

HABLEMOS SOBRE VIOLENCIAS

*Si estás en la secundaria,
esta guía es para vos.*





Créditos

Autoridades

Asesora General Tutelar - MPT

Carolina Stanley

Representante de UNICEF

Rafael Ramírez Mesec

Representante Adjunta de UNICEF

María Elena Úbeda Castillo

Dirección editorial

Alejandro Morlachetti, Especialista de Protección de UNICEF

Victoria Costoya, Directora de Investigación y Cooperación

Internacional, MPT

Supervisión y revisión de contenidos

Hernán Monath, Oficial de Protección de UNICEF

Luciana Lirman, Oficial de Comunicación de UNICEF

María Monserrat Santander, Coordinadora BA Ciudad Pionera

Inspire, MPT

Josefina Paz, BA Ciudad Pionera Inspire, MPT

Redacción

Bienestar Digital

Diseño y diagramación: *Tomás Zubeldía*

© Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y Ministerio Público Tutelar de la Ciudad de Buenos Aires (MPT). Hablemos sobre Violencias. Primera edición, junio 2026. Se autoriza la reproducción total o parcial de los textos aquí publicados, siempre y cuando no sean alterados, se asignen los créditos correspondientes y no sean utilizados con fines comerciales.

Introducción

Te proponemos hablar sobre **las distintas formas en que la violencia puede manifestarse en la vida cotidiana**. No siempre es fácil reconocer estas situaciones. A veces pensamos que lo que nos pasa es normal o que no tiene importancia. Otras veces sabemos que algo no está bien, pero no sabemos qué hacer, nos da miedo contarlo o pedir ayuda para nosotros o para una amiga o amigo.

En esta Guía vas a encontrar información útil sobre:

- **Tipos de violencias** contra niñas, niños y adolescentes: violencia física, violencia sexual, violencia psicológica/emocional y los distintos espacios donde se puede producir.
- **Leyes** que te protegen como adolescente y joven.
- **Qué podés hacer y adónde recurrir** si necesitas ayuda para vos o para otra persona.

Vos y tu cuidado son lo más importante
¿Empezamos?



VIOLENCIA PSICOLÓGICA



¿A veces te insultan o te dicen cosas crueles que te hacen sentir mal?

La **violencia psicológica o emocional** es una forma de violencia que se expresa a través de **palabras o conductas que provocan sentimientos de humillación, inseguridad y tristeza**. Es herir y manipular con palabras. Muchas veces no la reconocemos porque está naturalizada, creemos que es normal, que no es grave o que no se puede cambiar.

VEAMOS ALGUNOS EJEMPLOS QUE NOS PUEDEN PARECER "NATURALES":

⚡ **Los gritos e insultos:** cuando las personas adultas levantan la voz para asustarte o usan palabras crueles para decir, por ejemplo, "no servís para nada".

⚡ **Las amenazas:** cuando te generan miedo a perder el cariño, "me voy a ir y te voy a dejar", o a sufrir castigos físicos, "si hacés eso te pego".

⚡ **La indiferencia o rechazo:** cuando te ignoran a propósito, como un castigo.

⚡ **Las mentiras o engaños:** cuando las acciones te confunden y hacen que pierdas la confianza en vos mismo o en los demás.

⚡ **Las burlas:** cuando te ponen apodos que parecen graciosos, pero son agresivos o humillantes.

⚡ **El hostigamiento:** cuando se genera maltrato, destrato, discriminación, burlas o exclusión de una forma repetida y sostenida en el tiempo, teniendo como foco siempre a una misma persona o grupo de personas.

¿Sabés cómo se produce esta violencia en distintos entornos ?

Una forma de violencia psicológica muy presente entre compañeros y compañeras es el hostigamiento. Cuando estas situaciones se dan en la escuela o en espacios compartidos, se las suele llamar bullying. Cuando ocurren en redes sociales, juegos online u otras plataformas digitales, hablamos de cyberbullying. Es importante saber que muchas veces estas situaciones conviven y no se quedan en un solo lugar: pueden empezar en la escuela y continuar o intensificarse en internet, o al revés. Todas estas son formas de violencia psicológica que duelen mucho y generan un daño grande en quienes las sufren.

