



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE HIDALGO**

---

---

**ESCUELA SUPERIOR DE ACTOPAN  
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA**

**TESIS**

**EXPERIENCIAS DE MUJERES UNIVERSITARIAS SOBRE LA  
VIOLENCIA DE GÉNERO EN ESPACIOS DIGITALES Y SUS  
AFECTACIONES EN SALUD MENTAL**

Para obtener el grado de

**Licenciatura en Psicología**

**PRESENTA**

Brayan Tadeo Angeles Arregoitia

**DIRECTORA DE TESIS**

Dra. María Edith Gómez Gamero

**COMITÉ TUTORIAL**

Dra. Sandra Flor Canales Basulto

Dr. Fernando Bolaños Ceballos

Dra. Diana Jiménez Pérez

Actopan, Hgo., México. Mayo 2026



**MTRA. OJUKY DEL ROCÍO ISLAS MALDONADO**  
**DIRECTORA DE ADMINISTRACION ESCOLAR**  
**PRESENTE**

Manifiesto a usted, que se autoriza el trabajo de investigación que bajo la dirección de la Dra. María Edith Gómez Gamero, que presenta el pasante en psicología: **Brayan Tadeo Angeles Arregoitia** con número de cuenta **385299**, en la modalidad de Tesis, cuyo título es: **Experiencia de mujeres universitarias sobre la violencia de género en espacios digitales y sus afectaciones en salud mental**, ya que reúne los requisitos del decoro académico a que obligan los reglamentos en vigor para ser discutidos por los miembros del jurado.

Miembro del jurado	Función	Firma de aceptación del trabajo para su impresión formal
Dra. Sandra Canales Basulto	Presidenta	
Dr. Fernando Bolaños Ceballos	Secretario	
Dra. María Edith Gómez Gamero	Vocal	
Dra. Diana Jiménez Pérez	Suplente	

**ATENTAMENTE**  
**"Amor, Orden y progreso"**  
Actopan, Hidalgo, a 30 de abril de 2026

**Mtro. Daniel Alberto Sánchez Cabrera**  
Director

Carretera México-Laredo Km. 120.5, Comunidad Daxthá, Prolongación Abasolo S/N, Actopan, Hidalgo, México C.P. 42500  
Teléfono: 771 7172000 Ext. 50101 y 50102  
esc\_sup\_actopan@uaeh.edu.mx

"Amor, Orden y Progreso"



2025



uaeh.edu.mx

## *Dedicatoria*

A mis padres: María Elena Arregoitia y Hugo Angeles, por su amor, apoyo y confianza incondicional en cada etapa de mi vida.

A mis hermanos: Alexander y Dilan, por acompañarme y motivarme siempre.

A mis abuelos: Ermilo Arregoitia, Alicia del Angel, Andrea Granados y Román Angeles, por sus enseñanzas, cariño y consejos.

A toda mi familia: especialmente a mis tías Adriana Arregoitia y Nohemí Arregoitia, así como a mis tíos José, César y Epimenio, gracias por estar presentes, apoyarme en todo momento y formar parte importante de este logro. También agradezco a mis primas y primos por su compañía y cariño durante este camino.

A mi novia: Daniela Avalos, por su amor, apoyo y compañía incondicional durante este proceso, por estar presente en cada momento, impulsarme a seguir adelante por ser parte importante de este avance.

A la Dra. María Edith Gómez Gamero, por ser más que una maestra: una guía de vida. Gracias por compartir conmigo su sabiduría, brindarme confianza y motivarme a crecer personal y profesionalmente, parte de lo que hoy soy también lleva su enseñanza.

*“Garbanzo de a libra”*

## *Agradecimientos*

Agradezco profundamente a mis docentes: Dra. Sandra Canales, Dra. Diana Jiménez, Dra. Ivette López por su acompañamiento, dedicación y compromiso en mi formación académica.

A mi Mtro. Jorge Armando, Dr. Fernando Bolaños, Dr. Jorge Guzmán, Psic. Luis Gachuz, Dr. Carlos H. Armas, Psic. Geovanni de la Cruz y Lic. Iris León, por compartir sus conocimientos, experiencias y enseñanzas a lo largo de mi formación académica. Su guía y dedicación fueron fundamentales en este proceso profesional y personal.

A mis amigos Monserath Reyes, Jorge Uribe, Cristian Palma, Fabiola López, Galilea Esteban, Itzel Peña, Thomas Daniel, Isael Martin, Kevin Reyes y Gustavo Vargas, gracias por formar parte de esta etapa de mi vida, por las experiencias compartidas, las risas y los aprendizajes que hicieron de este camino una experiencia inolvidable.

A las mujeres participantes de esta investigación, mi más sincero agradecimiento por su confianza, disposición y apertura al compartir sus experiencias, su participación fue fundamental para dar voz y contribuir a la reflexión del cambio en favor de más mujeres y niñas para un futuro mejor.

## **Abreviaturas**

**ANUIES:** Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior

**APA:** *American Psychological Association*

**Centro Geo:** Centro de Investigación en Ciencias de Información Geoespacial

**CNDH:** Comisión Nacional de los Derechos Humanos

**CONACYT:** Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología

**CONAVIM:** Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia Contra las Mujeres

**ENDIREH:** Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares

**ESAc:** Escuela Superior de Actopan

**IES:** Institución de Educación Superior

**IMMR:** Instituto de las Mujeres Regias

**INEGI:** Instituto Nacional de Estadística y Geografía

**Infoem:** Instituto de Transparencia, Acceso a la Información Pública y Protección de Datos Personales del Estado de México y Municipios

**OEA:** Organización de los Estados Americanos

**OMS:** Organización Mundial de la Salud

**ONU:** Organización de las Naciones Unidas

**OPS:** Organización Panamericana de la Salud

**TIC:** Tecnologías de la Información y las Comunicaciones

**UAEH:** Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo

**UNESCO:** *United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization*

**UNFPA:** Fondo de Población de las Naciones Unidas

**VGD:** Violencia de Género Digital

## Resumen

La violencia de género en espacios digitales es un fenómeno de nuestro tiempo que se ha generado como una problemática de salud pública que aunado a esto se ha normalizado teniendo consecuencias y repercusiones profundas en la vida cotidiana de las mujeres estudiantes universitarias de licenciatura, en esta investigación se comprende desde la experiencia de las propias mujeres el fenómeno de la violencia de género en espacios digitales y sus afectaciones en su salud mental, esta investigación se llevó a cabo por medio del método cualitativo con un diseño fenomenológico desde una perspectiva de género psicosocial, con el propósito fue conocer que las agresiones en espacios digitales vulneran derechos humanos como la privacidad, la dignidad y la libertad de expresión y en algunos casos los indicios nos señalan que existen ideas o intentos suicidas que generan afectaciones en la salud mental en situaciones complejas y de riesgo en la vida de las estudiantes mujeres en este sentido se destaca la necesidad de fortalecer acciones institucionales desde una perspectiva enfocada en la Cultura de Paz y en la erradicación de la violencia de género digital.

**Palabras clave:** Violencia de Género Digital, Instituciones Educación Superior, Salud Mental, Normalización, Suicidio y Cultura de Paz.

## **Abstract**

Gender-based violence in digital spaces is a contemporary phenomenon that has emerged as a public health issue. In addition, it has become normalized, leading to profound consequences and repercussions in the daily lives of female undergraduate university students. This research seeks to understand, from the experiences of the women themselves, the phenomenon of gender-based violence in digital spaces and its effects on their mental health. This study was conducted using a qualitative method with a phenomenological design from a psychosocial gender perspective. Its purpose was to examine how aggressions in digital spaces violate human rights such as privacy, dignity, and freedom of expression. In some cases, findings suggest the presence of suicidal thoughts or attempts, which generate significant impacts on mental health and place female students in complex and high-risk situations. In this regard, the study highlights the need to strengthen institutional actions from a perspective focused on the Culture of Peace and the eradication of digital gender-based violence.

**Keywords:** Digital Gender-Based Violence, Higher Education Institutions, Mental Health, Normalization, Suicide, and Culture of Peace.

# Índice

Introducción .....	5
<b>Capítulo I</b> .....	8
Planteamiento de problema .....	8
1.1. Pregunta de investigación general.....	17
1.1.2. Preguntas de investigación específicas.....	17
1.2. Objetivo de investigación general .....	17
1.2.1. Objetivos de investigación específicos.....	17
1.3. Supuesto de investigación .....	18
1.4. Justificación.....	19
1.5. Antecedentes .....	23
1.5.1 Análisis del estado de la cuestión.....	33
<b>Capítulo II</b> .....	34
Marco teórico .....	34
2.1. El devenir histórico del feminismo y la construcción social de género .....	34
2.1.1. Las olas feministas .....	35
2.1.2. El movimiento feminista en México .....	38
2.2. La violencia de género y su impacto en la sociedad .....	39
2.2.1. La violencia de género contra las mujeres .....	44
2.3. La Violencia de Género Digital .....	46
2.3.1. Tipologías de violencia de género digital.....	48
2.4. La salud mental y sus afectaciones por violencia de género digital.....	51
2.4.1. Los efectos psicosociales en salud mental por VGD.....	52
2.5. Teoría de la violencia de Johan Galtung .....	53
2.5.1. Violencia directa .....	55
2.5.2. Violencia estructural .....	55
2.5.3. Violencia cultural .....	56
<b>Capítulo III</b> .....	57
Abordaje metodológico.....	57
3.1. Tipo de estudio y diseño de investigación.....	57
3.2. Método de investigación .....	58
3.3. Perspectiva de género psicosocial .....	59

3.4. Instrumentos y técnicas .....	59
3.5. Criterios de inclusión, exclusión para participantes .....	60
3.5.1. Criterios de inclusión .....	60
3.5.2. Criterios de exclusión.....	60
3.5.3. Criterios de eliminación .....	61
3.6. Aspectos éticos del estudio .....	61
3.7. Pilotaje.....	62
3.8. Recopilación de la información.....	63
3.8.1. Metodología para análisis de datos .....	66
<b>Capítulo IV</b> .....	<b>68</b>
Resultados .....	68
4.1. Descripción general de las participantes del estudio .....	68
4.2. Tendencias discursivas en torno a la violencia de género digital.....	69
4.3. Vinculación entre experiencias de violencia digital y salud mental.....	71
4.5. Experiencia de violencia de género en espacios digitales .....	73
4.5.1. Vivencia como víctima de VGD .....	73
4.5.2. Normalización de la VGD.....	75
4.5.3 La evitación del uso de espacios digitales.....	77
4.6. Las formas de violencia de género digital.....	78
4.6.1. Los tipos de violencia en espacios digitales .....	79
4.6.2 La violencia de género digital ejercida por compañeros de las IES .....	81
4.6.3 La vulneración de los derechos humanos en el contexto de la violencia de género digital .....	83
4.7. Las afectaciones en la salud mental derivadas de la violencia de género en espacios digitales .....	85
4.7.1. Ansiedad.....	88
4.7.2. Problemas en el ciclo del sueño asociados a la violencia en espacios digitales .....	90
4.7.3. Los problemas alimenticios y la violencia en espacios digitales .....	92
4.7.4. Factor implícito en la violencia en espacios digitales, el aislamiento .....	94
4.7.5. El uso de sustancias derivada de la VGD.....	95
4.7.6 . Ideación, intento o pensamientos suicidas .....	97
4.8. Recomendaciones del análisis de la VGD para las mujeres universitarias .....	99
<b>Capítulo V</b> .....	<b>102</b>
Discusión de resultados.....	102

5.1. Experiencia de violencia de género digital en mujeres universitarias.....	102
5.2. Los tipos de violencia de género digital identificados en la investigación .....	103
5.3. Las afectaciones en la salud mental derivadas de la VGD .....	105
5.4. Relevancia sobre la teoría de Galtung .....	107
<b>Capítulo VI</b> .....	110
Conclusiones .....	110
6.1. Consideraciones personales.....	114
6.2. Algunas sugerencias sobre la investigación .....	115
Referencias.....	118
Anexos.....	126

### Índice de Anexos

<i>Anexo 1 Cronograma de actividades</i> .....	126
<i>Anexo 2 Entrevista focalizada</i> .....	127
<i>Anexo 3 Consentimiento informado</i> .....	131
<i>Anexo 4 Carta de autorización para desarrollar la investigación</i> .....	132
<i>Anexo 5 Cuadro de preguntas, objetivos y supuestos de investigación</i> .....	133
<i>Anexo 6 Temáticas y áreas para abordar empíricamente a partir de los objetivos específicos y las categorías teóricas centrales</i> .....	134
<i>Anexo 7 Matriz de sustento metodológico cualitativo</i> .....	135
<i>Anexo 8 Aspectos y preguntas para el abordaje empírico por área para los objetivos específicos</i> .....	139
<i>Anexo 9 Conversiones de transcripción de Jefferson</i> .....	143

### Índice de tablas

<i>Tabla 1 Matrícula de licenciatura 2025 por programa educativo de la ESAC</i> .....	22
<i>Tabla 2 Antecedentes sobre las experiencias de mujeres universitarias sobre la violencia digital</i> .....	24
<i>Tabla 3 Tipos de Violencia Digital más comunes en México</i> .....	49
<i>Tabla 4 Tipos de Violencia Digital más comunes en las IES</i> .....	50
<i>Tabla 5 Matriz de sustento metodológico cualitativo</i> .....	66
<i>Tabla 6 Datos generales de las participantes</i> .....	68

### Índice de figuras

<i>Figura 1 Espiral de la Violencia</i> .....	8
<i>Figura 2 Pirámide de la violencia</i> .....	13
<i>Figura 3 Diferencias y características de Sexo y Género.</i> .....	40
<i>Figura 4 Clasificación de la violencia</i> .....	42
<i>Figura 5 Escalera de la violencia de género</i> .....	44

<b>Figura 6</b> Triángulo de la violencia de Galtung .....	54
<b>Figura 7</b> Nube de palabras de términos de la VGD .....	70
<b>Figura 8</b> Diagrama de Sankey de co.currencia: Afectaciones en la Salud Mental – Violencia de género digital .....	72

## **Introducción**

En el mundo el fenómeno de la violencia en espacios digitales se ha presentado de manera más frecuente y se ha hecho presente en México este fenómeno tiende a ser percibido como algo cotidiano, lo que favorece su normalización esto lleva a que la sociedad en cierto modo se habitúe a consumir y reproducir dinámicas violentas construyendo un contexto donde el sufrimiento se vuelve parte del entorno (CONAVIM, 2016). El hablar sobre la Violencia de Género Digital (VGD) es un fenómeno global en permanente crecimiento que afecta de forma particular a mujeres estudiantes universitarias dentro de las Institutos de Educación Superior (IES). Esta violencia adopta múltiples formas: acoso sexual en redes sociales, control digital por parte de parejas, difusión no consentida de imágenes, amenazas, hostigamiento, comentarios misóginos o humillaciones públicas (UNFPA, 2023).

La presente investigación se sitúa desde una postura profeminista, el estudio busca comprender las experiencias de mujeres universitarias respetando el lugar central de sus voces y evitando suplantarlas con el fin de contribuir a la visibilización de este fenómeno y a la reflexión crítica sobre las dinámicas de poder que lo sostienen (Galindo, 2014).

Abordar las afectaciones en la salud mental derivadas de VGD es fundamental para dimensionar el impacto profundo fenómeno que se ha normalizado en la vida de las mujeres este tipo de violencia no se limita al entorno virtual, atraviesa la vida cotidiana, provocando ansiedad, depresión, estrés crónico, aislamiento e incluso pensamientos suicidas (García et al., 2024). La falta de conocimiento de parte de las mujeres sobre los protocolos de atención, las instancias responsables y los mecanismos de denuncia dentro de las IES agrava la problemática de la VGD limitando la capacidad de respuesta oportuna y efectiva. Visibilizar estas experiencias permite romper el silencio, sensibilizar a la sociedad y promover una

atención integral que considere el daño psicológico como parte central del problema contribuyendo a fortalecer marcos de actuación en salud mental con perspectiva de género.

En este contexto resulta crucial abordar la violencia de género en espacios digitales como una problemática actual que trasciende lo individual y refleja patrones estructurales de desigualdad. Su presencia en entornos educativos especialmente en las IES afecta de manera significativa el bienestar, la participación y el desarrollo de las mujeres. Investigar esta forma de violencia no solo permite visibilizar realidades muchas veces ignoradas permite aportar al diseño de intervenciones con enfoque psicosocial y de género. Este estudio busca contribuir a la comprensión de estas experiencias desde las voces de las propias estudiantes generando conocimiento útil para la construcción de espacios digitales más seguros, libres de violencia y respetuosos de los derechos humanos.

Esta investigación se encuentra orientada a analizar las experiencias de mujeres universitarias estudiantes sobre la violencia de género en espacios digitales y sus afectaciones en su la salud mental de la Escuela Superior de Actopan (ESAc) de la ciudad de Actopan, Hidalgo, este proyecto permite visibilizar y analizar las vivencias de violencia de género digital que enfrentan mujeres universitarias, un fenómeno cada vez más frecuente pero poco documentado en contextos específicos como el de la universidad (IES).

El cuerpo del reporte de investigación inicia con el capítulo primero, que presenta el planteamiento del problema, las preguntas de investigación, los objetivos, la justificación, el supuesto de investigación y la delimitación del problema. En el segundo capítulo se abordan las principales teorías que sustentan o se relacionan con el problema investigado. El tercer capítulo corresponde al marco metodológico, que hace referencia al conjunto de métodos seleccionados conforme al marco teórico previamente analizado este apartado define el nivel

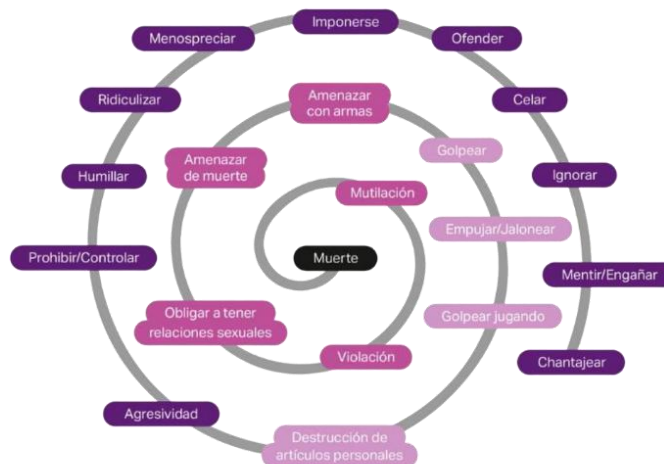
de profundidad del conocimiento que se pretende alcanzar, así como, los métodos y técnicas empleadas para la recolección de la información. El cuarto capítulo se centra en el análisis de los resultados, donde se da respuesta a las preguntas de investigación profundizando en las explicaciones y contrastando los hallazgos del trabajo. El quinto capítulo se centra en la discusión de interpretar, contextualizar y dar sentido profundo a los hallazgos obtenidos, El capítulo sexto se describen las conclusiones, consideraciones, sugerencias, las referencias bibliográficas de este estudio, el objetivo es brindar al lector un panorama claro y contextualizado sobre dichas categorías y su interrelación facilitando así la comprensión del fenómeno estudiado.

# Capítulo I

## Planteamiento de problema

La violencia es uno de los principales factores de riesgo para la salud física y mental que resalta su relevancia como un problema social y de salud pública (Fuentes y Ramos, 2024). La perspectiva de salud pública considera que la violencia conlleva afectaciones tanto en la salud física como en la mental que requieren la misma atención que se otorga a otros problemas de salud entre algunos aspectos se consideran: a) produce una alta carga de enfermedades y muertes que podrían evitarse, b) requiere muchos recursos económicos en la atención médica c) afecta no solo a la víctima sino también a su familia y su entorno y d) repercute también en el agresor y su entorno familiar (Concha, 2002). La violencia no es sólo un acto aislado; es una espiral que se alimenta de miedo, dolor y silencio (Figura 1). Cada agresión, cada injusticia, crea un efecto dominó que afecta a comunidades enteras.

**Figura 1**  
Espiral de la Violencia



**Fuente:** Instituto Municipal de las Mujeres Regias (2024).

La espiral de la violencia describe un proceso en el que las conductas agresivas comienzan de manera sutil, como el control, los celos o la descalificación, y con el tiempo se repiten y aumentan en intensidad si no se identifican y detienen, lo que puede derivar en formas más graves de violencia psicológica, digital o física y generar en la persona afectada confusión, miedo o dificultad para romper con esa dinámica (IMMR, 2024).

Según la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (2021), en México el 70.1% de las mujeres de 15 años y más ha experimentado algún tipo de violencia a lo largo de su vida. En detalle, el 51.6% ha sufrido violencia psicológica, el 34.7% violencia física, el 49.7% violencia sexual, el 27.4% violencia económica, patrimonial y/o discriminación, y el 32.3% ha sido víctima de violencia en el ámbito escolar (ENDIREH,2021).

Es por eso que la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible establece en su Objetivo 5: “Igualdad de género” la meta de lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y niñas y plantea entre otras acciones, la eliminación de todas las formas de violencia contra mujeres y niñas en los ámbitos público y privado. Asimismo, en la meta 5.2, se propone mejorar el acceso y uso de tecnologías habilitadoras, en particular las tecnologías de la información y las comunicaciones, como herramientas clave para promover su empoderamiento (ONU, 2018).

Las tecnologías representan un recurso fundamental que potencia las capacidades humanas y facilita el crecimiento individual y colectivo sin embargo, su uso también puede dar lugar a dinámicas perjudiciales. En este contexto la “Violencia Digital” se entiende como “cualquier acción realizada a través de medios informáticos que busque agredir, violentar,

vulnerar o exhibir la intimidad de una mujer” (Secretaría de las mujeres de la Ciudad de México, 2022).

La ONU Mujeres (2020) sugiere que la violencia de género contra las mujeres y niñas en espacios digitales adopta cada vez más formas que buscan silenciarlas y excluirlas del espacio virtual esta exclusión limita su acceso libre al ecosistema digital que representa un obstáculo significativo para avanzar hacia la igualdad de género que impide el ejercicio de derechos fundamentales para su desarrollo pleno, como la libertad de expresión, el acceso a la información y el derecho a no ser discriminadas.

Según la OMS (2021), aproximadamente una de cada tres mujeres, entre los 15 y 49 años, ha sido víctima de violencia física y/o sexual por parte de su pareja, o de violencia sexual ejercida por otras personas, en algún momento de su vida, como claro recordatorio de la magnitud alcanzada por la desigualdad de género y la discriminación contra la mujer. Este dato evidencia con fuerza la magnitud que ha alcanzado la desigualdad de género y la persistente discriminación hacia las mujeres en distintas esferas de la vida.

La ONU Mujeres (2015) apreció que el 73% de las mujeres a nivel mundial han estado expuestas o han sufrido algún tipo de violencia en línea significando que tres de cada cuatro mujeres han identificado alguna forma de “*ciberviolencia*” en espacios digitales y una de cada cinco usuarias de internet vive en países donde el acoso y el abuso en línea contra las mujeres tienen pocas probabilidades de ser sancionados.

Como consecuencia de la violencia en línea, las mujeres y las niñas sufren graves daños psicológicos, físicos, sexuales, emocionales, económicos, laborales, familiares y sociales (Organización de las Naciones Unidas [ONU], 2018). Los estudios sobre la dimensión de género de la violencia en línea indican efectivamente que el 90% de las

víctimas de la distribución digital no consensuada de imágenes íntimas son mujeres, las jóvenes de entre 18 a 24 años tienen mayor probabilidad de sufrir acoso sexual y amenazas en línea (Comisión Nacional de los Derechos Humanos [CNDH], 2022).

El *ciberacoso* afecta a alrededor de 9.4 millones de mujeres en México, las mujeres entre 18 y 30 años son las más atacadas en los espacios digitales, además 29.3% de las mujeres de 20 a 29 años de edad que utilizaron internet en 2021 fue víctima de *ciberacoso* en los últimos 12 meses, así mismo, 23.9% de la población de 12 años y más que utilizó Internet en 2019 fue víctima de *ciberacoso*, las agresiones la mayoría de las veces son cometidas por personas conocidas las mujeres enfrentan *ciberacoso* de índole sexual, como insinuaciones sexuales (40.3%) y fotos o videos con contenido sexual no solicitado (32.8%.) más aun para las mujeres el porcentaje de *ciberacoso* tiende a ser similar en todos los niveles de escolaridad (básica, media superior y superior) asociadas con impactos psicológicos, sociales y de salud reproductiva, a menudo, con violencia sexual y física fuera del espacio virtual tanto para las víctimas como para las sobrevivientes (Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI], 2023).

De acuerdo con la herramienta virtual “Misoginia y violencia lingüística en las redes sociales”, desarrollada por el Centro de Investigación en Ciencias de Información Geoespacial (Centro Geo) y el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT), la presencia de comentarios con contenido misógino en la red social *Twitter* se registra en todas las entidades federativas de México. En este análisis, el Estado de Hidalgo ocupa el segundo lugar, con una proporción de entre 12.6% y 13.7% de este tipo de comentarios (CNDH, 2022). La violencia digital puede afectar a todas las personas usuarias de espacios digitales; no obstante, las mujeres y las niñas conforman uno de los grupos más

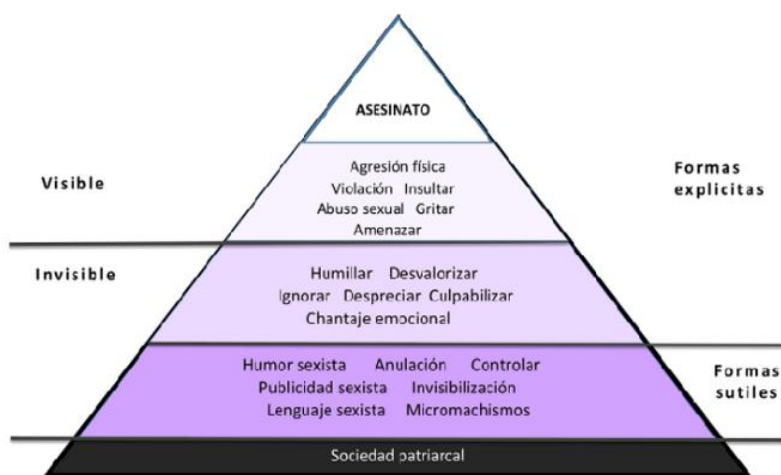
vulnerables, ya que enfrentan una constante vulneración de sus derechos a través de servicios digitales o telemáticos en donde estas agresiones pueden tener consecuencias significativas especialmente en su salud psicológica y emocional; así como, en la vida privada y en la percepción de su propia imagen (Instituto de Transparencia, Acceso a la Información Pública y Protección de Datos Personales del Estado de México y Municipios [Infoem], 2024).

La violencia de género en espacios digitales es un concepto en constante cambio la violencia en línea ha variado desde los orígenes de la internet seguramente seguirá transformándose a medida que las plataformas digitales y las herramientas tecnológicas sigan avanzando e interrelacionándose más y más en nuestra vida (Organización de los Estados Americanos [OEA], 2021).

La violencia de género ha migrado al entorno digital afectando también a mujeres en el ámbito universitario. Las IES deben promover una Cultura de Paz y brindar herramientas que permitan identificar las responsabilidades frente a la violencia digital, según el rol que cada persona ocupa en la comunidad universitaria (Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior [ANUIES], 2024).

La violencia puede escalar desde manifestaciones visibles y explícitas hasta formas invisibilizadas y sutiles siguiendo una lógica progresiva representada en la denominada “Pirámide de la Violencia” (Figura 2). Este proceso no es lineal, es cíclico y progresivo la violencia puede ir acompañada de momentos de seducción y buen trato, lo que genera confusión y desconcierto en la mujer, dificultando que tome conciencia de su situación y de sus causas (Tourné et al., 2024).

**Figura 2**  
*Pirámide de la violencia*



**Fuente:** Guía clínica de actuación sanitaria ante la violencia de género (2019).

La violencia de género en espacios digitales es un fenómeno en expansión y muchas veces invisibilizado, que impacta la salud mental de las mujeres en instituciones de educación superior estas agresiones reproducen desigualdades de género estructurales, afectando de forma particular a las universitarias.

Pérez (2021) señala que la violencia de género digital constituye una forma de control y dominación ejercida a través de las tecnologías de la información y la comunicación, que afecta especialmente a la población joven. Esta forma de violencia suele estar normalizada y poco reconocida la prevención basada en la educación, resulta fundamental para visibilizar el problema y ayudar a los jóvenes a tomar conciencia de sus efectos negativos.

Por otra parte, Addati (2021) señala que la violencia de género digital aún no cuenta con un marco legal adecuado ya que las leyes vigentes excluyen a grupos vulnerables como el colectivo LGTBI+. Las prácticas como el *ciberacoso*, la difusión no consentida de material íntimo y los discursos de odio afectan derechos personalísimos, como la intimidad, el honor

y la imagen subrayando la necesidad de políticas educativas que promuevan el uso responsable de las TIC desde edades tempranas.

Así mismo De León & Salgado (2022) mencionan que la violencia contra las mujeres se sustenta en una discriminación profundamente irracional, originada únicamente por la condición de ser mujer esta forma de violencia se ve reforzada por estructuras sociales, costumbres tradicionales y normas culturales que reproducen de forma explícita estereotipos, estigmas y prejuicios que deshumanizan. En el contexto actual caracterizado por el vertiginoso avance de la tecnología, la virtualidad se ha incorporado de manera definitiva en la vida cotidiana este entorno digital ofrece múltiples oportunidades positiva, sin embargo ha sido utilizado con fines nocivos dando lugar a una nueva expresión de violencia: la violencia de género digital.

Cabe agregar que Repullo (2023) menciona que la violencia de género en adolescentes está influenciada por los espacios tecnológicos, que contribuyen a su reproducción tanto en relaciones de pareja como en la *hipersexualización* (exceso de representación *sexualizada* de las personas, especialmente jóvenes) y “*pornificación*” (normalización de la pornografía en la cultura) presentes en medios digitales esta problemática está sustentada en estructuras sociales que legitiman la violencia y la persistente cultura de la violación que afecta especialmente a la adolescencia.

Investigaciones más recientes como la Rubio et al. (2024) refieren desde una mirada sociológica sobre la VGD articulando enfoques de la lingüística forense y del diseño de espacios digitales se señalan que ciertos diseños tecnológicos y patrones lingüísticos favorecen interacciones tóxicas, y que estas violencias no están adecuadamente abordadas por las políticas públicas. Desde esta perspectiva se resalta que lo digital es también social,

ya que las plataformas y sus códigos están imbuidos de significados culturales que analicen críticamente el impacto social de los espacios digitales.

Además, Frezzotti (2024) en su investigación sobre “Experiencias adolescentes de violencia de género digital en relaciones sexoafectivas” muestra que la violencia de género digital es una realidad frecuente en las relaciones *sexoafectivas* adolescentes manifestándose especialmente a través del control y la vigilancia mediante dispositivos tecnológicos. Aunque estas conductas son comunes el estudiantado las identifica cada vez más como actitudes negativas o "tóxicas" especialmente cuando afectan a las chicas, quienes sufren con mayor intensidad situaciones de acoso, presión para compartir imágenes íntimas y censura digital. Si bien persisten valores patriarcales al abrir el debate en el aula se empieza a cuestionar la normalización de estas prácticas, destacando el rol clave de la educación para promover relaciones respetuosas y equitativas en el entorno digital.

El presente estudio cualitativo busca analizar la experiencia de las mujeres universitarias frente a la violencia de género en los espacios digitales con miras a visibilizar las afectaciones de salud mental entre las estudiantes universitarias de la licenciatura quienes son en su mayoría mayores de edad inscritas dentro de las IES donde se realiza la investigación perteneciente a la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo (UAEH) ubicada en la Escuela Superior de Actopan (ESAc), esta investigación permite visibilizar cómo la VGD impacta la salud mental de las estudiantes universitarias evidenciando una problemática que suele permanecer invisibilizado dentro de las IES.

Por lo tanto, es fundamental indagar desde una perspectiva crítica con un enfoque psicosocial con perspectiva de género sobre cómo viven las mujeres universitarias estas

formas de violencia, las dinámicas que las sostienen y las respuestas individuales e institucionales que se han articulado frente a ellas.

