que la ubicación.**

El grupo de edad más joven, por ejemplo, tenía más probabilidades de acudir a sus padres, madres y cuidadoras/es en busca de ayuda. Los grupos de mayor edad fueron más cautelosos en su acercamiento a Internet.



**44% de participantes en la encuesta**

señaló que de necesitar ayuda es común acudir a sus amistades, mientras que el **32 % habla con sus hermanos y hermanas**. Lo anterior fue corroborado por los hallazgos en los grupos focales.

**Las niñas y las jóvenes entienden la importancia de protegerse a sí mismas.**

Las participantes en la encuesta tienen la sensación, enfatizada en las discusiones de los grupos focales, de que experimentar daños en la red siempre será un problema, por lo que necesitan aprender a protegerse y continuar con sus actividades en línea.



**Las niñas y las jóvenes que hacen parte de este estudio señalan que no pueden hacerlo solas**

Necesitan apoyo estructurado de las autoridades, de las empresas tecnológicas, de los gobiernos y de la sociedad en general para mantenerlos a salvo. En los grupos de discusión focales sus recomendaciones incluyen:

- Crear conciencia sobre los problemas de seguridad en línea mediante campañas a nivel nacional y local proporcionando líneas de ayuda y espacios seguros cuando corresponda.
- Mejorar la alfabetización digital de padres, madres, maestras y profesores, así como de las personas jóvenes. Incluir la seguridad en línea en los planes de estudios escolares y universitarios y hacer que las empresas de redes sociales brinden capacitación y apoyo.
- Fortalecer e implementar leyes para responsabilizar a los perpetradores de abusos en línea, así como a las plataformas que los albergan.
- Fortalecer los mecanismos de denuncia y mejorar la moderación de contenidos en todas las plataformas en línea.

# Lo que hemos aprendido

De las respuestas a la encuesta y de las discusiones de los grupos focales se desprende claramente que en los últimos años, especialmente después de la pandemia, la vida se ha movido en gran medida en línea. Las niñas y las jóvenes aprenden, estudian, socializan y comparten su vida diaria en Internet.



“...porque nos guste o no, ahora todo está en línea, ya no usamos nada físico. Ya no necesito ir a la universidad. Por supuesto que tengo que ir a clases. Pero todo lo demás relacionado con los cursos, con los exámenes, [lo puedo hacer] a través de Internet”. Ana, 24, Brasil

“Mi vida cambió después de que descubrí BARD [Gemini]. BARD [Gemini] es la inteligencia artificial de Google y yo soy su mayor defensor. Es realmente genial, tiene una especie de toque humanizado. Necesitaba usar una fórmula de Excel y me explica por qué existe esa fórmula, cómo usar cada término en la fórmula, es maravilloso. Por eso me gusta buscar información y aprender cosas nuevas. Eso es todo. Ya no me concentro simplemente en publicar algo”. Daniela, 24, Brasil

**Para algunas el desarrollo de la IA ha revolucionado** sus vidas en línea y las oportunidades y seguirá haciéndolo



Con algunas excepciones interesantes, existen sorprendentes similitudes en términos de actitudes y experiencias en todos los países donde se realiza la investigación.

**Las niñas y las jóvenes no se dejan intimidar por las nuevas tecnologías y están decididas a enfrentar el abuso en línea y la falta de regulación exigiendo apoyo cuando lo necesitan.**



**23% de las participantes de la encuesta se sienten preparadas para protegerse a sí mismas en la red.**

En general, a pesar de un entorno en línea a menudo intimidante, los hallazgos demuestran una resiliencia real: la mayoría de las niñas y mujeres jóvenes en todo el mundo sintieron que estaban al menos en cierta medida preparadas para enfrentar cualquier cosa que les deparara sus experiencias en línea.

Las participantes de las discusiones de los grupos focales discutieron **cómo los nuevos desarrollos tecnológicos ayudan a mantenerlas a salvo aumentando la seguridad y verificando las cuentas de los usuarios:**

**Los participantes de la encuesta se protegieron de varias maneras: bloqueando, ignorando, cambiando la configuración de privacidad y, a veces, informando.**

“ También quiero agregar que, como lo hacemos con las tarjetas SIM al registrarnos, usamos identificaciones, lo que muestra la identidad real de la persona. Creo que los propietarios de plataformas como Facebook, WhatsApp, también pueden utilizar esas estrategias, de modo que si una persona viola los derechos de otra, pueda ser identificada fácilmente”. Maureen, 21-24, Malau

**Sin embargo, a pesar de la resiliencia de las niñas y las jóvenes, el entorno en línea puede resultar desalentador.**



En las secciones siguientes los participantes comparten sus experiencias, sus ideas y sus demandas de acción.

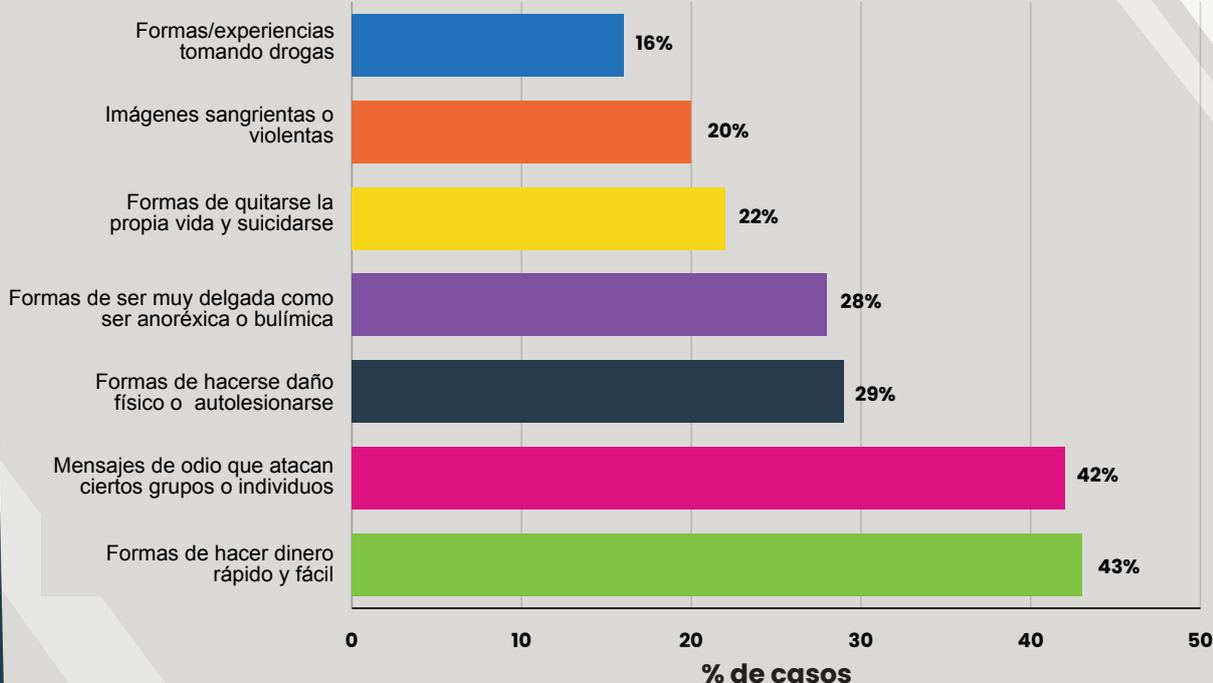
## El ambiente en línea: muy tóxico

Los encuentros en línea de niñas y mujeres jóvenes a menudo eran aterradores. Informaron haber visto mensajes de odio discriminatorios, estafas monetarias dirigidas a ellas e información que fomentaba la autolesión y el odio a sí mismas. En Asia, por ejemplo, el 40 % de las participantes de la encuesta informaron haber visto discusiones sobre formas de hacerse daño y el 26 % había visto contenido sobre formas de quitarse la vida. Las participantes en América del Sur y África tuvieron experiencias similares y la angustia que esto causa se reflejó en los comentarios hechos en las discusiones de los grupos focales.



“Internet es ahora muy tóxica. Y [la] internet destruye la salud mental de las personas.” Althea, 15, Philippines

### Cosas malas que se discuten en la red

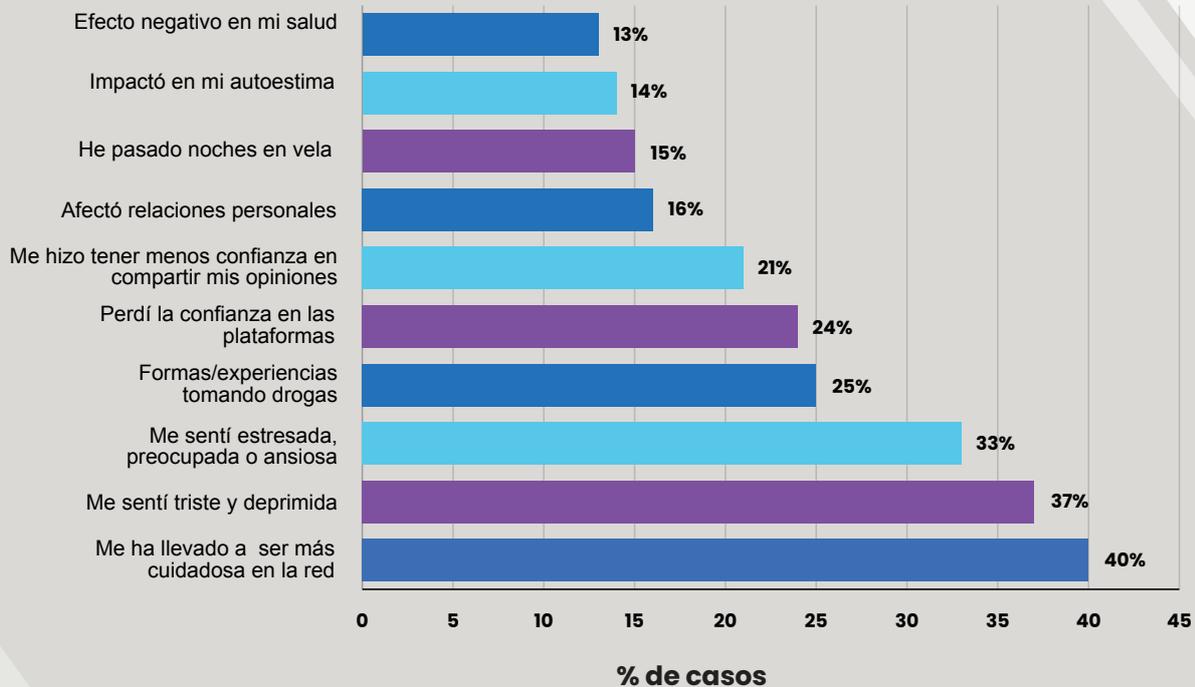


Está bastante claro que, a pesar de la resiliencia que muestran, el acoso, el contenido dañino y el entorno en línea en general tienen un impacto en el comportamiento en línea de las niñas y las jóvenes y, lo que es más alarmante, en su salud mental, con muchas personas deprimidas, ansiosas y estresadas, perdiendo la confianza en las plataformas en la red y sienten que necesitan restringir sus actividades allí. Las participantes de más edad, en particular, declararon estar siempre alerta y vigilantes, lo que pasa factura.

