

## BUSQUE AYUDA

- Considere llamar al 911 si se siente en peligro inminente.
- Comuníquese con un defensor de víctimas. Los defensores de víctimas son profesionales capacitados que pueden ayudarle a diseñar un plan de seguridad y a encontrar asistencia legal, para la vivienda y otros recursos. Suelen trabajar en refugios para víctimas de violencia doméstica o agencias de crisis por violación y pueden ayudar a las víctimas de acoso (inclusive si el acoso no incluye estas circunstancias).
- Considere a quién puede pedir ayuda o indicarles los pasos a seguir si el acosador se pone en contacto: familiares, amigos, vecinos, compañeros de trabajo, guardias de seguridad, policía, etc.

### RECURSOS PARA VÍCTIMAS:

Victim Connect (ayuda para encontrar recursos locales)  
VictimConnect.org (chat en línea e información)  
1-855-484-2846 (llamadas o mensajes de texto)

Línea de ayuda nacional online para sobrevivientes de abuso sexual  
RAINN.org (chat en línea e información)  
1-800-656-4673 (llamadas)

Línea de ayuda nacional para sobrevivientes de violencia doméstica  
TheHotline.org (chat en línea e información)  
1-800-799-7233 (llamadas) o envíe un mensaje de texto con la palabra "START" al 88788

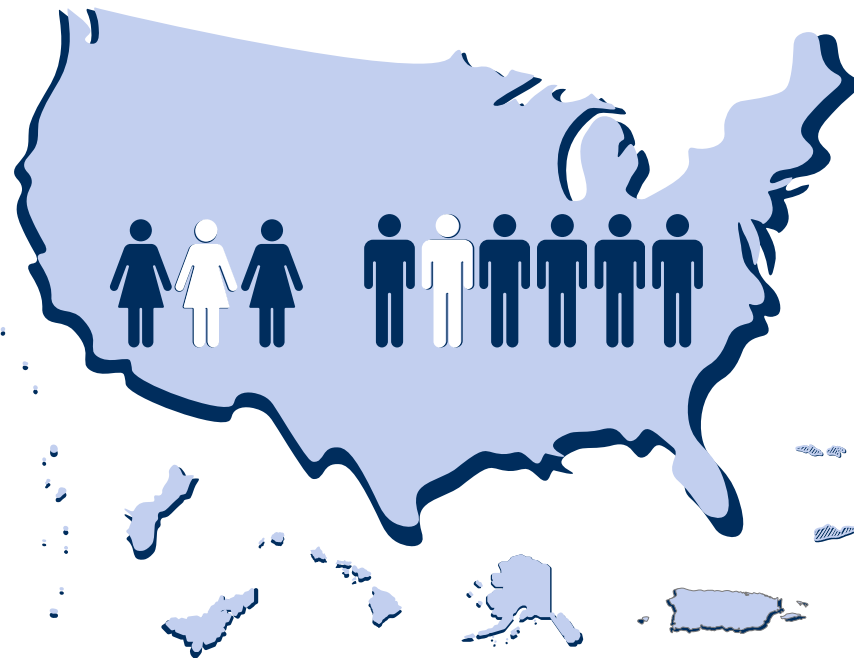
Centro de recursos nacionales contra la trata de personas  
HumanTraffickingHotline.org (chat en línea e información)  
1-888-373-7888 (llamadas) o mensajes de texto al 233-733  
Modelo de registro de incidentes en StalkingAwareness.org.

**Esta guía presenta información y recursos relacionados con el acoso. Obtenga información adicional en StalkingAwareness.org.**



# ACECHO

## UNA BREVE GUÍA PARA LAS VÍCTIMAS



**1 CADA 3 MUJERES Y 1 CADA 6 HOMBRES**

**SON VÍCTIMAS DE ACECHO EN  
ALGÚN MOMENTO DE SU VIDA.**

Este proyecto se llevó a cabo gracias a la subvención nro. 15JOVW-22-GK-03986-MUMU otorgada por la Oficina de Violencia contra la Mujer, Departamento de Justicia de los Estados Unidos. Las opiniones, los hallazgos, las conclusiones y las recomendaciones expresadas en esta publicación son propias del autor o los autores y no reflejan necesariamente las opiniones de la Oficina de Violencia contra la Mujer del Departamento de Justicia de los Estados Unidos.

## ¿QUÉ ES EL ACECHO?

Se trata de un patrón de conducta dirigido a una persona específica que haría que una persona razonable sienta miedo o malestar emocional.

**EL ACECHO ES UN DELITO, ES TRAUMÁTICO Y ES PELIGROSO.**



**EL ACECHO ES COMÚN.**



Casi 1 de cada 3 mujeres y 1 de cada 6 hombres sufren acecho en algún momento de su vida.

**EL ACECHO SUELE ESCALAR CON EL TIEMPO.**



**LA MAYORÍA DE LAS VÍCTIMAS SUFREN ACECHO DE UNA PERSONA QUE CONOCEN.**



**EL ACECHADOR UTILIZA UNA SERIE DE TÁCTICAS** para observar, contactar, sabotear y asustar de otra forma a sus víctimas.



## COMPRENDER EL ACECHO



Los acechadores suelen tener ciertos comportamientos que parecen insignificantes o halagadores para las personas que no están involucradas pero que son aterradores en el contexto de la situación. Las víctimas suelen tener que explicar a otras personas por qué ciertas situaciones les generan miedo, malestar o preocupación.

El acecho en general incluye el seguimiento, la observación y la espera. La mayoría de los acechadores utilizan diferentes tácticas para vigilar, contactar, sabotear, amenazar, aislar y aterrorizar a sus víctimas de otra forma. Muchos lo hacen tanto en persona como a través de medios tecnológicos. El acecho facilitado por la tecnología puede ser tan invasivo, amenazador y aterrorizante como el acecho en persona.



Los amigos, los familiares, los programas de televisión y las películas muchas veces interpretan las conductas de acecho como halagadoras, tiernas, románticas o simplemente "raras". Esta normalización puede ayudar a enmascarar un comportamiento abusivo. En la vida real, el acecho no presenta ningún aspecto deseable.

## HECHOS SOBRE EL ACECHO



- La gran mayoría de las víctimas son acechadas por alguien que conocen, en general por una pareja romántica (actual o anterior), un amigo, un vecino, un compañero de trabajo o de clase.
- Los acechadores pueden ser peligrosos. El acecho se suele entrecruzar con la violencia sexual, la violencia física y otras victimizaciones.
- En general, cuanto mayor acceso tiene el acechador a la víctima y a información sobre ella, más peligroso y amenazador puede ser, y probablemente lo sea.



- El acecho puede ser parte de una relación abusiva. Los abusadores que acechan a sus víctimas en general son más peligrosos que aquellos que no lo hacen.
- El acecho puede ser prolongado y suele adoptar diferentes formas a lo largo del tiempo, lo cual requiere una evaluación del riesgo y una planificación de la seguridad continuas.
- La mayoría de los acechadores combinan actos criminales (daños o entrada ilegal a la propiedad) con conductas legales (envío de regalos o mensajes de texto). Algunos actos que de otra forma serían legales pueden convertirse en actos criminales en una situación de acecho.

## COMPORTAMIENTOS PROPIOS DEL ACECHO

Los acechadores despliegan una amplia gama de comportamientos amenazadores y perturbadores para vigilar, observar, controlar o asustar a sus víctimas, además de dañar su credibilidad o reputación.

En un principio, las conductas de acecho pueden no parecer inquietantes o atemorizantes a las personas que no conozcan el contexto de la situación o la historia entre el acechador y su víctima.

Como la mayoría de los acechadores conocen a sus víctimas, suelen pedir a familiares, amigos, colegas y otras personas que los ayuden a obtener información o acceso a la víctima. Si bien algunas de estas personas saben que están ayudando a un acechador, otras no son conscientes de ello.

El acecho puede implicar tácticas y consecuencias específicas cuando los abusadores identifican las características o vulnerabilidades que pueden explotar como parte del abuso, incluida la raza, el origen étnico, la religión, la identidad de género, la orientación sexual, las capacidades o discapacidades y estatus migratorio de su víctima.



## TIPOS DE TÁCTICAS DE ACECHO

Todos los incidentes en un patrón de conducta atemorizante pueden constituir acoso. Los comportamientos comunes propios del acoso se pueden organizar en cuatro grupos:

### VIGILANCIA



Actividades de seguimiento, observación, espera, aparición sin invitación, rastreo o seguimiento de la ubicación, supervisión de las actividades y rutinas, ingreso no permitido en las cuentas, solicitud de información a otras personas

### INVASIÓN DE LA VIDA

Contactos repetidos (llamadas, mensajes, notas, regalos, apariciones no deseadas), invasión de la propiedad (entrar a escondidas al hogar o al automóvil), difusión de rumores, humillación de la víctima en público o en línea, acoso de la víctima, familiares, amigos, divulgación o publicación de información privada



### INTIMIDACIÓN



Amenazas implícitas o explícitas, daños a la propiedad, confrontaciones con uso de fuerza/peleas, amenazas de hacerse daño o infligirse un daño real, amenazas de lastimar a la víctima o a otras personas

### INTERFERENCIA (MEDIANTE SABOTAJES O ATAQUES)

Ataques a la víctima, a familiares, amigos, mascotas (de naturaleza física o sexual), ruina de la reputación, sabotaje a las finanzas o el trabajo, interferencia con la custodia, la vivienda o el trabajo, daño a la credibilidad o la reputación de la víctima



## EL USO DE LA TECNOLOGÍA PARA ACECHAR

La mayoría de los acechadores usan la tecnología para vigilar, observar, contactar, controlar, amenazar, sabotear, aislar y asustar a sus víctimas, además de dañar la credibilidad o la reputación de sus víctimas.

El uso de la tecnología para acechar también se llama ciberacoso, abuso digital o acoso en línea. Los acechadores pueden usar computadoras, tabletas, dispositivos móviles, software, Internet, correos electrónicos, redes sociales, aplicaciones de mensajería, dispositivos domésticos inteligentes, dispositivos de grabación, dispositivos de rastreo y otras tecnologías.