La **violencia psicológica** puede **dañar tu desarrollo y tu salud integral**. Es daño mental. Nunca creas que es "normal" que te griten, te amenacen o te humillen, ya sea por parte de un adulto o de un par. **Es una situación grave y siempre hay formas de buscar ayuda para detenerla.**

VIOLENCIA FÍSICA



¿Alguna vez te pegaron, te tiraron cosas que pudieron herirte o te empujaron? ¿Te tiraron del pelo, o te dieron una cachetada?

La **violencia física** es cualquier forma de agresión intencional donde se usa la fuerza física. Este tipo de violencia muchas veces también es naturalizada o justificada como una forma de crianza, educación o disciplina.

⚡ Este tipo de violencia se puede manifestar de diversas formas y siempre afecta tu salud física y mental.

Algunos ejemplos: **sacudidas, empujones, tirones de pelo o pellizcos**, y también acciones más graves como **golpes con objetos, cachetadas o patadas**.

La violencia nunca es una forma de educar. Cuando una persona adulta usa la fuerza o lastima, está actuando de una manera poco cuidadosa. Estas situaciones pueden cambiar y siempre es importante buscar ayuda.

VIOLENCIA SEXUAL



¿Alguna vez tuviste que mantener relaciones sexuales cuando no querías hacerlo? ¿Alguna vez tuviste que hacer algo durante un acto sexual sin haber dado consentimiento?

La **violencia sexual**, es cuando una o más personas se aprovecha de su posición dominante para involucrar a una chica o chico en un acto sexual o para estimularse a sí mismo o a otras personas.

Es importante tener en cuenta que:

⚡ No siempre hay fuerza física, pero si no hay consentimiento o sos demasiado chico para darlo, siempre es abuso.

⚡ Las personas menores de 13 años no pueden dar consentimiento sexual válido, por lo que cualquier acto sexual constituye un delito.

¿Sabés cómo se produce esta violencia en los entornos digitales?

En forma de **grooming** y también de la **difusión no consentida de imágenes íntimas**.

El **grooming** es un tipo de violencia digital y en Argentina es un delito. Puede ocurrir en juegos online, redes sociales o en cualquier plataforma digital donde interactuamos con otras personas. A veces, quien realiza grooming crea un perfil falso y se hace pasar por alguien de una edad similar a la tuya. En otros casos puede ser una persona adulta que parece de confianza.

Al principio te hace reír, te escucha y busca ganarse tu confianza. Con el tiempo empieza a pedirte fotos, videos o información personal o presionarte para que guardes en secreto la relación. Esto es grooming, y es muy grave.

La difusión no consentida de imágenes íntimas ocurre cuando alguien comparte o publica fotos o videos íntimos de otra persona sin su permiso. Es un tipo de violencia psicológica y sexual que los entornos digitales favorecen.

Puede suceder por enojo, por venganza, para mostrar a otra persona con quien se compartió un momento íntimo o incluso para presumir. En todos los casos, el daño es real y puede ser muy doloroso.

Estas situaciones pueden incluir el contenido sexual creado o modificado digitalmente por la Inteligencia Artificial. Se llama **"deepfake"** y puede **afectar gravemente a la persona involucrada, incluso cuando las imágenes no sean reales.**

En estos casos, la responsabilidad no es de quien se tomó las fotos o videos sino **de quién las difunde a propósito y sin tu permiso.**

Si conocés a alguien que sufre esta violencia, **recordá que todos podemos cortar la cadena de difusión.**

La violencia sexual puede manifestarse en diversos formatos y entornos. Los **manoseos, besos sexuales, mostrarte pornografía, contactarte por internet con fines sexuales, o difundir imágenes íntimas sin tu consentimiento**, entre otras prácticas, **son conductas sexuales que constituyen delitos.**

¿Dónde pueden ocurrir estas violencias?