“ Solía ser mucho más activa, publicaba fotos casi todos los días, historias sobre mí, selfies. Hoy en día, con la IA y todo esto... puedes tomar cualquier cosa y cambiarla y te pueden mostrar diciendo cosas diferentes. Confieso que me volví un poco paranoica con esto. Por ejemplo, hoy no tengo ninguna foto mía en Instagram. A veces publico historias... Pero no publico mucho sobre mi vida. Creo que solía ser muy activa en este sentido. Mucho. Pero hoy siento que ya no disfruto de esta exposición...”

Camila, 23, Brasil

### Impacto del contenido dañino en la red



“ Compartir cosas allí [en las redes sociales] me hacía daño tanto psicológica y personalmente, sobre todo porque la gente puede verte evolucionar, progresar, y te desean el mal. Así que esto acaba afectando a nuestras vidas en cierto modo”. Daniela, 24, Brasil

Tener cuidado, sentirse triste, con estrés o percibir inseguridad física fueron los impactos más citados de las experiencias de las participantes con el contenido dañino discutido en línea. Otros impactos incluyeron una menor confianza, discusiones con familiares y amistades y efectos negativos en el trabajo y el estudio.

Las participantes de la encuesta en Asia se sintieron más seguras en la red (44 %) que las de África (24 %) y Sur América (22 %).

La diferencia es grande y difícil de explicar. Sin embargo, incluso en Asia, casi una cuarta parte de los participantes en la encuesta no se sentían seguros en absoluto o no muy seguros. Las participantes en las tres regiones informaron tener cuidado al aceptar solicitudes de amistad, pero más aún en América Latina y África, donde el 67 % y el 66 % respondieron “muy cierto” o “mayormente cierto” a la

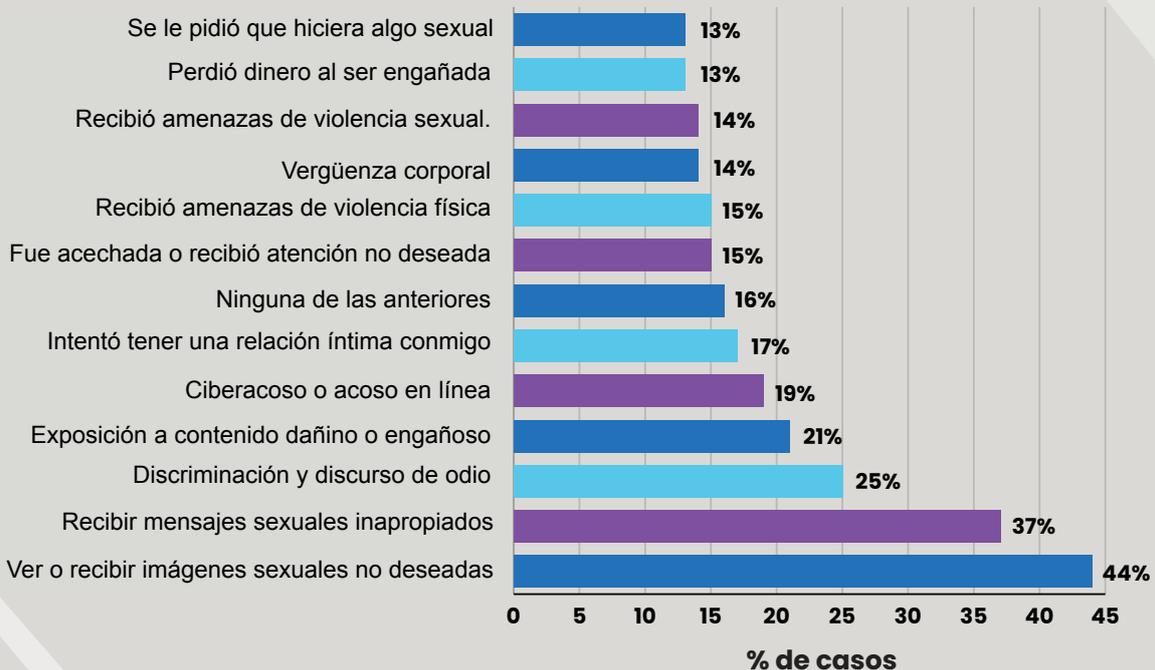
afirmación: “Tengo cuidado con las solicitudes de amistad que hago”. aceptar”, en comparación con el 55 % en Asia.

Las niñas en los grupos focales en Filipinas hablaron sobre el impacto del ciberacoso que a menudo comenzaba en la escuela y continuaba en línea en casa. El hecho de que conocieran a sus agresores hacía que fuera más difícil denunciarlos e imposible desconectarse de los mismos. Fue especialmente un problema para las jóvenes de 13 a 16 años.

“ Allí siempre me ciberacosan y también me pregunto por qué todavía necesito publicar en las redes sociales cuando podrían molestarme. También es doloroso porque los insultos que usan son muy malos. El lado positivo de Internet es que allí consigo información sobre mi problema. Lo único negativo es que le dan mucha importancia incluso a las pequeñas cosas a través de las redes sociales”.

Michelle, 13, Philippines

### Experiencias en línea con contenido negativo.



## Más del 80%

de las participantes de la encuesta ha visto o recibido imágenes o videos sexuales no deseados o recibido mensajes o comentarios sexuales inapropiados en línea, mientras que el 29% recibió amenazas de violencia física o sexual.

Encuentros con personas que no son quienes dicen ser, otras que usan su identidad, suben fotografías sin su consentimiento y utilizan la compra de fotografías o la inteligencia artificial para publicar fotografías de desnudos.



Niñas viendo fotos en su teléfono móvil en Brasil © Plan International

“ En aquella ocasión acepté una solicitud de amistad de alguien que no conocía. Empecé a relajarme con un chico y me envió una foto desnudo y me pidió que le enviara una también. Entonces, tuve miedo de que alguna persona al azar quisiera mi foto. Me dijo que si no la enviaba tomaría una foto en mi perfil. Yo no sabía nada de Photoshop y esta persona editó mi foto mostrando un lado desnudo. Yo era joven y estaba asustada, por lo que tenía miedo de decirle a alguien. Entonces se lo comenté a mi hermana mayor y me dijo que bloqueara a esa persona y viera qué ocurría. Lo bloqueé y después de una investigación se supo que era una mujer. La foto que envió no era la suya y me deprimí al pensar que la subiría (la del Photoshop)- pero no lo hizo”. Maureen 21-24, Malawi

“ Igual que como ella dice de que la están acosando en las redes sociales, a mi también. Me acosan en las redes sociales como a mis amigas, editan mi foto para que parezca que no llevo ropa”. Verlyn, 15, Filipinas

Estas experiencias se reflejaron en las discusiones de los grupos focales en los tres países.

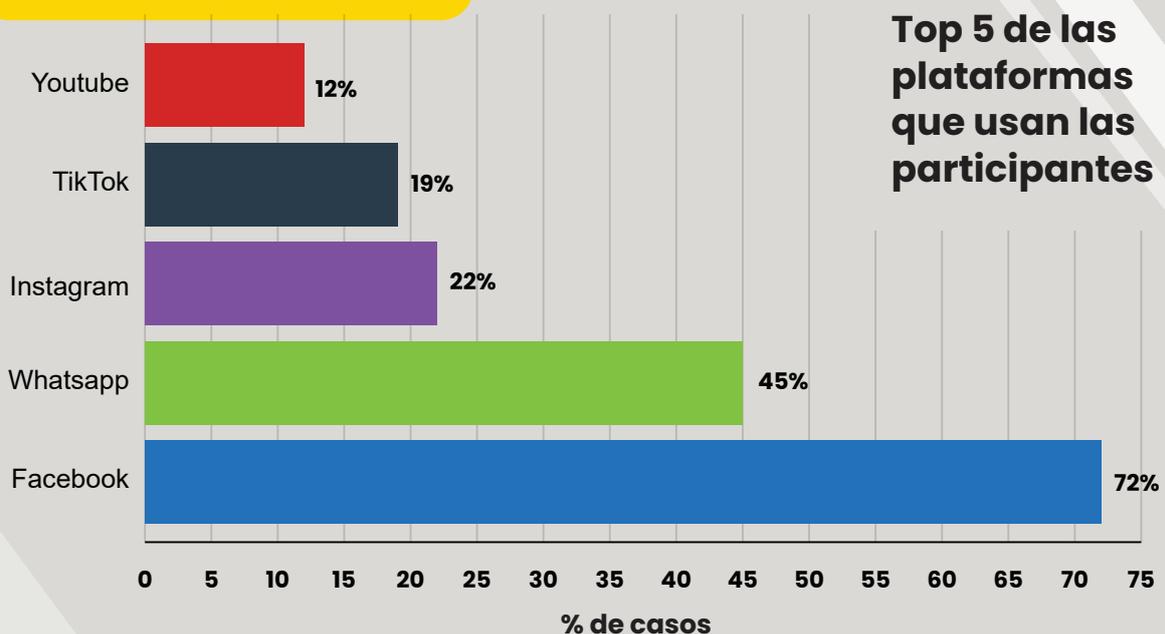
Las participantes respondieron con enojo y tristeza a un escenario narrativo en el que a una mujer joven se le envían imágenes sexuales en línea; a muchos de ellos les resultaba muy familiar.