Las IES tienen la obligación de atender esta problemática de manera integral atacando las causas y no sólo las consecuencias a partir de esta comprensión será posible diseñar futuras intervenciones más efectivas para promover una Cultura de Paz universitaria, libre de violencia y mejorar el uso de espacios digitales.

## **Tema de Investigación**

Experiencia de mujeres universitarias sobre la violencia de género en espacios digitales y sus afectaciones en salud mental.

### **1.1. Pregunta de investigación general**

¿Cuál es la experiencia de las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo de la Escuela Superior de Actopan sobre la violencia de género en espacios digitales y sus afectaciones en la salud mental?

#### **1.1.2. Preguntas de investigación específicas**

1.- ¿Cuáles son las vivencias de las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura sobre la violencia de género en espacios digitales?

2.- ¿Qué formas de violencia de género en espacios digitales experimentan las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura?

3.- ¿Qué consecuencias de la violencia de género en espacios digitales afectan la salud mental de las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura?

### **1.2. Objetivo de investigación general**

Comprender la experiencia de mujeres universitarias estudiantes de licenciatura de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo de la Escuela Superior de Actopan sobre la violencia de género en espacios digitales y sus afectaciones en su la salud mental.

#### **1.2.1. Objetivos de investigación específicos**

1.-Conocer las vivencias de las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura sobre la violencia de género en espacios digitales.

2.-Identificar las formas de violencia de género en los espacios digitales que experimentan las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura.

3.-Describir las consecuencias de la violencia de género en espacios digitales que afectan la salud mental en mujeres universitarias estudiantes de licenciatura.

### **1.3. Supuesto de investigación**

Las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo de la Escuela Superior de Actopan experimentan violencia de género en espacios digitales y tienen afectaciones en su salud mental.

Se espera que las mujeres universitarias de nivel licenciatura sean víctimas de variadas formas de violencia de género en espacios digitales, como el acoso sexual, la intimidación, los comentarios sexistas y la difamación, especialmente en redes sociales. Estas experiencias se presentan de manera desigual, influenciadas por factores como el nivel de conocimiento tecnológico, la percepción de seguridad en línea y la disponibilidad de redes de apoyo la violencia no solo limita su participación digital e impacta negativamente en su salud mental, generando afectaciones profundas como ansiedad, depresión, insomnio, estrés crónico e incluso pensamientos suicidas.

#### 1.4. Justificación

“La violencia contra las mujeres en México es una violencia estructural, social, interpersonal, muchas veces institucional e institucionalizada”  
(Melgar, 2017)

La normalización de la violencia en espacios digitales evidencia la urgencia de abordarla desde una mirada psicosocial con enfoque de género. La importancia de abordar la violencia en línea contra las mujeres es señalando que, si bien las TIC han favorecido, también han dado lugar a nuevas formas de violencia digital como menciona Šimonović (2016):

“es un nuevo desafío, el uso de la Tecnología de la Información y las Comunicaciones ha contribuido al empoderamiento de las mujeres y las niñas, también ha generado diversas formas de violencia en línea” (p. 21).

Cabe señalar que no es solo un fenómeno psicológico, se posiciona como un problema social y de salud significativo, en las IES es fundamental implementar procesos de reeducación a las mujeres en acciones punitivas, respaldadas por políticas públicas, que modifiquen el uso de espacios digitales para mitigar los factores negativos asociados con la modernidad y el avance tecnológico así mismo la investigación es crucial para: proteger los derechos humanos y la dignidad de las mujeres universitarias, promover entornos educativos seguros y respetuosos en las IES, fomentar la igualdad de género y la justicia social, así como desarrollar estrategias efectivas para prevenir, disminuir y reflexionar sobre la violencia de género en los espacios digitales.

Generalmente se subestima o se considera menos grave la violencia digital, de otras formas de violencia, esta situación puede contribuir a la normalización de conductas abusivas y violentas es por eso que beneficiará a las mujeres universitarias a tener un conocimiento y

base sólida para cambiar tanto la cultura como las políticas institucionales y sociales, ayudando a mantener un entorno educativo más seguro, equitativo y respetuoso.

El presente estudio se vuelve necesario al implementar en la comunidad universitaria, fortalecer el conocimiento de las nuevas tecnologías que en un futuro próximo se pretende poseer un impacto positivo tanto en los proyectos de Cultura de Paz y la visibilización de conocimiento que se realiza en estos espacios de comunicación digital, de esta forma los principales beneficiarios son las propias estudiantes universitarias que participan, con la finalidad de mejorar espacios universitarios y estableciendo protocolos de atención sobre los distintos tipos de violencia de género.

La violencia de género en espacios digitales, es un fenómeno que se manifiesta de manera diversa y las mujeres universitarias al estar expuestas a las tecnologías de la información y la comunicación, pueden ser víctimas de acoso, amenazas, divulgación no consentida de contenido íntimo, entre otros se considera que a través de este estudio con enfoque cualitativo permita observar en profundidad las experiencias de estas mujeres, conociendo sus experiencias, emociones, y las dinámicas que enfrentan en el ámbito digital.

La investigación contribuirá al cuerpo de conocimientos sobre la VGD, particularmente respecto a sus efectos psicológicos; además, de visibilizar la magnitud de las diversas formas de violencia de género en espacios digitales, ayudando a que la sociedad reconozca este fenómeno como una problemática real y urgente pretendiendo inspirar futuras investigaciones en áreas relacionadas, como la psicología digital, la ciberseguridad con perspectiva de género, brechas de género y la salud mental en espacios digitales.

El presente estudio es viable debido a la disponibilidad de los recursos materiales,

económicos y humanos necesarios para su ejecución contando con la participación voluntaria de estudiantes mujeres de la licenciatura pertenecientes a la ESAC, quienes accedieron a colaborar mediante entrevistas focalizadas, firmando previamente un consentimiento informado que garantizó la confidencialidad y el anonimato de su información.

El tiempo destinado de la recolección y análisis de datos fue suficiente, permitiendo llevar a cabo entrevistas de manera organizada esta investigación se realizó en la ESAC, ubicada en la comunidad del Daxtha, municipio de Actopan, Hidalgo, en México que se caracteriza por contar con una cabecera municipal de tipo urbano rodeada de comunidades rurales y semiurbanas considerando que esta combinación de espacios favorece dinámicas sociales diversas en las que conviven prácticas tradicionales con un acceso creciente a tecnologías digitales.

Para el procesamiento de la información cualitativa se utilizó una computadora portátil y se utilizó el *software* ATLAS.ti 9, diseñado específicamente para el análisis de datos como transcripciones, notas de campo, audios y videos (ATLAS.ti, 2024). La recolección de datos sociodemográficos, como; edad, lugar de nacimiento y residencia, religión, estado civil y semestre cursado, fue factible y relevante para el desarrollo del estudio este proceso se llevó a cabo conforme a principios éticos en investigación social, prestando especial atención a la protección de las participantes, abordando experiencias personales vinculadas a posibles situaciones de violencia en espacios digitales. Es importante destacar que para la realización de la investigación se gestionaron los permisos institucionales necesarios y se cumplieron con los protocolos éticos: consentimiento informado, confidencialidad y adecuado manejo de información sensible.

El presente estudio se desarrolló durante un periodo de doce meses y tiene como propósito aportar a la investigación científica mexicana desde un enfoque psicosocial con perspectiva de género y se llevó a cabo en la ESAC institución de educación superior que ofrece programas presenciales en Creación y Desarrollo de Empresas, Derecho, Diseño Gráfico y Psicología con un período comprendido durante el semestre enero-junio 2025 en la que participaron estudiantes mujeres de las licenciaturas que se muestra su distribución en la (Tabla 1) la matrícula de esta institución es de 1,625 estudiantes considerando que el 66.6% representa a las mujeres como parte de la población total la institución señalando que esta institución cuenta con la infraestructura y espacios adecuados para la ejecución del proyecto.

**Tabla 1**  
*Matrícula de licenciatura 2025 por programa educativo de la ESAC*

<b>Programa Educativo</b>	<b>Matricula por programa</b>	<b>Hombres</b>	<b>Mujeres</b>
Creación y Desarrollo de Empresas	123	64	59
Psicología	352	82	270
Diseño Gráfico	483	174	309
Derecho	667	223	444
<b>TOTALES</b>	<b>1625</b>	<b>543</b>	<b>1082</b>

*Nota.* Elaboración propia

Considerando en la actualidad que el entorno digital forma parte esencial de la vida cotidiana especialmente en el ámbito universitario donde las redes sociales y los espacios virtuales se han convertido en medios de interacción, aprendizaje y expresión. No obstante, a la par de estos avances tecnológicos han surgido nuevas formas de violencia que afectan de manera particular a las mujeres motivo por el cual la violencia de género en espacios digitales

constituye un fenómeno emergente que impacta no solo la integridad y seguridad de las jóvenes impacta su salud mental, su desempeño académico y la percepción de sí mismas.

Al iniciar este proceso de investigación, se reflexionó sobre la necesidad de comprender cómo las mujeres universitarias experimentan y enfrentan estas manifestaciones de violencia generalmente invisibilizadas o minimizadas de tal manera que el interés por esta investigación surge del deseo de dar voz a sus experiencias, visibilizar sus vivencias y reconocer las consecuencias psicológicas y emocionales que este tipo de agresiones generan en su vida diaria.

Esta investigación representa una oportunidad para profundizar en un campo poco explorado en el contexto mexicano donde las políticas de prevención y atención a la violencia digital va evolucionando y tomando nuevas formas. De este modo se busca contribuir al conocimiento científico y social sobre el tema ofreciendo elementos que favorezcan la creación de estrategias educativas, institucionales y de salud mental que promuevan espacios digitales más seguros y equitativos para las mujeres.

Este trabajo refleja tanto mi compromiso personal y profesional con la comprensión y prevención de la violencia de género digital, así como mi interés por aportar una mirada empática, crítica y constructiva al análisis de un fenómeno que afecta a las nuevas generaciones en el espacio académico y social.

## **1.5. Antecedentes**

La violencia de género en espacios digitales se ha consolidado como una problemática emergente que afecta de manera particular a mujeres jóvenes, especialmente a aquellas que se encuentran en contextos universitarios considerando que diversas investigaciones han

señalado que estas experiencias no solo vulneran la seguridad y la autonomía de las mujeres además pueden generar importantes repercusiones emocionales, psicológicas y sociales.

A continuación, se presenta la Tabla 2 que contiene investigaciones revisadas de forma cronológica, mencionando; el autor, título del estudio y tipo de estudio, posteriormente se presenta un análisis de los antecedentes.

**Tabla 2**

*Antecedentes sobre las experiencias de mujeres universitarias sobre la violencia digital.*

No.	Año	Autores	Título del Estudio	Tipo de Estudio
1	2016	Dorantes	Redes sociales y el ciberbullying en la Universidad Veracruzana	Cualitativo de tipo fenomenológico
2	2020	Gallegos et al.	Autoestima y violencia psicológica contra mujeres universitarias en sus relaciones de pareja	Cuantitativo correlacional no experimental
3	2021	De Los Reyes et al.	Violencia de control en las redes sociales y en el móvil en jóvenes universitarios	Cuantitativo descriptivo no experimental
4	2021	Moral y Prieto	Dependencia emocional y ciberabuso a través de las redes sociales en estudiantes universitarios españoles	Cuantitativo descriptivo, no experimental, transversal
5	2023	Gómez	Lo digital es político: universitarias frente a la violencia digital hacia las mujeres	Cualitativo etnográfico digital
6	2023	Rueda y Suárez	Relación entre la ideación suicida y violencia de parejas en redes sociales en adolescentes	Cuantitativo correlacional no experimental
7	2023	Escalera et al.	Violencia digital por razón de género en la educación superior. El caso de una escuela en trabajo social en Nuevo León, México	Cuantitativo descriptivo transversal
8	2023	Hernández et al.	Trazos sobre la violencia digital en las y los estudiantes universitarios	Revisión de literatura

9	2023	Cervantes y Díaz	Panorama de la violencia digital en estudiantes de la Universidad Autónoma de Aguascalientes, México	Cuantitativo descriptivo exploratorio
10	2024	Alonso et al.	Las violencias digitales y el uso del móvil en parejas adolescentes: nuevos retos de intervención educativa	Cuantitativo descriptivo correlacional
11	2024	García et al.	Normalización de la violencia en redes sociales: un estudio de casos con adolescentes costarricenses	Cualitativo interpretativo casos múltiples

---

*Nota.* Elaboración propia

Diversos estudios evidencian que la violencia digital afecta de forma significativa a mujeres jóvenes y estudiantes en las IES, manifestándose en prácticas como el *ciberacoso*, el control en redes sociales y la difusión de contenido no consentido estas agresiones suelen estar normalizadas en contextos educativos y sociales, lo que dificulta su identificación y denuncia es importante considerar que la falta de alfabetización digital y la escasa intervención institucional agravan la situación en la que se observa un patrón común de invisibilización y desensibilización ante la violencia en línea.

Por un lado, Dorantes (2016) en la Universidad Veracruzana (UV), abordó el fenómeno del *ciberacoso* entre estudiantes universitarios a través del uso de redes sociales el objetivo principal fue identificar la manifestación de conductas violentas como la ofensa, la intimidación y la exposición pública dentro del entorno universitario, derivadas del uso inadecuado de estas plataformas digitales. En este estudio se aplicaron entrevistas a profundidad con un total de 25 preguntas abiertas, con el fin de recopilar testimonios, vivencias y perspectivas subjetivas del alumnado la muestra incluyó 186 estudiantes pertenecientes a distintas regiones y áreas académicas de la UV de esta manera se utilizó un cuestionario compuesto por preguntas abiertas y cerradas para complementar la recolección de datos. Los resultados del estudio indicaron que al menos uno de cada diez estudiantes ha

experimentado alguna forma de *ciberacoso* identificando que las mujeres mayores de 22 años son quienes más frecuentemente enfrentan este tipo de violencia digital. Las plataformas más utilizadas para ejercer *ciberbullying* fueron *Facebook, Twitter, WhatsApp, Instagram y YouTube*. El fenómeno no solo afecta a los individuos directamente involucrados impacta en sus entornos familiares, sociales y académicos incluso puede repercutir en su futura inserción laboral, el *ciberbullying* es un fenómeno que se ha normalizado dentro del contexto universitario que evidencia la urgencia de visibilizarlo, detenerlo y profundizar en su estudio.

Más tarde, Gallegos et al. (2020) inviste el propósito de medir y correlacionar el nivel de autoestima y la violencia psicológica hacia las mujeres en sus relaciones de pareja este estudio se desarrolló con una muestra de cien estudiantes de la carrera de Psicología, pertenecientes a una institución pública del estado de Morelos, México, en el que se empleó un diseño no experimental con enfoque cuantitativo el cual pretendía la medición de la violencia psicológica y se utilizó una prueba adaptada que integró elementos del *Index of Spouse Abuse* (versión española) y de la prueba *APCM*. El nivel de autoestima fue evaluado mediante la Escala de *Rosenberg* los resultados mostraron que más del 50% de las participantes reportaron haber vivido violencia psicológica en algún momento en niveles que oscilaban entre medio y alto, aunque no se encontró una correlación estadísticamente significativa entre violencia psicológica y autoestima, se observó una tendencia en la que a mayor violencia, menor era el nivel de autoestima reflejando la magnitud y gravedad del problema en la población estudiada.

De igual forma, De Los Reyes et al. (2021) realizó un estudio sobre la prevalencia del control ejercido dentro de relaciones de pareja a través del uso de redes sociales y dispositivos móviles el objetivo fue identificar este tipo de violencia digital y su relación con

factores como el apego inseguro, la dependencia emocional, el sexo y la edad, para tal efecto se utilizó la Escala de Violencia de Pareja en las Redes Sociales en Adolescentes (e-VPA), desarrollada por (Cava & Buelga, 2018). Los hallazgos mostraron que el 42 % de las y los participantes habían sido víctimas de algún tipo de *ciberviolencia* por parte de sus parejas dando a conocer que en un porcentaje del 30 % reportó que sus parejas se molestaban si no respondían de inmediato al estar en línea, además de vigilar constantemente su actividad digital, en el mismo estudio se encontró que el 27 % indicó que sus parejas les prohibían chatear con ciertas amistades y reaccionaban con enojo si lo hacían, por otra parte, el 41.5 % de la muestra reconoció haber ejercido conductas de *ciberviolencia* hacia su pareja, en este grupo, se encontró que el 26.1 % admitió vigilar si su pareja estaba conectada y el 21 % declaró haber limitado su comunicación con amistades los resultados reflejan la normalización de prácticas de control digital en relaciones afectivas entre jóvenes.

En cuanto, Moral y Prieto (2022) señalan que el *ciberabuso* en las relaciones de pareja entre jóvenes es más frecuente, asociándose con dinámicas relacionales poco saludables este estudio tuvo como propósito analizar la relación entre la dependencia emocional y el control ejercido por medio de redes sociales dentro de las relaciones sentimentales de jóvenes universitarios, la muestra estuvo conformada por 627 estudiantes universitarios en España, con edades entre 18 y 26 años ( $M = 21.27$ ,  $DT = 1.72$ ), evaluando variables como la dependencia emocional, el riesgo de adicción a redes sociales e internet, así como la experiencia de *ciberacoso* tanto desde el rol de víctima como de agresor, los hallazgos evidenciaron correlaciones positivas y estadísticamente significativas entre la dependencia emocional, el *cibercontrol* y la victimización en espacios digitales en este mismo estudio se encontró que los hombres tienden a ejercer mayor control digital sobre sus parejas, mientras

que las mujeres con altos niveles de dependencia emocional mostraron una mayor tendencia a la adicción a las tecnologías, como conclusión puede señalarse que el estudio confirma la existencia de una relación entre dependencia emocional y *ciberabuso* en parejas jóvenes, lo que subraya la importancia de diseñar estrategias de prevención e intervención con enfoque psicosocial para abordar estas problemáticas.

Gómez (2023) en su estudio analiza el uso de internet y de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) como han transformado las subjetividades, las dinámicas sociales y las formas de interacción entre las personas realizando una investigación cualitativa basada en etnografía digital, en este estudio se emplearon técnicas como la observación participante, grupos de discusión y el uso de diario de campo, los resultados revelan que la violencia digital contra las mujeres universitarias suele estar normalizada y en muchos casos se disfraza mediante expresiones como chistes, memes o bromas con contenido sexista. En este estudio se destaca cómo el uso del espacio digital está marcado por diferencias de género y cómo las estudiantes transitan entre el cuidado personal y la construcción de estrategias colectivas para enfrentar esta violencia, las participantes reconocieron que estas agresiones aunque ocurran en entornos virtuales, tienen un impacto real en sus vidas, evidenciando que las relaciones de poder desiguales entre hombres y mujeres se mantienen tanto en contextos físicos como digitales, en consecuencia las universitarias inician a cuestionar y problematizar su posición de género frente a estas condiciones de vulnerabilidad en línea.

Más aun, Rueda y Suárez (2023) quienes llevaron a cabo un estudio cuantitativo, no experimental y correlacional, con una muestra de 201 adolescentes de entre 14 y 19 años con estudiantes de los últimos tres niveles de bachillerato en Milagro sus participantes señalaron

que actualmente tenían o habían tenido pareja, este estudio que tuvo como objetivo evaluar la violencia en relaciones de pareja a través de plataformas digitales, se utilizó la Escala de Violencia de Pareja en las Redes Sociales en Adolescentes (e-VPA), junto con la Escala de Ideación Suicida de Beck (SIS) para identificar riesgos asociados a pensamientos suicidas. Los resultados mostraron que la violencia digital está presente en un porcentaje significativo de la población estudiada detectando patrones recurrentes de control sobre la pareja considerando que el deseo de dominar generaba conflictos constantes en las relaciones adolescentes, donde este control se manifestaba en conductas como la vigilancia de la actividad en redes sociales y el uso del móvil generando un ambiente tóxico que afecta de forma profunda el bienestar emocional y social de los jóvenes, este estudio concluyó que la violencia digital puede llevar a consecuencias graves, incluyendo un aumento en la ideación suicida entre los adolescentes afectados, destacando que muchos jóvenes confunden el amor con el control y la victimización, provocando que toleren situaciones violentas, tanto emocionales como físicas presentando un patrón distorsionado que contribuye a la normalización de la violencia en sus relaciones, perpetuando un ciclo de malestar y riesgo para su salud mental y social.

A su vez, Escalera et al. (2023) indica que la violencia de género potenciada por las nuevas tecnologías afecta cada vez más la privacidad y seguridad de las mujeres en ámbitos digitales y cotidianos, realizando una encuesta a 416 estudiantes de trabajo social en Nuevo León dentro de sus resultados se encontró que el 58 % ha experimentado violencia digital relacionada con su género y la violencia sexual se posiciona como la más común, señalando que el 90 % estuvo en riesgo de enfrentar este tipo de violencia, respecto al autocuidado digital el 31.4 % considera que los sitios que visita no son seguros, casi el mismo porcentaje

ha tenido encuentros presenciales con personas conocidas en redes sociales y el 25.7 % ha enviado fotos íntimas en estas condiciones cerca del 50 % teme que el contenido que publica pueda afectar a otros y el 35.7 % siente que lo que ocurre en internet impacta su vida. Las autoras resaltan la necesidad de políticas y medidas que aborden la violencia digital desde un enfoque de derechos humanos e igualdad de género ya que esta violencia es subestimada por ocurrir en el ámbito virtual, ignorando su impacto real en la vida de las mujeres.

Además, Hernández et al. (2023) presentan un diagnóstico sobre la violencia digital en estudiantes de la Universidad Veracruzana (UV) quienes aplicando un cuestionario a 316 alumnos de la región Xalapa obtienen como muestra un total del 70 % quienes participan y eran mujeres, el estudio reveló que el 59 % de los casos de violencia digital ocurrieron fuera del entorno universitario y sólo el 16 % dentro de él, inicialmente el 40 % afirmó no haber sufrido violencia, al conocer las formas que esta puede tomar y sólo el 25 % mantuvo esa respuesta evidenciando una falta de información sobre el tema, entre los efectos más reportados se encuentra el impacto en la autoestima (24 %), sensación de vigilancia (22 %), depresión (17 %), y aislamiento social (9 %), el estudio evidencio las forma más comunes de agresión señalando que las más frecuentes se realizan a través de mensajes ofensivos sobre el cuerpo o las ideas personales como parte de los resultados se identificó un bajo nivel de alfabetización digital y escasa claridad entre los estudiantes sobre su estado como víctimas o agresores que refuerza la necesidad de mayor educación y cultura de denuncia sobre la violencia digital, estos resultados ponen de manifiesto un déficit de conocimiento en la clasificación de las prácticas de violencia digital y la percepción ambigua de la violencia digital resalta la importancia de aumentar la conciencia y educación sobre este tema, especialmente antes de ingresar a la universidad.

Por otra parte, Cervantes y Díaz (2023) realizaron un estudio descriptivo y exploratorio en la Universidad Autónoma de Aguascalientes con el objetivo de visibilizar las prácticas de violencia digital entre estudiantes universitarios, así como sus repercusiones y formas de afrontamiento, la investigación se fundamentó en encuestas aplicadas a 262 estudiantes de nivel superior obteniendo resultados que evidencian que las prácticas de violencia digital se intensifican cuando hay intenciones de acoso, amenaza o agresión. Las principales formas de violencia reportadas fueron el envío de contenido sexual o pornográfico no solicitado, identificado por el 56 % de los participantes, otro de los factores predominantes se refiere a los agresores quienes en su mayoría correspondía a personas desconocidas o anónimas, seguidas por personas conocidas (15 %), y en menor proporción, exparejas (2 %) y compañeros universitarios (1 %) de las consecuencias, aunque algunos estudiantes reconocieron efectos negativos, como incomodidad, malestar o afectación emocional, una proporción importante minimizó la gravedad de los hechos o no identificó consecuencias claras, los datos arrojados muestran que el 36 % de quienes no denunciaron lo hicieron por considerar que no era grave; el 17 % no sabía cómo hacerlo; el 10 % dio otras razones; el 6 % sintió pena o temor; el 3 % se sintió culpable; el 2 % fue disuadido de denunciar, y el 1 % afirmó que no les creyeron, ante estas situaciones las respuestas más comunes fueron bloquear, ignorar o no responder al agresor considerando que a pesar de que estas acciones reflejan una forma de autoprotección, también muestran una falta de acompañamiento institucional o canales eficaces de denuncia. En conclusión, los autores subrayan que la violencia digital es un fenómeno vigente en la educación superior que suele estar subestimado, tanto por las víctimas como por las instituciones. Por lo tanto, es urgente generar conciencia, fortalecer la alfabetización digital y diseñar protocolos efectivos de prevención y atención dentro del entorno universitario.

Continuando, Alonso et al. (2024) indica que la violencia digital se manifiesta no sólo en las relaciones sentimentales, a través del *cibercontrol*, insultos o humillaciones, se manifiesta también en el ámbito social mediante formas como el *cyberbullying*, el *grooming* y el *cyberstalking*, esta multiplicidad de agresiones señala un entorno digital cada vez más complejo y riesgoso para los adolescentes, en este estudio se destaca la importancia de la intervención conjunta entre familias y personal educativo para prevenir este tipo de violencia. La escasa supervisión del uso tecnológico por parte de los padres, combinada con la falta de estrategias educativas preventivas, contribuye a que estos comportamientos se reproduzcan sin control el estudio advierte que es fundamental generar espacios de formación en el uso seguro de la tecnología y promover relaciones digitales libres de violencia y propone que futuras investigaciones incluyan centros escolares de gestión privada o concertada, con el fin de explorar diferencias según el tipo de institución y contexto.

De modo que, García et al. (2024) llevó a cabo una investigación con enfoque cualitativo e interpretativo, utilizando un diseño de casos múltiples para analizar cómo se vive y normaliza la violencia en redes sociales entre adolescentes en el que participaron cinco estudiantes de entre 14 y 15 años de un colegio en Heredia, Costa Rica que se lleva a cabo por medio de la técnica de entrevistas en profundidad y grupos focales explorando sus experiencias y percepciones sobre las interacciones digitales los resultados del estudio revelaron que las redes sociales se han convertido en una extensión de la vida cotidiana donde la violencia se manifiesta y se percibe como parte habitual de las relaciones en línea. Los adolescentes tienden a considerar normal este tipo de agresiones, especialmente cuando están disfrazadas como memes o contenido humorístico contribuyendo a la invisibilización y resignificación de la violencia digital, otro de los hallazgos más relevantes es la

desensibilización progresiva frente a la violencia: los jóvenes muestran menor respuesta emocional, apatía y pasividad ante situaciones agresivas, lo que dificulta su identificación y prevención, el estudio concluye que esta normalización inconsciente plantea un desafío urgente para la intervención educativa y la sensibilización sobre los riesgos de la violencia digital encubierta.

### **1.5.1 Análisis del estado de la cuestión**

El estado de la cuestión muestra que la violencia digital se ha convertido en una problemática frecuente entre mujeres jóvenes y universitarias, las investigaciones coinciden en que prácticas como el *ciberacoso*, la vigilancia, el control en redes sociales y la difusión de contenido no consentido forman parte de dinámicas normalizadas que muchas veces pasan desapercibidas. Esta normalización se relaciona con la falta de información, el desconocimiento institucional y una alfabetización digital limitada, lo que dificulta que las estudiantes identifiquen y denuncien estas agresiones.

En el ámbito de las relaciones afectivas se observa que el control digital suele confundirse con muestras de interés, lo que favorece relaciones desequilibradas y reproducidas en entornos virtuales y las consecuencias para la salud mental incluyen afectaciones en la autoestima, ansiedad, miedo, sensación de vigilancia y, en casos más graves, indicadores de malestar emocional profundo.

## Capítulo II

### Marco teórico

#### 2.1. El devenir histórico del feminismo y la construcción social de género

El análisis de las olas feministas a lo largo del tiempo permite comprender la influencia histórica del feminismo en la construcción social del género; así, como los avances y transformaciones de la lucha por los derechos de las mujeres en distintos contextos históricos, el “*protofeminismo*”, desarrollado principalmente entre los siglos XVII y XIX, reúne ideas y acciones que anteceden al feminismo moderno y que sentaron las bases para la reivindicación de derechos como la educación y la autonomía de las mujeres (Lerner, 1993). Este término alude a un conjunto de ideas y acciones críticas que antecedieron al feminismo como movimiento organizado, quiénes cuestionaron la desigualdad entre hombres y mujeres, promovieron derechos como la educación, la autonomía personal y la revisión de los roles de género impuestos socialmente.

De acuerdo con Schrupp (2018), diversas culturas han construido distinciones entre los géneros, generalmente limitadas a lo masculino y lo femenino las narrativas tradicionales, como la bíblica, suele interpretarse la creación de Adán y Eva como el origen de esa diferencia en este sentido el término hebreo *Adam* no alude a un varón, sino al ser humano en general, lo que muestra que la diferenciación sexual no estaba presente desde el inicio del relato y a partir de la figura de Eva se introduce la separación entre géneros y se configura una estructura simbólica donde lo masculino se toma como referente universal, relegando lo femenino a un plano subordinado. Estas interpretaciones han influido en la conformación de sistemas jerárquicos como el patriarcado cuyos efectos varían según el contexto histórico, sociocultural y político, incluso en sociedades que se consideran igualitarias se mantienen

normas que obligan a las mujeres a adaptarse a principios contruidos desde una lógica masculina:

“Quien quiera comprender las ideas feministas, tiene, por tanto, que verlas siempre en su contexto y no puede pretender una definición unívoca. Nadie podrá evitar formarse un juicio y adoptar un punto de vista propio. Pues <<el feminismo>> no existe: las propuestas, investigaciones y conocimientos son continuos” (p.11).

En este marco, el feminismo no se concibe como un conjunto rígido de definiciones que se posiciona como una postura crítica frente a la supremacía de lo masculino y en defensa de la libertad de las mujeres sus planteamientos adquieren sentido únicamente si se analizan en el contexto donde surgen ya que no existe una definición única.

### **2.1.1. Las olas feministas**

En cuanto a Alterio y Martínez (2019) quienes recopilan el devenir histórico de las primeras mujeres que visibilizaron los regímenes políticos modernos incluyendo a las mujeres en la Ilustración y la Revolución francesa alumbraron al feminismo en el siglo XVIII donde *Onlympe de Gouges en 1793* realiza la «Declaración de los derechos de la mujer Ciudadana» y un año antes en 1792 *Mary Wollstonecraft* escribía “*Vinculación de los derechos de la mujer*” ambas morirían de forma simbólicamente; las autoras nos hablarán de la primera, segunda y tercera ola del feminismo que a continuación se reseña:

La primera ola, se centró en las movilizaciones Europa y Norteamérica en el siglo XIX, principios de XX y la lucha de la educación con la finalidad de conseguir la igualdad en y ante la ley que supuso el nacimiento de la conciencia de la opresión de la mujer articulandose a través de reclamación de carácter político Renacentista que buscaba la igualdad en la esfera pública, especialmente en el acceso a la educación, el trabajo, los

derechos matrimoniales, la relación con los hijos y el derecho al voto. Bajo la premisa de que “la mente no tiene sexo”, se evidencia que el supuesto ideal humano respondía en realidad a un modelo masculino (Valera, 2014).

La segunda ola feminista aborda la “liberación de la mujer” y las desigualdades de afecto que influyen toda estructura social (patriarcado) después de la segunda guerra mundial. esta ola se identifica con la aparición de Simone de Beauvoir quién publica el “*Segundo sexo*” en 1949 en Francia este masivo acceso a la educación superior entre francesas y alemanas en 1968 permitió que estos grupos de mujeres comenzaran los trabajos sobre la “*concientización*” como método propio del feminismo (Alterio y Martínez, 2019).

A mediados del siglo XIX, el feminismo y al surgir el marxismo establecen una relación directa al considerarse la primera teoría crítica que analiza las relaciones humanas en términos de dominación y subordinación, sin embargo, a diferencia del feminismo, el marxismo carece de una capacidad explicativa para abordar el patriarcado como sistema de dominación de los hombres sobre las mujeres, ya que en 1884 tanto Karl Marx como Friedrich Engels interpretaron la opresión de la mujer principalmente como una forma de explotación económica, posteriormente Clara Zetkin (1854-1933) sentó las bases de un movimiento socialista femenino (Valera, 2014).

