

Tenemos que hablar de

STALKING Y EX-AMORES

(o casi algos)



¿STALKING, qué es eso?

A veces internet y las tecnologías no son espacios tan amigables, se trata de un lugar donde se han trasladado muchas de las violencias que enfrentamos de manera offline. Las tecnologías también posibilitan la discriminación, explotación, el abuso, acoso o acecho (en inglés “stalking”: agresiones que tienen un impacto en nuestra vida cotidiana).

Hablar de “stalking” es necesario, esta agresión sucede cuando hay un seguimiento constante que genera una sensación de incomodidad con respecto a una persona o situación, Si eres víctima de stalking puedes tener la impresión de que alguien te está siguiendo y controlando en casi todos tus movimientos sin tu consentimiento. En el espacio digital, se suelen usar aplicaciones, redes sociales, chats y hasta cuentas bancarias, todo esto con el objetivo de manipular desde el poder emocional, físico y digital.

Es importante saber que las herramientas de stalking están en evolución constante, por ello es posible que las medidas de cuidado que tomamos hoy deban ser revisadas el año que viene.



#OjoAlStalkeo



Echar ojo, meter mano y nariz a nuestra vida digital es posible a través de algunos programas espía con un potencial que muchas veces no imaginamos. **Te contamos qué es lo que pueden hacer en nuestros dispositivos:**

Ver el historial de llamadas, mensajes de texto (incluso los borrados) y grabar las llamadas telefónicas

Realizar capturas y grabación de vídeo de la pantalla

Activar la cámara y el micrófono para capturar fotos, videos y audio del entorno

Seguimiento de la ubicación GPS y visualización del historial de ubicaciones

Leer mensajes en aplicaciones de mensajería instantánea y redes sociales

Ver el historial de navegación

Acceder a fotos, videos, documentos, calendarios y otros archivos

PREVÉ EL STALKEO

Cuando una relación está a punto de terminar o ya se terminó, es importante que verifiques quién puede acceder a tus dispositivos para evitar el uso indebido de tu información personal o la exposición accidental de ésta. También puedes llevar a cabo estas acciones:

Instala solo apps de fuentes de confianza y qué sepas qué acciones realizan.

Actualiza regularmente el sistema operativo, las aplicaciones y el software de seguridad de tus equipos.

Evita dejar dispositivos sin supervisión, especialmente en situaciones de conflicto o ruptura de la relación.

Establece acuerdos claros de privacidad, intimidad y seguridad. De ser posible evita el intercambio de accesos a dispositivos y cuentas.

Ten cuidado con las redes Wi-Fi públicas: evita acceder a información confidencial en redes no seguras.

- ⚙️ Toma un momento para comprobar si la ubicación está activada en alguna app o si hay algún dispositivo vinculado como medida rápida de seguridad.
- ⚙️ Revisa los dispositivos vinculados a tus cuentas, incluso Spotify YouTube, si alguna vez lo compartiste con tu ex puede derrochar info confidencial que no quieres en manos de otrae.
- ⚙️ Considera que algunas cuentas compartidas, como Netflix o la suscripción a un gimnasio, también incluyen funciones de localización



TIPS PARA APPS DE CITAS

Quizá ya pasaste tu proceso de sanación post separación y te decidiste a usar una app de citas :-). A veces crear un perfil indica un deseo de nueva compañía, esto podría provocar una reacción negativa por parte de un acosador, así que te damos algunas recomendaciones para hacerlo de forma segura.

Algunas aplicaciones de citas permiten bloquear preventivamente a otros usuarios a través de sus números de teléfono. Las aplicaciones que se basan en la ubicación, ofrecen una función que permite a lxs usuarixs compartir los perfiles que les gustan con sus amigae. Por ejemplo, la función de Bumble denominada "Recomendar a un amigo" crea un enlace al perfil que se puede compartir. Un amigo de un acosador podría dar con tu perfil y compartir esa información mediante capturas de pantalla o el enlace compartible. **Es importante que sepas que el acosador puede ver tu perfil a través de este link aunque no interactúes con él.**

Algunas aplicaciones de citas permiten a los acosadores acceder a la ubicación casi exacta de los usuarios: en Bumble y Hinge, la precisión es de 2 metros; en Grinder, de 111 metros. Aunque bloques al acosador en la aplicación, éste puede crear varias cuentas con distintos números de celular para acceder a la información del perfil.

¿COMO SABER SI ESTOY ENFRENTANDO STALKING POR PARTE DE MI PAREJA O EX PAREJA?

Romper una relación no siempre es fácil, muchas veces puede implicar conversaciones complejas y dolorosas, también enojos y discusiones. Actos de violencia también pueden estar en relaciones que se convierten en tóxicas o difíciles. Elaboramos este diagrama que te puede ayudar a identificar si es posible que tu telefono tenga instalada una aplicación espía. Puedes encontrar más herramientas para valorar el riesgo en ¡Dominemos la tecnología

OJO, estas solo son algunas recomendaciones, si detectas algún comportamiento malicioso, es importante que no estés sola, busca ayuda con tus amigas, organizaciones feministas, aliadas, o incluso algún refugio contra violencia de género, en temas digitales puedes buscar en:

Líneas de Atención Feministas

<https://feministhelplines.org/es/>

[IntersecLab https://interseclab.org](https://interseclab.org)

para apoyo forense en América Latina



HE DISCUTIDO (ON MI PAREJA EX PAREJA Y/O HE RECIBIDO AMENAZAS DE SU PARTE

SI No

MI PAREJA O EX PAREJA TUVO ACCESO A MI CELULAR

SI No

MI TELEFONO SE CALIENTA DEMASIADO INCLUSO CUANDO NO HACE CALOR

SI No

RESPIRA, ¿TU TELÉFONO NO ES UN MODELO RECIENTE O ESTÁ AL LÍMITE DE SU CAPACIDAD?

No SI

LA BATERÍA DE MI CELULAR DURA MENOS QUE ANTES

SI No

REVISÉ LAS APLICACIONES INSTALADAS Y HAY UNA QUE NO IDENTIFICO

SI No

IDENTIFIQUÉ DISPOSITIVOS DESCONOCIDOS CONECTADOS A MIS CUENTAS

SI No

ME HAN LLEGADO NOTIFICACIONES DE SEGURIDAD INUSUALES

SI No

MI PAREJA O EX PAREJA SABE COSAS SOBRE MÍ QUE YO NO LE HE MENCIONADO Y NO TIENE FORMA DE SABER

SI No

LA PROBABILIDAD ES BAJA, AÚN ASÍ
MANTENTE ALERTA A CUALQUIER CAMBIO

ES POSIBLE QUE TU TELÉFONO ESTÉ
INTERVENIDO, NO TE ALARMES,
PRIMERO REVISAS LAS APPS Y LOS PERMISOS

ES MUY PROBABLE QUE TU TELÉFONO ESTÉ
INTERVENIDO, PONTE EN CONTACTO CON
ORGANIZACIONES QUE TE PUEDEN ACOMPAÑAR



ALGUNAS RECOMENDACIONES:

- TOMA UN RESPIRO ANTES DE ACTUAR, Y SI ALGUIEN PUEDE ACOMPAÑARTE, MEJOR
- DOCUMENTA (CUALQUIER COMPORTAMIENTO O APP EXTRAÑAS
INVESTIGA LAS APPS QUE NO RECONOCES
- PON UNA CONTRASEÑA A TU TELÉFONO
- REVISAS LOS PERMISOS QUE TIENEN TUS APPS
- CHECA SI HAY VENTAS O DISPOSITIVOS DE ALGUIEN MÁS ENLAZADAS A TUS APPS
- RECUERDA QUE TU GEOLOCALIZACIÓN PODRÍA ESTAR SIENDO MONITOREADA, TOMA ACCIONES ESTRATÉGICAS PENSANDO EN ELLO



STALKEO SOSPECHADO ¡ACTÚA!

Recuerda que si estás siendo monitoreado, tu agresor puede percibir cambios que realices en tus dispositivos y esto podría alterarlo aún más. **Documenta, analiza y busca acompañamiento** en caso de que sospeches que tu celular está intervenido.

Si vas a buscar ayuda, procura usar otro dispositivo para hacerlo.

dominemos la
tecnología



 www.dominemoslatecnologia.net



APC
ASOCIACIÓN PARA
EL PROGRESO DE
LAS COMUNICACIONES



Fuente: Círculos de Aprendizaje Feminista de ¡Dominemos la tecnología! con Marla de IntersecLab y Rohini Lakshané.