“ **Creo que como ahora somos adolescentes, las chicas suelen experimentar, especialmente cuando eres popular en Instagram o en las redes sociales. Por lo general, hay chicos que tienen esa confianza. Acosan a la gente en las redes sociales y piensan que está bien enviar algo así sin el consentimiento de la otra parte**”. Reyna, 21-24, Filipinas

“ **Acepté una solicitud de amistad de alguien que seguía enviándome fotos explícitas. Incluso si no le respondía, él podía enviarme un “hola” y enviarme fotos y preguntarme si puedo ser su novia. No me gustó, así que terminé por bloquear a la persona. Dejé Facebook, como por cuatro años. Acabo de volver este año porque no me gustaba Facebook**”.

Maureen, 21-24, Malauí

Facebook fue una de las plataformas donde la mayoría de las mujeres habían experimentado comportamientos perturbadores (72 %), seguida de Whatsapp (45 %) e Instagram (22 %).



A pesar de estas experiencias negativas, las niñas saben lo importante que es utilizar Internet y las redes sociales, ya que son parte integral de la vida diaria. Muchas veces afirman que disfrutaban mucho del tiempo en línea y pueden ver sus beneficios en términos de estudio o trabajo, entretenimiento y tener una ventana al mundo exterior.

“ Siempre descubro nuevos cursos. Ahora estoy tomando un Curso de Google para el cual obtuve una beca. Eso es todo. Y me apunté a otro programa también y lo voy a hacer. Voy a estar completamente hecho polvo para fin de año, pero va a ser bueno. También he llegado a la conclusión de que tratando de estar completamente desconectado no podré hacer todas las cosas que quiero hacer. Entonces, para tener la vida que quiero tener, necesito estar en las redes sociales”.

Fernanda, 21, Brasil

## 75 % de las participantes de la encuesta

reportó haber sido molestada al menos una vez o dos en sus experiencias en la red

O como lo expone Ángel:

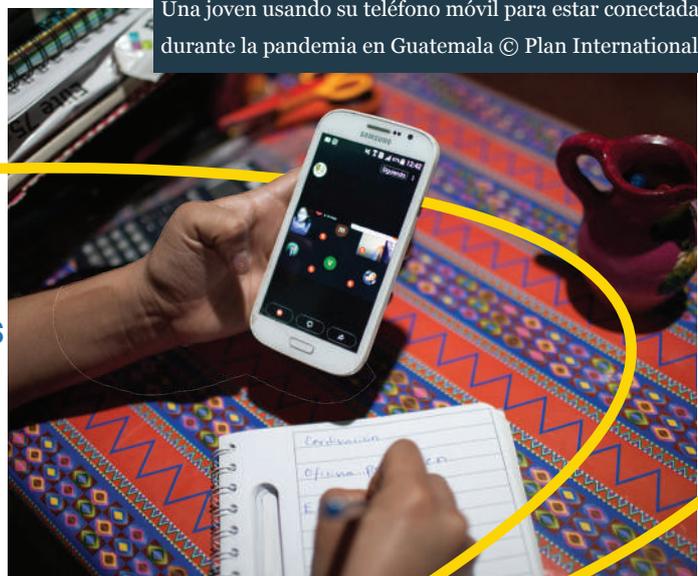
“ Las redes sociales están ahí para que veamos el mundo exterior y no nos quedemos en nuestra zona de confort”. Ángel, 17-20, Filipinas

Es posible que se desconecten por un tiempo, pero reconocen que estar en línea es sinónimo del mundo actual, especialmente para la gente joven.

Tienes que estar ahí, lo que significa que tienes que desarrollar formas para lidiar con las malas experiencias.

“ No tenía a nadie que me guiara con estas cosas de las redes sociales. Pero creo que tenemos que aceptar que vamos a conocer gente a la que no le agradaremos. Está bien”. Stacey, 17-20, Malawi

Una joven usando su teléfono móvil para estar conectada durante la pandemia en Guatemala © Plan International



## ¿Libre para estar en línea?

En el Informe sobre el Estado Mundial de las Niñas 2020 de Plan International, *Free to Be Online*<sup>5</sup>, se realizó una investigación con más de 14.000 niñas y mujeres jóvenes de 22 países. La investigación encontró que:



**Más de la mitad de las niñas encuestadas de todo el mundo han sido acosadas o sufrido abuso en la red.**

**1 de 5 niñas sufrió abuso en línea y se siente físicamente insegura como resultado.**

**El abuso en línea está silenciando la voz de las niñas.**

Tal y como lo hacen en 2024, las participantes hablaron sobre las oportunidades que representaban Internet y las redes sociales, pero también hablaron sobre el miedo y la sensación de inseguridad.



**23%**  
de las niñas y mujeres jóvenes reportó acoso en Instagram.



**14%**  
de las niñas y mujeres jóvenes reportó acoso en WhatsApp.



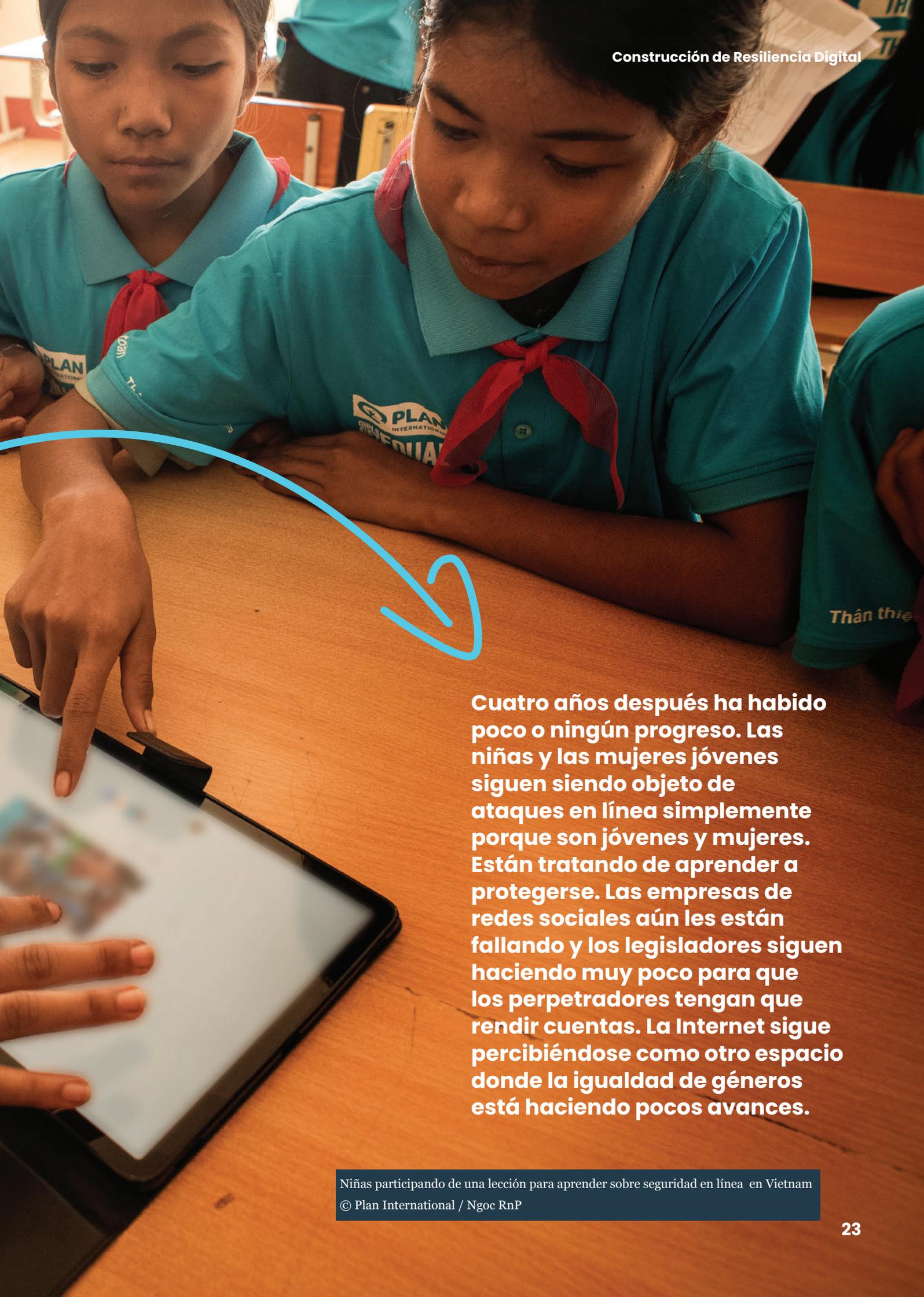
**39%**  
de las niñas y mujeres jóvenes reportó acoso en Facebook.

Tanto entonces como ahora, el acoso se presentó en muchas formas diferentes, desde amenazas de violencia física o sexual hasta comentarios racistas, ciberacoso y el acoso: del 58% de las niñas que denunciaron acoso, el 81% dijo haber experimentado múltiples tipos de acoso.

**En 2020 las niñas y las jóvenes pidieron acciones concretas por parte de los legisladores y formuladores de políticas y de las empresas de redes sociales, incluyendo:**

- ✓ Crear mecanismos de denuncia eficaces y accesibles que aborden la violencia de género.
- ✓ Hacer que los perpetradores rindan cuentas.
- ✓ Recopilar datos desglosados que reconozcan las identidades interseccionales de las niñas y realicen un seguimiento de la escala y el tamaño del problema.
- ✓ Considerar este tema como algo serio.





**Cuatro años después ha habido poco o ningún progreso. Las niñas y las mujeres jóvenes siguen siendo objeto de ataques en línea simplemente porque son jóvenes y mujeres. Están tratando de aprender a protegerse. Las empresas de redes sociales aún les están fallando y los legisladores siguen haciendo muy poco para que los perpetradores tengan que rendir cuentas. La Internet sigue percibiéndose como otro espacio donde la igualdad de géneros está haciendo pocos avances.**

# Tomando medidas

**A lo largo de la investigación, las participantes expresan un fuerte sentido de responsabilidad de cuidarse a sí mismas en línea y mantenerse al día con los nuevos avances tecnológicos. Pero, ¿confían tanto en sí mismas y en sus compañeras porque reciben tan poca ayuda de los demás?**

La inmensa mayoría de las participantes en la encuesta, el 67%, se sienten responsables de su propia seguridad en línea. Esto se compara con el 11 % que citan empresas de tecnología y un 10 % de padres, madres o cuidadores/as.