La tercera ola del feminismo emergió a inicios de la década de 1990 y se caracterizó por cuestionar la idea de un feminismo homogéneo. Este periodo impulsó el reconocimiento de múltiples identidades y experiencias de género; así como, su interrelación con otros ámbitos sociales, culturales y políticos, promoviendo una visión más inclusiva y diversa del movimiento feminista. Rebeca Walker en la misma década de los 90’s señala la percepción de los fallos que había cometido la segunda ola y señala que la conciencia determino que no

existe un único modelo de la mujer sino múltiples. En el contexto estadounidense “*sobre el racismo negro*” y las “*feministas liberales*” se centran en las experiencias de las mujeres blancas, heterosexuales y socioeconómicamente privilegiadas. En 1989 se comenzó a usar el concepto de *interseccionalidad* por Kimberlé Williams, a principios de los noventa, surgió un cambio hacia la transformación del orden social, criticó al marxismo y normalizó la sexualidad a través de Teoría *Queer* y las parodias de “performances paródicas” (Alterio y Martínez, 2019).

El ciberfeminismo surge en Australia en 1991 con el colectivo VNS Matrix, quienes acuñaron el término y utilizaron la tecnología como medio de subversión de los estereotipos de género, consolidándose posteriormente en el Primer Encuentro Internacional Ciberfeminista realizado el 20 de septiembre de 1997 en Documenta X en Kassel, organizado por el colectivo liderado por Cornelia Sollfrank; paralelamente, una segunda vertiente de carácter social emerge en 1993 dentro de la Asociación para el Progreso de las Comunicaciones con el grupo APC-mujeres, impulsado por Karen Banks y Sally Burch, destacando su impacto en la IV Conferencia Mundial sobre la Mujer y en la Marcha Mundial de las Mujeres, donde las redes digitales se consolidaron como herramientas clave para la comunicación, el empoderamiento y la articulación del movimiento feminista a nivel global (Valera, 2014).

Aun cuando la subdivisión del feminismo en distintas olas resulta problemática en muchos aspectos y también estos grupos engloban en su interior opiniones muy diversas, no obstante, algunos puntos en los que los temas de la tercera ola diferencian tendencialmente de los de la segunda ola, se muestran escépticas políticas tradicionales y prefieren en su lugar formas blandas de conexión, como por ejemplo el internet. Se utilizan las redes sociales y la

tecnología para amplificar las voces feministas y denunciar violencias estructurales (como introducción a la cuarta ola feminista).

### **2.1.2. El movimiento feminista en México**

El feminismo se ha constituido en una crítica deconstructiva del humanismo patriarcal y ha permitido develar esa deuda del humanismo con las mujeres y, desde luego, con una humanidad compleja e incluyente de todos los seres humanos (Lagarde, 2016, p. 220). En 1971, el acceso de las mujeres a la educación superior en México, impulsado por el feminismo pionero desde finales del siglo XIX, permitió cuestionar la desigualdad de género; destacan hitos como el ingreso a medicina en 1882 y la titulación de Matilde Montoya en 1887, consolidándose tras la Revolución con la apertura de la Universidad Nacional Autónoma de México (Lamas, 2007).

A cerca de México en el siglo XVIII la mexicana Leona Vicario en la lucha por la independencia en 1810 se posiciona como una de las pioneras en el movimiento. En Yucatán, México se produjeron los dos congresos feministas en 1916, de ahí que dos años después reflejaron en el Código Civil de 1918, el derecho al divorcio, la patria potestad. Para 1923 Elvia Carrillo Puerto, es una de las primeras mujeres feministas electa diputada de Yucatán (Micael & Martínez, 2019. p.p. 17-20).

En México, el 9 de mayo de 1971, en el entonces Distrito Federal, hizo su primera aparición el grupo que consolidaría el movimiento feminista mexicano: Mujeres en Acción Solidaria (MAS). En los años 80's tras el sismo del 86 las mujeres obreras que quedaron atrapadas en fábricas tomaron voz en el movimiento feminista de México. En los años 90's surge el EZLN (Ejército Zapatista de Liberación Nacional) y con él las mujeres indígenas

que exigían sus derechos para ser reconocidas. Las mujeres indígenas no se habían tomado en consideración para el movimiento feminista en México (Trujillo, 2018).

El movimiento feminista en México, una lucha permanente contra la violencia de género, ha tenido múltiples formas y espacios de expresión, los avances han sido: El derecho al voto en 1953 al ser publicada en el “*Diario Oficial de la Federación*” en 1955, por primera vez, las mujeres en México comenzaron a exigir su derecho al voto y fue en 1947, durante el gobierno de Miguel Alemán Valdés, cuando, ante la presión de los movimientos de mujeres, se reconoció su participación en procesos electorales municipales, marcando un avance importante en sus derechos políticos; en 2007 se publica de igual manea en el “*Diario Oficial de la Federación*” la “*Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia*”, con el objetivo de prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres; además, se lleva a acabó la interrupción legal del embarazo en el 2007 en Ciudad de México y en 2019 en Oaxaca, en 2019 se reforma el Código Penal Federal para tipificar como delito la difusión de imágenes íntimas sin consentimiento, conocida como "*Ley Olimpia*" (Sánchez, 2020).

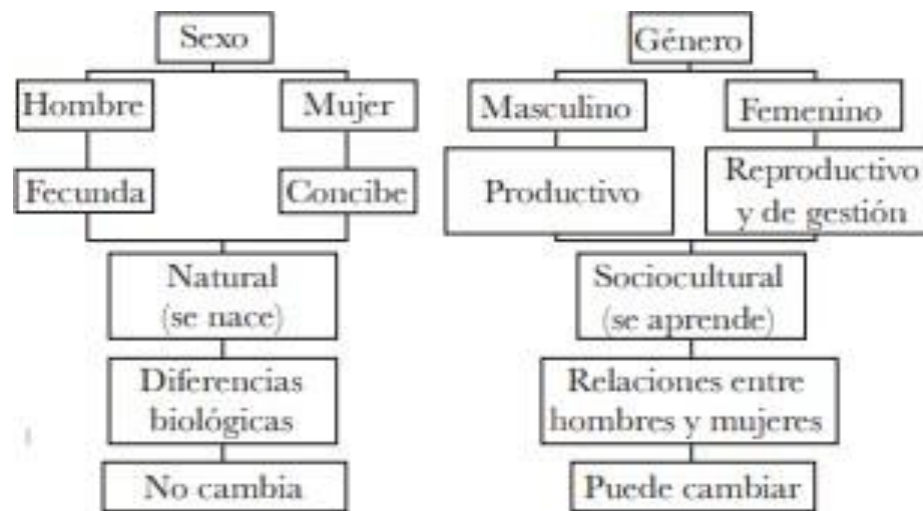
Es importante considerar que las mujeres han ganado espacio en la historia como algo inusual en México acentuando que en el 2024 Claudia Sheinbaum asume la presidencia de México, convirtiéndose en la primera mujer en ocupar este cargo en la historia del país.

## **2.2. La violencia de género y su impacto en la sociedad**

La violencia es un fenómeno que impacta a las personas que viven en contextos sociales sus características, formas y tipos de manifestación en los que ocurre, nos permite comprender la forma en la que se ejerce y afecta en los espacios digitales de interacción.

El psicólogo neozelandés John Money (1921-2006) fue quien acuñó por primera vez el concepto de "género" a mediados de la década de 1950 para describir los comportamientos que la sociedad asigna a los hombres y a las mujeres sobre la masculinidad y feminidad (Figura 2) diferenciando a los seres humanos (Solama, 2024. p.189). Robert Stoller en 1968 considera que la identidad no es determinada por el sexo biológico, sino por el hecho de haber vivido desde el nacimiento las experiencias, ritos y costumbres que se ciernen sobre el hecho de haber nacido hombres y mujeres (Hernández, 2006).

**Figura 3**  
*Diferencias y características de Sexo y Género.*



**Fuente:** Tomado de (UNAM, 2020)

Scott (1986) define el género como “un elemento constitutivo de las relaciones sociales, basado en las diferencias percibidas entre los sexos, y una forma primaria de relaciones de poder” como categoría útil para el análisis histórico” (p.23) que son construcciones socioculturales que pueden modificarse, dado que han sido aprendidas.

Así mismo, Lamas (1994) define el género como “la simbolización que cada cultura elabora sobre la diferencia sexual, estableciendo normas y expectativas sociales sobre los

papeles, las conductas y los atributos de las personas en función de sus cuerpos, por su parte, Lagarde (1996) señala la perspectiva de género está basada en la teoría de género y se inscribe en el paradigma teórico histórico-crítico a fin de contribuir a la construcción subjetiva y social de una nueva configuración a partir de la resignificación de la historia, la sociedad, la cultura y la política desde las mujeres y con las mujeres (p.p.13-38). Hay que mencionar, según Segato (2003) que el género no se reduce a la dicotomía biológica de lo masculino y femenino, se entiende como una construcción social y cultural que define la posición y las relaciones de poder entre ambos (p.55).

Por otra parte, el Instituto Nacional de las Mujeres [INMUJERES] (2007) define al género como:

“Conjunto de ideas, creencias y atribuciones sociales, construidas en cada cultura y momento histórico, tomando como base la diferencia sexual; a partir de ello se construyen los conceptos de “*masculinidad*” y “*feminidad*”, los cuales determinan el comportamiento, las funciones, oportunidades, valoración y las relaciones entre mujeres y hombres” (p.71).

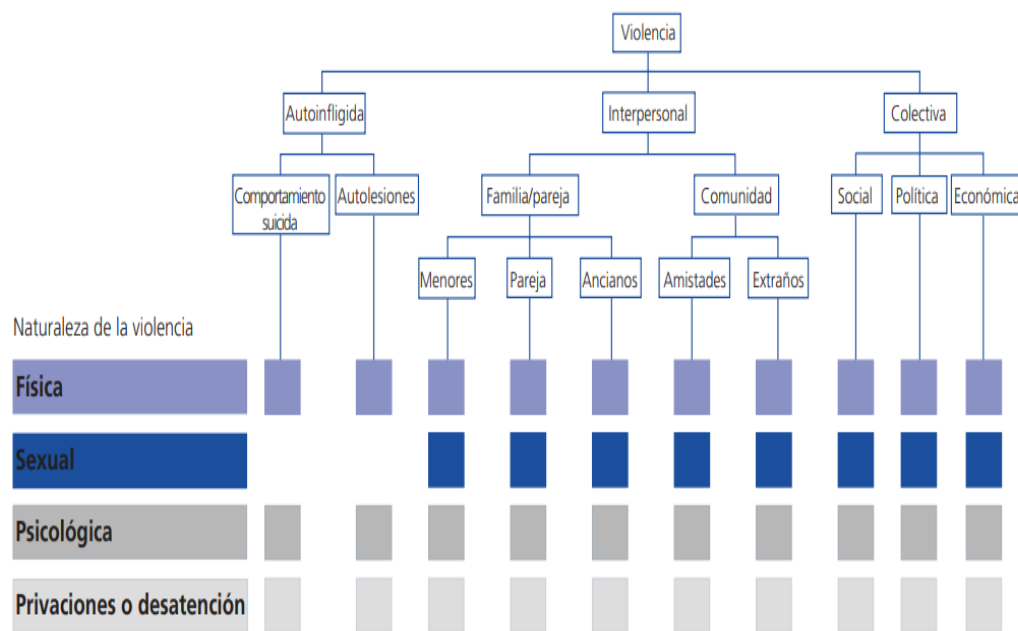
El género puede entenderse como un conjunto de características, roles y expectativas socialmente construidas que asignan a las personas comportamientos, funciones y oportunidades diferenciadas según se perciba su sexo. No se limita a la biología, refleja las relaciones de poder y las normas culturales que regulan la vida social. Este concepto es dinámico y cambia a lo largo del tiempo y según el contexto histórico, social y cultural, lo que permite que la comprensión de la masculinidad y la feminidad se resignifique constantemente. Por ello, analizar el género implica reconocer tanto su dimensión simbólica como sus implicaciones prácticas en la vida de las mujeres y los hombres.

La OMS (1996) define a la Violencia como “El uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o

comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones” (p.5).

Buvinic et al. (1999) definen a la violencia como “el uso o amenaza de uso de la fuerza física o psicológica, con intención de hacer daño”. La clasificación de la violencia (Figura 4) utilizada en el informe mundial sobre la violencia y la salud divide a la violencia en tres grandes categorías según el autor del acto violento: violencia dirigida contra uno mismo, violencia interpersonal y esta categorización inicial distingue entre la violencia que una persona se inflige a sí misma, la infligida por otro individuo o grupo pequeño de individuos, y la infligida por grupos más grandes (OMS, 2002).

**Figura 4** Clasificación de la violencia



**Fuente:** Tomado del Informe mundial sobre la violencia y la salud (2002).

Por otra parte (El Principio de Igualdad de Género en la Jurisprudencia Comparada, 2014) se conceptualiza como:

“La violencia basada en el género hace referencia a aquella violencia que se dirige hacia ciertas personas o grupos de personas en razón de su género, o aquella violencia dirigida contra ciertos individuos o grupos de individuos que no se inscriben dentro de los roles de género socialmente aceptables. No obstante, este capítulo se centra en la violencia específicamente dirigida contra las mujeres y las niñas” (p.87).

La ONU Mujeres (1981) establece que:

“La violencia de género se refiere a los actos dañinos dirigidos contra una persona o un grupo de personas en razón de su género. Tiene su origen en la desigualdad de género, el abuso de poder y la existencia de normas dañinas. El término se utiliza principalmente para subrayar el hecho de que las diferencias estructurales de poder basadas en el género colocan a las mujeres y niñas en situación de riesgo frente a múltiples formas de violencia. Si bien las mujeres y niñas sufren violencia de género de manera desproporcionada, los hombres y los niños también pueden ser blanco de ella”.

Las violencias de género por su parte, tienen su origen como definición a finales de los noventa en diversos instrumentos internacionales, nacionales y regionales de derechos humanos de las mujeres. La escalera de la violencia de género (Figura 5) es una herramienta que muestra la manera en que las agresiones contra las mujeres pueden iniciar con conductas aparentemente normalizadas, como bromas sexistas o control y escalar hacia formas más graves de violencia, su finalidad es hacer consciente y visible este proceso para identificarlo a tiempo, prevenir su normalización y contribuir a combatir todas las violencias que las mujeres enfrentan por el hecho de serlo, con el objetivo de promover relaciones respetuosas y una Cultura de Paz (Movimiento por la Paz, 2024).

**Figura 5**  
*Escalera de la violencia de género*



**Fuente:** Tomada de *Moviendo por la paz* (2024).

La Asamblea General de las Naciones Unidas (1993) estableció la Declaración para la Eliminación de la Violencia contra la Mujer reconociendo la urgente necesidad de una aplicación universal a la mujer de los derechos y principios relativos a la igualdad, seguridad, libertad, integridad y dignidad de todos los seres humanos donde se establece que la violencia contra las mujeres es una violación de los derechos humanos y una manifestación de relaciones de poder históricamente desiguales entre hombres y mujeres el documento afirma que esta violencia puede ejercerse en los ámbitos público y privado, e incluye agresiones físicas, sexuales y psicológicas; así, como prácticas tradicionales dañinas, coerción y privaciones arbitrarias de libertad.

### **2..2.1. La violencia de género contra las mujeres**

Desde una perspectiva feminista la violencia no puede entenderse como un fenómeno aislado o individual, sino como una construcción social vinculada a relaciones de poder que la sostienen y legitiman; en este sentido, su resignificación permite visibilizar cómo las

violencias de género se reproducen a través de normas, discursos y prácticas culturales que perpetúan la desigualdad (Biglia, 2007).

Las autoras Jaramillo y Canaval (2020) menciona que la violencia de género se produce en un marco de desigualdad, no se refiere exclusivamente a las mujeres, también puede ser experimentada por hombres y personas de diferente identidad de género, refleja la violencia de género consiste en un fenómeno de orden estructural, social y político; resultado de la discriminación estructural originado por un sistema sexo-género-patriarcado.

Todos los tipos de violencia de género contra las mujeres tienen algo en común: son formas de coerción, abuso o agresión que se usan para controlar, limitar o constreñir la vida, el estatus, los movimientos y las oportunidades de las mujeres en la vida como de las experiencias de las mujeres en todo el mundo para facilitar y asegurar los privilegios de los hombres (Kelly, 1989).

La ONU (1981) define la violencia contra la mujer como "todo acto de violencia de género que resulte, o pueda tener como resultado un daño físico, sexual o psicológico para la mujer, inclusive las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la privada".

Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer, Convención de Belem do Pará (1994) se establece la violencia contra las mujeres es cualquier acción o conducta basada en su género, que cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer, tanto en el ámbito público como en el privado

La violencia contra las mujeres es "cualquier acción u omisión, basada en su género, que les cause daño o sufrimiento psicológico, físico, patrimonial, económico, sexual o la

muerte tanto en el ámbito privado como en el público” (Cámara de Diputados H. Congreso de la Unión [CDHCU], 2021. p.10).

En 2021, a nivel nacional, del total de mujeres de 15 años y más, 70.1 % han experimentado al menos un incidente de violencia que puede ser psicológica, económica, patrimonial, física, sexual o discriminación en al menos un ámbito y ejercida por cualquier persona agresora a lo largo de su vida, la violencia psicológica es la que presenta mayor prevalencia (29.4 %), seguida de la violencia sexual (23.3 %), la violencia económica, patrimonial y/o discriminación (16.2 %) y la violencia física (10.2 %). (INEGI, 2023).

### **2.3. La Violencia de Género Digital**

Los espacios digitales pueden ser un referente para generar violencia de género, ya que ofrecen una plataforma anónima y accesible para que los agresores puedan acosar, amenazar y controlar a sus víctimas. La violencia de género digital es toda forma de discriminación, acoso, explotación, abuso y agresión que se produce a través del uso de redes sociales, correos electrónicos, teléfonos celulares y cualquier otro medio o canal de los que comprenden las tecnologías de la información y comunicación (Zalazar, 2023).

La violencia digital se concibe como “cualquier acto realizado a través de medios informáticos que busque agredir, violentar, vulnerar o exhibir la intimidad de una persona” (Secretaría de las Mujeres de la Ciudad de México, 2021. p.4). La violencia de género en línea o facilitada por las nuevas tecnologías es un acto de discriminación ejercido con la intermediación de las TIC que afecta principalmente a mujeres, adolescentes y niñas, a personas integrantes de la comunidad LGBTIQ+, y a cuerpos o identidades que no cumplen con los estereotipos de género basados en directrices heteronormativas (ONU Mujeres y MESECVI, 2022. p.9).

La Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (2007)

explica qué:

“La violencia digital es toda acción dolosa realizada mediante el uso de tecnologías de la información y la comunicación; por la que, se exponga, distribuya, difunda, exhiba, transmita, comercialice, oferte, intercambie o comparta imágenes, audios o videos reales o simulados de contenido íntimo sexual de una persona sin su consentimiento, sin su aprobación o sin su autorización le cause daño psicológico, emocional, en cualquier ámbito de su vida privada o en su imagen propia” (p.12).

Por otra parte, de la Defensoría del Público (2023) refiere que la violencia digital es aquella que se ejerce en el ámbito digital y se vale de herramientas tecnológicas como teléfonos celulares, redes sociales, plataformas e internet– y se ejerce a través de acciones directas o indirectas contra grupos vulnerables, como mujeres, lesbianas, travestis y trans (p.2).

Vásquez et al. (2018) refieren que los espacios digitales son lugares donde se encuentran deseos, intereses, experiencias, emociones y contradicciones de las personas, los espacios seleccionados evidencian habilidades, destrezas, opiniones y creaciones resultado de formaciones diversas en lugares como *YouTube, Pinterest, Flickr, Facebook, Instagram, Wix o WordPress*. Sin embargo la implementación de reflexión sobre las tecnologías como apoyo a las acciones educativas tiene limitaciones y diálogos permanentes que se desarrollan para entender su uso en contextos de injusticia y ausencia estatal.

En cuanto Castells (2000), argumenta que los espacios digitales han reconfigurado la manera en que las personas interactúan socialmente. Según Benkler (2006), los espacios digitales permiten una mayor democratización de la información debido a que los usuarios tienen la capacidad de crear, compartir y distribuir contenidos sin la mediación de

instituciones tradicionales como los medios de comunicación, a su vez Fuchs (2017), señala que los espacios digitales no solo sirven como plataformas para la interacción, también refuerzan o alteran las estructuras de poder existentes.

### **2.3.1. Tipologías de violencia de género digital**

La violencia digital contra las mujeres y niñas mediante las redes sociales (también conocida como *ciberviolencia*), puede tener diversas manifestaciones como el ciberbullying, el sexting, el *stlaked*, el *grooming*, el *shaming* y el *doxing*, algunos otros ejemplos son la difusión, sin el consentimiento de la víctima sobre sus datos e imágenes personales, amenazas, difamaciones, acoso, humillación, ataques que afectan la libertad de expresión de las mujeres, entre otras (Secretaría de las Mujeres de la Ciudad de México, 2025).

El Infoem (2024) funciona principalmente en vigilar que las instituciones públicas manejen la información de manera transparente y que respeten la privacidad de las personas, además de orientar a la ciudadanía sobre cómo ejercer sus derechos y promover una cultura de protección de datos y uso responsable de la información que cumple un papel clave al orientar sobre los riesgos asociados al manejo de información en línea, promover buenas prácticas de seguridad digital y difundir medidas para prevenir conductas como el *ciberacoso*, la difusión no consentida de contenido y la vulneración de la privacidad. Además, impulsa acciones de sensibilización y educación digital para fortalecer la protección de los derechos en los entornos tecnológicos, la cultura de la denuncia y el acompañamiento a las víctimas de violencia digital, facilitando el acceso a mecanismos institucionales de apoyo. De igual manera, promueve la transparencia y el uso responsable de la información en plataformas digitales el cual contribuye al desarrollo de políticas públicas orientadas a la protección de datos personales y la seguridad en línea (Tabla 3).

**Tabla 3**  
*Tipos de Violencia Digital más comunes en México*

<b>Tipo</b>	<b>Descripción</b>
<i>Cyberbullying</i>	Es el que se lleva a cabo a través del uso de medios de comunicación, principalmente de Internet, telefonía móvil y videojuegos online para cometer acoso psicológico.
<i>Grooming</i>	Es el acoso ejercido por una persona adulta hacia un (a) niña/o o adolescente con el propósito de establecer una relación de control emocional y de abuso sexual.
<i>Phishing</i>	Fraude que busca informaciones bancarias, suplantando identidades personales e institucionales a través de mensajes de texto, llamadas o ventanas emergentes en páginas web.
<i>Sextorsión</i>	Actos de chantaje que busca obtener contenidos o materiales sexual producidos por la misma víctima en previa situación de confianza en base a amenazas. Una forma de explotación sexual.
<i>Cracking</i>	Conducta delictiva en el cual un individuo (denominado <i>craker</i> ) altera, modifica, elimina o borra los datos de un programa o documento informático con la finalidad de obtener un beneficio de dicha alteración.

*Nota:* Elaboración propia

La VGD es una realidad que se ha normalizado, convirtiéndola en una práctica cotidiana, las ofensas, insultos, burlas y comentarios negativos derivan en violencia psicológica, económica, sexual y física es una realidad tanto en el contexto mundial como en el contexto nacional y el local, en diferentes ámbitos, incluidas las IES (Tabla 4) es por eso que se tiene que reconocer la presencia y los tipos de violencias que se manifiestan a través

de los espacios digitales y su relación en los espacios universitarios (Universidad Autónoma Benito Juárez de Oaxaca [UABJO], 2021).

**Tabla 4**  
*Tipos de Violencia Digital más comunes en las IES*

<b>Tipo</b>	<b>Descripción</b>
<i>Ciberacoso</i>	Realizar ataques personales y abuso psicológico con información confidencial o falsa.
<i>Sexting</i>	Consiste en el envío de fotografías y videos de tipo sexual a través del móvil o cualquier otro dispositivo tecnológico dirigidos a otra persona. El envío y la recepción son consensuados
<i>Stalked</i>	Son aquellas conductas que realiza una persona conocida como - <i>stalker</i> -, consistentes en perseguir, acechar y acosar, mediante plataformas tecnológicas de forma compulsiva a otra persona.
<i>Shaming:</i>	Últimamente se han empleado los términos <i>fat-shaming</i> y <i>slut-shaming</i> para nombrar aquellos actos que tienen el objetivo de avergonzar a la víctima, principalmente a mujeres. El primer término se refiere a la complexión física y el segundo a comportamientos y deseos sexuales.
<i>Doxing</i>	Consiste en le acción de publicar información privada sin consentimiento de la persona.
<i>Porno-Venganza:</i>	Difusión de contenido sexual, difamación y desprestigio.

*Nota:* Elaboración propia

Los tipos de VGD abarcan diversas acciones que buscan dañar, controlar o vulnerar a una persona mediante el uso de tecnologías, de entre las formas más comunes se encuentran

hostigamiento constante a través de mensajes o publicaciones; la difusión no consentida de información, datos personales o contenido íntimo; y la suplantación de identidad, utilizada para manipular, engañar o desprestigiar, se incluyen la vigilancia y el control mediante dispositivos o redes sociales; así como, las expresiones de odio y amenazas dirigidas especialmente hacia mujeres. Estas modalidades comparten un impacto psicológico significativo y pueden perpetuar dinámicas de violencia estructural en los espacios digitales.

#### **2.4. La salud mental y sus afectaciones por violencia de género digital**

Desde una perspectiva psicosocial, la salud mental puede entenderse como un proceso dinámico que integra tanto el equilibrio interno de la persona como su capacidad para establecer vínculos significativos. Bohoslavsky (1997) señala que la salud mental se relaciona con la coherencia personal, la confianza en sí mismo y en los demás, la posibilidad de reconocer al otro de manera integral, asumir los roles sociales y participar en intercambios afectivos recíprocos. Por su parte, Pichón Rivière (1985) define la salud mental a partir de la calidad del comportamiento social, enfatizando la capacidad del sujeto para adaptarse activamente a la realidad. En conjunto, ambos autores coinciden en que la salud mental se construye en la interacción entre el individuo y su contexto social.

La salud mental es un estado de bienestar que posibilita a las personas afrontar las situaciones de estrés cotidiano, desarrollar sus capacidades, desempeñarse de manera adecuada en los ámbitos académico y laboral y participar activamente en su comunidad, asimismo de su importancia para el funcionamiento individual y social, la salud mental constituye un derecho humano fundamental, este bienestar se construye a lo largo de un proceso dinámico y continuo, que se manifiesta de manera distinta en cada persona, y está

influido por factores individuales, familiares, sociales y estructurales que pueden fortalecerlo o deteriorarlo (OMS, 2023).

#### **2.4.1. Los efectos psicosociales en salud mental por VGD**

Los estudios sobre violencia en espacios digitales ya advertían sobre sus efectos significativos en la salud mental, en este sentido Schneider et al. (2011) señalan que la prevalencia del acoso cibernético y la victimización por acoso escolar se asocian con elevados niveles de angustia psicológica, incluyendo síntomas depresivos, conductas de autolesión e ideación suicida, lo que evidencia el impacto profundo de estas prácticas en el bienestar emocional de quienes las experimentan.

Posteriormente, Ortega & Carrascosa (2018), en su investigación sobre malestar psicológico y apoyo psicosocial en víctimas de *ciberbullying*, identifican que las personas que son *cibervictimizadas* presentan mayores niveles de malestar psicológico y destacan que el incremento progresivo de la soledad favorece estados de mayor vulnerabilidad, lo que facilita la continuidad de las agresiones digitales al situar a la víctima en condiciones de indefensión emocional y social.

En concordancia con estos hallazgos, Domínguez et al. (2019) reportan que tanto mujeres como varones que experimentan conductas de *ciberacoso* presentan altos niveles de malestar psicológico y pensamientos suicidas, lo que refuerza la relación entre la violencia digital y el deterioro de la salud mental.

En estudios más recientes, Troya et al. (2023) señalan que en las últimas décadas se ha observado un aumento de trastornos emocionales como la ansiedad y la depresión particularmente entre jóvenes expuestos de manera constante a las redes sociales, las autoras

destacan que el uso intensivo de plataformas digitales se vincula con diversas problemáticas de salud mental, entre ellas los trastornos de la conducta alimentaria, considerados una de las enfermedades crónicas más comunes en esta población; así como, otros malestares psicológicos derivados de la interacción digital constante.

Finalmente, Zalazar (2023), en una entrevista especializada en materia de comercio y justicia, advierte sobre una tendencia global al incremento de los casos de violencia en los espacios digitales, de acuerdo con el autor las personas afectadas por estas agresiones pueden presentar trastornos de salud mental como ansiedad y depresión que impactan negativamente en su bienestar general, entre las manifestaciones más frecuentes de la violencia digital se encuentran la difusión no consentida de imágenes privadas, las agresiones verbales, la extorsión, las amenazas, el chantaje y la discriminación.

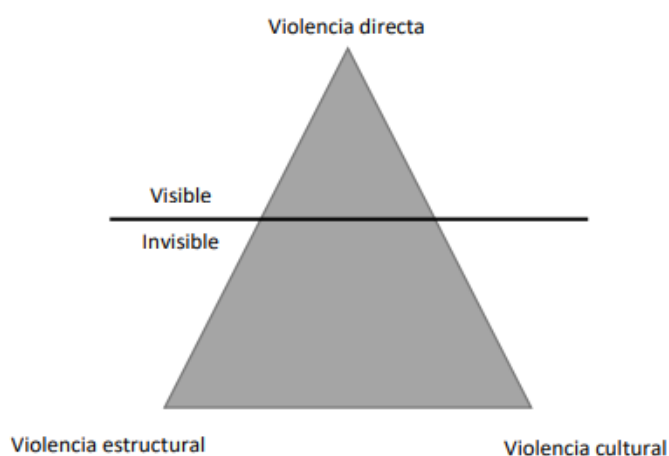
## **2.5. Teoría de la violencia de Johan Galtung**

La teoría del conflicto desarrollada por el matemático y sociólogo noruego Johan Galtung plantea la necesidad de realizar un análisis profundo del conflicto para comprender su carácter multidimensional que desde esta perspectiva el conflicto no puede explicarse únicamente por factores individuales, sino como el resultado de una compleja interacción entre la dotación genética de la persona, su propia actividad, las oportunidades de aprendizaje, el contexto social y cultural en el que se encuentra inserta, así como sus vínculos afectivos y motivacionales. En este sentido, Galtung distingue entre crecimiento y desarrollo señalando que desarrollarse no implica únicamente crecer, sino transformar de manera cualitativa las condiciones de vida y las relaciones sociales (Calderón, 2009).

Desde este enfoque, la violencia es entendida como el fracaso en la transformación de los conflictos y Galtung propone una concepción amplia de la violencia basada en una

triple dimensión, conocida como el triángulo de la violencia en la que se distinguen la violencia directa, la violencia estructural y la violencia cultural esta clasificación permite reconocer que la violencia no solo se manifiesta de forma visible e inmediata, sino que también puede estar presente de manera indirecta y normalizada en las estructuras sociales y en los sistemas simbólicos de la cultura (Galtung, 2003a).

**Figura 6**  
*Triángulo de la violencia de Galtung*



**Fuente:** Tomada de Galtung (2003a).

Galtung (2003a) señala que la violencia directa se presenta como un acontecimiento puntual, mientras que la violencia estructural opera como un proceso continuo la violencia cultural se mantiene como una constante que legitima ambas formas a lo largo del tiempo esta última se manifiesta a través de elementos culturales como los medios de comunicación, el arte, la religión, la ciencia y otras expresiones simbólicas que contribuyen a normalizar o justificar prácticas violentas. Asimismo, Galtung (1998) indica que la violencia puede analizarse en distintos momentos del ciclo del conflicto, es decir, antes, durante y después de su manifestación abierta.

### **2.5.1. Violencia directa**

La violencia directa se caracteriza por su manifestación visible e inmediata y puede adoptar formas físicas, verbales o psicológicas esta es ejercida por una o varias personas con la intención de dañar o afectar a otras personas, a sus bienes materiales o incluso al entorno natural este tipo de violencia incluye expresiones como la violencia de género y la violencia de género digital en donde el daño se produce de manera explícita a través de agresiones, amenazas, insultos o conductas coercitivas (Galtung, 2003a).

