

Guía de autodefensa digital contra la violencia machista online

Repasamos las claves de la violencia de género que se extiende a internet ▶ Según Donestech, un 98,9% de las mujeres han sufrido algún tipo de agresión

MONTSE HIDALGO
MADRID

Un 98,9% de las mujeres con presencia pública en internet ha sufrido al menos un tipo de violencia online. Así lo revelan los datos recabados por el colectivo Donestech, que investiga e interviene en el campo de las mujeres y las nuevas tecnologías con el grupo de investigación Antígona, de la Universidad Autónoma de Barcelona, en la encuesta sobre violencias machistas online que presentaron el pasado mes de junio. Eva Cruells y Spideralex –prefiere usar su sobrenombre–, cofundadoras de Donestech junto a Nuria Verges, echan en falta más diversidad entre las 272 encuestadas, pero sus datos, si bien limitados, constituyen una de las escasas fuentes de información existentes sobre un problema creciente.

El ataque más frecuente se concreta en expresiones o insultos discriminatorios o denigrantes por el hecho de ser mujer –puta, zorra, bollera–, pero también abundan accesos no consentidos a cuentas y dispositivos, violencias de carácter sexual, amenazas, contacto y fustigamiento a la víctima o su entorno, seguimiento y vigilancia de sus movimientos y el uso de información falsa para confundir y dañar, también conocido como *gaslighting*.

“Muchas personas están normalizando estas violencias. Se puede tener una identidad digital y una experiencia de internet que sea un espacio seguro”, señala Spideralex. En este sentido,

prescriben un necesario trabajo de creación de conciencia para que se entienda que este fenómeno es algo que no debería ocurrir y que su impacto afecta a las víctimas en el plano psicológico, económico e incluso de acceso a oportunidades laborales.

En Donestech tienen una amplia experiencia en la investigación del machismo online y la difusión de estrategias para contrarrestarlo. Su kit contra las violencias machistas online es una nutrida (y compacta) caja de herramientas e instrucciones para conquistar y defender ese espacio seguro que debería ser la red. Para el caso más concreto de la publicación no consentida de imágenes y vídeos sexuales, el colectivo ha adaptado al contexto jurídico español y europeo la web *acoso.online*, que desarrolla las cinco claves para resistir ante estos ataques: reportar el caso a las plataformas, conocer las leyes que puede ayudar, denunciar a la justicia, tomar el control de la tecnología y abrir diálogos con la comunidad.

Quehaceres tecnológicos

Tanto si se están sufriendo estos ataques como si el objetivo es prevenirlos, es recomendable mantener un mínimo de limpieza y orden en los dispositivos que se usan para acceder a Internet. Esto incluye medidas básicas como mantener el software actualizado, utilizar contraseñas seguras, conexiones cifradas (https), *firewalls* y antivirus, y protecciones adicionales como el cifrado de los discos duros. En la misma línea,



GETTY IMAGES

El apoyo de otras personas es fundamental en la prevención y gestión de ataques

Las expertas defienden que es posible convertir internet en un espacio seguro

conviene conocer nuestras “sombras” digitales. ¿Qué datos produces o gestionas? ¿Con quién? ¿Dónde se almacenan esos datos? En este repaso es clave evaluar cómo de sensibles son esos datos y valorar destruirlos.

Si llega el momento de tomar medidas, conocer los términos de uso y políticas de privacidad que rigen nuestra presencia en las distintas plataformas digitales puede ayudarnos a aprovechar las opciones de privacidad habilitadas en ellas y agilizar el proceso de reporte, bloqueo y denuncia de contenidos y perfiles.

En caso de sufrir alguna de estas agresiones, las expertas subrayan el valor de documentarlas, investigarlas y visibilizarlas. Además, almacenar este material es de gran ayuda en el momento de hacer denuncias ante las plataformas o la justi-

cia. Otras posibles acciones son bloquear o silenciar a los agresores, denunciar sus ataques, presionar a las plataformas e instituciones para lograr cambios y sumarse a comunidades afines desde las que actuar con el apoyo de toda esa red.

Las expertas coinciden en el inmenso valor de contar con el apoyo de otras personas cercanas y de confianza. No en vano, esta estrategia es la más efectiva, de acuerdo con la encuesta sobre violencias machistas online. “Es importante entender que cualquier estrategia puede estar bien. Lo importante es que sea la más adecuada para ti en ese momento y que puedas estar acompañada. Si alguien prefiere replegarse, esto también puede ser una estrategia de cuidado y resistencia importante”, subraya Cruells.

Armas de autodefensa

▶ **Denunciar.** Machitrol es un generador de imágenes ideado para señalar, desde el humor, usuarios y contenidos machistas y *diagnosticar* si el trol machista (o Machitrol) en cuestión es “curable” o “incurable”.

▶ **Cazar troles.** Block Together permite compartir listas de usuarios bloqueados dentro de una comunidad y hace posible identificar atacantes frecuentes.

▶ **Prestar y recibir apoyo.** Heartmob permite reportar y documentar casos de acoso en diferentes plataformas y recibir ayuda de la comunidad.

▶ **Borrar daños.** Si un atacante publica información personal de la víctima, una vez documentado el caso, existe la posibilidad de solicitar a la página que elimine ese contenido, contactar a Google para que deje de indexarlo y generar contenidos positivos para *enterrar* los negativos en los resultados de búsqueda.

▶ **Atacar.** El consejo de Heartmob para quienes quieren ir más allá de ignorar, reportar o exponer a un agresor y entablar una conversación es optar por explicar puntos de vista.

▶ **Evitar sorpresas.** Para prevenir accesos no consentidos a las propias cuentas de usuario, es recomendable activar autenticaciones de doble factor en cada plataforma y utilizar una herramienta segura de gestión de contraseñas del estilo de 1password o KeePassXC.

Artículo completo en retina.elpais.com