La mayoría de los participantes en la encuesta, el 61 por ciento, también se siente preparada o muy preparada para protegerse en línea. Las participantes tenían estrategias para afrontar los problemas que surgían, centradas en bloquear al interesado, cerrar el navegador y cambiarla configuración de privacidad. Las niñas informaron problemas, pero menos del diez por ciento lo encontró particularmente útil.

Este hallazgo se repitió en el enfoque discusiones en grupo:

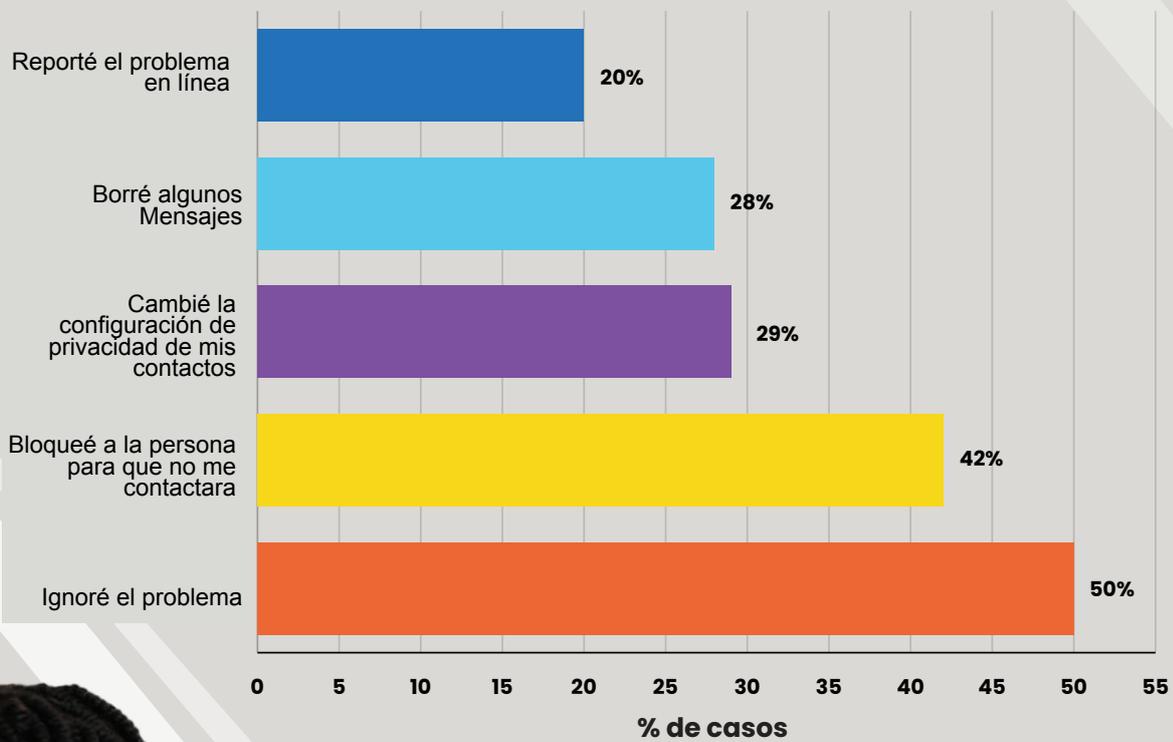
**“ Yo creo que... si las denuncias realmente tuvieran resultados, entonces habría menos casos, porque estos casos muchas veces se denuncian aunque las denuncias no conducen a nada. Por ejemplo, muchas veces hacemos una denuncia y en lugar de que tenga éxito, aparece un texto diciendo que no hay violación de las pautas comunitarias”. Livia, 18, Brasil**

¿Quién crees que el más responsable por la seguridad en línea?	N	%
Yo misma	418	67.0%
Mis padres/madres/cuidadores/as	63	10.1%
Mi escuela/universidad	12	1.9%
Mi lugar de trabajo	2	0.3%
Mi comunidad	14	2.2%
Mi gobierno	17	2.7%
Las empresas de tecnología/ dueños de plataformas en línea	71	11.4%
La policía	5	0.8%
Otros	2	0.3%
Prefiere no decir	20	3.2%



Particularmente en Asia, las participantes de la encuesta tenían poca fe en los mecanismos de presentación de informes y la opción preferida era ignorar el problema: muchos de ellas no tenían personas a quienes acudir en busca de ayuda, aunque en las discusiones de los grupos focales se reconoció que no se debía permitir que los perpetradores se salieran con la suya.

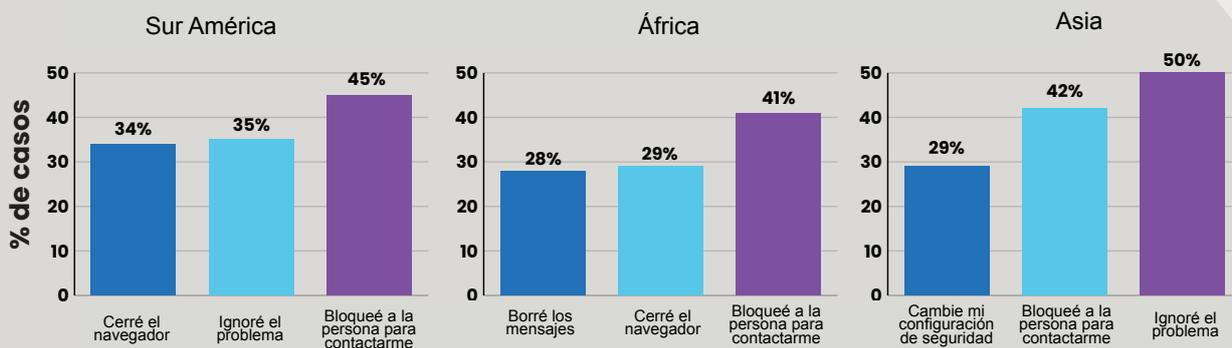
### Cómo manejan las participantes el abuso en línea



Mujeres jóvenes participan en actividades en Guinea-Bisáu © Plan Internacional

“ Porque incluso nosotras podemos decir que simplemente lo ignoremos, es necesario que no les vuelva a suceder a otras. Por eso es necesario tomar medidas. Está bien ignorarlos, pero tampoco podemos tolerar ese tipo de comportamiento. Ahora podemos plantear inquietudes a aquellos/as, como maestros/as o adultos/as, de que hay alguien que hace esto para que, en ese momento, su [mal] comportamiento termine y no puedan hacérselo a otras”. Ángel, 17-20, Philippines

## Tres acciones principales cuando se sienten molestias en línea por región.



En las discusiones de los grupos focales, las participantes hablaron sobre bloquear, pasar cuentas a privadas, tener cuidado con las solicitudes de amistad y con lo que publican, reduciendo la información personal para ayudar a protegerse.

“**Cuando abres una cuenta, alguien te envía una solicitud de amistad, tú eres el dueño de esa cuenta, eres el CEO. Entonces, si no conoces a la persona, ¿por qué deberías aceptar? Por supuesto, queremos establecer contactos y demás, pero también intentar ir más allá, descubrir qué hace realmente esta persona. Intenta comprobarlo antes de aceptar su solicitud de amistad**”. Luso, 17-20, Malawi

Las participantes también hablaron sobre dar un paso atrás por un tiempo para preservar la cordura:

“**Estoy tratando de tener más vida fuera de línea y eso me da más tranquilidad cuando lo estoy, sin sentirme abrumada. Porque, ya sabes, cuando nos quedamos conectadas durante mucho tiempo, sentimos como, "chicos, ayuda, estoy abrumada". Y cuando pasamos más tiempo desconectadas y luego volvemos a hacerlo, no sentimos ese estrés**”.

Fernanda, 21, Brasil

También hubo cierto resentimiento ante la idea de que había que alejarse en lugar de que los perpetradores cambiaran su comportamiento:

“**Ya se ha dicho que debo mantener mis cuentas privadas, pero ¿y si soy una persona pública? Aunque sea un pequeño influencer, sólo tengo mil seguidores. Pero quiero ser una persona pública, quiero mostrar mi vida diaria y quiero que la gente se comunique conmigo, aunque no me conozcan. Pero esa no es razón para que alguien venga y me envíe mensajes de odio y, bueno, fotos íntimas**”. Helena, 17-20 Brasil

# El rol de la familia y amigos

Algunas de las niñas en las discusiones de los grupos focales, especialmente en Brasil, dijeron que sus padres/madres sí monitoreaban sus actividades en las redes sociales:

“**Mi madre siempre está mirando mi teléfono para ver qué estoy haciendo, qué estoy haciendo bien y qué estoy haciendo mal. Ella siempre está ahí para ayudarme**”. Paula, 17, Brasil

Las niñas más jóvenes en Filipinas también hablaron de que a veces se aseguraban de que sus padres no pudieran ver sus actividades en línea creando "cuentas falsas<sup>6</sup> o archivando mensajes." No quieren que se limiten sus actividades en las redes sociales y no se sienten cómodas hablando con sus padres/madres sobre cualquier cosa que pueda molestarlos.

“**No estoy abierta a mis padres/madres. Nos han criado acostumbradas a no abrirnos realmente. Parece que simplemente nos guardamos nuestros problemas o sentimientos para nosotras mismas. No estamos acostumbradas a abrirnos entre nosotras**”. Jaimee, 13-16, Filipinas

Muchas de las participantes del grupo focal, particularmente en el grupo de mayor edad, hablaron de ser la experta digital reconocida en su familia: saben que sus padres, y los mayores

en general, esta generación lucha por mantenerse al día con todo lo que la tecnología tiene para ofrecer y, ciertamente, no está equipada para luchar contra ninguna de sus amenazas.