### **2.5.2. Violencia estructural**

La violencia estructural se refiere a aquella que se encuentra integrada en los sistemas sociales, políticos y económicos que organizan la vida en sociedad y no requiere de una agresión directa para producir daño ya que se manifiesta mediante la desigual distribución de recursos, oportunidades y derechos esta forma de violencia puede observarse en instituciones como la escuela, el sistema de salud o las organizaciones laborales, donde ciertas estructuras generan condiciones de explotación y exclusión (Galtung, 2003a).

De acuerdo con Salinas (2023), la violencia estructural tiene como principal consecuencia la explotación, entendida como un intercambio desigual que beneficia a algunos sectores mientras perjudica a otros, esta desigualdad puede derivar en situaciones de enfermedad, analfabetismo, desnutrición o muerte para ciertos grupos sociales, mientras otros acceden plenamente a sus derechos incluso dentro de un mismo contexto geográfico Galtung advierte que esta forma de violencia suele percibirse como natural e inmodificable, lo que contribuye a su permanencia y dificulta su transformación.

### **2.5.3. Violencia cultural**

La violencia cultural se manifiesta a través de ideas, valores, creencias y símbolos que legitiman o justifican la violencia directa y estructural se inscribe en el ámbito simbólico de la vida social y se expresa en la religión, la ideología, el lenguaje, el arte y las ciencias, influyendo en la manera en que las personas interpretan y normalizan la violencia. Según Galtung (2003b), esta forma de violencia transforma moralmente los actos violentos, haciendo que pasen de ser considerados inaceptables a percibirse como correctos, necesarios o justos.

De este modo, la violencia cultural actúa como un soporte ideológico que sostiene las demás formas de violencia, al contribuir a su aceptación social y a su reproducción a lo largo del tiempo, para Galtung (2019c), la superación de la violencia requiere no sólo eliminar las agresiones visibles, sino también transformar las estructuras y los marcos culturales que las legitiman, promoviendo procesos de trascendencia y transformación del conflicto.

En síntesis, la violencia de género digital que viven las mujeres universitarias puede comprenderse, desde la teoría de Johan Galtung (2019c), como un fenómeno complejo y multidimensional que trasciende las agresiones visibles en los espacios digitales, la interacción entre la violencia directa, estructural y cultural permite explicar cómo estas prácticas no solo producen daños inmediatos, sino que también se sostienen y reproducen en el tiempo, generando afectaciones significativas en la salud mental. Este enfoque evidencia que el malestar psicológico experimentado por las mujeres no es resultado exclusivo de experiencias individuales, sino de condiciones estructurales y culturales que normalizan la desigualdad y la violencia en los espacios digitales, lo que subraya la necesidad de abordajes integrales orientados a la prevención, atención y transformación de estas dinámicas.

## Capítulo III

### Abordaje metodológico

#### 3.1. Tipo de estudio y diseño de investigación

La presente investigación se caracteriza por ser del tipo cualitativa que se enfoca en comprender los fenómenos sociales, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con su contexto (Hernández et al., 2014) el estudio adopta un diseño descriptivo e interpretativo, es no experimental y transversal, que permite explorar la subjetividad de explicar y comprender las interacciones de los significados, tanto individuales como colectivos a partir de las experiencias vividas, esta metodología posibilitó la exploración y comprensión profunda de las experiencias de las personas participantes, tal como se desarrollan y significan en su contexto cotidiano y en su entorno natural, permitiendo captar los sentidos, percepciones y dinámicas que conforman su realidad vivida (Álvarez-Gayou, 2003).

La presente investigación se sustenta en el subjetivismo como base epistemológica, que parte del reconocimiento de que la realidad social no se presenta como un hecho objetivo único, se construye a partir de las experiencias, percepciones y significados que las personas atribuyen a sus vivencias, desde esta perspectiva el conocimiento se genera a través de la interpretación de los sentidos que los sujetos otorgan a los fenómenos que experimentan en su contexto social, cultural y relacional, en concordancia con el enfoque cualitativo, el subjetivismo permite comprender la diversidad de interpretaciones que emergen de las experiencias individuales y colectivas, reconociendo la influencia de la interacción social, la historia personal y el contexto en la construcción de la realidad, de este modo el interés de la investigación no se centra en la generalización de resultados, sino en la comprensión

profunda de los significados subjetivos que las mujeres universitarias atribuyen a sus experiencias de violencia de género digital y a sus efectos en la salud mental (Bautista, 2021).

Para la adecuada organización y seguimiento del proceso de investigación, se elaboró un cronograma de actividades en el que se delimitaron las distintas etapas del estudio, considerando los tiempos destinados a la revisión teórica, el trabajo de campo, la recolección de la información, la transcripción de las narraciones, el análisis de los datos y la redacción del informe final, dicho cronograma permitió estructurar de manera ordenada el desarrollo de la investigación y se presenta de forma detallada en el **anexo 1**.

### **3.2. Método de investigación**

La investigación plantea un método fenomenológico, el cual permite comprender en profundidad las experiencias de las participantes tal como son vividas y significadas dentro de sus propios contextos, que desde este enfoque el interés se centra en conocer el sentido que las personas atribuyen a los fenómenos a partir de la descripción e interpretación de su discurso. La fenomenología busca determinar el significado de la experiencia vivida, superando la dicotomía cartesiana entre sujeto y objeto, y privilegiando la comprensión del fenómeno desde la perspectiva de quien lo experimenta (Bautista, 2021). De este modo la experiencia es descrita de manera que pueda ser valorada para enriquecer tanto la práctica como el conocimiento científico, sin recurrir a explicaciones causales, profundizando en los distintos aspectos e implicaciones del fenómeno en su complejidad.

### **3.3. Perspectiva de género psicosocial**

La presente investigación se desarrolla desde una perspectiva de género psicosocial que reconoce que el género constituye un determinante fundamental de la salud mental (Suprema Corte de Justicia de la Nación, 2022), desde esta perspectiva se considera que las creencias y estereotipos sociales de género, aprendidos y reproducidos en los contextos social, familiar y cultural, influyen en la manera en que las personas experimentan, expresan y atienden su malestar psicológico (Álamo et al., 2020).

Los estereotipos pueden actuar como barreras para la búsqueda de apoyo social, el acceso a servicios de salud, la expresión emocional y la atención temprana de problemáticas de salud mental, en este sentido, factores como la autonomía, la independencia, el nivel educativo y la participación en la vida pública se reconocen como elementos de protección para la salud mental de las mujeres, particularmente frente a experiencias de violencia de género en contextos digitales (Suprema Corte de Justicia de la Nación, 2022).

### **3.4. Instrumentos y técnicas**

Se utilizó la entrevista focalizada que permitió profundizar en las experiencias, percepciones y significados construidos por las participantes en torno al fenómeno de estudio (Bautista, 2021). Estas entrevistas se diseñaron a partir del marco teórico y de los objetivos específicos de la investigación, lo que posibilitó orientar el diálogo hacia categorías previamente definidas, sin perder la flexibilidad necesaria para recuperar elementos emergentes, la guía de entrevista utilizada para este proceso se presenta en el **anexo 2**.

Para el análisis de la información, se empleó la técnica de análisis de contenido, la cual permitió examinar la comunicación y los mensajes expresados por las participantes, así

como identificar preocupaciones, rasgos subjetivos y elementos vinculados a su experiencia personal y social, este enfoque considera que los hechos sociales se encuentran atravesados por representaciones mentales que influyen en los actos humanos tanto a nivel individual como colectivo, lo que posibilita una comprensión profunda de los significados construidos en torno al fenómeno estudiado (Álvarez-Gayou, 2003). Como apoyo para la organización, codificación y sistematización de los datos cualitativos, se empleó el *software* Atlas.ti V9, herramienta especializada que facilitó la identificación de categorías, subcategorías y relaciones entre los códigos, fortaleciendo la rigurosidad y trazabilidad del proceso analítico (Atlas.ti, 2024).

### **3.5. Criterios de inclusión, exclusión para participantes**

El muestreo se llevó a cabo por medio de la técnica de investigación denominada bola de nieve, que busco analizar los valores, experiencias y significados de un grupo social (Taylor & Bogdan, 1987) no probabilístico.

#### **3.5.1. Criterios de inclusión**

- Mujeres estudiantes universitarias mayores de 18 años
- Inscritas en el programa educativo en licenciaturas de la ESAC, con número de matrícula activo.
- Que haya experimentado violencia de género digital

#### **3.5.2. Criterios de exclusión**

- Mujeres universitarias que no cumplan el rango de edad de 18 años.
- Que no estén inscritas a algún programa de licenciatura de la ESAC, con número de matrícula no activo.

- Que no hayan experimentado violencia de género digital

### 3.5.3. Criterios de eliminación

- Participantes que por alguna razón no concluyan la entrevista

### 3.6. Aspectos éticos del estudio

La conducta ética debe tener un lugar privilegiado en la práctica investigativa y científica, no es admisible que los intereses particulares e incluso científicos, tengan mayor cabida que el respeto por los derechos humanos, ya que la ciencia debe siempre estar libre de corrupción y sesgos de intereses (Bautista, 2021) es por eso que se considera lo siguiente:

- **Consentimiento informado:** Antes de comenzar las entrevistas, se aseguró que las participantes comprendan claramente los objetivos del estudio, cómo se utilizarán sus respuestas y que su participación es voluntaria, firmando un consentimiento informado en el que se les explica que pueden retirarse en cualquier momento sin ninguna repercusión negativa (**Anexo 3**).
- **Confidencialidad y anonimato:** A la participante se le garantizó la confidencialidad de la información proporcionada por los participantes (sustituir el nombre verdadero de los participantes por códigos, números, iniciales, apodos u otros nombres) con la finalidad de no ser revelados los detalles identificativos en los resultados del estudio. los datos se almacenaron de manera segura y solo accesibles al investigador.
- **Sensibilidad a los temas tratados:** Dado que el estudio aborda temas personales y potencialmente emocionales, como la experiencia de mujeres de violencia de género en espacios digitales, se procuró ser sensible y respetuoso con las respuestas de los

participantes, evitando presionarlas, juicios y compartir información que no deseen revelar.

- **Minimización de daño:** Se tomaron medidas para que las participantes no se sientan mal o estigmatizadas por compartir sus experiencias, por ejemplo si una participante se siente incómoda o angustiada durante la entrevista, se le recordó y permitió finalizar la sesión si lo deseaba (Bautista, 2021).

### 3.7. Pilotaje

Antes de proceder con el levantamiento formal de datos, se realizó un pilotaje de la entrevista con una alumna universitaria estudiante de licenciatura de la ESAC en febrero del 2025, esta pretensión permitió evaluar la claridad de las preguntas, la duración estimada de la entrevista y la pertinencia del lenguaje utilizado, a partir de los resultados del pilotaje se realizaron diversas modificaciones al instrumento, algunas preguntas fueron reformuladas para mejorar su comprensión, otras se agregaron con el fin de profundizar en aspectos que no habían sido considerados inicialmente y se eliminaron aquellas que resultaban repetitivas o redundantes en su forma de preguntar, los ajustes realizados permitieron optimizar la entrevista garantizando una mayor calidad en la recolección de los datos y una alineación más precisa con los objetivos de la investigación. El piloteo de la entrevista de recopilación de datos permitió:

- Conocer el tiempo de respuesta de la entrevista que es mayor a 70 minutos
- La reformulación de preguntas y la comprensión.
- Agregar preguntas sobre afectaciones en la salud mental.

- Se destacó la parte de la experiencia como el saber hacer cuanto se vivió, cuanto tiempo duro y que se ha hecho para evitar volver a experimentar violencia de género en espacios digitales.

### **3.8. Recopilación de la información**

El trabajo de campo se de esta investigación se llevó a cabo en un período comprendido de un mes, dentro de la IES en el período de marzo de 2025, en un primer momento se solicitó la autorización institucional para llevar a cabo la presente investigación (**Anexo 4**), que fue aprobada por el director de la ESAC; así como, por el coordinador de la Licenciatura en Psicología y como parte del acuerdo, se estableció el compromiso de cumplir con los lineamientos éticos correspondientes a este tipo de estudios asegurando en todo momento la confidencialidad, el anonimato y el respeto hacia las participantes, esta condición permitió que se especificaran las medidas necesarias para proteger la identidad de las involucradas garantizando que los resultados no generen ningún tipo de afectación personal o académica, en concordancia con las normativas de la institución.

Como segundo momento del proceso investigativo, se acudió al “Subcomité Institucional de Ética, Igualdad e Integridad de la Escuela Superior de Actopan” con el propósito de recabar información sobre posibles casos reportados de VGD y la persona responsable del área indicó que hasta la fecha, no se han registrado casos de esta naturaleza debido a que el estudiantado no acude a esta instancia para reportar o atender situaciones relacionadas con violencia.

Como tercer momento del proceso y ante la falta de información obtenida en el segundo momento, se optó por una estrategia de acercamiento directo en este camino se realizaron preguntas informales a mujeres estudiantes en los pasillos de la universidad, con

el objetivo de identificar posibles experiencias relacionadas con violencia de género en espacios digitales y dos de las estudiantes abordadas manifestaron haber vivido este tipo de situaciones, y expresaron su disposición para participar en la investigación. A partir de este contacto inicial se acordaron fecha y hora para la aplicación de los instrumentos correspondientes y las participantes recomendaron e invitaron a otras mujeres a sumarse al estudio, lo que derivó en la implementación de un muestreo de bola de nieve, permitiendo así ampliar la muestra de manera progresiva y con base en redes de confianza entre las participantes.

Como cuarto y último momento del proceso, se llevaron a cabo las entrevistas focalizadas con las participantes, estas entrevistas se llevaron a cabo en dos espacios distintos de la ESAC, principalmente se realizaron en el cubículo de atención psicológica ubicado en el módulo 2 que se encuentra a cargo del Mtro. Luis David Aranda Islas como responsable del área de atención psicológica. No obstante debido a cuestiones de disponibilidad y reservación del cubículo, algunas entrevistas se efectuaron en las bancas de las áreas verdes de la IES, procurando en todo momento un ambiente de privacidad, comodidad y confidencialidad para las participantes.

Se entrevistaron a un total de 13 participantes mujeres estudiantes universitarias de las licenciaturas de la ESAC, como muestra final y las entrevistas permitieron recopilar información relevante sobre sus experiencias relacionadas con la violencia de género en los espacios digitales aportando una comprensión más amplia y detallada del fenómeno desde sus propias voces.

Durante la realización de las entrevistas a cada participante se le proporcionó un consentimiento informado y se explicó detalladamente el propósito del estudio, así como los

procedimientos éticos que se seguirían, se les informó que las entrevistas serían grabadas en audio únicamente con fines de transcripción y análisis, asegurándoles que sus identidades permanecerían en el anonimato mediante el uso de pseudónimos en todo el material transcrito, asimismo se les comunicó que podían expresarse con total libertad, sin que sus respuestas tuvieran consecuencias y que toda la información compartida sería tratada con estricta confidencialidad, enfatizando que su participación era voluntaria; por lo que, podían decidir retirarse en cualquier momento o continuar la entrevista en una sesión posterior si así lo deseaban, para tal efecto se diseñó una tabla guía donde se observan los objetivos, preguntas y supuestos de investigación (**Anexo 5**).

Durante el desarrollo de la investigación a las participantes se les proporcionó una invitación a la conferencia titulada “*Violencia digital en relaciones sentimentales*” que se llevó a cabo de manera posterior a la recolección y análisis de los datos como un beneficio adicional por su participación; asimismo, se les entregaron directorios de instituciones y servicios disponibles para la atención en salud mental y asesoría legal, facilitando el acceso a recursos especializados en caso de requerir apoyo, estas acciones representaron un beneficio directo para las participantes ya que no solo contribuyeron a su formación e información, permitió promover su bienestar al acercarlas a redes de apoyo formales; de igual manera, se les brindó información sobre centros de atención para mujeres que viven situaciones de violencia, incluyendo tanto instancias gubernamentales como servicios ofrecidos por la propia institución de educación superior, fortaleciendo así sus opciones de acompañamiento y atención integral.

### 3.8.1. Metodología para análisis de datos

Para el análisis de los datos obtenidos durante la fase empírica del estudio, se diseñaron matrices metodológicas con el propósito de otorgar una estructura sistemática a la organización y análisis de la información, tomando como punto de partida los referentes teóricos de interés, en este sentido se elaboró una tabla en la que se esquematizan para cada objetivo específico, las categorías teóricas centrales, así como su progresiva operacionalización en temas y áreas abordadas (**Anexo 6**).

Asimismo, se definieron y sistematizaron los aspectos a explorar en cada área a partir de los cuales se construyeron las preguntas dirigidas a las participantes (**Anexo 7**). La síntesis de la lógica metodológica empleada se presenta a continuación en la tabla 5:


**Tabla 5**

*Matriz de sustento metodológico cualitativo*

---

**Objetivo general:** Analizar la experiencia de mujeres universitarias sobre la violencia de género en espacios digitales y sus afectaciones en la salud mental.

Objetivos específicos	Categorías teóricas centrales	Áreas a explorar	Aspectos por área	Preguntas para explorar cada área
-----------------------	-------------------------------	------------------	-------------------	-----------------------------------



**Fuente:** Elaboración propia

En último lugar, los resultados obtenidos fueron procesados y sistematizados con la finalidad de otorgarles la presentación más clara, ordenada y pertinente posible realizando la transcripción de las narraciones para posteriormente continuar con su lectura cuidadosa y el proceso de codificación, utilizando códigos previamente elaborados, que fueron ajustados y modificados conforme avanzó el trabajo de revisión y análisis de la información (**Anexo 8**). La transcripción de los audios obtenidos durante las entrevistas focalizadas con mujeres

estudiantes universitarias se llevó a cabo en documentos de texto (*Word*), siguiendo los lineamientos del sistema de transcripción de Jefferson (1984), que permite representar con mayor precisión los matices conversacionales y elementos discursivos relevantes (**Anexo 9**). Para la categorización y síntesis de los distintos fragmentos narrativos, se llevo a cabo por medio del *software* ATLAS.ti V.9 para el análisis de información cualitativa quién facilitó de manera técnica y sistemática el manejo, organización y análisis de los datos obtenidos.

## Capítulo IV

### Resultados

#### 4.1. Descripción general de las participantes del estudio

Para la obtención de los resultados se aplicó una entrevista focalizada que incluyó una ficha de identificación y dicho instrumento fue diseñado con la finalidad de conocer las experiencias de mujeres universitarias en torno a la violencia de género en espacios digitales y las posibles afectaciones en su salud mental. Como primer apartado de resultados, se presentan los datos generales de las participantes (Tabla 6), con el propósito de resguardar la confidencialidad y proteger la identidad de las estudiantes de la IES, se asignó a cada participante un seudónimo en lugar de su nombre real, en la tabla se muestran los principales datos sociodemográficos de las estudiantes, que permitieron contextualizar la información obtenida a lo largo del análisis.

**Tabla 6**

*Datos generales de las participantes*

Datos de ficha de identificación						
No. Entrevista	Seudónimo	Edad	Estado Civil	Nacionalidad	Licenciatura	Suceso de la experiencia
1	Fernanda	21	Soltera	Mexicana	Derecho	4 semanas
2	Yari	30	Soltera	Mexicana	Derecho	1 año
3	Lau	22	Soltera	Mexicana	Diseño Gráfico	1 año
4	Ana	22	Soltera	Mexicana	Psicología	1 año
5	Oma	27	Soltera	Mexicana	Derecho	6 meses
6	Neri	22	Soltera	Mexicana	Derecho	1 año
7	Fati	21	Soltera	Mexicana	Diseño Gráfico	6 meses
8	Arid	20	Soltera	Mexicana	Psicología	1 año ½
9	Xim	24	Concubinato	Mexicana	Derecho	En curso
10	Tan	24	Concubinato	Mexicana	Psicología	1 año

11	Yolo	20	Soltera	Mexicana	Diseño Gráfico	1 mes
12	Mari	21	Soltera	Mexicana	Creación y Desarrollo de Empresas	6 meses
13	Mónica	22	Soltera	Mexicana	Psicología	6 meses

***Fuente:*** Elaboración propia

De manera general se presentan los datos correspondientes a la ficha de identificación de las participantes del estudio, las edades de las participantes oscilan entre los 20 y 30 años, predominando el estado civil de soltería, con excepción de dos casos en los que se reporta concubinato, en relación con el tiempo transcurrido desde el suceso de violencia de género en espacios digitales, este varía entre un mes y un año, lo que permite observar experiencias tanto recientes como más prolongadas en el tiempo y estos datos generales brindan un panorama contextual de las estudiantes entrevistadas permitiendo comprender la diversidad de trayectorias desde las cuales se analizan las experiencias de violencia digital y sus posibles afectaciones en la salud mental. En cuanto a la formación académica, se observa un predominio de estudiantes de la licenciatura en Derecho, seguida por Psicología y en menor medida, programas relacionados con Diseño Gráfico, así como en Creación y Desarrollo de Empresas, estas condiciones permitieron identificar que las vivencias se presentan en distintos momentos de la trayectoria universitaria, así como en diversas áreas de formación profesional.

#### **4.2. Tendencias discursivas en torno a la violencia de género digital**

Con el propósito de ofrecer una primera aproximación visual a la información obtenida durante las entrevistas focalizadas, a continuación, se presenta una nube de palabras construida a partir de los discursos de las participantes, este recurso permite identificar de



También destacan términos asociados al impacto emocional y en salud mental, como “miedo”, “ansiedad”, “depresión”, “estrés”, “inseguridad”, “preocupación” y “suicidio” lo que evidencia que las experiencias de violencia digital tienen repercusiones psicológicas significativas en las estudiantes universitarias (Gallegos et al., 2020), en la que aparecen palabras relacionadas con el contexto universitario y social, como “universidad”, “compañeros”, “amigos” y “mujeres”, lo que indica que estas situaciones se vinculan con entornos cercanos y cotidianos (Escalera et al., 2023).

En conjunto, la nube de palabras refleja que la VGD se manifiesta principalmente mediante mensajes, comentarios, difusión de contenido e interacciones en redes sociales, generando afectaciones emocionales importantes y configurándose como una problemática presente en la vida universitaria y en las relaciones interpersonales de las participantes (INEGI, 2023).

#### **4.3. Vinculación entre experiencias de violencia digital y salud mental**

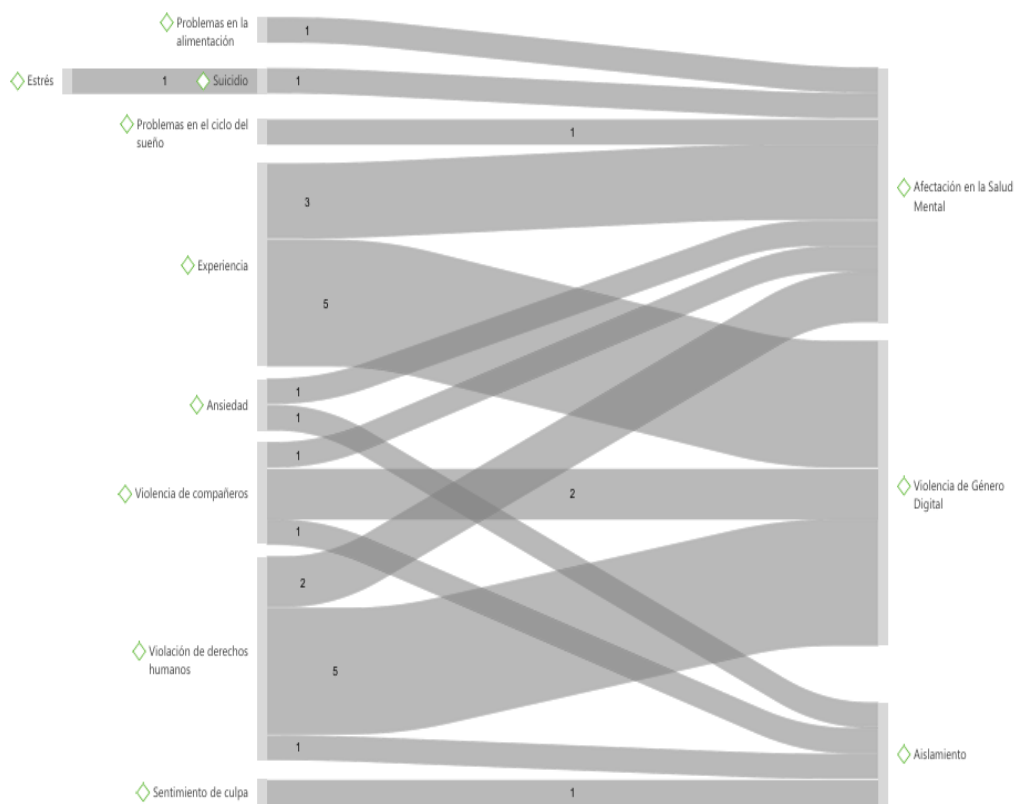
En el diagrama *Sankey* se presenta la relación entre las experiencias de violencia vividas por las participantes y sus principales efectos, organizados en dos ejes centrales: la violencia de género digital y la afectación en la salud mental, con esta visualización se observa de manera gráfica cómo diversas categorías identificadas en las entrevistas se conectan entre sí y confluyen en dichas dimensiones principales que consisten en un fenómeno de orden estructural, social y político (Jaramillo y Canaval, 2023).

La relación directa entre las experiencias de violencia de género en espacios digitales y las afectaciones en la salud mental de las participantes, se encontró que las categorías con mayor presencia fueron la experiencia directa de violencia, la violación de derechos humanos de las mujeres y la violencia ejercida por compañeros, lo que evidencia que las estudiantes

reconocen estas situaciones como formas de violencia que vulneran su integridad y que en muchos casos, provienen de personas cercanas dentro de su entorno social y universitario (OMS, 2021), estas experiencias se asocian con diversas manifestaciones emocionales y psicológicas, entre las que destacan la ansiedad, el estrés, el aislamiento, los problemas en el ciclo del sueño, las dificultades en la alimentación y los sentimientos de culpa (Infoem), que de manera particular se identificó la presencia de ideación suicida en algunos casos, esta condición resulta un hallazgo relevante al evidenciar el impacto profundo que pueden tener estas vivencias en el bienestar de las participantes (ONU Mujeres, 2020)

**Figura 8**

*Diagrama de Sankey de co.currencia: Afectaciones en la Salud Mental – Violencia de género digital*



**Fuente:** Elaboración propia

A partir de la representación se encuentra con la experiencia directa de violencia, la violación de derechos humanos y la violencia ejercida por compañeros, que se vinculan principalmente con la violencia de género en espacios digitales, identificando diversas consecuencias en la salud mental de las participantes, entre ellas ansiedad, estrés, aislamiento, problemas en el sueño, dificultades en la alimentación, sentimientos de culpa y la presencia de ideación suicida; como pensamiento o intento suicida (Tourné et al., 2024), el diagrama permite reconocer que las experiencias de VGD no sólo se manifiestan en el ámbito digital esto genera en un segundo plano impactos emocionales y psicológicos que afectan de manera integral el bienestar de las estudiantes universitarias (Pérez, 2021).

#### **4.5. Experiencia de violencia de género en espacios digitales**

A partir de las voces propias de las mujeres universitarias se conocieron las experiencias recibidas y experimentadas que desde la voz propia se identificaron patrones comunes que permiten comprender cómo estas formas de violencia se manifiestan, se normalizan y generan modificaciones en el uso de los espacios digitales (García et al., 2024) , los testimonios evidencian no solo la diversidad de expresiones de la VGD, se señalan sus implicaciones emocionales y conductuales que inciden de manera directa en el bienestar psicológico y en la relación de las participantes con los espacios digitales (Benkler, 2006).

##### **4.5.1. Vivencia como víctima de VGD**

Las participantes relataron diversas experiencias de violencia de género digital que ocurrieron principalmente en redes sociales, servicios de mensajería y plataformas universitarias, estas vivencias incluyen la difusión de contenido sin consentimiento, amenazas, acoso persistente, control de la actividad digital, comentarios denigrantes y hostigamiento por parte de exparejas, compañeros universitarios y personas conocidas o desconocidas (Addati, 2021).

[...] se burlaron de mí en un espacio determinado de personas, e:::h, subieron una foto sin mi consentimiento, no foto íntima ni de esa índole, simplemente una foto mía con otra amiga, y pues estas personas empezaron a hacer chistes denigrando a mi persona. (Fernanda)

Por mi expareja (.4), bueno, un novio que tuve [...] no le gustaba que (.) yo subiera fotos a redes sociales. (Yari)

[...] me dijo: “es que entonces, si no me quieres mandar, yo voy a publicar en redes lo que tengo de ti, se lo voy a mandar a tus amigos, otros conocidos”. Entonces, en ese momento fue como de “¿pero en qué momento?”, o sea, ¿cómo es que tú lo tienes? Y pue::s, lo tenía porque grababa pantalla cuando hablaba conmigo: las conversaciones y fotos, todo lo tenía grabado en pantalla. (Lau)

[...] todo inició porque me mandó solicitud por Facebook y yo le acepté la solicitud y me mandó mensaje. Entonces, para mí era como inocente, ¿no?, que quería una plática inocente, o conocernos, no sé. Entonces, mientras pasaba el tiempo, pues quería como que habláramos de cosas eróticas y yo pues no quería. Entonces, hubo una vez que me propuso que nos mandáramos fotos [...] fue algo que no me gustaría volver a vivir. Es algo que hasta me da pena contar, o sea, no me gustaría volver a vivirlo, no me gustaría volver a relacionarme con tipos así. (Ana)

La licenciada me puso falta, me estuvo llegando y fue un acoso terrible; me estuvieron llegando alrededor de 75 correos electrónicos y, bueno, no los he borrado [...] (Oma)

Sí viví un tipo de violencia digital. Fue dentro del grupo de la universidad. Pues era más que nada por temas ya personales, en donde yo publicaba [...] todos se lo tomaban muy personal. (Nere)

[...] empezó a tirarme “hate” sobre mi cuerpo, que “mi papada, que estoy gorda”, qu::e, o sea, cosas así, solo porque ella creía que a mí me gustaba su novio, entonces todavía traemos como ese conflicto [...] esto fue por Facebook [...] Comentarios de “¡Ay! qué ganas de pelear con una gorda” y que no sé qué y, o sea [...] ponía com::o las iniciales, ¿no?, entonces ahí se daba como eso... y también con otra compañerita que es muy amiga de ella, igual, lo mismo, comentarios de ese tipo, de “¡Ay, de una patada le tiembla la papada!” o algo así. (Fati)

[...] mi ex, a la única persona que le había... Bueno, a dos personas les había pasado yo fotos en ropa interior, entonces yo sabía que esas dos personas [...] resulta que me empezaron a llegar mensajes de una cuenta de Messenger

*[...] que yo mandara más fotos porque, si no, iban a difundir mis fotos: que esas fotos las iban a difundir a familiares, amigos, ya sea amigos de aquí de la universidad, ya sea familiares, pue::s ya sea mis papás, mis primos y todos ellos, y pue::s resulta que me empezaron a amenazar. (Ari)*

*[...] él tiene fotos mías, íntimas. [...] está exigiendo demasiadas fotos así, porque yo sé que muchas de las que tiene, realmente yo las consentí, pero fue un consentimiento medio; realmente ninguna de esas, yo no me sentía bien haciéndolo. (Xim)*

*Me empezaba a “stalkear” en TikTok, me empezó a “stalkear” en Instagram, pero todo era como de que etiquetas de publicaciones de gente infiel [...] Lo sentí más como acoso que otra cosa. Y el hecho de que en TikTok pusiera mi nombre, porque puso mi nombre completo y el nombre de esta persona, y el video no lo bajó. [...] No le importó y puso mi nombre completo. (Tan)*

Desde el conocimiento y reconocimiento de sus propias vivencias, las estudiantes describieron situaciones en las que su información personal, imágenes o conversaciones fueron difundidas sin su consentimiento u obligadas; así como, la presencia de amenazas o presiones para realizar determinadas acciones, estas experiencias evidencian formas de violencia digital que implican control, intimidación y vulneración de la privacidad, generando sentimientos de inseguridad y malestar emocional (Vásquez et al., 2018), los hallazgos permitieron reconocer que la VGD se manifiesta no sólo a través de comentarios o interacciones ofensivas, también mediante prácticas de exposición, amenaza y coerción que impactan en la percepción de seguridad y en el bienestar de las participantes.