- **En casa:** violencia física, violencia sexual, psicológica/emocional. Ser testigo de alguna de estas formas de violencia también es una manera de sufrirlas.
- **En la escuela:** es la violencia “entre pares” donde compañeros se humillan, hostigan o insultan de manera repetida.
- **En internet:** el ciberbullying, la difusión de imágenes íntimas y el grooming, entre otras.
- **En las relaciones de pareja:** cuando una de las personas en la pareja agrede física, psicológica o sexualmente a la otra. Muchas veces esta violencia comienza con humillaciones o críticas a la apariencia y el control de las opiniones o los vínculos con otros y luego va escalando a otro tipo de acciones violentas.
- **En el ámbito público** la violencia institucional por parte de agentes públicos, como policías, médicos en un centro de salud u otros funcionarios en cumplimiento de su función pública.
- **En el ámbito comunitario:** en clubes, organizaciones sociales o barriales, centros

¿Qué podemos hacer ante una situación de violencia (propia o ajena)?

- ✓ **Confiá en lo que sentís.** Si algo te duele, te asusta, te humilla o te hace sentir menos, eso importa. **No hace falta que haya golpes para que sea violencia:** los gritos, amenazas, control, burlas, insultos o el hostigamiento digital también lo son.
- ✓ **Acordate que no es tu responsabilidad ni culpa sufrir algún tipo de violencia.** Nada de lo que hiciste, dijiste o publicaste justifica que alguien te maltrate. La responsabilidad siempre es de quien ejerce la violencia, no tuya.
- ✓ **Si crees que un compañero o amiga puede estar sufriendo algún tipo de violencia,** no mires para otro lado. Hacele saber que estás, que le crees y que pueden buscar ayuda juntos.

1. PEDÍ AYUDA A ALGUIEN CERCANO

- **No intentes resolverlo solo o sola.** Acercate a alguna persona adulta de confianza que pueda buscar la ayuda necesaria. Algún familiar tuyo o de algún amigo/a, referente del barrio o el club, docente, otras personas adultas en las que confíes.
- **Si hay riesgo o miedo inmediato,** o sentís que vos o alguien puede resultar herido pronto: buscá ayuda urgente, si es posible, alejate del lugar donde ejercen violencia y pedí ayuda a una persona adulta de tu confianza o a los organismos de consulta o denuncia.
- **Si es violencia digital,** evitá responder desde el enojo y no elimines **las pruebas** y pedí ayuda a una persona adulta de confianza o a los organismos de consulta o denuncia.

2. CONSULTA O DENUNCIA

Podes contactarte vos o cualquier persona adulta con los siguientes espacios:

LÍNEA 102

Es un servicio gratuito, confidencial, de escucha y orientación, especializado en la protección de derechos de niños, niñas y adolescentes. Todos los días las 24hs:

 102  11-5050-0147  linea102@buenosaires.gob.ar

MINISTERIO PÚBLICO TUTELAR C.A.B.A.

Brinda orientación y asistencia legal a niños, niñas y adolescentes en situaciones de vulneración. Podés contactarte todos los días de 8 a 20 horas.

 0800-12-ASESORIA (27376)  111-7037-7037

 agt@mptutelar.gob.ar  de 8 a 16 hs. Hipólito Yrigoyen 440, 3° piso

MINISTERIO PÚBLICO FISCAL C.A.B.A.

Ofrece orientación y recibe denuncias

 0800-33-FISCAL(347225)  denuncias@fiscalias.gob.ar

 <https://mpfciudad.gob.ar/denuncias>

 Buscá la oficina más cercana: <https://denuncias.fiscalias.gob.ar/es#whereReport>

UNIDAD FISCAL ESPECIALIZADA EN CIBERDELINCUENCIA C.A.B.A.