“**Normalmente somos quienes les ayudamos con más frecuencia porque sabemos utilizar Internet mejor que ellos**”. Reyna, 21-24, Filipinas

“**...mi padre, creo que es la persona que tiene más conocimientos, pero no es posible pedirle ayuda porque trabaja la mayor parte del tiempo, entonces es difícil contactarlo. En cuanto a otros, la gente como mi mamá, mis tíos, no saben mucho y soy yo quien tiene que hacer las cosas por ellos. Ni siquiera para imprimir un documento, por ejemplo, saben cómo configurar un teléfono móvil, así que tengo que hacer todo esto**”. Klara, 17, Brasil

“**Ellos [los adultos] lo ven como una cosa pequeña, trivial, pero para mí, que somos jóvenes, me parecen [un] gran problema. Entonces, tenemos diferentes mentalidades**”. Christel, 13-16, Filipinas

6 Es una cuenta donde puedes subir información y fotos que no quieres que se vean en tu cuenta principal.

Esta dependencia de las amistades para obtener apoyo tanto práctico como emocional fue evidente en las discusiones de los grupos focales, donde muchas sintieron que solo sus amistades entendían por lo que estaban pasando y eran lo suficientemente conocedores de la tecnología como para ayudar con sugerencias prácticas.

“ Por supuesto, nuestras amistades tienen la misma edad y saben cómo funciona nuestro cerebro, qué está de moda y qué está pasando en este momento. Entonces, es como si supieran cuál es la mejor o más precisa solución que se puede aplicar al problema o a la situación dada que dijimos”. Lea, 17-20, Filipinas

Lo anterior no significa que un mayor y más estructurado apoyo no sea bienvenido:

“ Pero... se podría formar una red de apoyo para que podamos obtener información, ¿sabes? Creo que habría mucha gente que iría después de eso. No es que sea fácil, no es que sepamos resolver un problema inmediatamente; como llevar a alguien al médico. No, no lo sabemos. Estaría en espera, probablemente tendríamos problemas en el futuro, pero creo que al menos contaríamos con una red de apoyo”. Gabriela, 21, Brasil

Muchas participantes de los grupos focales sintieron que, aunque podían y debían cuidar de sí mismas, no todo debería depender de ellas.

“ Creo que sería bueno si la mayoría de las aplicaciones, especialmente las más utilizadas como Twitter [X] e Instagram, tuvieran algo incluido en su sistema... si existiera una herramienta capaz de detectar cuando una persona hace comentarios o publica algo ofensivo y al hacerlo cerrar la cuenta de esa persona. Y si intenta crear otra cuenta con el mismo correo electrónico que la anterior, entonces que detenga el proceso”. Paula, 17, Brasil

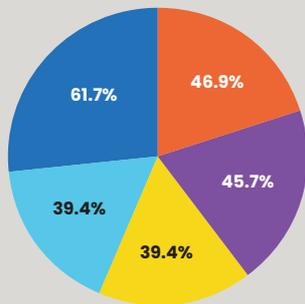
**63% de las participantes reportó a sus amistades o parejas como su fuente de apoyo al sentir molestias por el abuso en línea.**



# El camino por recorrer

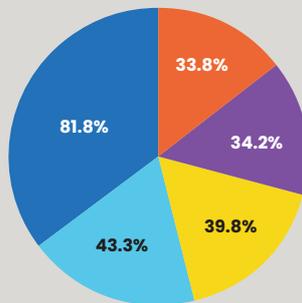
Las participantes de la investigación, además de brindarnos una imagen vívida de las oportunidades y desafíos de su vida en línea, fueron alentadas para mirar hacia el futuro y ver qué se podría hacer para mejorar su experiencia en línea general y mantenerlas seguras. Una de las preguntas de la encuesta preguntaba a las niñas y mujeres jóvenes "¿qué falta para proteger a las niñas en línea?"

Sur América



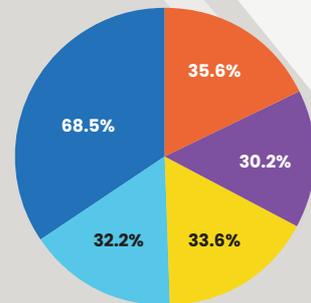
- Educación adecuada sobre alfabetización digital
- Campañas de sensibilización para educar a las niñas
- Implementación estricta de las plataformas en línea
- Medidas legales más estrictas
- Mejora de la orientación y educación de los padres y las madres

África



- Educación adecuada sobre alfabetización digital
- Campañas de sensibilización para educar a las niñas
- Mayores campañas de sensibilización
- Medidas legales más estrictas
- Mejora de la orientación y educación de los padres y las madres

Asia



- Educación adecuada sobre alfabetización digital
- Campañas de sensibilización para educar a las niñas
- Mayores campañas de sensibilización
- Aplicación estricta de las plataformas en línea
- Mejora de la orientación y educación de los padres y las madres

## En América del Sur

las participantes de la encuesta eligieron una educación adecuada en alfabetización digital (60 %), seguida de una mejor orientación y educación de los padres y madres (47 %) y medidas legales más estrictas (46 %).

## En África

las respuestas fueron similares: educación adecuada sobre alfabetización digital (81 %), seguida de campañas de concientización para educar a las niñas (43%) y mayores campañas de concientización (39 %).

## En Asia

las participantes volvieron a elegir la educación sobre alfabetización digital con un 67 %, seguida de una mejor orientación y educación de los padres y madres (37 %) y mayores campañas de concientización (32 %).



Jóvenes aprendiendo cómo usar tablets en Bangladesh © Plan International

## Alfabetización Digital

Las respuestas a la encuesta demuestran que las niñas y las jóvenes son muy conscientes de la importancia de la alfabetización digital. Esto se refleja en las discusiones de los grupos focales donde las participantes expresaron sus opiniones sobre quién podría mejorarlo:

“ **Quienes las imparten [lecciones de alfabetización digital] deberían ser las empresas que fabrican las aplicaciones. Porque, por supuesto, nosotras también somos su responsabilidad ya que ellos son quienes hacen las apps. Ellos son responsables de lo que nos pueda pasar o de lo que podamos encontrarnos en la aplicación que se creó**”. Reyna, 21-24, Filipinas

En las discusiones de los grupos focales también se preguntó a las niñas y a las jóvenes si habían recibido alguna educación sobre alfabetización digital y, de ser así, si faltaba algo en la forma en que se enseñaba o brindaba. El consenso fue que la alfabetización digital en las escuelas y universidades debería incluir cómo abordar el acoso y el ciberacoso, cómo sortear los riesgos en línea, y no ser simplemente un curso sobre habilidades informáticas prácticas básicas, como la creación de hojas de cálculo y documentos. Las participantes también pensaron que se debería enseñar alfabetización digital a los padres, madres y cuidadores/as y que la comunidad en general podría ser más consciente e involucrada.

“ **Creo que también las plataformas de redes sociales pueden ser fáciles de usar para personas como padres, madres y tutores/as, de modo que puedan proteger a sus hijas e hijos en lo que están haciendo. Porque la mayoría de las veces, los padres y madres no dan seguimiento a lo que hacen sus hijos e hijas, porque tal vez no saben cómo usar Facebook, WhatsApp, así que simplemente dejan que las niñas y niños estén allí y hagan lo que quieran, así que es necesario que sea fácil de usar para que los padres y madres puedan hacer un seguimiento de sus hijas e hijos**”. Fungai, 21-24, Malawi

Niña tomando una foto con su smartphone en Filipinas © Plan International

Una de las participantes de mayor edad en Filipinas consideró que los propios proveedores de educación digital estaban insuficientemente informados y que las autoridades locales de los barrios necesitaban lecciones de alfabetización digital para que este conocimiento se difundiera ampliamente y las cuestiones involucradas se discutieran y comprendieran.

## Campañas de sensibilización para apoyar a las niñas y las jóvenes y a sus padres, madres y cuidadores/as

También surgió en las discusiones de los grupos focales que muchas niñas y mujeres jóvenes brindan apoyo a sus amistades, familiares y miembros de su comunidad con poco apoyo y pocos lugares obvios a los que acudir en busca de ayuda e información.

Hicieron sugerencias sobre proporcionar a las víctimas de abuso en línea números de teléfono y espacios seguros donde pudieran hablar con alguien. Consideraron que los gobiernos podrían hacer mucho más para aumentar la conciencia pública sobre los riesgos que pueden ocurrir en línea y, como participante en Brasil, esbozaron algunas sugerencias prácticas:

“**Creo que debería haber una mayor conciencia. No sólo la gente, sino también los gobiernos necesitan hacer algo. ¿Conoces estas campañas que hacen por la sanidad? Algo así, una megacampaña. Porque si hacen eso [para concientizar sobre] el tema de la seguridad pública y el tema de la salud, ¿por qué no con el tema de las estafas y el internet? Empecemos una campaña, abramos una ONG, ayudemos, averigüemos qué hacer**”. Gabriela, 21, Brasil

Algunos en los grupos focales eran muy conscientes de las comparaciones entre la falta de acción contra el abuso de género en línea, particularmente en las comunidades locales donde el problema apenas se comprende, y las acciones tomadas en otras áreas:

“**En Malaui lo estamos haciendo muy bien en lo que respecta a poner fin a la violencia de género, aunque la brecha que existe es debido a que no estamos considerando esos abusos que las niñas experimentan en línea, como el ciberacoso y cualquier otro abuso en línea. Creo que lo que se puede hacer es brindar capacitación a las estructuras locales de la comunidad para que puedan abordar esos problemas y para que sepan dónde informar y cómo pueden asesorar a la comunidad para buscar ayuda cuando experimenten esos problemas**”. Wanda 21-24 Malaui

Muchas consideran que la participación y la conciencia comunitaria son clave para ayudar a las niñas y mujeres jóvenes a enfrentar con éxito los riesgos en línea y aprovechar las oportunidades que ofrece.

Existe una enorme brecha generacional. Como comenta Livia de Brasil, las personas mayores “Aún viven mucho en el pasado”, y agrega que “las cosas nuevas tienen que ser ... les guste o no.”.

Existe la impresión general de que es necesario abrir todo el tema, tratarlo más seriamente y comprenderlo más profundamente, y las niñas y las jóvenes están deseosas de participar, tanto para aprender como para enseñar.

## Legislación y mecanismos de denuncia

Las participantes de la encuesta esperaban muy poco de los gobiernos en materia de protección, si bien sentían que las empresas de tecnología tenían una responsabilidad hacia los usuarios de la tecnología de los que se han estado beneficiando.