#### **4.5.2. Normalización de la VGD**

En el análisis de las entrevistas se identificó un proceso de normalización de la violencia de género en espacios digitales dentro de los discursos de las participantes, este hallazgo muestra que en diversas experiencias, las estudiantes tendieron a interpretar ciertas conductas de control, presión, exposición o agresión como situaciones “normales”, parte de la dinámica de pareja o interacción en línea (Moral & Prieto, 2022), la normalización se relaciona con

factores como la educación recibida, las creencias sobre las relaciones afectivas y la dificultad para identificar determinadas prácticas como formas de violencia, que influye en la decisión personal de las participantes para reaccionar o decidir no actuar frente a estas situaciones (García et al., 2024).

*“[...] porque lo ponía como prioridad, entonces ya cuando él empezó a tener este tipo de cosas yo ya lo veía normal, o sea, como de: me está diciendo esto, ‘sí voy a dejar de hacerlo, porque está mal’. Entonces ahí fue cuando yo igual siento que perdí mucho poder sobre mí y cosas que yo decía que estaban bien, lo veía normal [...]” (Yari).*

*“[...] fue impactante y, a la vez, algo que llegamos a normalizar [...] me hizo sentir impotencia. Es un hecho que sí te marca, porque tú quisieras hacer algo, como tratar de evitar la situación, y pue::s a veces, por lo que crees o como te han educado, no sabes cómo responder a estos sucesos” (Lau).*

*“Siento que no tiene tanto peso en mi vida. Com::o que no lo sentí como una agresión directa; sentí que podía ignorarlo. Entonces no se me hacía necesario hablarlo [...] traté de ignorarlo, fue como que todo muy normal” (Ana).*

*“No sé si exactamente sea un tipo de violencia, pero a mí no me causó nada, sinceramente [...] como pareja, yo accedía a que me tomara fotos [...] pues es normal, ¿creo?, en una situación así” (Xim).*

*“Pues yo creo que tuve o tenía la capacidad de haber frenado todo ese tipo de situaciones, per::o no lo hice; al contrario, como que permití muchas de esas cosas y las normalicé” (Mari).*

A partir de los testimonios presentados se observa que varias participantes reconocen que, en el momento de vivir las experiencias, tendieron a justificar, minimizar o ignorar las conductas violentas, percibiéndolas como parte de lo cotidiano, esta normalización implicó, en algunos casos, la pérdida de autonomía en la toma de decisiones, la aceptación de prácticas que generaban incomodidad o la dificultad para identificar los límites personales (Melgar, 2017). Se evidencia que la interiorización de ciertas ideas sobre las relaciones afectivas y los roles de género contribuyó a que las participantes no identificarán de inmediato estas

situaciones como violencia y en conjunto este resultado permite comprender que la normalización actúa como un factor que invisibiliza la violencia de género en espacios digitales y dificulta su reconocimiento y denuncia, prolongando sus efectos en la vida emocional y relacional de las estudiantes (Galtung, 2003a).

#### **4.5.3 La evitación del uso de espacios digitales**

Varias estudiantes señalaron que, como estrategia para reducir el malestar emocional, la exposición o el contacto con las personas agresoras optaron por desinstalar aplicaciones, cerrar cuentas o limitar su interacción en plataformas digitales (Domínguez et al., 2019). Esta conducta se presentó como una forma de autoprotección y búsqueda de tranquilidad; aunque, en algunos casos también implicó aislamiento y reducción de la comunicación con otras personas.

*“[...] yo desinstalé Facebook e Instagram, los desinstalé como unos dos meses y después los volví a instalar, pero volví a recibir los mismos mensajes. Yo solo veía las publicaciones y no habría mis notificaciones; ya los usaba por usar” (Laura).*

*“Hubo un tiempo en que borré mi Facebook y ya [...] me dije: ‘pues ya, ya no quiero hablar con nadie; mejor voy a evitar acercarme a cualquier tipo...’. Fue poco tiempo, no sé, dos meses, yo creo” (Ana).*

*“Ya no me gusta utilizar Facebook. De hecho, ya no lo tengo. Borré todo. Todo, todo lo borré” (Oma).*

*“[...] eliminé de todas mis redes sociales; entonces siento que eso influye en mi paz mental y ya no estoy al pendiente de ver si subió algo de mí o su amiga [...]” (Fati).*

*“[...] desinstalé y cerré mis redes sociales; ya no quise estar más ahí. Probablemente, en físico tampoco tenía tantos amigos en ese entonces, no era como que me aislara completamente, pero en redes sociales sí me aislé completamente [...] eliminé mis cuentas y las redes sociales en general” (Ari).*

*“[...] me alejé de las redes sociales, ya no hablaba con nadie, con nadie, con nadie; me empecé a sentir muy sola y nada más sentí que solo tenía a mi pareja; él estaba sin estar” (Xim).*

*“[...] un tiempo me alejé de Facebook; de hecho, es la red social que ya no uso. Si no me etiquetan o tengo que subir algo por parte de la sociedad, no la uso; yo Facebook ya no la uso” (Tan).*

*“Hubo un mes que cerré mi Facebook porque sí era constante lo que subían y dije: ‘no, adiós’ [...]” (Mónica).*

En las evidencias se observa que la evitación de redes sociales se convirtió en una respuesta recurrente frente a las experiencias de violencia digital, las participantes refieren haber eliminado cuentas, desinstalado aplicaciones o reducir su uso en plataformas como *Facebook* e *Instagram* durante períodos que van desde un mes hasta varios meses, esta decisión se relaciona con la necesidad de evitar mensajes, publicaciones o posibles nuevas agresiones, así como con la búsqueda de mayor tranquilidad emocional, sin embargo, también se identifican efectos como el distanciamiento social, la sensación de soledad o la limitación en la comunicación con otras personas (Fuchs, 2017), en conjunto, este resultado evidencia que la violencia de género en espacios digitales puede generar cambios en los hábitos de uso de las tecnologías y propiciar estrategias de evitación que impactan tanto en la vida social como en el bienestar emocional de las estudiantes.

#### **4.6. Las formas de violencia de género digital**

De las formas de violencia de género en los espacios digitales que experimentan las mujeres universitarias se puede señalar como principales formas de VGD identificando a partir de las narrativas que las participantes señalan que equiparan a las representaciones de violencia experimentadas en espacios digitales; las dinámicas en las que se desarrollan y su relación con el contexto universitario, tomando a violencia no como un concepto unívoco, sino una construcción social sujeta a disputas de significado las definiciones tradicionales de violencia

tienden a centrarse en lo físico, visibilizando otras formas como la simbólica o estructural (Biglia, 2007).

#### 4.6.1. Los tipos de violencia en espacios digitales

En este apartado se muestran los distintos tipos de violencia digital reportados por las participantes en redes sociales y plataformas en línea en las que se muestran prácticas como el envío de mensajes ofensivos, la exposición de información o imágenes sin consentimiento, las amenazas, la presión o la difusión de contenido, con el fin de comprender cómo se manifiesta la violencia de género en los espacios digitales y cuáles son sus principales características.

*yo estaba con una amiga estábamos, pues vaya, en una foto normal, sonriendo, posando, y:: resulta que recortan la parte en donde yo salgo y la envían a este grupo de amigos, amigos entre comillas, y posteriormente veo mensajes alusivos a hacia mí personas de una manera pues bastante denigrante, la verdad.[...] una de las personas que estaba en el grupo le tomó un screenshot a la foto que yo había subido con mi amiga y me recortó a mí nada más, en la parte donde salgo yo específicamente, y esa parte la subió al grupo y es donde empezaron a comentarse entre las personas que estaban ahí incluidas (Fernanda)*

*[...]tomarme una foto y yo primero mandársela a él y ya después él la veía publicada y me decía “que por qué lo hacía”, ¿no? “Si solamente le había tomado la foto para enviársela a él” ¿no?[...] (Yari)*

*[...]me dijo, “es que entonces si no me quieres mandar, es yo voy a publicar en redes lo que tengo de ti, se lo voy a mandar a tus amigos, otros conocidos” (Lau)*

*[...]quería como que habláramos de cosas eróticas y yo pues no quería. Entonces, hubo una vez que me propuso que nos mandáramos fotos [...] fue algo que no me gustaría volver a vivir. [...] publicaciones que tengo en Facebook o en cualquier otra red social. Que me han dicho, por ejemplo; fotos mías “que soy una puta, que soy una cualquiera [...] (Ana)*

*Eran comentarios com::o que haciendo burla de las publicaciones que realizaba y también como que se lo tomaban personal, com::o indirecta de lo que yo publicaba, o sea, como si yo les estuviera tirando a ellos. [...] era*

*sacar captura de mis publicaciones y decir que pues eran como que en contra de ellos [...] (Nere)*

*Pues en Instagram como en a:::m. ¡Ah! Tiktok también, de que se pueden compartir las publicaciones. Ahí ponía com:::o sus comentarios y siempre era respecto a eso y en Insta nada más com:::o que compartía “post” y cositas así, pero pues finalmente sí hieren [...] (Fati)*

*Bueno, en ese entonces solo era en Instagram, en WhatsApp y Messenger, bueno Facebook y por llamadas normales. Tiempo después me empecé a buscar por más redes sociales, ya sea TikTok y Snapchat. Entonces yo lo tuve que bloquear en Snapchat, en TikTok yo tenía miedo de que le apareciera [...] esas fotos o era exactamente esa misma persona que es la que me está amenazando [...] me dijeron que habían hackeado mi teléfono, entonces me sentí con más miedo [...](Ari)*

*Una vez yo tomé su celular y quise borrarlas, per:::o le molestó muchísimo y ahorita que yo he decidido “¡Ya!” [...] me da muchísimo miedo de que pueda hacer algo con esas fotos [...] Tenía mucho el miedo de que fuera a ocuparlas en un futuro, así com:::o y todavía tengo el miedo de que en un futuro las llegue a ocupar, así com:::o a difundir, po:::r venganza o nada más por hostigar. (Xime)*

*[...] manipuló unas capturas, y después una de nuestras amigas nos dijo que eso sí se podía hacer, que podías manipular tus capturas de pantalla. (Tan)*

En conjunto, los relatos evidencian diversas manifestaciones de violencia digital que atraviesan las experiencias de las participantes; tales como, el *ciberacoso (Ciberbullying)*, la presión o circulación de imágenes en contextos de intimidad (*Sexting*), la vigilancia constante y persecución en espacios digitales (*Stalked*); así como, prácticas de humillación o descalificación pública (*Shaming*). También se identifican amenazas de exposición de información o contenido personal (*Doxing*), engaños para obtener datos o acceso a cuentas (*Phishing*), procesos de manipulación o acercamiento con fines de control (*Grooming*), coerción mediante la amenaza de difundir material íntimo (*Sextorsión*) y la vulneración de la seguridad digital o acceso indebido a dispositivos y perfiles (Infoem, 2024), en algunos casos, estas conductas son justificadas o interpretadas por quiénes las ejercen como muestras de interés, control afectivo o “pruebas de amor”, lo que contribuye a su normalización y

romantización dentro de ciertas dinámicas relacionales (Alonso et al., 2024). Se advierte con estos resultados la posibilidad de que estas prácticas deriven en la difusión no consentida de contenido íntimo, conocida como *porno venganza*, utilizada como mecanismo de castigo, presión o humillación (UABJO, 2021), estas experiencias generan efectos emocionales significativos y permiten comprender la violencia digital como un fenómeno complejo que se articula con dinámicas de poder, género y control en las relaciones interpersonales.

#### **4.6.2 La violencia de género digital ejercida por compañeros de las IES**

El siguiente conjunto de evidencias corresponde a experiencias de violencia ejercida por compañeros y compañeras dentro del contexto de la IES, las narrativas dan cuenta de las prácticas de exclusión, burlas, difusión de rumores, comentarios despectivos y circulación de capturas o publicaciones en medios digitales que impactan en la convivencia académica y en la percepción social de las participantes, en estos fragmentos se ha identificado cómo la violencia entre pares puede trasladarse de los espacios presenciales o los espacios digitales, configurando dinámicas de hostigamiento que afectan el bienestar emocional, la reputación y el sentido de pertenencia dentro de la comunidad universitaria.

*[...] estas personas empezaron a hacer chistes denigrando a mi persona[...]  
La verdad fue bastante triste y desalentador, porque ese círculo de personas que yo creía cercanas. (Fernada)*

*[...] también empezaron a hacer como comentarios de “ ¡ay!, ya viste, anda con el maestro tal” o sea, que yo andaba con un maestro. “ ¡Ay, no! ya le pasaron los exámenes, por eso sale bien” o sea, eran de todo tipo los comentarios, las indirectas, muchas. (Ana)*

*[...] me aplicaban la ley del hielo, llegaba, me quitaban los lugares, ponían sus mochilas, me hacían caras, decían comentarios de, ” ¡ay, ya llegó tu mejor amiga! , cállate porque si no luego te va a acusar” [...]* (Oma)

*[...]hubo ocasiones en donde llegaban a mandar capturas de mis publicaciones com::o para generar más controversia dentro de mi grupo [...]*

*para evidenciarme o quererme culpar de cosas que pues usan necesariamente en relación hacia ello entonces si hubo esa parte y pues es lo que pasó (Neri)*

*[...] odavía como comentarios as::í pasivo-agresivos [...] de igual forma ahí en el salón, pero, más en medios digitales, siento que es como su forma de esconderse sin que alguien le diga algo, entonces es com::o ese tipo de comentarios de lo mismo, todo relacionado a que “soy gorda, la papada” y cosas así. (Fati)*

*Hasta los maestros se enteraron, imagínate, toda la pinche facultad enterada de eso [...] yo quería que me tragara la tierra. Porque me veían a mí como que yo era la mala o no sé (x) no sé cómo me percibía la gente, siendo honesta, porque ellos tenían más del medio año que ya habían terminado. (Tan)*

Las formas de violencia entre pares en la IES que se manifiestan mediante burlas, rumores, exclusión social y difusión de contenido en espacios digitales, configurando prácticas de *ciberacoso (Ciberbullying)*, humillación pública (*Shaming*), vigilancia o seguimiento de publicaciones (*Stalked*) y exposición de información o capturas con la intención de desacreditar (*Doxing*), estas acciones se articulan tanto en el aula como en redes sociales, ampliando el alcance del hostigamiento y generando afectaciones en la imagen pública y la salud emocional de las participantes. En algunos casos, estas conductas se minimizan o se justifican como “*bromas*”, formas de convivencia o dinámicas normalizadas entre compañeros, lo que contribuye a su invisibilización y a la dificultad para denunciarlas, sin embargo cuando estas prácticas se vinculan con la difusión o amenaza de difusión de contenido personal o íntimo, puede existir el riesgo de que deriven en formas de violencia como la *porno venganza*, utilizada para desacreditar, castigar o humillar dentro del entorno universitario, los hallazgos encontrados permiten comprender que la violencia digital y relacional en las IES se presenta como un fenómeno que se entrelaza con dinámicas de poder, estigmatización y control social entre pares.

### 4.6.3 La vulneración de los derechos humanos en el contexto de la violencia de género digital

A partir de las narrativas de las participantes, se identifican prácticas que transgreden los derechos fundamentales como la privacidad, la dignidad, la integridad personal, la libertad de expresión y el derecho a una vida libre de violencia, particularmente en entornos mediados por las TIC's. estas experiencias evidencian la interacción en redes sociales, plataformas de mensajería y otros espacios virtuales puede constituirse en un escenario de control, coerción, exposición y hostigamiento, generando afectaciones en el bienestar psicosocial y en el ejercicio pleno de los derechos (Šimonović, 2016), que desde una perspectiva de género y derechos humanos, las formas en que la violencia digital se manifiesta se experimentan en la vida cotidiana de las participantes y se visibilizan sus implicaciones en el ámbito personal, relacional y social.

*“[...] creo que el derecho a la privacidad y a la libertad de expresión en este tipo de redes es bastante explícito y visible; fue justamente de esta manera en la cual ellos cometieron una violación hacia mis derechos.” (Fernanda)*

*“Recordar... y lo único que ahorita puedo decir que quiero es mi tranquilidad y mi paz [...] Oye, ‘eres un acosador’, o no sé, tu mentalidad tan sucia que tienes; esa falta de respeto... Digo, porque tanto hombres como mujeres pueden atacar; también creo que algunas mujeres atacan a otras mujeres o las critican, y eso no está bien [...] yo ya era una ‘puta’ para él.” (Yari)*

*“Instagram fue esta parte donde empezó lo de pedir fotos; ahí cambiamos la conversación. Era donde yo mandaba mensajes y él grababa las fotos. Fue ahí donde me empezó a amenazar, diciéndome que ‘si no me mandas más cosas, voy a publicar lo que tengo’.” (Lau)*

*“[...] me preguntaba si yo había tenido relaciones sexuales con otras personas, quién fue la última persona o si me gustaban ciertas posiciones o cosas eróticas que ya me incomodaban [...] si yo no accedía, me iba a buscar o algo así, porque sí sabía dónde vivía; yo había proporcionado ciertos datos que sentía que podían ser utilizados en mi contra. Entonces me sentí intimidada, me dio miedo.” (Lau)*

*“[...] ya no me gustaba compartir publicaciones de lo que hacía; no era que lo hiciera tan frecuentemente, pero sí me da miedo compartir algo y que lo tomen a mal o quieran cambiarlo para hacerme ver mal.” (Nere)*

*“Sí pudieron haber vulnerado mis derechos de alguna forma. Yo siempre la consideré una amiga y nunca hablé mal de ella, pero siento que fue un poco grosera y que habló sobre mí; creo que un derecho es la privacidad y, en ese aspecto, sí siento que se me vulneró.” (Fati)*

*“Recibí mensajes diciendo que querían más fotos y que, si no las mandaba, iban a difundir las que ya tenían. En cierto momento sí llegaron a compartirlas; sabía qué fotos eran. Era un video, no tan explícito, pero se notaban mis tatuajes y eso era lo que me importaba [...] sabía de las consecuencias, pero no las pensé tanto porque se suponía que tenía confianza en esa persona.” (Ari)*

*“Siempre me sentí con la inseguridad de que pudiera usarlas para algo malo; nunca me sentía cómoda, pero al final accedía [...] siempre insistía y decía: ‘no te voy a dejar en paz hasta que me digas que sí.’” (Xim)*

*“En Instagram, en solicitudes de mensaje, me ponían que yo era ‘una perra infeliz’, que no dejaba que regresaran, ‘contrólale a tu güey’, ‘pinche acosador’, ‘yo también lo conozco, es un puto acosador’ [...]” (Tan)*

*“A raíz de eso, él comenzó a decir cosas que no quería que yo hiciera, porque pensaba que otras personas iban a estar interesadas en mí, solo por subir fotos normales [...] empezó por Facebook e Instagram. En cuestión de mi privacidad, creo que le di más acceso del que debía; al final, tanto él como yo teníamos esa parte de la privacidad que todos tenemos como seres humanos.” (Mari)*

Las expresiones muestran cómo la violencia de género digital puede traducirse en la vulneración de derechos humanos fundamentales, particularmente el derecho a la privacidad, a la integridad personal, a la dignidad, a la libertad de expresión y a una vida libre de violencia, estas experiencias relatadas permitieron identificar prácticas como la coerción para el envío de contenido íntimo (*Sexting*), el hostigamiento y la descalificación en línea (*Cyberbullying*), la persecución o vigilancia constante en redes (*Stalked*), la humillación pública mediante insultos o rumores (*Shaming*), la amenaza de difusión de información o imágenes personales (*Doxing*) y la coerción a través de amenazas de publicación de material

íntimo (*Sextorsión*), asimismo se advierte que estas conductas pueden presentarse dentro de relaciones afectivas o de confianza y en ocasiones ser interpretadas o justificadas como muestras de interés, cuidado o “amor romántico”, situación que contribuye a su normalización y dificulta su reconocimiento como violencia (Salinas, 2003), en este sentido también se identifica el riesgo sobre el cual estas prácticas deriven en la difusión no consentida de contenido íntimo, conocida como *porno venganza*, utilizada como mecanismo de presión, castigo o control (UABJO, 2021), los hallazgos permiten comprender la violencia digital como un fenómeno que trasciende lo tecnológico y se vincula con dinámicas de poder, género y control que afectan el ejercicio pleno de los derechos humanos en los espacios digitales.

#### **4.7. Las afectaciones en la salud mental derivadas de la violencia de género en espacios digitales**

El describir las consecuencias de la violencia de género en espacios digitales que afectan la salud mental en mujeres universitarias estudiantes de licenciatura, a partir de la revisión de los testimonios y categorías emergentes en las que se identifican diversas consecuencias sobre la afectación de la salud mental asociadas a experiencias de ciberacoso, amenazas, exposición de contenido personal y control en redes sociales (Schneider et al., 2011), las principales características sintomatológicas se observan en las manifestaciones de ansiedad persistente, preocupaciones constantes por la propia seguridad e imagen pública, así como en las alteraciones en el ciclo del sueño, tales como insomnio, despertarse frecuentemente o dificultades para conciliar el descanso.

Algunas participantes refieren cambios en los hábitos alimenticios, que pueden oscilar entre la disminución del apetito y la ingesta emocional, además de procesos de

aislamiento social derivados del miedo, la vergüenza o la desconfianza hacia su entorno, condiciones que llevan implícitas estas afectaciones que se acompañan del uso de sustancias como estrategia de afrontamiento ante el malestar emocional, de manera más crítica, la acumulación de estas experiencias puede generar pensamientos relacionados con la desesperanza o la pérdida de sentido, evidenciando el riesgo de conductas de pensamiento o intento suicidio (Domínguez et al., 2019), por lo tanto en este sentido, resulta fundamental comprender la violencia de género digital no solo como una problemática tecnológica o relacional, sino como un fenómeno que incide directamente en la salud mental y el bienestar integral de las estudiantes, requiriendo abordajes preventivos, institucionales y de acompañamiento psicológico oportuno.

*“Pues como yo te decía, ya no tengo la confianza de, por ejemplo, incluso hasta como de tomarme una foto, como comúnmente lo hacía; ya no me dan ganas [...] me dio rabia, me dio impotencia, me dio mucha tristeza y, la verdad, también mucha decepción.” (Fernanda)*

*“[...] no está padre vivir con miedo en este tipo de cosas; la verdad es que no, no es algo agradable [...] Me sentí mal porque ni yo misma ya me reconocía y decía: ‘creo que no soy yo [...] la que no se estaba dando su lugar era yo.’” (Yari)*

*“[...] al final se terminó dando cuenta de que era yo la que hablaba con él; me dijo: ‘No, ya sé que eres tú, no sé ni siquiera para qué te tratas de ocultar; yo puedo destruirte en un momento, puedo destruir tu vida’. [...] Una parte de mí sí se sintió muy culpable de la situación porque me llegaron a hacer comentarios como: ‘Pues tú tienes la culpa, ¿para qué hablas con esas personas?’ [...] Surge esa parte de impotencia, que es como no poder hacer nada.” (Lau)*

*“[...] yo creía que era mi amigo y después llegó a afectarme que me empezara a presionar de esa manera. Me llegó a afectar emocionalmente; me sentí triste, me sentí tal vez traicionada, no sé. [...]” (Ana)*

*“[...] mi autoestima se iba más para abajo; me deprimí, lloraba, ya no quería ir a la escuela.” (Oma)*

*“Había veces que ya no me sentía en la mejor disposición de ir a la universidad; estaba cansada. Era frustrante porque yo decía: ‘A lo mejor no, yo no quería que me afectara de esa manera’, pero sí era algo cansado llegar a la universidad y tener problemas [...] todo eso me afectó, porque ya llegaba un punto donde estaba cansada y decía: ‘No, pues me quisiera cambiar de grupo, me quisiera cambiar de turno’.” (Nere)*

*“[...] empecé a crear problemas donde no los había, conmigo y con mi cuerpo, porque yo no me sentía bien con mi cuerpo; actualmente todavía sigo luchando contra eso.” (Fati)*

*“Después de ese suceso tuve mucho miedo y desconfianza en las demás personas; me creó una ansiedad social [...] ya estaba temblando, estaba con el pendiente de que ya sabían más datos personales, ‘es que ya saben esto, es que sí tienen fotos’.” (Ari)*

*“Me siento muy triste porque me arrepiento mucho de juntarme con esta persona; me siento mal por eso. Realmente nunca debí juntarme con esta persona [...] he perdido demasiado interés [...] me sentí abusada y, después de ahí, esta persona me provoca asco y yo ya ni siquiera lloro; realmente ya no quiero.” (Xim)*

*“Con mucha pesadez; yo literalmente quería aventarme de un puente. Ya era así de: ‘ya no aguanto tanta presión, ya estoy harta’, de que me preguntaban en la uni si era cierto lo que pasó [...] Me sentía triste, decepcionada, cansada; de alguna manera era como estar, pero no, como si te separaras de la tierra.” (Tan)*

*“Me afectó física, mental y emocionalmente, pero también en mis actividades diarias, como ir a la universidad. Tuve un deterioro en cuestión de productividad. Antes iba al gimnasio y era muy constante; a raíz de eso, dejé de ir, dejé de comer y de dormir, y también de alimentarme adecuadamente. Simplemente me la pasaba pensando en lo que yo había hecho mal para que él tomara ciertas acciones hacia mi persona.” (Mari)*

Las diversas consecuencias en la salud mental asociadas a la VGD, se identificaron en las manifestaciones de ansiedad, miedo persistente y estado de alerta constante ante la posibilidad de nuevas agresiones o exposición de contenido personal, se observaron alteraciones en el estado de ánimo, como tristeza profunda, sentimientos de culpa, rabia, impotencia y decepción, que inciden en la autoestima y en la autopercepción de las participantes, esta misma condición se presenta en el momento en que las participantes

reportan problemas en el ciclo del sueño, dificultades para descansar, cambios en los hábitos alimenticios y pérdida de interés en actividades cotidianas o académicas (Domínguez et al., 2019), estas experiencias derivan en aislamiento social, desconfianza hacia otras personas y reducción de la participación en espacios universitarios (Schneider et al., 2011) y es importante considerar de manera más crítica, que se identificaron expresiones de desesperanza y pensamientos relacionados con el deseo de no continuar o de hacerse daño, lo que evidencia el impacto severo que la violencia digital puede tener en el bienestar psicológico.

Estos hallazgos permitieron comprender que la violencia de género en espacios digitales constituye un factor de riesgo relevante para la salud mental de mujeres universitarias, al generar afectaciones que atraviesan el ámbito emocional, social y académico, que requieren atención, acompañamiento y estrategias institucionales de prevención y apoyo psicosocial.

#### **4.7.1. Ansiedad**

Las características de ansiedad se identifican como una de las principales consecuencias psicológicas asociadas a las experiencias de violencia de género en espacios digitales, a partir de los testimonios de las participantes, en donde se observan manifestaciones fisiológicas, emocionales y cognitivas que dan cuenta de estados de alerta constante, miedo anticipatorio y sensación de pérdida de control ante situaciones relacionadas con el hostigamiento, las amenazas o la exposición en redes sociales, estas respuestas ansiosas se presentan tanto en momentos de interacción directa con la persona agresora como en la vida cotidiana, afectando la percepción de seguridad, la confianza interpersonal y el funcionamiento académico y

social, la siguiente subcategoría integra fragmentos narrativos que permiten reconocer las características sintomatológicas de la ansiedad en el contexto de la violencia digital.

*“[...] me empezaron a sudar las manos, las palpitaciones súper rápidas, me faltaba el aire; necesitaba salir del lugar. Ver a la persona, cruzarme con ella, no... no, como que no.” (Fernanda)*

*“Me daba mucho por llorar; me volví muy sensible. En esa cuestión, a veces cualquier cosita me irritaba [...] en cuestión de la ansiedad, igual, me sudaban las manos; dolores de cabeza, no dormía, bajé de peso, se me hacían ojeras [...] Es muy feo no poder vivir tranquila y estar sometida a una situación de depresión, de estrés, de... no sé cómo llamarle a ese tipo de acciones de las personas que te someten a una presión de ‘no puedes hacer esto y no puedes hacer lo otro’, como si te estuvieran asfixiando [...] Cada que lo veía me entraba el miedo, los nervios; empezaba a temblar, y hasta se me quebraba la voz.” (Yari)*

*“En ese momento entré en crisis; no podía ni siquiera respirar, me sentía muy inquieta. Fue en la madrugada y no sabía ni siquiera a quién hablarle [...] creo que me hizo dudar más de todas las personas; me hizo sentir culpable y me quedé con esa idea de que yo tenía la culpa de lo que pasaba [...] cuando recibía mensajes de esa persona volvía a ese momento donde no podía ni respirar y sentía que me iba a volver a pasar lo mismo [...] estaba en mi cuarto, me sentaba y el aire no entraba; movía demasiado los pies, intentaba rascarme las piernas y tenía náuseas.” (Lau)*

*“Más que nada, pensamientos intrusivos: ‘¿Por qué lo hacía?, ¿por qué lo hizo?’ Cosas así. Como te digo, yo pensé que era mi amigo y de un momento a otro me sentí traicionada.” (Ana)*

*“Trataba como de escapar, justo esa es la palabra: escapar de ese sentimiento. Me sentía culpable y no sabía por qué. Sentía que todo era mi culpa; yo decía: ‘no, pues fue mi culpa’.” (Oma)*

*“Estoy como en shock, como que no sé ni lo que estoy haciendo; empiezo a jalarme el cabello, ya no sé ni qué hacer por la desesperación. Empiezo a sentirme muy mal y aviento todo; me vale todo, me pongo muy mal.” (Xim)*

*“Tuve dos ataques de ansiedad y estaba llorando demasiado [...] llegué a un punto en el que ya no quería ni siquiera salir de mi cuarto. Me empecé a hiperventilar, me empezó a faltar el aire; como soy asmática, usaba mi inhalador, pero aun así sentía que el aire me faltaba. Me hacía chiquita en los pasillos; los sentía gigantes y yo me encogía.” (Tan)*

Se evidencian las características de ansiedad, tales como palpitations aceleradas, sudoración, temblores, hiperventilación, sensación de ahogo, inquietud motora, náuseas y dificultades para respirar, así como pensamientos intrusivos, miedo persistente, sentimientos de culpa y estados de alerta ante la posibilidad de contacto o exposición, las diversas manifestaciones se acompañan de crisis de angustia, episodios de llanto, irritabilidad, hipersensibilidad emocional y evitación de espacios o personas asociadas a la experiencia de violencia y la presencia de estos síntomas muestra cómo la violencia de género en espacios digitales puede generar respuestas de ansiedad aguda y sostenida que impactan en la vida cotidiana de las participantes, limitando su sensación de seguridad y bienestar, nos permitió también observar que estas experiencias pueden desencadenar procesos de retraimiento social, dificultades en el desempeño académico y afectaciones en la autopercepción, lo que evidencia la necesidad de reconocer la ansiedad como una consecuencia relevante de la violencia digital y de promover estrategias de atención y acompañamiento psicológico en el ámbito universitario.

#### **4.7.2. Problemas en el ciclo del sueño asociados a la violencia en espacios digitales**

Los problemas en el ciclo del sueño constituyen una de las afectaciones más recurrentes en la salud mental de las participantes que han experimentado violencia de género en espacios digitales, identificando alteraciones en los patrones de descanso asociadas a estados de ansiedad, preocupación constante, pensamientos intrusivos y miedo ante posibles agresiones o exposición en redes sociales, presentando dificultades para dormir como insomnio o interrupciones del sueño y somnolencia diurna, fatiga y cambios en los horarios de descanso, que impacta en el rendimiento académico, la concentración y el bienestar general, la presente

subcategoría reúne testimonios que evidencian la relación entre la violencia digital y la desregulación del ciclo sueño y vigilia en mujeres universitarias.