Es un servicio gratuito, confidencial, de escucha y orientación, especializado en la protección de derechos de niños, niñas y adolescentes. Todos los días las 24hs:

 5071-0040  denunciasufeci@mpf.gov.ar

LÍNEA 137

Brinda orientación y acompañamiento a víctimas de violencia familiar y sexual.

 137  11-3133-1000

Hacer click aquí



Normas que te protegen

Existen diversas leyes y normas que te protegen contra la violencia. En el caso de las chicas y los chicos, al tener derechos específicos, estas leyes funcionan como un escudo de protección. Son herramientas que podés usar si alguna vez sentís que algo no está bien, ya sea en tu casa, en la escuela, en tu club, en la calle o en internet. Además, estas leyes no solo reconocen tus derechos: también establecen obligaciones para los funcionarios públicos y las instituciones del Estado, que deben prevenir la violencia, protegerte y acompañarte cuando lo necesites.

Aquí están las más relevantes, para que las conozcas (podes hacer click en el nombre) y uses cuando lo necesites:

- **Tu escudo de protección**

Ley 26.061: PROTECCION INTEGRAL DE NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES

y Ley 114 en CABA. : Esta ley reconoce que sos una persona con derechos desde que nacés, no una "propiedad" de los adultos ni un objeto a su merced. Tenés voz propia y el derecho a ser oído, a expresarte con libertad, a pedir ayuda y a que se respete tu cuerpo y tu intimidad. Por eso, prohíbe expresamente que cualquier adulto pueda pegarte, humillarte o maltratarte bajo la excusa de "educarte".

- **Una ley para que nadie mire a otro lado**

Ley 27.709: PLAN FEDERAL DE CAPACITACIÓN SOBRE DERECHOS DE NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES

Obliga a las personas adultas que se vinculan con chicas y chicos (profes, cuidadores/as, médicos/as, entrenadores/as, etc.) a capacitarse para identificar y abordar situaciones de violencia contra chicas y chicos.

- **Mucho más que hablar de sexo**

Ley 26.150: PROGRAMA NACIONAL DE EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL (ESI)

Esta ley es una herramienta de autodefensa que promueve vínculos afectivos y respetuosos basada en el cuidado mutuo. Con la ESI aprendés a poner límites y entendés que nadie tiene derecho a tocarte si vos no querés, reafirmando que tu consentimiento es siempre lo más importante en cualquier relación.

- **Tu seguridad online**

Ley 26.904: GROOMING O CIBERACOSO

Esta ley penaliza a cualquier persona que te contacte por redes o juegos con fines sexuales. Si alguien te presiona para enviar fotos o encontrarse en secreto, es un delito y podés denunciarlo: nadie tiene derecho a acosarte ni a vulnerar tu integridad en internet.

- **Contra el Bullying**

Protocolo Integral para la prevención, detección, intervención y seguimiento de situaciones de bullying/acoso escolar (Resolución 1473/MEDGC/25)

Este protocolo obliga a las escuelas a intervenir ante casos de acoso escolar, ya sea presencial o digital. Es una guía de acción para que directivos y docentes aseguren un entorno libre de violencia donde se respeten tus derechos y puedas estudiar sin miedo.



Protocolo para Escuelas contra la violencia

La norma RESFC-2024-1, obliga a las escuelas de CABA a intervenir ante cualquier sospecha de maltrato, ya sea en el hogar, la calle o el colegio.

- *Funciona como un manual de acción para que docentes y directivos sepan qué hacer ante una situación de violencia. Nadie puede decir "no nos metemos porque es un tema familiar".*
- *Si sufrís violencia, podés recurrir a cualquier persona adulta de confianza en la escuela, quienes tienen el deber de protegerte, avisar a los organismos pertinentes y cuidar tu privacidad para que te sientas seguro mientras te ayudan.*

HABLEMOS SOBRE VIOLENCIAS

Con el apoyo técnico de:

