

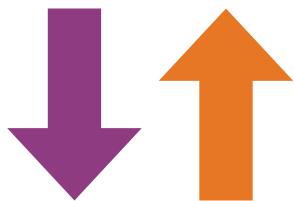


Activismo contra la violencia en el noviazgo y seguridad digital

para adolescentes y jóvenes adult@s

Activismo contra la violencia en el noviazgo y seguridad digital para adolescentes y jóvenes adult@s

Una relación de noviazgo saludable se basa en tener el respeto mutuo, espacio para tus propios intereses y desarrollo como individuo, y la libertad de tomar decisiones autónomas sobre tu cuerpo, expresión personal y dispositivos electrónicos. Para obtener más información sobre la violencia psicológica, física, sexual, y digital en el noviazgo, consulta la [hoja informativa de Esperanza United sobre el noviazgo adolescente](#) y [la hoja informativa para jóvenes latin@s de minorías sexuales](#). Algunos datos:



Aprender sobre la diferencia entre relaciones saludables y no saludables puede **reducir la probabilidad de que l@s jóvenes experimenten violencia** y **aumentar su disposición para intervenir** cuando sus amistades lo necesiten



Casi **la mitad de l@s adolescentes** encuestad@s informaron haber sido testig@s de comportamientos celosos o controladores entre sus parejas

Un estudio de 2017 que evaluó un programa de espectadores con estudiantes de secundaria, encontró que:

94% ofreció ayuda a un@ amig@ que sospechaban había sido víctima de agresión sexual

54% of de l@s estudiantes que escucharon a un@ amig@ insultar a su pareja dijeron algo para desincentivar ese comportamiento



Planificar medidas de seguridad preventiva con amistades puede incluir hablar sobre ir junt@s a fiestas u otros eventos, permanecer junt@s y salir junt@s

(Urban Institute, 2020; Sargent et al., 2017)

Seguridad digital, acción, y recursos



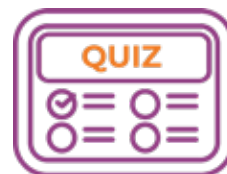
Normaliza mantener tus contraseñas privadas



Revisa tu configuración de seguridad y privacidad en redes sociales



Sigue y comparte contenido en medios que promuevan relaciones saludables; la difusión de conciencia a través de videos en redes sociales puede generar cambios de actitud sobre la violencia en el noviazgo (Nicolla et al., 2023)



Realiza el quiz sobre relaciones saludables en loveisrespect.org para saber si tu relación de noviazgo es saludable y compártelo con tus amistades



Descarga una aplicación de planificación de seguridad, basada en investigaciones, como [My Plan](#)

Recursos y herramientas

[La Línea nacional contra la violencia doméstica](#) ofrece [planes de seguridad interactivos](#), educación y apoyo confidencial por teléfono, mensajes de texto y chat en línea. Los recursos de la línea directa están disponibles en español. **1.800.799.SAFE (7233)**

[La Línea directa de RAINN](#), el chat en vivo y [la aplicación de teléfono móvil](#) brindan a l@s sobrevivientes de violencia sexual y a sus redes de apoyo acceso a recursos de apoyo, herramientas de autocuidado y educación. **1.800.656.HOPE (4673)**

[My Plan](#) es una aplicación que apoya la planificación de seguridad e identifica recursos locales. La aplicación está disfrazada como un ícono de hoja y se necesita un NIP para abrir el plan. Está disponible en inglés y español.

Realiza el quiz sobre relaciones saludables en loveisrespect.org para saber si tu relación de noviazgo es saludable y compártelo con tus amistades.

Otros recursos móviles están disponibles en DomesticShelters.org.



Referencias y grabaciones

[DomesticShelters.org](https://www.domesticshelters.org/resources/mobile-apps-for-victims-and-survivors). (n.d.). Mobile apps for victims and survivors. <https://www.domesticshelters.org/resources/mobile-apps-for-victims-and-survivors>

Glass, N. E., Clough, A., Messing, J. T., Bloom, T., Brown, M. L., Eden, K. B., Campbell, J. C., Gielen, A., Laughon, K., Grace, K. T., Turner, R. M., Alvarez, C., Case, J., Barnes-Hoyt, J., Alhusen, J., Hanson, G. C., & Perrin, N. A. (2022). Longitudinal Impact of the myPlan App on health and safety among college women experiencing partner violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(13-14), NP11436-NP11459. <https://doi.org/10.1177/0886260521991880>

John Hopkins University School of Nursing. (n.d.). Our story and the science of safety. MyPlan. <https://myplanapp.org/en/our-story>

Sargent, K. S., Jouriles, E. N., Rosenfield, D., & McDonald, R. (2017). A high school-based evaluation of TakeCARE, a video bystander program to prevent adolescent relationship violence. *Journal of Youth and Adolescence*, 46, 633–643 <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0622-z>

Nicolla, S., Lazard, A. J., Austin, L. L., Freelon, D., Reyes, H. L. M., & Moracco, K. E. (2023). TikToks lead to higher knowledge and perceived severity of sexual violence among adolescent men. *Journal of Youth and Adolescence*, 52(12), 2449-2463. <https://doi.org/10.1007/s10964-023-01867-7>

Urban Institute. (2020). When teens Are aware and empowered, healthy dating norms prevail. <https://www.urban.org/urban-wire/when-teens-are-aware-and-empowered-healthy-dating-norms-prevail>

Este recurso fue financiado por los subsidios 90EV0553-01-00 y 90EV0525 de la Administración para niños y familias, Oficina de prevención de la violencia familiar y servicios, del Departamento de salud y servicios humanos de los Estados Unidos. El contenido es responsabilidad exclusiva de l@s autores y no refleja necesariamente las opiniones oficiales del Departamento de salud y servicios humanos de los Estados Unidos.