*“[...] cerraba los ojos y lo único que podía pensar en ese momento era “mi foto (x), mi foto (x), mi foto”. Pues lo mismo, ese shock de no poder creer lo que había visto; que mis amigos habían hecho eso.” (Fernanda)*

*“Ya no dormía, la verdad, ya no dormía, porque era todo: mi relación, mi trabajo, la escuela, los gastos en mi casa, el no estar con mi familia. [...] Había veces que no dormía y, aparte de todo, tenía tareas que hacer.” (Yari)*

*“Daba vueltas en la cama, intentaba pensar en otras cosas; solo quería concentrarme en dormir. Era de esas veces que tratas de contar hasta cien para quedarte dormida. Intentaba taparme los ojos y los oídos porque si escuchaba el mínimo ruido me despertaba; estaba muy alerta.” (Lau)*

*“No me podía concentrar en la uni y, después de eso, menos, porque me daba mucho sueño. Me quedaba dormida o a veces no podía poner atención en las clases porque estaba bostezando.” (Oma)*

*“Había días en que no podía dormir nada; otros días dormía de más o ni siquiera asistía. A veces no iba porque me la pasaba durmiendo todo el día; en clases siempre era lo mismo: me dormía o no podía dormir.” (Fati)*

*“Trataba de relajarme para poder dormir y dejar de pensar en todo este conflicto, para descansar y venir a la escuela al día siguiente, pero no podía.” (Ari)*

*“Realmente ahora me cuesta estar despierta; a veces solo quisiera dormir, solo dormir. Con tal de que él no me diga nada por mensaje, solo quiero llegar y dormir.” (Xim)*

*“Me la pasaba durmiendo porque decía: ‘no voy a ir a la uni’. Dormía como tres o cuatro horas; hasta las cinco de la mañana era cuando empezaba a conciliar el sueño.” (Tan)*

Las alteraciones significativas en el ciclo del sueño, tales como insomnio, dificultad para conciliar el descanso, despertares frecuentes, sueño interrumpido por pensamientos recurrentes o estados de alerta, así como episodios de hipersomnia o somnolencia excesiva durante el día, son manifestaciones que se relacionan con la presencia de ansiedad, estrés y

rumiación constante sobre los eventos vividos, lo que dificulta la relajación y el descanso reparador y la falta de sueño impacta en la concentración, el desempeño académico, la asistencia a clases y la energía para realizar actividades cotidianas, generando un desgaste físico y emocional acumulativo, estas alteraciones del sueño, en este contexto, se configuran como un indicador relevante del impacto de la violencia de género en espacios digitales en la salud mental de las participantes, al evidenciar la manera en que el malestar psicológico se traslada a funciones básicas de autorregulación y bienestar (Ortega & Carrascosa 2018).

#### **4.7.3. Los problemas alimenticios y la violencia en espacios digitales**

Los problemas alimenticios emergen como otra de las consecuencias asociadas a la violencia de género en espacios digitales, evidenciando la relación entre el malestar emocional y las alteraciones en los hábitos de alimentación de las participantes, las experiencias de hostigamiento, amenazas, exposición o control en redes sociales generan estados de ansiedad, tristeza, preocupación constante que impactan en la regulación del apetito y en la relación con la comida, estas afectaciones pueden manifestarse tanto en la disminución del consumo de alimentos y pérdida de apetito, como en episodios de ingesta excesiva o desorganizada, que repercuten en la salud física y emocional;

*“Fue algo muy difícil, ¿sabes?, porque eran dolores de cabeza, malpasadas de no comer, la preocupación... mi mente era como traer un chip todo el tiempo [...] empecé a bajar de peso, bajé muchísimo; ya nada más hacía una comida al día o dos, si acaso, o a veces ni una hacía, hasta la noche, y eso si me daba hambre; perdí el apetito.” (Yari)*

*“Empecé a comer más y más dulces y muchos carbohidratos en ese momento [...] Mi alimentación era muy inestable; cuando recordaba ese momento, a la hora de comer era comer de más, y cuando no tenía esos pensamientos trataba de comer más ‘equilibrado’, pero igual no comía o lo hacía en porciones muy pequeñas, como para compensar eso que en algún momento comí mucho.” (Lau)*

“No desayunaba, no cenaba. Simplemente, cuando el cuerpo me decía ‘tengo hambre’, comía mucho, mucho.” (Oma)

“Al principio a veces comía una vez al día y, cuando no, era rara la vez; también tenía atracones, específicamente de dulces, y siento que todo eso influía más en mis inseguridades.” (Fati)

“Me acostumbré a solo desayunar y comer en la tarde; después ya no como nada. Siento que estoy comiendo poquito.” (Xim)

“Dejé de comer y bajé como cinco kilos [...] Estoy acostumbrada a comer ensaladas, pescado, nuggets; todo lo hago sin aceite, pero llegó un punto donde ni siquiera quería comer. Toda mi comida de quince días se me echó a perder; dos semanas seguidas se me echó a perder.” (Tan)

“Sí, porque me acuerdo que después de ese momento dejé de comer.” (Yolo)

Los cambios significativos en los hábitos alimenticios de las participantes, caracterizados por la disminución del apetito, omisión de comidas, pérdida de peso; así como, episodios de ingesta excesiva o atracones asociados a estados de ansiedad y estrés, estas variaciones en la alimentación se relacionan con la presencia de pensamientos recurrentes, preocupación constante, sentimientos de inseguridad y malestar emocional derivados de las experiencias de violencia digital, existiendo una relación entre la alteración en los patrones de alimentación y la autopercepción corporal; como, el intento de regular emociones a través de la comida o la restricción de la misma, considerando que estas manifestaciones reflejan la situación en la que la violencia de género en espacios digitales puede incidir en conductas básicas de autocuidado, generando desequilibrios en la salud física y psicológica (OMS, 2023), finalmente y en este sentido, se muestra que los problemas alimenticios se configuran como un indicador relevante del impacto integral de la violencia digital en la vida cotidiana y el bienestar de las mujeres universitarias.

#### 4.7.4. Factor implícito en la violencia en espacios digitales, el aislamiento

El aislamiento social se presenta como una de las respuestas frecuentes ante experiencias de violencia de género en espacios digitales, se identifica un proceso gradual de retraimiento de los espacios virtuales y presenciales, motivado por el miedo, la desconfianza, la vergüenza o la necesidad de autoprotección, estas experiencias inciden en la disminución de la interacción con redes de apoyo, la restricción del uso de plataformas digitales y la reducción de actividades sociales y académicas, en donde el aislamiento dentro de este contexto no solo responde a una estrategia de cuidado frente a posibles agresiones se refleja el impacto emocional y relacional que la violencia digital genera en la percepción de seguridad y confianza hacia otras personas.

*“Después de lo ocurrido, los espacios en los que yo solía utilizar este tipo de redes empecé a quitarlos o minimizarlos; simplemente a protegerlos, por ejemplo, restringiendo mi perfil en Facebook. En WhatsApp corté comunicación con estas personas; borré sus números y los bloqueé en las redes en las que coincidíamos.” (Fernanda)*

*“Yo era muy segura de mí misma, muy segura, y todo eso lo perdí con él: mi seguridad, mi amor propio, mi ego como mujer, el arreglarme, maquillarme, salir con mis amigos y amigas; todo eso lo dejé, y él acabó con todo eso.” (Yari)*

*“Ya no les tenía tanta confianza a todos; no podía hablar mucho de mí, porque sentía que lo que les dijera lo iban a usar en mi contra [...] sentía que no podía hacer nada, que tenía que encerrarme en mi burbujita yo sola, no hablar de más, no relacionarme con nadie.” (Lau)*

*“Normalmente hablaba con personas por Facebook porque me sentía sola. A lo mejor lo hacía porque no tenía amigos ni un círculo social bien establecido, y buscaba algo afuera, en redes sociales, incluso con desconocidos.” (Ana)*

*“Sí tenía el apoyo de mis amigas, pero me sentía sola; aunque estaban conmigo, me sentía triste y cansada. No supe cómo manejarlo en ese momento; quería que no me afectara, pero sí me afectó. Fue un proceso que no supe manejar, porque tampoco pude poner un límite. Mis amigas me apoyaban, pero yo lo reprimía todo y trataba de manejarlo sola.” (Nere)*

*“Ya no contestaba a mis amigos, ya no salía con ellos; si me invitaban a una fiesta decía: ‘no puedo’, ‘tengo sueño’, ‘estoy cansada’ o ‘tengo trabajo’. Empecé a alejarme de todos.” (Fati)*

*“Ese sentimiento de que a veces no voy a poder, de que puede pasar algo con un estrés mayor... siento que eso me hizo insegura; no creo totalmente en mí ni en lo que soy capaz.” (Xim)*

El uso de redes sociales, el bloqueo o eliminación de contactos, la reducción de la comunicación con amistades y la disminución de la participación en actividades sociales o académicas se identifican como sentimientos de soledad, desconfianza hacia otras personas, pérdida de seguridad personal y dificultades para establecer o mantener vínculos interpersonales (Cervantes y Díaz, 2023), posicionando al aislamiento como una estrategia de autoprotección ante la posibilidad de nuevas agresiones, mientras que en otros se refleja un proceso de retraimiento emocional derivado del miedo, la culpa o la vergüenza, las manifestaciones impactan en el sentido de pertenencia, en la construcción de redes de apoyo y en la vida cotidiana de las participantes, evidenciando cómo la violencia de género en espacios digitales puede incidir en la reducción de la interacción social y en el debilitamiento de los vínculos (Troya et al., 2023).

El aislamiento, por tanto, se constituye como una consecuencia relevante en la salud mental, al limitar las oportunidades de acompañamiento, contención y participación en entornos académicos y sociales.

#### **4.7.5. El uso de sustancias derivada de la VGD**

El uso de sustancias como tabaco y alcohol aparece como un mecanismo de afrontamiento ante el malestar emocional generado por las experiencias de violencia digital, las participantes refieren recurrir a estas prácticas con la intención de relajarse, disminuir la ansiedad, evadir pensamientos recurrentes o encontrar momentos de calma frente a la presión

psicológica experimentada, también se identifican efectos adversos como el aumento en la frecuencia de consumo, episodios de mayor tristeza, desconexión emocional y dificultades para regular el estado de ánimo en donde estas prácticas, lejos de resolver el malestar, pueden intensificar el desgaste físico y emocional generando riesgos adicionales para la salud.

*“Yo con lo único que me calmaba y trataba de relajarme, hasta el día de hoy, es fumándome un cigarro; es lo único con lo que luego, a veces, me tranquilizo, porque no es fácil sentir esa presión y entrar en nervios de no saber qué va a pasar.” (Yari)*

*“Se me olvidaban las cosas y decía: ‘estoy tranquila, estoy relajada’. No quiero decir que el alcohol sirva para relajarte, pero tiene algo que en ese momento me hacía olvidar. Hasta cierto punto me sentía tranquila y decía: ‘aquí puedo estar tranquila, aquí no me molesta nadie’. Fue como una forma de salida.” (Oma)*

*“A veces me siento muy bajoneada y sí siento la necesidad de querer tomar y perderme [...] también fumando; fumo muy seguido, y últimamente un poco más por la situación.” (Xim)*

*“Con el alcohol, en vez de sentirme alegre como la gente, yo me deprimó; ese es el efecto que tengo. [...] Me empiezo a deprimir [...] Llegué a tomar al grado de quedarme en casa de mis amigas; me dicen que no contestaba cuando me hablaban, que sentían que no respiraba, aunque mi corazón palpitaba normal. Yo estaba como en un sueño demasiado profundo.” (Tan)*

*“Creo que mi consumo de alcohol aumentó demasiado, simplemente para sensibilizarme y poder llorar, porque a veces ya tenía mucho desgaste físico y emocional; era como: ‘no quiero llorar otra vez’, pero necesitaba hacerlo.” (Mari)*

En este sentido, el consumo de sustancias se configura como un indicador del impacto que la violencia de género en espacios digitales tiene en la salud mental de las participantes, al evidenciar la búsqueda de estrategias inmediatas para gestionar emociones intensas en contextos donde los recursos de apoyo percibidos resultan insuficientes.

#### 4.7.6 . Ideación, intento o pensamientos suicidas

La presencia de pensamientos relacionados con la muerte y la desesperanza constituye una de las consecuencias más graves asociadas a las experiencias de violencia de género en espacios digitales, los testimonios de las participantes permiten identificar cómo el hostigamiento, las amenazas, la exposición de contenido íntimo y la presión emocional sostenida pueden generar sentimientos de agotamiento, miedo constante, pérdida de control y percepción de no encontrar salida a la situación vivida, las experiencias señaladas en interacción con otras condiciones de estrés académico y personal, inciden en la aparición de ideación suicida o conductas autolesivas, evidenciando el impacto profundo que la violencia digital puede tener en la salud mental (Rueda y Suárez, 2023), esta subcategoría integra fragmentos narrativos que permiten reconocer la manera en que la acumulación de violencia y malestar emocional se vincula con pensamientos de muerte o con intentos de atentar contra la propia vida.

*“Hace poco intenté suicidarme por lo mismo, porque ya no soportaba ni aguantaba el miedo con esa persona, el seguir teniendo contacto y conviviendo con él; fueron muchas cosas [...] además de la violencia en redes: palabras, insultos, humillaciones. Ya no era algo sano ni normal. Yo traía acumulado el estrés de vivir sola, cubrir mis gastos, la presión de la universidad y el trabajo. Ese día llegué a casa y tenía dos cajas de antidepressivos; me tomé más de una caja y media. No es un orgullo, la verdad; es algo vergonzoso para mí.” (Yari)*

*“Había tenido intentos de suicidio [...] cuando esta persona me enviaba mensajes, yo pensaba: ‘si lo va a hacer, yo no tengo nada que perder; si lo hace, voy a terminar perdiendo todo. ¿De qué sirve que yo siga con vida?’.” (Lau)*

*“Solamente pensamientos [...] me sentí tan sola. Hablaba con mi amigo y me decía ‘que no’; hablaba con mi familia y me decían ‘no les prestes atención’, como si la que siempre estuviera mal fuera yo. Entonces dije: ‘¿solo soy yo el problema?, ¿yo para qué estoy aquí?’ y pensaba: ‘pues mejor vamos a darnos de baja de la vida’.” (Oma)*

*“Pensaba que si se difundían las cosas y el problema se hacía más grande, mi única solución era el suicidio. Ya había tenido pensamientos antes, pero eran muy aislados; después de esto se hicieron más recurrentes.” (Ari)*

*“Sí lo he pensado, pero pienso en mi hijo; él es mi motivo para seguir con vida. Quiero separarme de esa persona, denunciar y salir adelante con mi bebé.” (Xim)*

*“Al grado en el que tuve intentos de suicidio [...] en ese momento llegó mi amiga y me quitó los cuchillos. Le dije: ‘ya estoy harta, estoy muy cansada, ya no puedo’. Me ayudó a tranquilizarme [...] Y yo solo decía: ‘¿qué tengo que hacer para que me dejen en paz?’.” (Tan)*

*“Sí llegué a pensarlo, pero no al cien por ciento; se me acumularon problemas personales y familiares. Solo fueron pensamientos vagos.” (Mari)*

En conjunto, los relatos evidencian la aparición de pensamientos recurrentes de desesperanza, deseos de desaparecer o cuestionamientos sobre la continuidad de la vida; así como intentos de suicidio asociados al miedo, la presión, el desgaste emocional y la sensación de no encontrar apoyo o alternativas ante la violencia vivida, por lo tanto estas manifestaciones se relacionan con sentimientos de soledad, culpa, vergüenza, impotencia y saturación emocional, además de la percepción de que la difusión de información personal o la continuidad del hostigamiento podría tener consecuencias irreversibles en su vida social, académica o familiar (Rueda y Suárez, 2023), la ideación suicida puede intensificarse cuando las participantes perciben falta de apoyo en su entorno o minimización de sus experiencias, no obstante, también se identificaron elementos de protección como la presencia de redes de apoyo, vínculos afectivos significativos o proyectos de vida, que contribuyen a la contención en momentos críticos.

Estos hallazgos permiten reconocer que la violencia de género en espacios digitales puede constituir un factor de riesgo severo para la salud mental, al incidir en la aparición de pensamientos suicidas y en el deterioro del bienestar emocional que subraya la importancia

de generar mecanismos de atención, prevención y acompañamiento psicológico e institucional oportuno en el contexto universitario.

#### **4.8. Recomendaciones del análisis de la VGD para las mujeres universitarias**

Las voces de las mujeres universitarias escuchadas permiten identificar una serie de recomendaciones y aprendizajes contruidos a partir de sus propias experiencias de violencia de género en espacios digitales, en donde estas narrativas no sólo evidencian el impacto emocional vivido, también señalan como se han elaborado las estrategias de autocuidado, prevención y búsqueda de apoyo para reducir riesgos y fortalecer el bienestar personal, las participantes enfatizan la importancia de mantener redes de apoyo, establecer límites, proteger la privacidad en entornos virtuales, reconocer las manifestaciones de violencia normalizadas y acudir a instancias de apoyo psicológico o institucional, tales aportaciones reflejan procesos de reflexión crítica y agencia personal frente a la violencia digital, así como la necesidad de promover una Cultura de Paz por la educación y la conciencia sobre salud mental en contextos universitarios.

*“En realidad chicas y señoras jóvenes, mamás y todos, porque creo que aquí también no solo las mujeres ,sino, todos, que no permitan que las humillen, que las maltraten, que les falten al respeto, que las hagan sentir menos, que les maten su amor propios, su ego como mujeres [...], en mi experiencia, pues, lo único que podría decirles es que traten de ser ustedes, nunca se cierren a seguir siendo ustedes y seguir creciendo como mujeres y como personas.” (Yari)*

*“Que mantengan su círculo social, sus redes sociales como este caso en privado, para que traten de mantener, esta parte de tener agregados a personas que se consideran más a las que conocen más y que si en algún punto empiezan a recibir mensajes o comentarios que mejor mantengan la distancia y que si sobrepasan estos limites mejor acudan con una autoridad para que las puedan apoyar.” (Lau)*

*“Que no confíen en nadie (x) que no confíen en nadi::e, nada más que no se fíen de las personas, porque no sabemos qué tipo de personas son, ni siquiera los conocemos”. (Ana)*

*Pue::s es que no solamente las mujeres, yo creo que todos deberíamos ir com::o a terapia. Porque muchas veces estamos viviendo violencia y no nos damos cuenta, porque ya es tan cotidiana lo que pasa. Tan solo el hecho de tener memes o stickers de la otra persona, ya es violencia y es algo que hemos normalizado mucho (x) mucho, como sociedad [...] Necesitamos como qu::e estar con esa parte de la salud mental para poder aprender a poner límites. Porque independientemente de que, te digo, de la parte general es como, está tan normalizada, tan normalizada la violencia en cualquier ámbito digital, físico, verbal, psicológico, económico, o sea, está tan normalizado que muchas veces decimos “no, no es un sufrimiento de violencia” y el hecho de que te haga, te digo, desde que te hagan sticker, pues es violencia. (Oma)*

*“Que cuiden el tipo de personas con las que se frecuentan, que vean bien quién es su pareja, que vean bien con qué clase de personas están conviviendo, porque a lo mejor tu puedes ser una persona que es muy tranquila o serena, pero pue::s puede llegar gente mierdera, desgraciadamente que nada más para chingar a la persona con la que tú estas o por molestarte te va hacer daño, entonces pue::s sí tener cuidado con las personas de qué es lo que dices, a quién se lo dices y cómo lo dices”. (Tan)*

Se destacan la relevancia de fortalecer el amor propio, la autonomía y la continuidad de los proyectos personales como formas de resistencia ante la violencia y se subraya la importancia de resguardar la privacidad en redes sociales, seleccionar cuidadosamente los vínculos interpersonales y establecer límites claros frente a conductas de hostigamiento o invasión, los resultados muestran que las participantes también enfatizan la necesidad de reconocer que la violencia digital puede presentarse de manera sutil o normalizada y esta condición dificulta su identificación y denuncia (ONU Mujeres, 2020), respecto a la asistencia a procesos terapéuticos, la construcción de redes de apoyo y la búsqueda de acompañamiento institucional emergen como recursos fundamentales para la prevención y atención del malestar emocional (Valera, 2014), las estrategias de afrontamiento evidencian que si bien la violencia digital genera afectaciones significativas en la salud mental, también

propicia procesos de reflexión, aprendizaje y fortalecimiento personal orientados a la protección, el autocuidado y la promoción de espacios digitales más seguros.

De manera previa al estudio sobre las estrategias de afrontamiento se identificaron que la mayoría de las participantes refieren un conocimiento limitado o nulo respecto al protocolo institucional de la universidad para la atención de la violencia que incide en la baja utilización de estos mecanismos formales de apoyo, muchas de ellas manifestaron que su principal recurso es la búsqueda de paz mental y bienestar emocional desde una perspectiva vinculada a la Cultura de Paz; sin embargo en diversos casos, las experiencias de violencia y el malestar asociado tienden a mantenerse en el ámbito personal y no siempre son verbalizados o compartidos en espacios formales y la participación en el proceso de entrevista se configuro para algunas como un espacio de escucha activa y validación de sus experiencias, generando sensaciones de alivio emocional y reconocimiento al percibirse atendidas y tomadas en cuenta en la expresión de sus vivencias.

## Capítulo V

### Discusión de resultados

#### 5.1. Experiencia de violencia de género digital en mujeres universitarias

La experiencia de violencia de género en espacios digitales identificada en las participantes se configura como un fenómeno complejo que trasciende los espacios virtuales y se articula con dinámicas relacionales, afectivas e institucionales, las entrevistas permiten reconocer que la violencia digital no se presenta como un evento aislado, sino como parte de una continuidad de prácticas de control, humillación y desvalorización que se entrelazan con relaciones de pareja, redes sociales y contextos universitarios y los resultados coinciden con lo planteado por la ONU Mujeres (1981), quien define la violencia de género como actos dañinos dirigidos contra una persona en razón de su género, originados en relaciones de poder desiguales y en normas culturales que la legitiman, el hallazgo se vincula con lo señalado por Kelly (1989), quien afirma que todas las formas de violencia de género tienen en común el uso de coerción y control para limitar la autonomía de las mujeres, que en el ámbito digital, estas prácticas se intensifican por la inmediatez de las tecnologías y la posibilidad de que la violencia se reproduzca de manera constante, incluso fuera de la presencia física del agresor.

La violencia en un inicio como parte de la cotidianidad de las relaciones, refleja procesos de normalización como un elemento que coincide con la “escalera de la violencia de género” (Movimiento por la Paz, 2024), donde las agresiones comienzan con conductas aparentemente menores (burlas, control o comentarios despectivos) y escalan hacia formas más graves, encaminadas hacia la normalización que se vincula con prácticas como la

revisión de redes sociales, la presión para compartir contraseñas o la difusión de contenido íntimo, las cuales son percibidas inicialmente como parte de la dinámica de pareja.

La experiencia de las participantes también muestra que la violencia digital se relaciona con sentimientos de aislamiento, miedo y pérdida de control sobre la propia vida, entre estos elementos se encuentran en consonancia con lo planteado por Segato (2003), señalando que el género debe entenderse como una construcción social que organiza relaciones de poder y la violencia digital opera como un mecanismo que refuerza la subordinación y limita la participación plena de las mujeres en los espacios sociales y académicos así como la tendencia de las participantes a mantener en silencio las experiencias de violencia en donde el malestar se internaliza y no se comunica a redes de apoyo formales o institucionales y esta situación puede interpretarse desde la perspectiva de Lagarde (1996), quien plantea que la perspectiva de género permite comprender cómo las mujeres construyen subjetivamente sus experiencias dentro de contextos sociales que han normalizado la desigualdad y el silencio aparece entonces como una respuesta a la falta de reconocimiento social de la violencia digital y al temor a ser culpabilizadas.

## **5.2. Los tipos de violencia de género digital identificados en la investigación**

El análisis de los testimonios permitió identificar diversas manifestaciones de VGD que se ejercen en los entornos universitarios, estas prácticas no se presentan de forma aislada, suelen coexistir y reforzarse entre sí, generando dinámicas de control, hostigamiento y exposición que afectan la vida cotidiana de las participantes, al respecto y en concordancia con la Secretaría de las Mujeres de la Ciudad de México (2021), la violencia digital puede comprenderse como cualquier acto realizado mediante tecnologías que busque agredir,

vulnerar o exhibir la intimidad de una persona considerando que entre los tipos de violencia más recurrentes se encuentran el hostigamiento constante a través de mensajes, la vigilancia digital, la difusión de información privada y la humillación pública en redes sociales y estas prácticas coinciden con las tipologías descritas por Zalazar (2023), quien señala que la violencia digital incluye amenazas, chantajes, difusión de contenido íntimo sin consentimiento y agresiones verbales. En el contexto universitario, estas formas de violencia se relacionan principalmente con exparejas o personas cercanas, lo que evidencia la continuidad entre la violencia offline y la violencia en línea, implicando también la revisión de redes sociales, el control de contactos o la exigencia de compartir información personal pueden interpretarse como actos de cuidado dentro de relaciones románticas, sin embargo, estas prácticas responden a dinámicas de control que limitan la autonomía de las mujeres.

Este fenómeno se vincula con la violencia cultural descrita por Galtung (2003b), la cual legitima conductas violentas mediante creencias y normas que las presentan como aceptables o incluso deseables en esta investigación se identificó la presencia de formas de violencia como la difusión no consentida de contenido íntimo, conocida como porno venganza, así como la amenaza de su difusión como mecanismo de control en la que estas prácticas generan un miedo constante y condicionan el comportamiento de las víctimas, quienes pueden modificar su participación en redes sociales o en espacios académicos por temor a la exposición, dentro de este hallazgo que se relaciona con la Ley General de Acceso a las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (2007), reconoce a la violencia digital como una acción dolosa que expone o difunde contenido íntimo sin consentimiento, causando daño psicológico y emocional.

Por otra parte, la humillación pública mediante comentarios, memes o publicaciones constituye una forma de violencia que impacta la autoestima y la percepción social de las participantes. En muchos casos, estas acciones se presentan de manera colectiva, amplificando el daño y generando un entorno hostil, señalando que este tipo de violencia coincide con lo planteado por Fuchs (2017), quien considera que en los espacios digitales se reproducen y refuerzan estructuras de poder existentes, perpetuando desigualdades y formas de dominación, estos resultados revelan que la violencia digital se extiende más allá de la relación con el agresor, afectando la vida académica y social de las estudiantes y el temor a la exposición pública puede limitar su participación en actividades universitarias, así como su interacción en redes sociales, por lo tanto este fenómeno muestra cómo la violencia digital se inserta en el tejido social y académico, generando efectos que trascienden el espacio digital.

### **5.3. Las afectaciones en la salud mental derivadas de la VGD**

Las afectaciones en la salud mental constituyen uno de los ejes centrales de los resultados obtenidos y las participantes reportaron diversas manifestaciones sintomatológicas asociadas a la experiencia de violencia de género digital entre las que se encuentran la ansiedad, alteraciones del sueño, aislamiento, cambios en la alimentación y consumo de sustancias, los hallazgos coinciden con lo señalado por Schneider et al. (2011), quienes identifican que la victimización en espacios digitales se asocia con elevados niveles de angustia psicológica y síntomas depresivos.

La ansiedad aparece como una de las respuestas emocionales más frecuentes ante la violencia digital y las participantes describen estados de nerviosismo, miedo constante y

preocupación por la posibilidad de que la violencia continúe o se intensifique, ante esta condición de estado de alerta permanente puede interpretarse como una reacción ante la incertidumbre y la falta de control sobre la difusión de información o contenido personal, en este sentido Ortega y Carrascosa (2018), señalan que el ciberacoso genera malestar psicológico y sensación de indefensión, lo que incrementa la vulnerabilidad emocional de las víctimas y los problemas en el ciclo del sueño también se presentan de manera recurrente, otra condición se encuentra en la preocupación constante y exposición a mensajes o publicaciones agresivas que dificultan el descanso y la recuperación emocional, considerando que las alteraciones del sueño pueden agravar otros síntomas como la irritabilidad y la fatiga, afectando el desempeño académico y la vida cotidiana.

Algunas participantes optan por reducir su interacción en redes sociales o limitar sus relaciones interpersonales para evitar nuevas agresiones y el aislamiento puede intensificar la sensación de soledad y dificultar la búsqueda de apoyo., para Domínguez et al. (2019) quienes señalan que las personas que experimentan ciberacoso presentan mayores niveles de malestar psicológico y pensamientos negativos, lo que refuerza la relación entre violencia digital y deterioro de la salud mental, identificando que el uso de sustancias es una estrategia para afrontar el malestar emocional, posicionando al consumo de alcohol o tabaco como un intento de aliviar la ansiedad o la tristeza asociadas a la violencia, relacionándolo con la búsqueda de mecanismos de regulación emocional ante situaciones de estrés prolongado, así el uso de sustancias puede generar nuevas problemáticas de salud y no resuelve las causas del malestar.

Se identificaron pensamientos relacionados con el deseo de desaparecer o dejar de experimentar el sufrimiento emocional que reflejan el impacto profundo de la violencia en la

percepción de sí mismas y en el sentido de futuro de las participantes, en este sentido la literatura nos muestra que la violencia digital puede asociarse con ideación suicida y sentimientos de desesperanza (Troya et al., 2023), el hallazgo subraya la importancia de la atención psicológica oportuna y de la generación de redes de apoyo y las afectaciones mostraron que existen una serie de estrategias de resistencia y búsqueda de bienestar. Algunas participantes expresan el deseo de recuperar la tranquilidad y de establecer límites en sus relaciones que puede interpretarse como un proceso de agencia y reconstrucción personal, desde la perspectiva de la salud mental como proceso dinámico (OMS, 2023), estas acciones reflejan la capacidad de las personas para adaptarse y buscar alternativas que favorezcan su bienestar.

En síntesis, las afectaciones en la salud mental derivadas de la violencia de género digital son diversas y profundas, no se limitan a síntomas emocionales, sino que impactan el funcionamiento cotidiano, las relaciones sociales y la percepción de sí mismas.

#### **5.4. Relevancia sobre la teoría de Galtung**

La teoría de la violencia de Johan Galtung (1998) ofrece un marco interpretativo pertinente para comprender los resultados de la investigación y el triángulo de la violencia (compuesto por violencia directa, estructural y cultural) permite analizar la violencia de género en espacios digitales como un fenómeno multidimensional que trasciende las agresiones visibles.

En primer lugar, la violencia directa se manifiesta en las agresiones explícitas que las participantes experimentan en los espacios digitales, tales como insultos, amenazas, difusión de contenido íntimo y hostigamiento constante y estas acciones corresponden a la dimensión

visible de la violencia y generan daños inmediatos en la salud mental y el bienestar de las víctimas (Galtung, 2003a) y los resultados muestran que estas agresiones se sostienen en estructuras sociales que las posibilitan por lo tanto la falta de conocimiento sobre protocolos universitarios, la escasa respuesta institucional y la normalización de la violencia en las relaciones afectivas constituyen ejemplos de violencia estructural y esta forma de violencia se integra en los sistemas sociales y limita el acceso a recursos de protección y justicia, de acuerdo con Galtung (2003a) la violencia estructural se manifiesta en la desigual distribución de oportunidades y en la naturalización de condiciones que generan daño.

Por otra parte, la violencia cultural se expresa en las creencias y normas que legitiman la violencia digital con la idea de que el control en la pareja es una muestra de amor o que la difusión de contenido íntimo es responsabilidad de la víctima contribuye a la normalización de estas prácticas y la dimensión cultural permite comprender por qué la violencia digital puede ser minimizada o justificada tanto por agresores como por el entorno social. Galtung (2003a) señala que la violencia cultural transforma moralmente los actos violentos, haciéndolos parecer aceptables o inevitables.

El análisis desde el triángulo de la violencia evidencia que la violencia de género en espacios digitales no puede abordarse únicamente desde la dimensión individual, por lo tanto se hace necesario considerar las estructuras institucionales y los marcos culturales que la sostienen y considerar que la promoción de una Cultura de Paz implica transformar no solo las conductas violentas, sino también las condiciones sociales que las permiten. La teoría de Galtung (2003b) permite comprender la búsqueda de paz mental expresada por las participantes como un proceso de transformación del conflicto y la construcción de espacios de escucha, apoyo y acompañamiento puede contribuir a la superación de la violencia y al

fortalecimiento del bienestar emocional para una Cultura de Paz, que desde esta perspectiva la prevención de la violencia digital requiere estrategias integrales que incluyan educación en género, fortalecimiento institucional y promoción de relaciones respetuosas.