En los grupos de discusión, niñas de Malawi y Filipinas mencionaron el deseo de que las empresas de redes sociales mejoren la forma en que toman medidas contra los comportamientos dañinos en línea, como tiempos de respuesta más rápidos y tecnologías mejoradas para detectar cuentas falsas, incluido el uso de inteligencia artificial para identificar a los usuarios de la plataforma para que no se escondan detrás de nombres falsos y un sinfín de cuentas nuevas.

Las niñas quieren hablar con personas reales y que participen en el seguimiento, no con robots.

“ Porque hablamos mucho de los usuarios, pero si las redes no hacen nada al respecto, los usuarios se sienten libres. Entonces, no sirve de nada. Por ejemplo, después del tiroteo en la escuela, no recuerdo cuántos perfiles reporté que hablaban de ese tipo de cosas. Y uno o dos fueron eliminados, porque había cosas muy explícitas. A veces a una mujer le quitan la cuenta porque está amamantando, pero a la vez hay perfiles que dicen cosas horribles y las denuncian, pero no las quitan porque es “libertad de expresión”. Por lo tanto, necesitamos encontrar un equilibrio, tener personas reales analizando casos y no solo robots, porque sabemos que los robots reconocen patrones, pero estos patrones no siempre son fáciles de identificar, especialmente en los comentarios”. Ana, 24, Brasil



Mujer joven reparando teléfonos móviles en su casa en Bangladesh © Plan International

Existe la sensación de que las empresas de tecnología deben ser mucho más receptivas:

“ Si es un delito, incluso acoso, la persona puede denunciarlo e iniciar una demanda. Entonces la empresa, la red social, pueden... en realidad, no sólo pueden, sino que tienen el deber de contribuir al proceso, tienen una obligación. Simplemente vas y comienzas con la demanda, dices “vamos, Instagram. Queremos saber quién es esta persona”, están obligados a revelarlo, ¿sabes? [...] Entonces, hagamos eso, demandémoslo, vamos a por ello, porque no tiene sentido simplemente bloquear a la persona. Pueden abrir otra cuenta y ganar millones de comentarios”. Ana, 24, Brasil

Una niña sugirió formas más personalizadas para que las redes sociales brinden información sobre sus términos y condiciones:

“ Porque hay textos enormes que a la mayoría de la gente les da pereza leer, porque hay muchas cosas, muchas cosas y no siempre existe información directa”. Klara 17, Brasil

Otra tenía una sugerencia para mejorar los sistemas de denuncia:

“ Creo que se podría crear un sitio web que le diera a la gente una respuesta, algunos comentarios. La persona presentaría una queja, informaría el problema y luego recibiría retroalimentación, una respuesta sobre qué hacer”. Livia, 18, Brasil

Algunas niñas en Brasil y Malawi querían ver tanto una mejor regulación de las empresas de redes sociales como una legislación más estricta que pudiera hacer que los abusadores en línea rindieran cuentas.

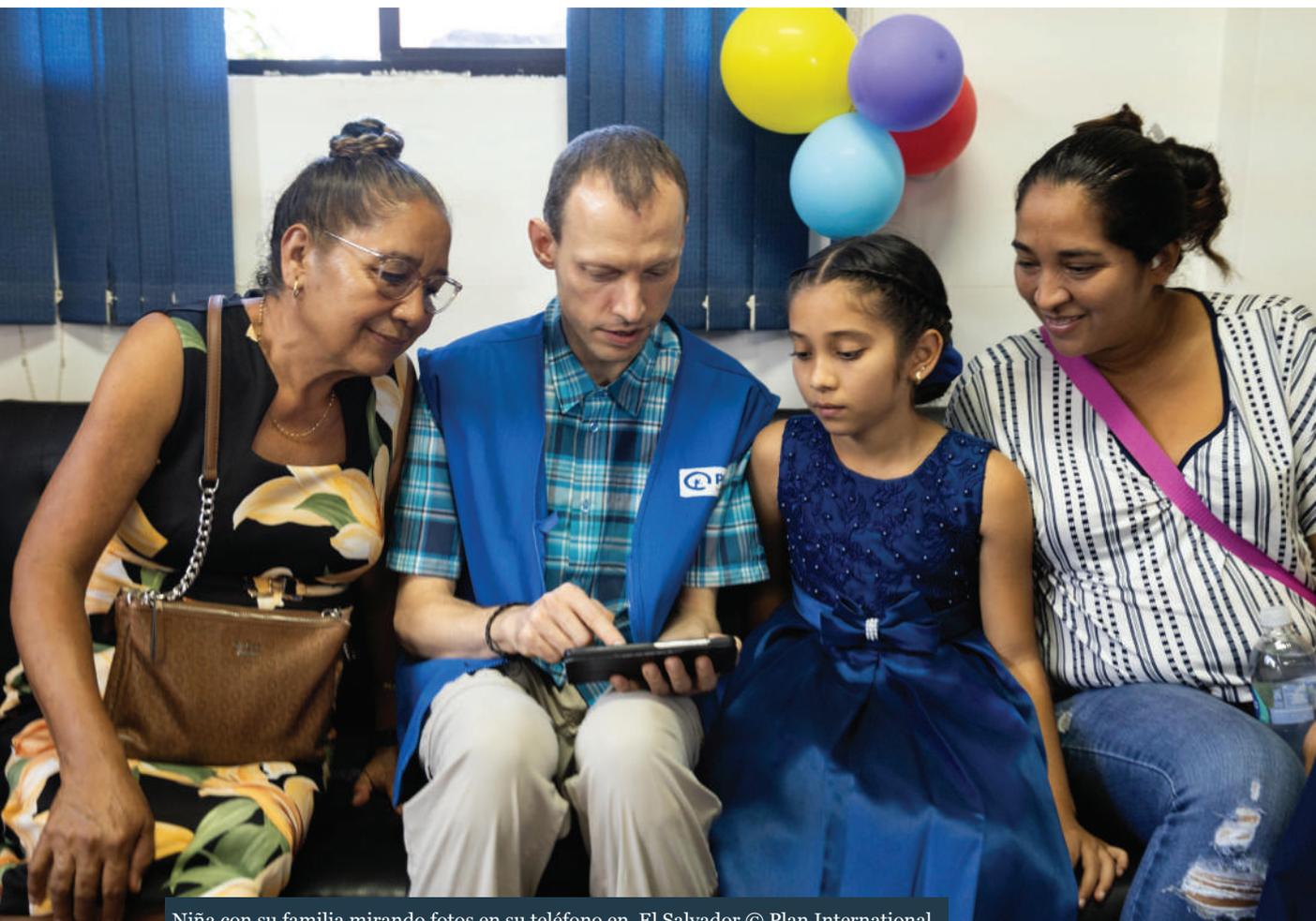
“ Entonces preguntamos hasta qué punto se puede castigar a una persona por lo hecho en Internet. Y el tema de la regulación de las redes sociales entró en el juego. Fue un gran tema el año pasado, ¿sabes? E involucró a todos y todas, la gente decía: “van a prohibir a la gente el uso de las redes sociales”. No es así. Creo que es necesaria alguna regulación porque las redes sociales están abiertas...” Antonia, 21-24, Brasil

“ Creo que la criminalización del ciberacoso es algo que debemos abordar seriamente”. Pennia, 21-24, Malawi

Cuando se discutió el tema de la legislación y el monitoreo gubernamental en los grupos focales, muchas de las participantes vieron el papel de las autoridades pertinentes en la protección de las niñas en línea a través de una legislación que se promulgue y se aplique adecuadamente.

“ Debería haber un mayor apoyo del gobierno, porque hay varias leyes, pero mucha gente no las conoce y estas leyes tampoco se ponen en práctica. Muchas veces la ley está ahí, pero es sólo para mostrar”. Livia, 18, Brasil

“ No sé si han oído hablar de la ley sobre acoso... la ley sobre acoso ahora garantiza que incluso si la plataforma no hace nada, puedes ir a denunciar a una persona, y te garantizarán cierta protección. Esto no existía en Brasil, es algo totalmente nuevo. Sabemos que la mayoría de quienes son sufren acoso o acecho en Internet son mujeres. Entonces, es una ley súper nueva, súper reciente, [aprobada] el año pasado. Y ayudar un poco con la protección, no lo es todo, pero nos da algunas garantías”. Jessica, 23, Brasil



Niña con su familia mirando fotos en su teléfono en El Salvador © Plan International

# Conclusión

**La investigación ilustra claramente lo importante que es para las niñas y mujeres jóvenes tener acceso a todo lo que Internet puede ofrecer.**

No es una opción irse del todo de la red y, aunque reducir el tiempo en línea puede, como algunos sugieren, ser bueno para la salud mental, no es una solución a los muchos desafíos que enfrentan las niñas y no lleva a que los perpetradores rindan cuentas. La investigación también señala lo complicado que puede ser estar en línea y cuánto importa que no permitamos que la Internet sea otro espacio más que tiene un impacto perjudicial en la igualdad de género y en la vida y las oportunidades de las niñas.

La violencia de género, las amenazas y mensajes de odio, el acoso sexual y la intimidación desempeñan el mismo papel en línea que fuera de ella. Es un dominio completamente nuevo para gestionar y que cambia constantemente.

Dejar que las niñas y las jóvenes hagan esto solas no es una opción, pero los hallazgos muestran que están teniendo que hacerlo solas.

“**Creo que es muy deprimente porque estás sola. No tienes orientación, especialmente de tus padres. Me sentiría muy sola y tal vez muy deprimida. ¿Me preguntaré quién es mi aliado en este mundo? ¿Soy la única?**”

Angel, 17-20, Filipinas



Niña tratando de obtener señal para su teléfono móvil en Bolivia © Plan International / Mateo Caballero

Las participantes han respondido preguntas sobre sus vidas en línea, sus riesgos y beneficios, cómo se protegen, cómo construyen resiliencia digital, dónde acuden en busca de ayuda, quién la proporciona y qué personas y organizaciones podrían hacerlo mejor. ¿Qué consideran clave para preservar su resiliencia y dar forma a su futuro en línea?