Algunas formas comunes en que los acechadores usan la tecnología para acechar a sus víctimas son: llamadas, mensajes de texto y otros mensajes de forma excesiva y no deseada; monitoreo de la actividad en línea; monitoreo de la vida de la víctima a través de las redes sociales; publicación o divulgación de información inapropiada o personal, fotos o videos (o amenazas de hacerlo); uso de la tecnología para espiar o vigilar a la víctima; rastreo de la ubicación a través de un dispositivo o aplicación; exigencia de contraseñas a, o control de, cuentas en línea; suplantación de la víctima en línea; e ingreso no autorizado a las cuentas en línea (o amenazas de hacerlo).

## FACTORES DE RIESGO DEL ACECHO



El momento más peligroso para una víctima suele ser cuando se distancia del acechador. Los factores que se indican a continuación también suelen indicar un mayor riesgo para la víctima:

- Escalamiento de comportamientos de acoso (en intensidad o frecuencia)
- Próximas fechas significativas, eventos u ocasiones que podrían actuar como disparador para el acechador (aniversarios, fechas de comparecencia en un juzgado, vacaciones, etc.)
- Amenazas específicas y detalladas (cuanto más específicas y detalladas, mayor es el riesgo)
- En ocasiones anteriores, el acechador cumplió con amenazas realizadas a la víctima o a otras personas
- El acechador tiene la capacidad de cumplir con sus amenazas
- El acechador ya ha abusado de la víctima o de otras personas, de cualquier manera
- El abusador tiene acceso a (o entrenamiento y experiencia con) armas de fuego y otro tipo de armas
- El acechador persiste a pesar de la resistencia de la víctima

## ACCIONES A CONSIDERAR

### Registro de incidentes

Mantenga un registro donde documente los incidentes de acoso. Esto puede ayudar a identificar las opciones para aumentar la seguridad, contar lo que está sucediendo, capturar todo lo que ha vivido y evaluar el riesgo. Guarde las pruebas como registros de llamadas, correos de voz, mensajes, capturas de pantalla, notas, etc.



### Evaluación SHARP



Complete el perfil de acoso, hostigamiento, evaluación y riesgo (Stalking, Harassment, Assessment & Risk Profile, SHARP, por sus siglas en inglés) con un defensor de víctimas de acoso. SHAR es una evaluación online gratuita que examina una situación de acoso en un punto definido en el tiempo (está disponible en inglés en [www.StalkingRisk.com](http://www.StalkingRisk.com)).

Usted es el experto en su propia vida, en especial en lo referido a encontrar el equilibrio entre vivir una vida normal y abordar sus preocupaciones en materia de seguridad. Puede decidir cambiar sus rutinas, actividades, transporte y tomar otras medidas para evitar o minimizar el acceso y la influencia del acechador.

## PLANIFICACIÓN DE LA SEGURIDAD

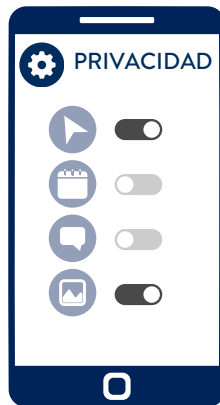
Recuerde que solo el acechador puede controlar su comportamiento. Sin embargo, planificar cuestiones de seguridad puede reducir los riesgos y los daños. Considere qué es lo mejor para usted y qué cambios puede hacer en su vida cotidiana para mejorar la seguridad.



- Piense en las nuevas tácticas que podría adoptar el acechador.
  - Piense cómo podría reaccionar el acechador ante las cosas que usted diga o haga, los cambios que usted realice en su vida o ante una exhortación a detenerse (por parte suya, de un amigo, de un juzgado, de un oficial de policía, etc.).
  - Considere solicitar una orden de protección.
- Considere detener toda la comunicación con el acechador. Muchos acechadores perciben cualquier contacto (incluso un contacto negativo) como una victoria, por lo tanto, cualquier tipo de respuesta por parte suya refuerza su comportamiento. Sin embargo, algunas víctimas no pueden interrumpir todo el contacto o deciden mantener el contacto para evaluar el humor del acechador, conocer su ubicación, etc.

**Sea consciente de lo que comparte en línea, lo que otros comparten sobre usted y la información disponible públicamente.**

- Compruebe la configuración de privacidad y de compartir información en las aplicaciones, las plataformas de las redes sociales y los dispositivos. La configuración predeterminada suele compartir información o la ubicación, pero se puede cambiar para mayor privacidad.
- Si piensa que el acechador está monitoreando su teléfono o sus cuentas, considere usar el teléfono de un amigo o la computadora en una biblioteca pública para obtener ayuda.
- Use el dispositivo más seguro al que tenga acceso y obtenga información adicional sobre la seguridad tecnológica.



## INFORMACIÓN LOCAL

Kit de herramientas de seguridad en las redes para seguridad tecnológica y privacidad [www.TechSafety.org/Resources-Survivors](http://www.TechSafety.org/Resources-Survivors)