## Capítulo VI

### Conclusiones

La presente investigación permitió analizar de manera integral las manifestaciones de la violencia de género en espacios digitales y sus repercusiones en la salud mental de mujeres universitarias estudiantes de licenciatura. A partir del análisis cualitativo de los testimonios recabados, se identificó que la violencia ejercida mediante redes sociales, plataformas digitales y medios de comunicación virtuales constituye una experiencia recurrente que trasciende el ámbito tecnológico y se inserta en las dinámicas afectivas, sociales y académicas de las participantes, los hallazgos evidencian que dichas experiencias no sólo generan malestar emocional, también inciden de manera significativa en el bienestar psicológico, la percepción de sí mismas y la forma en que las estudiantes se relacionan con su entorno.

Uno de los elementos centrales que se desprende de la investigación es la normalización de diversas prácticas de violencia digital y las participantes señalaron que ciertas conductas, tales como el control constante de redes sociales, la revisión de dispositivos, los insultos públicos, la difusión de contenido humillante o la presión para compartir información personal o íntima, suelen interpretarse como expresiones de interés, cuidado o compromiso dentro de la relación de pareja señalando que esta percepción se encuentra vinculada con la persistencia de imaginarios asociados al amor romántico, en los que el control y la vigilancia se justifican como demostraciones afectivas, la interiorización de estos discursos favorece que las agresiones sean minimizadas o toleradas, dificultando su identificación como formas de violencia de género.

La romantización de determinadas prácticas violentas en espacios digitales contribuye a la reproducción de relaciones desiguales de poder, en este sentido la investigación permite observar que la violencia no se limita a agresiones explícitas se manifiesta en acciones simbólicas que buscan desacreditar, ridiculizar o ejercer control sobre la vida de las mujeres en el ámbito virtual, la difusión de memes, comentarios ofensivos o contenidos manipulados forma parte de un repertorio de prácticas que aunque en ocasiones se perciben como bromas generan afectaciones emocionales importantes, la normalización de estas conductas se refuerza por la presión social y por la idea de que la exposición en redes sociales implica aceptar determinados riesgos.

Dentro de las manifestaciones más graves de violencia digital se identificó la difusión no consentida de contenido íntimo, conocida en la literatura como porno venganza este fenómeno representa una forma de violencia que busca dañar la reputación, la integridad y la estabilidad emocional de las mujeres, utilizando su intimidad como mecanismo de control o castigo, la amenaza o materialización de la difusión de imágenes o videos íntimos genera un estado constante de miedo, ansiedad y vulnerabilidad, las participantes expresaron que el temor a la exposición pública, al juicio social y a las posibles repercusiones en su vida académica y familiar intensifica el impacto emocional de estas experiencias la permanencia del contenido en espacios digitales y su potencial viralización refuerzan la sensación de pérdida de control sobre la propia imagen y la propia historia.

Las consecuencias en la salud mental identificadas en la investigación abarcan una amplia gama de afectaciones se observan características de ansiedad, alteraciones en el ciclo del sueño, dificultades en la alimentación, aislamiento social, disminución de la autoestima, sentimientos de culpa y sentimientos de desesperanza. La acumulación de estrés derivado de

la violencia digital se ve amplificada por las exigencias académicas, laborales y personales que enfrentan las participantes manifestando la presencia de pensamientos relacionados con dejar de vivir o con la imposibilidad de continuar enfrentando las situaciones de violencia estas expresiones reflejan el grado de afectación emocional que puede generar la exposición prolongada a dinámicas de violencia en espacios digitales.

Resulta importante señalar que si bien se identificaron pensamientos de este tipo igualmente se observaron factores de protección que contribuyeron a la continuidad de los proyectos de vida de las participantes entre ellos se encuentran el apoyo de amistades, familiares, hijas e hijos, así como la búsqueda de ayuda psicológica o institucional, la existencia de estas redes de apoyo evidencia la importancia de fortalecer los vínculos sociales y de promover espacios de atención accesibles y sensibles a las necesidades de las estudiantes. La investigación también permitió reconocer que muchas de las experiencias de violencia permanecen en el ámbito privado y no se comunican de manera abierta ya sea por temor a la revictimización, por desconocimiento de los mecanismos institucionales o por la percepción de que no serán tomadas en serio.

El desconocimiento de los protocolos universitarios para la atención de la violencia de género se identificó como un factor relevante la mayoría de las participantes manifestó no contar con información clara sobre las rutas de denuncia o acompañamiento disponibles en su institución esta falta de conocimiento limita el acceso a recursos de apoyo y refuerza la tendencia a enfrentar la violencia de manera individual desde la perspectiva de las participantes la búsqueda principal se orienta hacia la obtención de tranquilidad emocional y bienestar que puede interpretarse como una aspiración a la paz mental. Sin embargo esta

búsqueda suele permanecer en el ámbito personal y no siempre se traduce en procesos colectivos o institucionales de atención y prevención.

La investigación evidencia la necesidad de promover entornos universitarios que favorezcan el respeto, la igualdad y la resolución pacífica de conflictos la Cultura de Paz implica no solo la ausencia de violencia también la construcción de relaciones basadas en la dignidad, la empatía y el reconocimiento de los derechos humanos, en este sentido, resulta fundamental que las instituciones educativas fortalezcan la difusión de sus protocolos de atención generen campañas de sensibilización sobre violencia digital y promuevan la educación socioemocional y digital. La prevención requiere un enfoque integral que considere tanto la dimensión individual como la colectiva, así como la transformación de los imaginarios que legitiman la violencia.

La participación de las estudiantes en el proceso de investigación permitió que algunas de ellas se sintieran escuchadas y validadas en sus experiencias el espacio de entrevista fue percibido como un momento de expresión y reflexión que generó sensaciones de alivio. Este hallazgo resalta la importancia de abrir espacios de diálogo seguros dentro de las universidades, donde las estudiantes puedan compartir sus vivencias sin temor a ser juzgadas, la escucha activa y el acompañamiento empático y profesional constituyen elementos clave para la construcción de entornos educativos más seguros y sensibles.

En términos generales, la investigación pone de manifiesto que la violencia de género en espacios digitales representa un problema estructural que requiere atención continua, la normalización de prácticas violentas, la presencia de la porno venganza y las afectaciones en la salud mental de las estudiantes evidencian la urgencia de fortalecer estrategias de prevención, atención y acompañamiento, asimismo, se reconoce la necesidad de continuar

generando conocimiento en torno a estas problemáticas, ampliando las investigaciones hacia otros contextos y poblaciones. La presente investigación busca aportar elementos que orienten la reflexión académica y la acción institucional con la finalidad de avanzar hacia entornos universitarios más seguros, equitativos y respetuosos de la dignidad humana, con una Cultura de Paz.

### **6.1. Consideraciones personales**

Todo proceso de investigación presenta limitaciones que es importante reconocer para contextualizar los alcances de los resultados y orientar futuras líneas de estudio la selección de participantes se centró en mujeres estudiantes de licenciatura que aceptaron compartir sus experiencias que permitió obtener información rica y profunda pero no pretende ser representativa de la totalidad de la población universitaria. Las vivencias analizadas corresponden a contextos específicos y a trayectorias personales particulares en donde los hallazgos deben interpretarse desde su carácter interpretativo y comprensivo más que generalizable.

Se exploraron percepciones sobre protocolos y mecanismos de atención a la violencia de género en esta investigación que no se centró en el análisis de la implementación concreta de dichos protocolos ni en la evaluación de su efectividad los resultados reflejan principalmente la percepción y el conocimiento de las participantes más que un diagnóstico institucional integral. Este aspecto abre la posibilidad de desarrollar investigaciones futuras que examinen de manera más amplia la respuesta institucional frente a la violencia digital.

Es importante considerar que la investigación se enfocó en mujeres universitarias que responde al interés de visibilizar la violencia de género que afecta de manera diferenciada a este grupo sin embargo esta delimitación implica que no se exploraron de manera directa las

experiencias de otros actores de la comunidad educativa como hombres estudiantes, docentes o personal administrativo. La comprensión del fenómeno de la violencia digital podría enriquecerse al incorporar múltiples voces y perspectivas que permitan analizar las dinámicas relacionales en su complejidad.

## **6.2. Algunas sugerencias sobre la investigación**

A partir de los hallazgos obtenidos se considera pertinente impulsar nuevas investigaciones que profundicen en el estudio de la violencia de género en espacios digitales desde una perspectiva cualitativa y situada en la Cultura de Paz este enfoque permitiría analizar no sólo las manifestaciones de la violencia y sus consecuencias se incluyen las formas de pensamiento de las personas y cómo construyen estrategias de afrontamiento, resistencia y búsqueda de bienestar emocional en contextos universitarios.

Se sugiere desarrollar más estudios cualitativos tanto como cuantitativos que exploren las experiencias de estudiantes desde una perspectiva de Cultura de Paz entendida como la construcción de relaciones basadas en el respeto, la empatía, la dignidad y la resolución no violenta de conflictos. La incorporación de este enfoque permitiría identificar prácticas cotidianas que favorezcan el cuidado de la salud mental, la convivencia respetuosa y la prevención de la violencia en espacios digitales y presenciales.

Se considera relevante ampliar la población de estudio hacia otros sectores de la comunidad educativa e investigar las experiencias de mujeres docentes que permitiría analizar cómo la violencia digital puede manifestarse también en el ámbito profesional y académico. De igual forma incluir a hombres estudiantes y docentes en futuras investigaciones que posibilitaría comprender las construcciones de género, las prácticas de interacción digital y las formas en que se reproducen o cuestionan las dinámicas de violencia

la incorporación de diversas voces contribuiría a generar una comprensión más amplia e integral del fenómeno.

Otra línea de sugerencia se orienta al fortalecimiento de espacios institucionales de atención a la salud mental dentro de las universidades los hallazgos evidencian la necesidad de contar con servicios accesibles, confidenciales y sensibles a las problemáticas de violencia digital y de género. La creación y consolidación de programas de atención psicológica, acompañamiento y orientación desde los primeros niveles de atención resulta fundamental para la prevención de afectaciones mayores en la salud mental como la intervención temprana pueden favorecer la identificación de situaciones de riesgo, la canalización adecuada y la construcción de estrategias de afrontamiento saludables.

Se sugiere también impulsar trabajos de intervención desde el primer nivel de atención en salud mental y bienestar universitario orientados a la sensibilización, la prevención y la promoción de relaciones digitales respetuosas. Estos programas podrían incluir talleres, campañas informativas, espacios de diálogo y formación en habilidades socioemocionales y digitales con la articulación entre áreas académicas, servicios de salud mental y protocolos institucionales que permitirán fortalecer la respuesta integral frente a la violencia de género en espacios digitales.

Como cierre se considera fundamental fortalecer la articulación entre las instituciones educativas, los servicios de salud mental y las organizaciones no gubernamentales a fin de generar redes de apoyo que contribuyan a la prevención, atención y acompañamiento de la violencia de género en espacios digitales. Desde el enfoque de la Cultura de Paz resulta necesario promover acciones que favorezcan el respeto, la empatía y la resolución no violenta de conflictos, así como la construcción de espacios digitales más seguros para las mujeres

universitarias. En este sentido, se vuelve indispensable impulsar más estudios cualitativos que profundicen en las nuevas formas de violencia de género mediadas por los espacios digitales y sus implicaciones en la salud mental particularmente en lo relacionado con la aparición de pensamientos e intentos suicidas. La generación de conocimiento situado permitirá comprender con mayor amplitud estas experiencias y orientar estrategias de intervención que prioricen el bienestar, la escucha y la dignidad de quienes atraviesan estas situaciones que impliquen una Cultura de Paz en las que se propugne por el cambio en las IES de una invisibilización de la violencia de género en espacios digitales y la erradicación de la violencia de género.

## Referencias

- Addati, F. (2021). La violencia de género digital como forma especial de afectación de los derechos personalísimos en redes sociales. *Ratio Iuris. Revista De Derecho* ISSN: 2347-0151, 9(1), 197-231. <https://publicacionescientificas.uces.edu.ar/index.php/ratioiurisB/article/view/1205>
- Álamo, M., Acirón, R., & Iriondo, N. (2020). *Guía de salud mental con perspectiva de género: Herramienta de prevención y actuación para la lucha contra la desigualdad de oportunidades en el ámbito de la salud mental*. Confederación Salud Mental España. <https://www.consaludmental.org/publicaciones/Guia-Salud-Mental-Prespectiva-Genero.pdf>
- Alonso, P., Rodríguez, Y., Martínez, R., y Lameiras, M. (2024). Las violencias digitales y el uso del móvil en parejas adolescentes: Nuevos retos de intervención educativa. *Revista de Psicología, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 42(1), 49–57. <https://doi.org/10.51698/aloma.2024.42.1.49-57>
- Alterio, A., y Martínez, A. (2019). *Feminismos y derecho: Un diálogo interdisciplinario en torno a los debates contemporáneos*. Suprema Corte de Justicia de la Nación.
- Álvarez-Gayou, J. L. (2003). *Cómo hacer investigación cualitativa: Fundamentos y metodología*. Paidós.
- Anatolievna Zhizhko, E. (2016). *Investigación Cualitativa: Desenmascarando los Mitos*. Orfila Valentini.
- Asamblea General de las Naciones Unidas. (1993). *Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer* (Resolución 48/104). OHCHR. <https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/declaration-elimination-violence-against-women>
- Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior [ANUIES]. (2024). *Erradicar la violencia y construir una Cultura de Paz en instituciones de educación superior, responsabilidad de todas y todos*: ANUIES. <https://www.anui.es/noticias/erradicar-la-violencia-y-construir-una-cultura-de-paz-en>
- ATLAS.ti. (2024). *Software de análisis cualitativo y de datos mixtos*. <https://atlasti.com/es>
- Bautista, N. P. (2021). *Procesos de Investigación cualitativa: Epistemología, metodología y aplicaciones* (2.<sup>a</sup> ed.). Manual Moderno.
- Benkler, Y. (2006). *La riqueza de las redes: Cómo la producción social transforma los mercados y la libertad*. Yale University Press.
- Biglia, B. (2007). *Re-significado «violencia(s)»: Obra feminista en tres actos y un falso epílogo*. En B. Biglia & C. San Martín (Eds.), *Estado de wonderbra: Entretejiendo narraciones feministas sobre las violencias de género*. Virus Editorial. [https://www.researchgate.net/publication/344402159\\_Re-significado\\_'violencias'Obra\\_feminista\\_en\\_tres\\_actos\\_y\\_un\\_falso\\_epilogo](https://www.researchgate.net/publication/344402159_Re-significado_'violencias'Obra_feminista_en_tres_actos_y_un_falso_epilogo)
- Bohoslavsky, E. (1997). *La salud mental: Perspectivas teóricas y prácticas*. Ediciones Novedades.
- Buvinic, M., Morrison, A., & Shifter, M. (1999). *La violencia en América Latina y el Caribe: Un marco de referencia para la acción*. Banco Interamericano de Desarrollo. <file:///C:/Users/Arreg/Downloads/La-violencia-en-Am%C3%A9rica-Latina-y-el-Caribe-Un-marco-de-referencia-para-la-acci%C3%B3n.pdf>

- Calderón, P., (2009). Teoría de conflictos de Johan Galtung. *Revista de Paz y Conflictos*, (2), 60-81. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=205016389005>
- Cámara de Diputados H. Congreso de la Unión [CDHCU]. (2021). Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida libre de Violencia. Última Reforma DOF 29-04-2022. <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV.pdf>
- Castells, M. (2000). *La era de la información: Economía, sociedad y cultura* (Vol. 1). Siglo XXI.
- Cervantes, M., y Díaz, E. (2023). Panorama de la violencia digital en estudiantes de la Universidad Autónoma de Aguascalientes, México. *Transdigital*, 4(8), 1–23. <https://doi.org/10.56162/transdigital219>
- Comisión Nacional de los Derechos Humanos [CNDH]. (2022). CNDH solicita a las autoridades movilizar esfuerzos y recursos para prevenir, investigar y sancionar la violencia digital contra mujeres. COMUNICADO DGDDH/078/2022. [https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2022-03/COM\\_2022\\_078.pdf](https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2022-03/COM_2022_078.pdf)
- Concha, A. (2002). Impacto social y económico de la violencia en las Américas. *Biomédica*, 22(Sup.2), 347-361.
- De León, G., & Salgado, D. (2022). Violencia de género en la era digital. *Legem*, 8(2), 61–72. <https://revistas.uniatlantico.edu.co/index.php/legin/article/view/3564/4322>
- De Los Reyes, V., Jaureguizar, J., Bernaras, E., & Redondo, I. (2021). Violencia de control en las redes sociales y en el móvil en jóvenes universitarios. *Revista de Psicología, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 39(1), 27–37. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8056303>
- Defensoría del Público. (2023). *Violencia en entornos digitales: claves para el abordaje en los medios*. (p.2) <https://defensadelpublico.gob.ar/wp-content/uploads/2023/03/violencia-en-entornos-digitales-v3.pdf>
- Domínguez, R., Vargas, E., Castro R., Medina, R., y Huerta, C. (2019). Ciberacoso como factor asociado al malestar psicológico e ideación suicida en adolescentes escolarizados mexicanos. *Acta universitaria*, 29, e2295. <https://doi.org/10.15174/au.2019.2295>
- Dorantes, J. (2016). Redes sociales y el ciberbullying en la Universidad Veracruzana. *Revista Ensayos Pedagógicos*. p.169-188. <https://doi.org/10.15359/rep.esp-16.9>
- El principio de igualdad de género en la jurisprudencia comparada. (2014) Muestra analítica de criterios internacionales y nacionales Capitulo III. <http://www.tfca.gob.mx/work/models/TFCA/Resource/219/1/images/CAPITULO%20III.pdf>
- Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares [ENDIREH]. (2021). Principales Resultados. Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) 2021. [https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/endireh/2021/doc/endireh2021\\_presentacion\\_ejecutiva.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/endireh/2021/doc/endireh2021_presentacion_ejecutiva.pdf)
- Escalera, L., Amador, S., Silva Morín, L., y Lara, Y. (2023). Violencia digital por razón de género en la educación superior. El caso de una escuela en trabajo social en Nuevo León, México. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 4(1), 2165–2180. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.406>
- Fernández, C., & Salvador, L. (2019). *Guía clínica de actuación sanitaria ante la violencia de género* (Actualización de la edición 2017). SACYL, Junta de Castilla y León.

<https://www.saludcastillayleon.es/profesionales/es/violencia-genero/guia-clinica-actuacionsanitaria-violencia-genero>

- Frezzotti, Y. (2024). Experiencias adolescentes de violencia de género digital en relaciones sexoafectivas. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 22(3), 1-23. <https://doi.org/10.11600/rlcsnj.22.3.6465>
- Fuchs, C. (2017). *Redes sociales: Una introducción crítica*. Sage Publications.
- Fuentes, P. M. y Ramos, L. (2024). *¿Cómo proteger a los adolescentes de la violencia? Estrategias de prevención e intervención en la familia, la escuela y la pareja* (1.ª ed.). Editorial Terracota PAX.
- Galindo, L. (2014). Una aproximación a la participación de los hombres en los feminismos. La ventana. *Revista de estudios de género*, 5(39), 39-61. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-94362014000100004&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-94362014000100004&lng=es)
- Gallegos, A., Sandoval, A., Espín, M., y García, D. (2020). Autoestima y violencia psicológica contra mujeres universitarias en sus relaciones de pareja. *Enseñanza E Investigación En Psicología*, 2(1), 139-148. <https://revistacneipne.org/index.php/cneip/article/view/72>
- Galtung, J. (1998). Tras la violencia, 3R: reconstrucción, reconciliación, resolución. Afrontando los efectos visibles e invisibles de la guerra y la violencia. Gernika Gogoratz.
- Galtung, J. (2003a). Paz por medios pacíficos: Paz y conflicto, desarrollo y civilización. Gernika Gogoratz.
- Galtung, J. (2003b). Violencia Cultural. Gernika Gogoratz.
- Galtung, J. (2019c). Trascender y Transformar: una introducción al trabajo de conflictos. Tecnológico de Monterrey.
- García, J., Castaño, A., Herra, M., Villalobos, N., & Fallas, M. (2024). Normalización de la violencia en redes sociales: Un estudio de casos con adolescentes costarricenses. *Ciencias Penales y Criminología*, 38, 49-57. <https://doi.org/10.25009/cpue.v0i38.2864>
- Gómez, B. (2023). Lo digital es político: universitarias frente a la violencia digital hacia las mujeres. *Revista pueblos y fronteras digital*, 18, e103. p.1-28. <https://doi.org/10.22201/cimsur.18704115e.2023.v18.640>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. del P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill / Interamericana Editores.
- Hernández, D., López, R., & Martínez, K. (2023). Trazos sobre la violencia digital en las y los estudiantes universitarios. *Memoria electrónica del XVII Congreso Nacional de Investigación Educativa*, 1-10. <https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v17/doc/0751.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill / Interamericana Editores.
- Hernández, Y. (2006). Acerca del género como categoría analítica. *Nómadas. Critical Journal of Social and Juridical Sciences*, 13(1). <https://www.redalyc.org/pdf/181/18153296009.pdf>

- Instituto de Transparencia, Acceso a la Información Pública, Protección de Datos Personales y Rendición de Cuentas del Estado de México [INFOEM]. (2024). Violencia Digital [Micrositio]. <https://www.infoem.org.mx/es/iniciativas/micrositio/violencia-digital>
- Instituto Municipal de las Mujeres Regias. (2024). *Espiral de Violencia* [Imagen]. IMMR. Instagram. [https://www.instagram.com/p/C2kShAGJNfG/?img\\_index=2](https://www.instagram.com/p/C2kShAGJNfG/?img_index=2)
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI]. (2023). *Módulo sobre Ciberacoso (MOCIBA) 2022: Principales resultados*. [https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/mociba/2022/doc/mociba2022\\_resultados.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/mociba/2022/doc/mociba2022_resultados.pdf)
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI]. (2023). Violencia contra las mujeres en México. <https://www.inegi.org.mx/tablerosestadisticos/vcmm/>
- Jaramillo-Bolívar, C. D., & Canaval-Eraza, G. E. (2020). *Violencia de género: Un análisis evolutivo del concepto*. *Univ. Salud* [online]., (22) .2, p.178-185. <https://revistas.udenar.edu.co/index.php/usalud/article/view/4060/6057>
- Jefferson, G. (1984). Sobre la organización de la risa en conversaciones sobre problemas. En J. M. Atkinson & J. Heritage (Eds.), *Estructuras de la acción social: Estudios sobre el análisis de la conversación* (pp. 346-369). Cambridge: Cambridge University Press.
- Kelly, L. (1988). *Sobreviviendo a la violencia sexual*. Polity Press.
- Lagarde, M. (1996). El género: La perspectiva de género. En Género y feminismo: Desarrollo humano y democracia. Horas y HORAS. (pp. 13–38). [https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/CONACYT/08\\_EducDHyMediacionEscolar/Contenidos/Biblioteca/Lecturas-Complementarias/Lagarde\\_Genero.pdf](https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/CONACYT/08_EducDHyMediacionEscolar/Contenidos/Biblioteca/Lecturas-Complementarias/Lagarde_Genero.pdf)
- Lagarde, M. (2016). Metodologías feministas para la formación de mujeres líderes. En P. Castañeda. *Perspectivas feministas para fortalecer los liderazgos de mujeres jóvenes* (pp. 23-89). CEIICH.
- Lamas, M. (1994). Cuerpo: diferencia sexual y género. *Debate Feminista*, 10(5), p3-31. <https://www.icmujeres.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/2.-Cuerpo-Diferencia-sexual-y-genero.pdf>
- Lamas, M. (2007). *Feminismo: transmisiones y retransmisiones*. Taurus.
- Lerner, G. (1993). *La creación de la conciencia feminista: Desde la Edad Media hasta 1870*. Crítica.
- Melgar, L. (2017). *Feminicidio en México: insuficiencias de la ley, impunidad e impacto social* (Fascículo 5/2017, pp. 163–173). [Conferencia impartida en la Università degli Studi di Milano-Bicocca, marzo de 2017]. Archivo DPC. <https://archiviodpc.dirittopenaleuomo.org/upload/5118-melgar517.pdf>
- Micaela, A. & Martínez, A. (2019). *Feminismos y Derecho. Un diálogo interdisciplinario en torno a los debates contemporáneos*. Suprema Corte de Justicia. pp. 17- 36.
- Moral, M., & Prieto, P. (2022). Dependencia emocional y ciberabuso de pareja a través de las redes sociales en estudiantes universitarios españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 13(1), 15–27. <https://doi.org/10.23923/j.rips.2022.01.051>

- Movimiento por la Paz. (2024). *La escalera de las violencias de género*. [Imagen]. <https://www.mpdl.org/noticias/escalera-violencias-genero#sthash.t5DBs8Dy.dpbs>
- ONU Mujeres & MESECVI. (2022). *Ciberviolencia y ciberacoso contra las mujeres y niñas en el marco de la Convención Belém do Pará*. [https://lac.unwomen.org/sites/default/files/2022-11/MUESTRA%20Informe%20Violencia%20en%20linea%202.1%20%282%29\\_Aprobado%20%28Abril%202022%29\\_0.pdf](https://lac.unwomen.org/sites/default/files/2022-11/MUESTRA%20Informe%20Violencia%20en%20linea%202.1%20%282%29_Aprobado%20%28Abril%202022%29_0.pdf)
- ONU Mujeres. (1981). Convención sobre la Eliminación de todas las formas de Discriminación contra la Mujer. <https://unric.org/es/la-violencia-de-genero-segun-la-onu/>
- ONU MUJERES. (2015). Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. Informe final del Grupo de Trabajo de la Comisión de Banda Ancha sobre Género. <https://www.unwomen.org/es/news/stories/2015/9/cyber-violence-report-press-release>
- ONU MUJERES. (2020). Violencia contra mujeres y niñas en el espacio digital: Lo que es virtual también es real. <https://mexico.unwomen.org/sites/default/files/Field%20Office%20Mexico/Documentos/Publicacion%20es/2020/Diciembre%202020/FactSheet%20Violencia%20digital.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas [ONU]. (2018). *La Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible: Una oportunidad para América Latina y el Caribe* (LC/G.2681-P/Rev.3). Comisión Económica para América Latina y el Caribe. <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/cb30a4de-7d87-4e79-8e7a-ad5279038718/content>
- Organización de las Naciones Unidas [ONU]. (2018). *Violencia en línea contra las mujeres y las niñas*. Consejo de Derechos Humanos de las Naciones Unidas. <https://luchadoras.mx/defensa-online/violencia-en-linea-contramujeres-parte-1/>
- Organización de las Naciones Unidas [ONU]. (1993). Declaración Sobre la eliminación de la violencia contra la mujer. <https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/declaration-elimination-violence-against-women>
- Organización de los Estados Americanos [OEA]. (2021). *La violencia de género en línea contra las mujeres y niñas: Guía de conceptos básicos, herramientas de seguridad digital y estrategias de respuesta*. <https://www.oas.org/es/sms/cicte/docs/Guia-conceptos-basicos-La-violencia-de-genero-en-linea-contralasmujeres-y-ninas.pdf>
- Organización de los Estados Americanos. (1994). *Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer (Convención de Belém do Pará)*. OEA. <https://www.oas.org/es/mesecvi/docs/BelemDoPara-ESPANOL.pdf>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (1996). *Violencia: una prioridad de salud pública* (WHO Global Consultation on Violence and Health; documento inédito WHO/EHA/SPI.POA.2). Ginebra, Suiza: OMS.
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2002). *Informe mundial sobre la violencia y la salud: resumen*. <https://iris.who.int/handle/10665/43431>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2021). Violencia contra la mujer. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>

- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2023). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Ortega, J. y Carrascosa, L. (2018). Malestar Psicológico y Apoyo Psicosocial en Víctimas De Cyberbullying. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 357-366. Obtenido de: [https://www.redalyc.org/journal/3498/349856003038/html/#redalyc\\_349856003038\\_ref31](https://www.redalyc.org/journal/3498/349856003038/html/#redalyc_349856003038_ref31)
- Patou-Mathis, M. (2020). *Los orígenes de la violencia*. UNESCO Courier. <https://courier.unesco.org/es/articulos/los-origenes-de-la-violencia> Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia Contra las Mujeres [CONAVIM]. (2016). *¿Existe violencia hacia las mujeres en los espacios virtuales?* Gobierno de México. <https://www.gob.mx/conavim/articulos/existe-violencia-hacia-las-mujeres-en-las-redes-sociales?idiom=es>
- Pérez, A. (2021). *Violencia de género digital* [Trabajo Fin de Grado, Universidad de Zaragoza]. Repositorio Institucional Zaguán. [https://zaguan.unizar.es/record/110175?utm\\_source=chatgpt.com](https://zaguan.unizar.es/record/110175?utm_source=chatgpt.com)
- Pichón, E. (1985). *Los fundamentos de la psicología social*. Editorial Paidós
- Rubio, M., María J., & Gordo, Á. (2024). Violencias de género digitales. Una propuesta desde la arquitectura de los entornos digitales y la lingüística forense. *Revista Española de Investigaciones Socio-lógicas*, 187, 129-146. <https://docta.ucm.es/rest/api/core/bitstreams/7d97af09-c94c-44ee-ab41-0d2c353b0673/content>
- Rueda, K, y Suárez, A. (2023). Relación entre la ideación suicida y violencia de parejas en redes sociales en adolescentes. *Psicología UNEMI*, 7(12), 77-87. <https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/article/view/1606/1564>
- Ruiz, C. (2023). La violencia de género digital en la adolescencia: una violencia 24/7 (24 horas/7 días por semana). *Tirant Humanidades*. (pp. 55-73). <https://produccioncientifica.ugr.es/documentos/65aaca25a7c3852d0a721010?lang=ca>
- Salinas, B. (2023). Educación para la Paz desde Johan Galtung. *Análisis*, 55(102). <https://doi.org/10.15332/21459169.7634>
- Sánchez, A. (2020). El movimiento feminista en México, una lucha permanente contra la violencia de género. *Unidades de Apoyo para el Aprendizaje*. CUAIEED/FES Acatlán (PAPIIT)-UNAM. [https://repositorio-uapa.cuaed.unam.mx/repositorio/moodle/pluginfile.php/2854/mod\\_resource/content/1/UAPA-Movimiento-Feminista-Mexico-Lucha-Permanente-Contra-Violencia-Genero/index.html](https://repositorio-uapa.cuaed.unam.mx/repositorio/moodle/pluginfile.php/2854/mod_resource/content/1/UAPA-Movimiento-Feminista-Mexico-Lucha-Permanente-Contra-Violencia-Genero/index.html)
- Schneider, S, O'Donnell, L., Steve, A., & Coulter, R. (2011). Cyberbullying, school bullying, and psychological distress: A regional census of high school students. *American Journal of Public Health*, 102(1), 171-177. [https://www.researchgate.net/publication/51807544\\_Cyberbullying\\_School\\_Bullying\\_and\\_Psychological\\_Distress\\_A\\_Regional\\_Census\\_of\\_High\\_School\\_Students](https://www.researchgate.net/publication/51807544_Cyberbullying_School_Bullying_and_Psychological_Distress_A_Regional_Census_of_High_School_Students)
- Schrupp, A. (2018). *Pequeña historia del feminismo en el contexto euro-norteamericano* (J. Espino Nuño, Trad.; Patu, Ilustr.). Akal.
- Scott, J. (1986). *El Género: una categoría útil para el análisis histórico*, *American Historical Review*. 91(5), 23-56. <https://editorialfeministavs.com/descargas/genero.pdf>