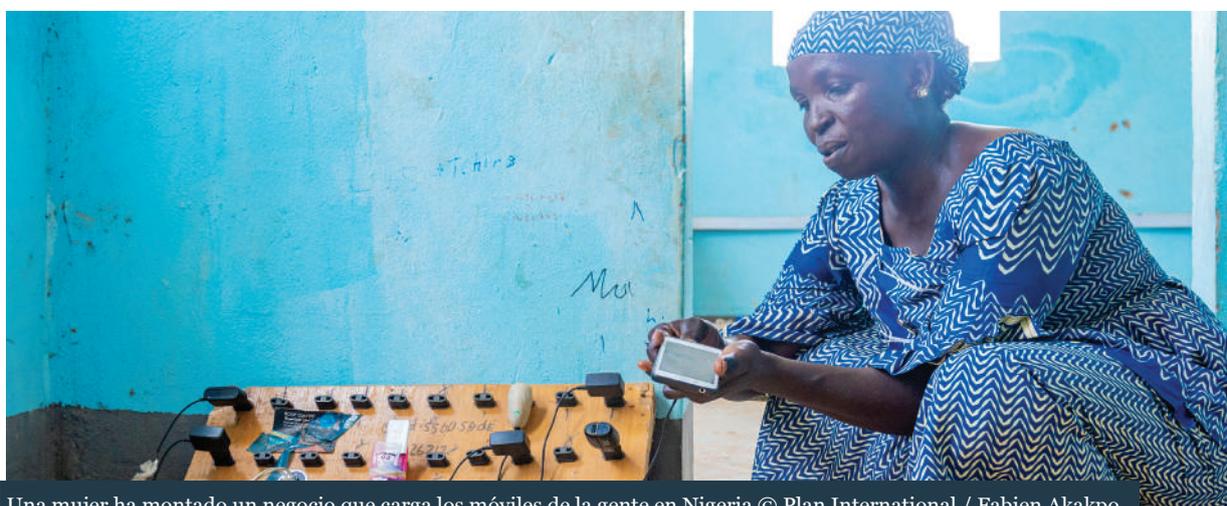
**Este futuro en línea está**

**cada vez en mayor riesgo**

La proliferación de la inteligencia artificial (IA) plantea peligros únicos para las niñas y las mujeres jóvenes, exacerbando los peligros existentes en línea. Tiene el potencial de amplificar las desigualdades y vulnerabilidades basadas en el género y, a medida que la tecnología mejora, es cada vez más difícil descifrar qué es real y qué es generado por la IA, lo que hace que el abuso en línea sea aún más dañino. La tecnología avanza rápido y es crucial que la educación, la legislación y la conciencia digital en general sigan su ritmo y que se mantengan bajo control los peores excesos de este nuevo y a veces desconcertante mundo.

Esto requiere medidas integrales, incluido el acceso equitativo a la educación en alfabetización digital, una regulación sólida de los sistemas de inteligencia artificial y esfuerzos proactivos para combatir el acoso y la explotación en línea. Sólo si nos mantenemos alerta y receptivos a los desafíos cambiantes podremos garantizar la seguridad y el bienestar de las niñas y mujeres jóvenes en la era digital.

La alfabetización digital, la resiliencia y abordar los problemas que impiden que las niñas estén en línea son cruciales para crear un futuro que fomente una verdadera igualdad de género y empodere a las niñas y mujeres jóvenes como miembros iguales de la sociedad, capacitándolas como activistas, trabajadoras, soñadoras y creadoras. Las niñas y mujeres jóvenes que participan en el proyecto de investigación han pensado larga y profundamente sobre estos temas. Las recomendaciones que siguen, para abordar las experiencias negativas en línea que han descrito y fomentar las tendencias más positivas, entre ellas su capacidad para protegerse y su determinación de apoyar a otros para que lo hagan, provienen de ellas.



Una mujer ha montado un negocio que carga los móviles de la gente en Nigeria © Plan International / Fabien Akakpo

# Recomendaciones

**Garantizar la seguridad en línea de la niñez y juventudes, en toda su diversidad, es una responsabilidad compartida entre gobiernos, formuladores de políticas, instituciones de la sociedad civil, padres, madres, tutoras, tutores y la comunidad en general a nivel local, nacional y global.**

Con demasiada frecuencia, las niñas y las jóvenes se ven obligadas a navegar en línea con poco apoyo. Esto tiene solución y entre los padres y madres, las escuelas, los legisladores, los responsables políticos y las empresas de tecnología hay mucho que podemos hacer. Las recomendaciones de las participantes de nuestra investigación (lo que más les ayudaría a ayudarse a sí mismas) se agruparon en tres títulos principales: sensibilización, alfabetización digital y rendición de cuentas sólida.

## Padres, madres y tutores/as deben:



- ✓ **Fomentar una comunicación abierta y honesta** con sus hijas e hijos sobre sus experiencias en línea. Animarles a compartir cualquier inquietud o pregunta que puedan tener y escuchar activamente sus perspectivas sin juzgarlos.
- ✓ **Tomarse el tiempo para educarse a sí mismos y a sus hijas e hijos** sobre los riesgos en línea y las mejores prácticas para mantenerse seguros en la red. Mantenerse informados sobre las últimas tendencias en seguridad en Internet, configuraciones de privacidad y herramientas de control parental. Y, lo que es más importante, saber dónde hay fuentes de apoyo e información cuando necesitan ayuda.
- ✓ **Enseñar a sus hijas e hijos a ser ciudadanos y cuidanas digitales responsables** y a los padres y madres que utilizan Internet para modelar un comportamiento positivo en línea. Enfatizar la importancia de respetar la privacidad de las demás personas, ser amable y respetuoso en las interacciones en línea y evitar compartir información personal con personas extrañas.
- ✓ **Alentar a sus hijas e hijos a pensar críticamente** sobre todo el contenido que encuentran en línea. Enseñarles a cuestionar la credibilidad de las fuentes y a verificar la información antes de aceptarla como verdadera.

Las comunidades, las familias, la sociedad civil, las organizaciones religiosas y otras partes interesadas también tienen un papel que desempeñar y deben:

- ✓ **Tomar medidas para interactuar con las niñas** para que se sientan seguras al hablar sobre los peligros en línea y sepan que cuentan con apoyo.
- ✓ **Facilitar debates más amplios** sobre la cuestión de la seguridad en línea destinados a eliminar la desigualdad de género, las normas de género nocivas y la violencia contra las mujeres y las niñas.
- ✓ **Destinar recursos a equipar a las niñas con habilidades de alfabetización digital** para gestionar la tecnología y la información de manera efectiva, segura y ética, apoyándolas para que comprendan tanto los impactos positivos como los riesgos potenciales de estar en línea, con especial énfasis en llegar a las comunidades rurales y marginadas.

“**Creo que crear conciencia puede ser la mejor solución. La gente tiene que saber que todos y todas somos iguales, tal vez necesitemos educación cívica, educando a las comunidades, todos tienen que saber. Todos y todas somos humanos. Por eso es necesario crear conciencia**”. Maureen, 21-24, Malawi

Las empresas de redes sociales deben:

- ✓ **Consultar con niñas y mujeres jóvenes** e incluirlas en el diseño y desarrollo de mecanismos mejorados de denuncia y moderación de contenido.
- ✓ **Crear mecanismos de denuncia más sólidos, eficaces y accesibles** que exijan responsabilidades a los perpetradores y que sean específicos respecto a los daños en línea que afectan a mujeres y niñas, aplicando sanciones en línea junto con otras violaciones de plataformas. Los mecanismos de denuncia deben ser receptivos a las necesidades y experiencias de todas las niñas, reconociendo los desafíos específicos de la intersección de identidades y garantizando la confidencialidad y la privacidad de los datos.
- ✓ **Fortalecer y mejorar la moderación de contenido** para identificar y eliminar a los perpetradores de daños en línea, garantizando también que haya paridad, proporcionalidad y transparencia en su enfoque de la moderación de contenido en todo el mundo. Es imperativo no confiar demasiado en la automatización, puesto que es menos eficaz para identificar contenido inaceptable o comprender el contexto que un moderador humano capacitado.
- ✓ **Crear un mecanismo de informes de seguimiento** para que las víctimas tengan la capacidad de seguir el incidente denunciado y puedan ver claramente qué medidas se están tomando para resolver sus casos.

También es esencial que las empresas de redes sociales profundicen en la comprensión de sus propios algoritmos. Esto incluye una formación integral para el personal involucrado en el desarrollo de los mismos y la moderación de contenidos. Al obtener una visión más profunda de cómo funcionan los algoritmos y su impacto potencial en las personas usuarias, las empresas pueden tomar decisiones informadas para priorizar la seguridad y el bienestar de los

- ✓ **Simplificar y aclarar sus términos y condiciones** para que las usuarias/os de la plataforma comprendan qué esperar y dónde acudir para obtener información y soporte.
- ✓ **Desarrollar una gama de programas de capacitación** adaptados a diferentes grupos de edad y niveles de alfabetización digital, como talleres, seminarios web y sesiones interactivas que cubran temas de seguridad en línea, como configuración de privacidad, identificación de estafas, prevención del ciberacoso y etiqueta en línea.
- ✓ **Colaborar con expertas/os en seguridad en línea, psicólogos infantiles, educadores/as y líderes comunitarios** para diseñar y entregar materiales de capacitación integrales.

“ Siento que estos casos no se toman en serio porque no hay mucha gente que los denuncie. Si se hace una denuncia, normalmente son mujeres [las víctimas] pero les suele dar vergüenza hablar de lo que les pasó, porque [saben] que a este tipo de denuncias no se les está prestando mucha atención. Tampoco hay mucha gente que informe porque realmente no tienen una 'voz' para hacerlo”. Reyna, 21-24, Filipinas

**Los gobiernos nacionales deben:**

- ✓ **Liderar la creación de una Iniciativa Nacional de Seguridad en Línea** destinada a brindar a las familias el conocimiento, las herramientas y los recursos necesarios para navegar de manera segura en el panorama digital. Esta iniciativa debe implicar la colaboración entre agencias gubernamentales, instituciones educativas, partes interesadas de la industria y organizaciones comunitarias para desarrollar un enfoque coordinado para la seguridad en línea. También deben existir políticas para garantizar el debido proceso legal, cuando sea necesario, para hacer que los perpetradores rindan cuentas.
- ✓ **Ofrecer una amplia gama de servicios de apoyo**, incluidas líneas de ayuda, principalmente para las niñas, pero también para sus familias y comunidades, centrándose en la salud mental y el autocuidado.

Los ministerios de educación deben:

- ✓ **Priorizar programas integrales de formación** para educadores/as y educadoras con el fin de dotarlos de los conocimientos y habilidades necesarios para abordar los problemas contemporáneos. Incluir módulos sobre alfabetización digital, sensibilidad de género y estrategias para llegar a comunidades marginadas. Estas sesiones de capacitación deben ser obligatorias y recurrentes para garantizar que las/los docentes se mantengan actualizados con los últimos avances y metodologías.
- ✓ **Desarrollar e impartir planes de estudio digitales** sobre cómo estar seguros en línea: brindando a las/los estudiantes las habilidades para reconocer, evitar y prevenir daños en línea contra mujeres y niñas, incluida la capacidad de utilizar mecanismos de denuncia. La educación digital debe abordar la brecha digital y llegar a las comunidades marginadas y vulnerables.
- ✓ **Trabajar con los departamentos de salud** para establecer campañas de salud pública que lleguen a la comunidad en general con información sobre el impacto del acoso en línea en la salud física y mental, con un enfoque en la interseccionalidad.
- ✓ **Trabajar con líderes y lideresas comunitarias** para crear conciencia y ofrecer programas de apoyo, incluidos talleres, recursos en línea y clases comunitarias, para mejorar las habilidades de alfabetización digital de personas de todas las edades, con un enfoque particular en los padres y madres. Estas sesiones se pueden llevar a cabo como parte de “Jornadas de Seguridad en línea” donde estudiantes, docentes y padres y madres de familia se reúnen para conocer los riesgos potenciales asociados a las plataformas digitales y cómo mitigarlos. Dotar a los padres y madres de habilidades de alfabetización digital les permite desempeñar un papel activo en la vida digital de sus hijos e hijas y promueve un entorno en línea más seguro para toda la familia.
- ✓ **Alentar y financiar a las escuelas** para que colaboren con personas expertos/as en ciberseguridad, psicólogos/as infantiles y organizaciones comunitarias para brindar orientación y recursos integrales.
- ✓ **Crear espacios seguros dentro de las escuelas y comunidades** donde las mujeres y las niñas se sientan cómodas hablando de sus experiencias, inquietudes y desafíos en línea. Designar miembros confiables de la comunidad, como consejeros/as o maestros/as capacitados/as en alfabetización digital, para supervisar estos espacios y brindar apoyo y orientación a las y los estudiantes. Los espacios seguros pueden servir como foros para el diálogo abierto, el apoyo entre pares y la educación sobre ciudadanía digital responsable y una forma para que las y los líderes comunitarios escuchen tanto a madres y padres como a niños y niñas.

“ Creo que en la escuela, los profesores y aquellos en [cargos] superiores a los de ellos. ¿Por qué no se sienten más cómodos los niños y niñas de primaria hablando con los profesores? Y no sólo en la escuela primaria sino en todas las instituciones escolares, espero que escuchen a sus alumnas/os...” Maricel, 17-20, Filipinas

**Los organismos encargados de hacer cumplir la ley deben:**

- ❗ **Promulgar leyes y políticas innovadoras** que aborden la seguridad en línea, exigiendo responsabilidades a las plataformas de redes sociales y otras plataformas de Internet de terceros.
- ❗ **Permitir la implementación efectiva de leyes y políticas** que aborden los daños causados en línea contra todas las mujeres y niñas por parte de todos los departamentos gubernamentales pertinentes, incluidos la policía, el poder judicial y los servicios de fiscalía. Garantizar el acceso a la justicia para las niñas y mujeres jóvenes que sufren daños en la red, garantizando la privacidad e incluyendo la promoción de la conciencia sobre los mecanismos de denuncia, la capacitación de funcionarios judiciales y policiales y el establecimiento de líneas de ayuda.

“ Se deben hacer cumplir las leyes porque las leyes dicen que todo aquel que abusa de alguien necesita ser castigado, pero verás que aún más no lo toman en serio y entonces los abusadores deben ser castigados para que otras personas aprendan la lección”. Chimwala, 13, Malawi



# Agradecimientos

## Nos gustaría agradecer a:

Todas las participantes de la encuesta por su tiempo y sus conocimientos y también a aquellas que participaron en las discusiones de los grupos focales compartiendo sus experiencias personales. Gracias a los facilitadoras y facilitadores de esos debates, nuestros colegas en Brasil, Malawi y Filipinas.

## No podríamos haber desarrollado esta investigación sin:

Nuestras oficinas de Plan International que facilitaron la encuesta y los grupos focales, para:

- ✓ **Bolivia:** Diana Calle, Emma Donlan, Maria Eugenia Leon, Sergio Sanchez.
- ✓ **Brasil:** Robson Almeida, Cynthia Betti, Mariana Bialski, Flavio Debique, Livia Freire, Ana Lima, Laura Vitto.
- ✓ **Burkina Faso:** Paul Karl Frederick, Kobo Ouedraogo, Zongo Yves, Patrice Zongo.
- ✓ **Colombia:** Angela Anzola, Fernanda Ariza, Helena Maria Castillo, Lina Patino, Juan Camilo Rivera.
- ✓ **Kenia:** Oscar Kipruto, , Lillian Omariba, George Otim, Harriet Osimbo, Brian Soita.
- ✓ **Malawi:** Munthali Chakufwa, Wemma Chienda, Gomezgani Ndhlovu, Kumbukeni Themuka.
- ✓ **Nepal:** Shreejana Barracharya, Prasen Khati, Ram Kishan, Rana Shubheksha.
- ✓ **Filipinas:** Ella Micah Abon, Ernesto Almocera, Mahjalin Baldesco, Sheila Estabillo, Selena Fortich, Pauline Gutierrez, Ana Maria Locsin, Manny Madamba, Jay Rose Rodeo, Cathy Seco.
- ✓ **Timor-Oriental:** Domingos da Cruz, Emilia Falcao, Rogerio Lopes, Bitá Madalena, Etha Mota, Magdalena Pinto, Fatima Soares.

Gracias a todos nuestros colegas de Global Hub que trabajaron en el concepto y la creación del informe.

## La investigación fue desarrollada por:

Isobel Fergus, Martha Guevara y Robin Knowles, con el apoyo de Aisling Corr and Lucia Rost.

## El informe fue escrito por:

Sharon Goulds con el apoyo editorial de colegas de comunicaciones e investigación: Anna MacSwan, Carla Jones, Jacqueline Gallinetti, Keya Khandaker, Danny Plunket, Sandra Dudley y Kathleen Sherwin.

## El desarrollo de las recomendaciones contó con el apoyo de:

Consuelo Laso, Nikita Shrubsole, and Maria Paula Suarez. Gracias también a los contribuyentes adicionales Justin Fugle y Maria Holsopple de Plan USA.

## También nos gustaría agradecer a:

Claudia Harper, Anna Roderick, Peter Sjoberg y Hongxia Zhang por su trabajo para este informe y a la colaboración con CNN As Equals.

## Un agradecimiento muy especial a:

El equipo de CNN As Equals por su colaboración en este informe, a Meera Senthilingam, Lydia Morrish Carlotta Dotto y David Blood.

## Diseño:

Sara Mena de Doodlio Studio.

Las fotos usadas en este informe no pertenecen a las participantes de la investigación.



## Sobre Plan International

Plan International es una organización humanitaria y de desarrollo independiente que promueve los derechos de la niñez y la igualdad de las niñas. Creemos en el poder y el potencial de cada niña y niño, pero sabemos que esto a menudo se ve afectado por la pobreza, la violencia, la exclusión y la discriminación y son las niñas las más afectadas.

Trabajando junto con niñas, niños, jóvenes, simpatizantes y socios, nos esforzamos por lograr un mundo justo, abordando las causas profundas de los desafíos que enfrentan las niñas y los niños vulnerables. Apoyamos los derechos de la niñez desde su nacimiento hasta que alcanzan la edad adulta y permitimos que se preparen y respondan a las crisis y la adversidad. Impulsamos cambios en la prácticas sociales y las políticas a nivel local, nacional y global utilizando nuestro alcance, experiencia y conocimiento.

Durante más de 85 años hemos reunido a otros optimistas determinados a transformar las vidas de todos la niñez en más de 80 países. No nos detendremos hasta lograr la igualdad.



Visita nuestro sitio web



## Sobre CNN As Equals

As Equals es una serie de CNN que tiene como objetivo revelar cómo es la desigualdad de género sistémica.

Existe una dimensión de género en cada uno de nuestros principales desafíos globales, incluidos, entre otros: el cambio climático, la desigualdad económica o sanitaria, el aumento del autoritarismo, la migración masiva o el sesgo algorítmico.

Se requiere un periodismo crítico y tenaz para exponerlo todo. Con historias sobre temas no reportados en partes del mundo tampoco reportadas y contadas por voces subrepresentadas, As Equals busca dar luz a temas tabú, utilizar presentaciones innovadoras y lograr cambios.

Con un equipo dedicado As Equals ampliará el alcance de los reportajes de género y aprovechará la reputación ya establecida de CNN como periodismo independiente, de clase mundial, que da prioridad a los dispositivos móviles y que invita a la reflexión, con producción en todas las plataformas de CNN, incluyendo boletines informativos, audios y documentales, así como eventos.



Visita nuestro sitio web

Niñas firmando una petición en línea pidiendo que la niñez reciban educación digital en Vietnam © Plan International



Publicado en 2024. Texto © Plan International

---

**Plan International**

Global Hub

Dukes Court, Duke Street, Woking,  
Surrey GU21 5BH, United Kingdom

Tel: +44 (0) 1483 755155

Fax: +44 (0) 1483 756505

E-mail: [info@plan-international.org](mailto:info@plan-international.org)



[plan-international.org](https://plan-international.org)



[facebook.com/planinternational](https://facebook.com/planinternational)



[twitter.com/planglobal](https://twitter.com/planglobal)



[instagram.com/planinternational](https://instagram.com/planinternational)



[linkedin.com/company/plan-international](https://linkedin.com/company/plan-international)



[youtube.com/user/planinternationaltv](https://youtube.com/user/planinternationaltv)