- Secretaría de las Mujeres de la Ciudad de México. (2021). *Guía de atención y denuncia de la violencia sexual en el espacio digital dirigida a mujeres adolescentes, jóvenes y adultas de la Ciudad de México*. [https://semujeres.cdmx.gob.mx/storage/app/media/ViolenciaDigital/Guia\\_Violencia\\_Digital.pdf](https://semujeres.cdmx.gob.mx/storage/app/media/ViolenciaDigital/Guia_Violencia_Digital.pdf)
- Secretaría de las Mujeres de la Ciudad de México. (2022). *Violencia digital: ¿qué es?*. <https://www.indiscapacidad.cdmx.gob.mx/comunicacion/nota/violencia-digital-parte-1>
- Secretaría de las Mujeres de la Ciudad de México. (2025). *Violencia cibernética contra las mujeres*. <https://www.semujeres.cdmx.gob.mx/violencia-cibernetica-contra-mujeres>
- Segato, R. (2003). Las estructuras elementales de la violencia: Ensayos sobre género entre la antropología, el psicoanálisis y los derechos humanos. Universidad Nacional de Quilmes. (p.p. 55) <https://redmovimientos.mx/wp-content/uploads/2020/04/Segato-Rita.-Las-Estructuras-elementales-de-la-violencia-comprimido.pdf>
- Šimonović, D. (2016). *Informe de la Relatora Especial sobre la violencia contra la mujer, sus causas y consecuencias: Violencia en línea contra la mujer, un nuevo desafío* (A/HRC/32/42). Consejo de Derechos Humanos de las Naciones Unidas, 32º período de sesiones. <https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2016/10562.pdf>
- Solana, M. (2024). John Money y los orígenes sexológicos del concepto de género: más allá del debate naturaleza/cultura. *Revista de Filosofía de la Universidad de Costa Rica*, 63(167), 189–202. <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/filosofia/article/download/62026/62289/285458>
- Suprema Corte de Justicia de la Nación. (2022, 16 de marzo). *La importancia de la perspectiva de género en la salud mental*. <https://www.scjn.gob.mx/informate/la-importancia-de-la-perspectiva-de-genero-en-la-salud-mental>
- Taylor. S. & Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación: La búsqueda de significados*. Paidós.
- Tourné, M., Herrero, S., & Garriga, A. (2024). Consecuencias para la salud de la violencia contra la mujer por la pareja. *Atención Primaria*, 56, 102903. <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-consecuencias-para-salud-violencia-contra-S021265672400011X>
- Troya, J., Perrián, N., & Sánchez, P. (2023). El impacto de las redes sociales en la salud mental. Revisión bibliográfica. *SANUM Revista Científico-Sanitaria*, 7(1), 18–28. [https://revistacientificasanum.com/wp-content/uploads/vol7n1/Vol7n1-Articulos-PDF/sanum\\_v7\\_n1\\_ImpactoRedesSociales.pdf](https://revistacientificasanum.com/wp-content/uploads/vol7n1/Vol7n1-Articulos-PDF/sanum_v7_n1_ImpactoRedesSociales.pdf)
- Trujillo, M. (2018, junio 26). La lucha de las mujeres mexicanas en el siglo XX. *Anticonceptivo Media*. <https://anticonceptivomedia.wordpress.com/2018/06/26/la-lucha-de-las-mujeres-mexicanas-en-el-siglo-xx/>
- UABJO. (2021). Lo digital es real. Lo que pasa en internet NO se queda en internet. Universidad Autónoma Benito Juárez de Oaxaca. [https://www.uabjo.mx/media/1/2021/10/Es\\_lo\\_real.pdf](https://www.uabjo.mx/media/1/2021/10/Es_lo_real.pdf)
- UNAM. (2020). *Guía informativa sobre la violencia de género: Conceptos y contexto*. Instituto de Investigaciones Jurídicas. <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/13/6352/4.pdf>
- UNFPA Argentina, Defensoría del Público & Red de Editoras de Género. (2023). Violencia en entornos digitales: claves para el abordaje en los medios. [https://argentina.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/violencia\\_en\\_entornos\\_digitales\\_claves\\_para\\_el\\_abordaje\\_en\\_los\\_medios.pdf](https://argentina.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/violencia_en_entornos_digitales_claves_para_el_abordaje_en_los_medios.pdf)

- Varela, N. (2018). *Feminismo para principiantes*. Ediciones B. [https://books.google.com.mx/books/about/Feminismo\\_para\\_principiantes.html?hl=es&id=vo3-AgAAQBAJ&redir\\_esc=y](https://books.google.com.mx/books/about/Feminismo_para_principiantes.html?hl=es&id=vo3-AgAAQBAJ&redir_esc=y)
- Vásquez, A., Sánchez, L. y Bolívar, W. (2018). Los espacios digitales en permanente definición y construcción. Un análisis desde los elementos formativos. *Pedagogía y Saberes*, 48, p. 71-82. <http://www.scielo.org.co/pdf/pys/n48/0121-2494-pys-48-00071.pdf>
- Zalazar, C. (2023, 24 de abril). Violencia digital y el impacto negativo en la salud mental de las mujeres. COMERCIO Y JUSTICIA. <https://comercioyjusticia.info/profesionales/violencia-digital-y-el-impacto-negativo-en-la-salud-mental-de-las-mujeres/>

## Anexos

### Anexo 1

#### *Cronograma de actividades*

Actividades 2024-2025	FECHA											
	2024 JD						2025					
	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero	Marzo	Mayo	Septiembre	Diciembre
Elección del Tema de Investigación	X											
Planteamiento del Problema	X	X										
Objetivos y Preguntas de Investigación			X									
Justificación			X									
Viabilidad			X									
Definición Espacial y Temporal			X									
Estado del Arte			X									
Marco Teórico				X	X							
Marco Metodológico				X	X							
Matriz de sustento Metodológico					X	X	X					
Piloteo de Instrumento								X				
Levantamiento de datos									X			
Procesamiento de datos										X		
Presentación de resultados											X	
Análisis de resultados											X	
Avance de resultados												X
Conclusiones del estudio												X

## Anexo 2

### Entrevista focalizada

\_\_\_\_\_ . a \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ del \_\_\_\_\_.

Lugar de aplicación: \_\_\_\_\_

Hora de inicio: \_\_\_\_\_

#### Ficha de identificación:

Folio:	Nombre:		
Edad:	Fecha de nacimiento:		
Lugar de nacimiento:		Nacionalidad:	
Domicilio:	Estado civil:	Religión:	
Universidad:		Licenciatura:	
Teléfono:	Correo electrónico:		

#### Conocimiento y experiencias de mujeres universitarias sobre la violencia digital

1. ¿Has escuchado sobre la violencia de género en espacios digitales?
2. ¿Dónde has escuchado?
3. ¿Qué conoces sobre la violencia de género en espacios digitales?
4. ¿Conoces a alguien que haya experimentado violencia de género en espacios digitales?
5. ¿Podrías contarme sobre la experiencia de esa persona?

#### Experiencia como víctima de violencia de género digital / Tipo de Violencia Digital

6. Tu ¿Has experimentado violencia de género en espacios digitales?
7. ¿Hace cuánto sucedió la experiencia?
8. ¿Por quién viviste violencia digital?
9. Cuéntame ¿Cuál fue tú experiencia de violencia de género en espacios digitales?
10. ¿Cómo fue que te enteraste sobre la situación?
11. ¿Recibiste mensajes o comentarios por la situación?
12. ¿Qué mensajes o comentarios recibiste debido a lo sucedido?
13. ¿Quiénes eran las personas que mandaban esos mensajes o hacían esos comentarios?
14. ¿Cuánto tiempo duró el suceso?

#### Violencia contra la mujer

15. ¿En qué espacio digital inicio la experiencia?
16. ¿En qué otros espacios digitales viviste la experiencia de violencia de género?
17. Sobre tu experiencia ¿Crees que violaron tus derechos?
18. ¿Cómo violaron tus derechos?

#### Interacción en los espacios digitales (Violencia de compañeros)

19. ¿Cómo fue el trato y comportamiento de tus compañeros hacia ti después de la situación?
20. ¿Cómo percibiste la situación?

21. ¿Fuiste excluida, discriminada o violentada por tu situación dentro de la universidad?
22. ¿Por quienes fuiste excluida, discriminada o violentada?

#### **Espacios digitales y apoyo**

23. ¿Recibiste apoyo para abordar la situación?
24. ¿Por quién recibiste apoyo?
25. Cuéntame ¿Cómo fue ese apoyo que recibiste?

#### **Afectaciones en salud mental**

26. ¿Cómo considerabas tu salud mental antes del suceso?
27. ¿Cómo consideras tu salud mental después del suceso?
28. El suceso ¿Afecto tu salud mental?
29. ¿De qué manera afecto tu salud mental?

#### **Uso de sustancias**

30. ¿Llegaste a consumir sustancias nocivas a consecuencia del suceso? (ejemplo: tabaco, alcohol, marihuana, etc.)
31. ¿Qué efecto tenías con eso?
32. ¿Cómo te sentías con eso?
33. ¿Cada cuánto lo consumías?
34. ¿Sigues consumiendo?

#### **Estado emocional**

35. ¿Cómo te sentiste en el momento?
36. ¿Qué emociones sentiste?
37. ¿Qué cambios has notado en tu vida desde suceso?
38. ¿Sentiste miedo en ese momento?
39. ¿Cómo describiste ese miedo?

#### **Ansiedad**

40. ¿Tuviste preocupación?
41. ¿Cuál fue esa preocupación?
42. ¿Tuviste dificultad para concentrarte?
43. ¿Cuáles dificultades tuviste?
44. ¿Tuviste dificultad para relajarte?
45. ¿Qué dificultades tuviste?
46. ¿Tuviste inseguridad?
47. ¿Qué inseguridades tuviste?
48. ¿Tuviste ansiedad?
49. ¿Cómo fue esa ansiedad?
50. ¿Tuviste ataques de pánico?
51. ¿Cuáles fueron esos ataques de pánico?

### **Estrés**

52. ¿Tuviste evitación a lugares que frecuentabas posterior a la experiencia?
53. ¿Qué lugares fueron esos lugares?
54. ¿Has tenido flashbacks posteriores a tú experiencia?
55. ¿Qué flashbacks fueron?
56. ¿Tuviste estrés?
57. ¿Cómo fue ese estrés?

### **Problemas en el ciclo del sueño**

58. ¿Tuviste dificultades para conciliar el sueño?
59. ¿Qué dificultades tuviste para conciliar el sueño?
60. ¿La falta de descanso tuvo consecuencias en tu día a día?
61. ¿Cuáles fueron esas consecuencias que tuviste?

### **Problemas en la alimentación**

62. ¿Tuviste problemas en tu alimentación?
63. ¿Qué problemas de alimentación tuviste?
64. ¿Cómo considerarías tu alimentación en ese momento?
65. ¿Por qué?

### **Aislamiento social**

66. ¿Tuviste sentimiento de soledad?
67. ¿Cómo fue?
68. ¿Te aislaste de la sociedad?
69. ¿Cómo fue ese aislamiento?
70. ¿Evitaste del uso de espacios digitales?
71. ¿Cómo lo evitaste?

### **Suicidio**

72. ¿Tuviste pensamiento, ideación o intento suicida?
73. Puedes contarme ¿Cómo paso?

### **Conocimiento de uso de espacios digitales y protocolo en la universidad**

74. Antes de la experiencia ¿Tenías conocimiento sobre las consecuencias de un mal uso de espacios digitales?
75. ¿Conoces el protocolo de tu universidad para atender las situaciones de violencia digital?
76. Derivado de la situación ya platicada ¿Has hecho algo para no volver a experimentar violencia de género en espacios digitales?

### **Reflexión**

77. ¿Qué recomendarías a las mujeres universitarias para que no vivan violencia digital?

### **Cierre**

78. Hemos finalizado, ¿Quieres agregar algo más?

79. ¿Tienes alguna duda?
80. ¿Cómo te sientes después de haber realizado la entrevista?
81. ¿Cómo consideras la aplicación de esta entrevista?
82. ¿Recomiendas algo más a la entrevista?
83. ¿Podemos finalizar la entrevista?

Hora de finalización: \_\_\_\_\_

**Agradecer por el tiempo, el apoyo y lo contado en la entrevista.**

Este orden permite una mejor comprensión del contexto, los detalles de la experiencia vivida, la forma de violencia digital y la afectación en salud mental.

**Nota:** Las preguntas están secuenciadas para que fluya de forma coherente a lo largo de la entrevista, sin embargo, se puede profundizar e indagar más durante la entrevista.

### Anexo 3

#### Consentimiento informado

\_\_\_\_\_ a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ del año \_\_\_\_\_

**Asunto:** consentimiento informado para participación en la investigación:

#### **CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO**

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE HIDALGO  
ESCUELA SUPERIOR DE ACTOPAN

**“Experiencia de mujeres universitarias sobre la violencia de género en espacios digitales y sus afectaciones en Salud Mental”**

El propósito de esta investigación es analizar la experiencia de mujeres universitarias sobre la violencia de género en espacios digitales y sus afectaciones en la salud mental. **Toda la información que proporciones en este estudio será confidencial.** Los datos se almacenarán de forma segura y solo el investigador tendrá acceso a ellos. Los resultados se presentarán de manera agregada y anónima, sin que se pueda identificar a ninguna participante individual.

**Tu participación en este estudio es completamente voluntaria.** Puedes decidir no participar o retirarte en cualquier momento sin que esto afecte tu relación con el investigador ni con la institución. La duración estimada de tu participación será de dos horas aproximadamente, así que se te pide disponibilidad de tiempo. También se informa que esta entrevista será grabada el audio con fines de realizar un análisis posterior y preservar la información proporcionada. Al participar, usted otorga su consentimiento para que se grave el audio.

El investigador **Angeles Arregoitia Brayan Tadeo** alumno de la Licenciatura en Psicología ha explicado a mí como participante la naturaleza y los propósitos de la investigación. Ha contestado a las preguntas y ha preguntado si tengo alguna duda.

Yo \_\_\_\_\_ he leído y comprendido la información proporcionada sobre el estudio y las implicaciones de mi participación. Al aceptar participar, reconozco que mi intervención será grabada en formato de audio y consiento el uso de la grabación para los fines establecidos. Con mi firma, doy mi consentimiento para participar en esta investigación, comprendiendo que mi participación es voluntaria y puedo retirarme en cualquier momento sin consecuencias.

\_\_\_\_\_  
Nombre y firma del participante

\_\_\_\_\_  
Nombre y firma del Investigador

Brayan Tadeo Angeles Arregoitia  
Alumno de Licenciatura en Psicología  
Escuela Superior de Actopan  
Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo  
[arregoiatadeo@gmail.com](mailto:arregoiatadeo@gmail.com)  
[an385299@uaeh.du.mx](mailto:an385299@uaeh.du.mx)  
Tel: 771-314-9706

## Anexo 4

### Carta de autorización para desarrollar la investigación



**UAEH**<sup>®</sup>  
Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo

**Escuela Superior  
de Actopan**

**Asunto:** Autorización para desarrollar Investigación.

**MTRO. DANIEL ALBERTO SÁNCHEZ CABRERA**  
DIRECTOR DE LA ESCUELA SUPERIOR DE ACTOPAN  
P R E S E N T E

Estimado Mtro. Daniel Alberto Sánchez Cabrera

Me dirijo a usted con el propósito de solicitar su autorización para llevar a cabo una investigación titulada **"Experiencias de mujeres universitarias sobre la violencia de género en espacios digitales"** que tiene como objetivo de analizar la experiencia de mujeres universitarias sobre la violencia de género en espacios digitales y sus afectaciones en la salud mental.

El proyecto tiene la intención conocer como las mujeres experimentan y enfrentan la violencia en línea, así como visibilizar el problema en las Instituciones de Educación Superior, lo que contribuirá significativamente al desarrollo académico y científico de nuestra institución.

La investigación se llevará a cabo en la Escuela Superior de Actopan en las Licenciaturas de Psicología, Derecho, Diseño Gráfico y Creación de Empresas. Se desarrollará durante el período del semestre Enero-Junio 2025 del 5 de marzo al 28 de marzo 2025. Para ello, se plantea realizar entrevistas semiestructuradas-focalizadas.

Me comprometo a cumplir con todos los lineamientos éticos establecidos para este tipo de investigación, garantizando la confidencialidad y el respeto hacia las participantes, así como a seguir las normativas y regulaciones correspondientes a nuestra institución. Asimismo, se pondrán en marcha todas las medidas necesarias para asegurar que los resultados sean presentados de manera objetiva y precisa.

Agradecería mucho su apoyo en la autorización de este proyecto de investigación, y quedo a su disposición para proporcionar más detalles o responder cualquier pregunta que pueda surgir. Agradezco de antemano su tiempo y consideración.

ATENTAMENTE

**BRAYAN TADEO ANGELES ARREGOITIA**  
Estudiante de la Licenciatura en Psicología.

No. Cuenta: **385299**  
E-mail: [an385299@uaeh.edu.mx](mailto:an385299@uaeh.edu.mx)  
Teléfono: **771-314-9706**

**MTRO. DANIEL ALBERTO SÁNCHEZ CABRERA**  
DIRECTOR DE LA ESCUELA SUPERIOR DE ACTOPAN

**Dr. Fernando Bolaños Ceballos**  
COORDINADOR DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA, ESAC

**"SOMOS GARZAS"**  
**"AMOR, ORDEN Y PROGRESO"**  
Actopan Hidalgo, a 04 de marzo de 2025

## Anexo 5

### Cuadro de preguntas, objetivos y supuestos de investigación

	PREGUNTAS	OBJETIVOS	SUPUESTOS
<b>GENERAL</b>	¿Cuáles son las vivencias de las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura sobre la violencia de género en espacios digitales?	Comprender la experiencia de mujeres universitarias estudiantes de licenciatura de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo de la Escuela superior de Actopan sobre la violencia de género en espacios digitales y sus afectaciones en su la salud mental.	Las mujeres universitarias de licenciatura experimentan diversas formas de violencia de género en espacios digitales, las cuales varían en intensidad y tipo, influenciadas por factores como la percepción del entorno académico digital, las interacciones sociales en plataformas virtuales y el nivel de conciencia sobre los derechos digitales.
<b>E1</b>	¿Cuáles son las vivencias de las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura sobre la violencia de género en espacios digitales?	Conocer las vivencias de las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura sobre la violencia de género en espacios digitales.	Las mujeres universitarias experimentan violencia de género en espacios digitales son de situaciones de manera desigual, dependiendo de factores como el nivel de conocimiento y uso de las tecnologías, la percepción de seguridad en los espacios digitales, y las redes de apoyo disponibles.
<b>E2</b>	¿Qué formas de violencia de género en espacios digitales experimentan las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura?	Identificar las formas de violencia de género en los espacios digitales que experimentan las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura.	Las mujeres universitarias experimentan diversas formas de violencia de género en espacios digitales, que incluyen acoso sexual, intimidación, comentarios sexistas y difamación, particularmente en redes sociales y plataformas de interacción.
<b>E3</b>	¿Qué consecuencias de la violencia de género en espacios digitales afectan la salud mental de las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura?	Describir las consecuencias de la violencia de género en espacios digitales que afectan la salud mental en mujeres universitarias estudiantes de licenciatura.	Las afectaciones en la salud mental de las mujeres universitarias de licenciatura por Violencia de Género en los espacios digitales son profundas y diversas. La violencia de género en espacios digitales no solo afecta la confianza en sí mismas y la capacidad de las mujeres para interactuar en línea, sino que también tiene consecuencias duraderas en su bienestar como: estrés, ansiedad, depresión, problemas del sueño y el suicidio.

## Anexo 6

*Temas y áreas para abordar empíricamente a partir de los objetivos específicos y las categorías teóricas centrales*

<b>Temas y áreas para abordar empíricamente a partir de los objetivos específicos y las categorías teóricas centrales</b>			
<b>Objetivo general:</b> Comprender la experiencia de mujeres universitarias estudiantes de licenciatura de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo de la Escuela superior de Actopan sobre la violencia de género en espacios digitales y sus afectaciones en su la salud mental.			
<b>Objetivos específicos</b>	<b>Categorías teóricas centrales</b>	<b>Temas para abordar empíricamente</b>	<b>Áreas a explorar</b>
1.-Conocer las vivencias de las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura sobre la violencia de género en espacios digitales.	Violencia de Género en espacios digitales (Experiencia)	Violencia contra las mujeres en espacios digitales por razón de género.	1.-Experiencia como víctima de VGD 2.-Normalización de la violencia 3.-Estado actual, la violencia en espacios digitales
2.-Identificar las formas de violencia de género en los espacios digitales que experimentan las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura.	Tipologías de violencia de género en espacios digitales en las IES	Las formas de violencia de género en espacios digitales	1.-Tipo de VGD que vivencio cada mujer universitaria 2.-Violencia por compañeros de la IES 3.-Conocimiento de protocolo universitario
	Violación de derechos humanos	Ley general Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia	1.-Violación de derechos humanos 2.-Volencia en el noviazgo 3.-Redes de apoyo
3.-Describir las consecuencias de la violencia de género en espacios digitales que afectan la salud mental en mujeres universitarias estudiantes de licenciatura.	Afectaciones en la salud mental por vivencia como víctima de VGD	Características de malestar psicológico por vivencia de VGD	1.-Problrmas en el ciclo del sueño 2.-Problemas en la alimentación 3.-Aislamiento 4.-Ansiedad 5.-Sentimientos de culpa 6.-Uso de sustancias 7.- Suicidio

## Anexo 7

### Matriz de sustento metodológico cualitativo

Matriz de sustento metodológico cualitativo (1)			
<b>Objetivo general:</b> Comprender la experiencia de mujeres universitarias estudiantes de licenciatura de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo de la Escuela superior de Actopan sobre la violencia de género en espacios digitales y sus afectaciones en su la salud mental.			
Objetivos específicos	Dimensiones	Áreas	Preguntas para explorar Cada área
1.- Conocer las vivencias de las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura sobre la violencia de género en espacios digitales.	Vivencias sobre la Violencia de Género en espacios digitales.	Conocimiento y experiencias de mujeres universitarias sobre la Violencia de Género Digital.	<p>¿Has escuchado sobre la violencia de género en espacios digitales?</p> <p>¿Dónde has escuchado?</p> <p>¿Qué conoces sobre la violencia de género en espacios digitales?</p> <p>¿Conoces a alguien que haya experimentado violencia de género en espacios digitales?</p> <p>¿Podrías contarme sobre la experiencia de esa persona?</p>
		Experiencia como víctima de Violencia de Género Digital.	<p>Tu ¿Has experimentado violencia de género en espacios digitales?</p> <p>¿Hace cuanto sucedió la experiencia?</p> <p>¿Por quién viviste violencia digital?</p> <p>Cuéntame ¿Cuál fue tú experiencia de género en espacios digitales?</p> <p>¿Cómo fue que te enteraste sobre la situación?</p> <p>¿Recibiste mensajes o comentarios por la situación?</p> <p>¿Qué mensajes o comentarios recibiste debido a lo sucedido?</p> <p>¿Quiénes eran las personas que mandaban esos mensajes o hacían esos comentarios?</p> <p>¿Cuánto tiempo duró el suceso?</p>

**Matriz de sustento metodológico cualitativo (2)**

**Objetivo general:** Comprender la experiencia de mujeres universitarias estudiantes de licenciatura de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo de la Escuela superior de Actopan sobre la violencia de género en espacios digitales y sus afectaciones en su la salud mental.

Objetivos específicos	Dimensiones	Áreas	Preguntas para explorar Cada área
2.- Identificar las formas de violencia de género en los espacios digitales que experimentan las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura.	Formas de Violencia de Género en espacios digitales	Tipo de Violencia Digital	¿En qué espacio digital inicio la experiencia? ¿En qué otros espacios digitales viviste la experiencia de violencia de género? Sobre tu experiencia ¿Crees que violaron tus derechos? ¿Cómo violaron tus derechos?
		Interacción en los espacios digitales.	¿Cómo fue el trato y comportamiento de tus compañeros hacia ti después de la situación? ¿Cómo percibiste la situación? ¿Fuiste excluida, discriminada o violentada por tu situación dentro de la universidad? ¿Por quienes fuiste excluida, discriminada o violentada?
		Espacios digitales y apoyo.	¿Recibiste apoyo o ayuda para abordar la situación? ¿Por quién recibiste apoyo? Cuéntame ¿Cómo fue ese apoyo que recibiste?
	Uso de espacios digitales.	Conocimiento de uso de espacios digitales y protocolo en la universidad.	Antes de la experiencia ¿Tenías conocimiento sobre las consecuencias de un mal uso de espacios digitales? ¿Conoces el protocolo de tu universidad para atender las situaciones de violencia digital? Derivado de la situación ya platicada ¿Has hecho algo para no volver a experimentar violencia de género en espacios digitales?

**Matriz de sustento metodológico cualitativo (3)**

**Objetivo general:** Comprender la experiencia de mujeres universitarias estudiantes de licenciatura de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo de la Escuela superior de Actopan sobre la violencia de género en espacios digitales y sus afectaciones en su la salud mental.

Objetivos específicos	Dimensiones	Áreas	Preguntas para explorar Cada área
<p><b>3.-</b> Describir las consecuencias de la violencia de género en espacios digitales que afectan la salud mental en mujeres universitarias estudiantes de licenciatura.</p>	<p>Afectación en la salud mental por violencia de género digital.</p>	Salud mental	<p>¿Cómo considerabas tu salud mental antes del suceso?                      ¿Cómo consideras tu salud mental después del suceso?                      El suceso ¿Afecto tu salud mental?                      ¿De qué manera afecto tu salud mental?</p>
		Consumo de sustancias	<p>¿Llegaste a consumir sustancias nocivas a consecuencia del suceso? (ejemplo: tabaco, alcohol, marihuana, etc.)                      ¿Qué efecto tenías con eso?                      ¿Cómo te sentías con eso?                      ¿Cada cuanto lo consumías?                      ¿Sigues consumiendo</p>
		Estado emocional	<p>¿Cómo te sentiste en el momento?                      ¿Qué emociones sentiste?                      ¿Qué cambios has notado en tu vida desde suceso?                      ¿Sentiste miedo en ese momento?                      ¿Cómo describiste ese miedo?</p>
		Ansiedad	<p>¿Tuviste preocupación?                      ¿Cuál fue esa preocupación?                      ¿Tuviste dificultad para concentrarte?                      ¿Cuáles dificultades tuviste?                      ¿Tuviste dificultad para relajarte?                      ¿Qué dificultades tuviste?                      ¿Tuviste inseguridad?                      ¿Qué inseguridades tuviste?                      ¿Tuviste ansiedad?                      ¿Cómo fue esa ansiedad?                      ¿Tuviste ataques de pánico?                      ¿Cuáles fueron esos ataques de pánico?</p>
		Estrés	<p>¿Tuviste evitación a lugares que frecuentabas posterior a la experiencia?                      ¿Qué lugares fueron esos lugares?                      ¿Has tenido flashbacks posteriores a tú experiencia?</p>

		<p>¿Qué flashbacks fueron?</p> <p>¿Tuviste estrés?</p> <p>¿Cómo fue ese estrés?</p>
	Problemas de Sueño	<p>¿Tuviste dificultades para conciliar el sueño?</p> <p>¿Qué dificultades tuviste para conciliar el sueño?</p> <p>¿La falta de descanso y sueño tuvo consecuencias en tu día a día?</p> <p>¿Cuáles fueron esas consecuencias que tuviste?</p>
	Alimentación	<p>¿Tuviste problemas en tu alimentación?</p> <p>¿Qué problemas de alimentación tuviste?</p> <p>¿Cómo considerarías tu alimentación en ese momento?</p> <p>¿Por qué?</p>
	Aislamiento social	<p>¿Tuviste sentimiento de soledad?</p> <p>¿Cómo fue?</p> <p>¿Te aislaste de la sociedad?</p> <p>¿Cómo fue ese aislamiento?</p> <p>¿Evitaste del uso de espacios digitales?</p> <p>¿Cómo lo evitaste?</p>
	Suicidio	<p>¿Tuviste pensamiento, ideación o intento suicida?</p> <p>Puedes contarme ¿Cómo paso?</p>
<b>Opinión de entrevista</b>	Finalización de la entrevista	<p>Reflexión</p> <p>¿Qué recomendarías a las mujeres universitarias para que no vivan violencia digital?</p>
	Cierre	<p>Hemos finalizado, ¿Quieres agregar algo más?</p> <p>¿Tienes alguna duda?</p> <p>¿Cómo te sientes después de haber realizado la entrevista?</p> <p>¿Cómo consideras la aplicación de esta entrevista?</p> <p>¿Recomiendas algo más a la entrevista?</p> <p>¿Podemos finalizar la entrevista?</p>

## Anexo 8

### Aspectos y preguntas para el abordaje empírico por área para los objetivos específicos

**Objetivo específico 1:** Conocer las vivencias de las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura sobre la violencia de género en espacios digitales.

Áreas a explorar	Aspectos por área	Preguntas para entrevista	Códigos
<b>Conocimiento y experiencias de mujeres universitarias sobre la Violencia de Género Digital.</b>	Conocimiento sobre la Violencia de Género en espacios digitales.	¿Has escuchado sobre la violencia de género en espacios digitales? ¿Dónde has escuchado? ¿Qué conoces sobre la violencia de género en espacios digitales? ¿Conoces a alguien que haya experimentado violencia de género en espacios digitales? ¿Podrías contarme sobre la experiencia de esa persona?	<b>CED:</b> Conocimiento de espacios digitales.
	Vivencias como víctima de Violencia de Género Digital.	Tu ¿Has experimentado violencia de género en espacios digitales? ¿Hace cuánto sucedió la experiencia? ¿Por quién viviste violencia digital? Cuéntame ¿Cuál fue tú experiencia de género en espacios digitales? ¿Cómo fue que te enteraste sobre la situación? ¿Recibiste mensajes o comentarios por la situación? ¿Qué mensajes o comentarios recibiste debido a lo sucedido? ¿Quiénes eran las personas que mandaban esos mensajes o hacían esos comentarios? ¿Cuánto tiempo duró el suceso?	<b>ExV:</b> Experiencia como víctima.  <b>ApP:</b> Espacio Digital  <b>Nrm:</b> Normalización de la VGD

**Objetivo específico 2:** Identificar las formas de violencia de género en los espacios digitales que experimentan las mujeres universitarias estudiantes de licenciatura.

Áreas a explorara	Aspectos por área	Preguntas para entrevista	Códigos
<b>Formas de Violencia de Género en espacios digitales</b>	Tipo de Violencia de Género Digital	¿En qué espacio digital inicio la experiencia? ¿En qué otros espacios digitales viviste la experiencia de violencia de género?	<b>TVD:</b> Tipo de Violencia Digital
	Interacción en los espacios digitales.	¿Cómo fue el trato y comportamiento de tus compañeros hacia ti después de la situación? ¿Cómo percibiste la situación? ¿Fuiste excluida, discriminada o violentada por tu situación dentro de la universidad? ¿Por quienes fuiste excluida, discriminada o violentada?	<b>InED:</b> Interacción en los espacios digitales entre compañeros de la IES <b>VdC:</b> Violencia de compañeros.
	Espacios digitales y apoyo.	¿Recibiste apoyo o ayuda para abordar la situación? ¿Por quién recibiste apoyo? Cuéntame ¿Cómo fue ese apoyo que recibiste?	<b>Apy:</b> Apoyo
<b>Violación de los derechos humanos de las mujeres</b>	Uso de espacios digitales.	Sobre tu experiencia ¿Crees que violaron tus derechos? ¿Cómo violaron tus derechos? Antes de la experiencia ¿Tenías conocimiento sobre las consecuencias de un mal uso de espacios digitales? ¿Conoces el protocolo de tu universidad para atender las situaciones de violencia digital? Derivado de la situación ya platicada ¿Has hecho algo para no volver a experimentar violencia de género en espacios digitales?	<b>Dchs:</b> Violación de derechos <b>PrUv:</b> Protocolo de la universidad <b>PrUED:</b> Prevención de uso de espacios digitales  <b>EUeD:</b> Evitación del uso de espacios digitales  <b>SnClp:</b> Sentimiento de Culpa

**Objetivo específico 3:** Describir las consecuencias de la violencia de género en espacios digitales que afectan la salud mental en mujeres universitarias estudiantes de licenciatura.

Áreas a explorara	Aspectos por área	Preguntas para entrevista	Códigos
<b>Afectación en la salud mental por violencia de género digital.</b>	Salud mental	¿El suceso afecto tu salud mental? ¿De qué manera afecto tu salud mental?	<b>AfcSM;</b> Afectación en la Salud Mental
	Consumo de sustancias	¿Llegaste a consumir sustancias nocivas a consecuencia del suceso? (ejemplo: tabaco, alcohol, marihuana, etc.) ¿Qué efecto tenías con eso? ¿Cómo te sentías con eso? ¿Cada cuánto lo consumías? ¿Sigues consumiendo?	<b>CnSas:</b> Consumo de Sustancias
	Estado emocional	¿Cómo te sentiste en el momento? ¿Qué emociones sentiste? ¿Qué cambios has notado en tu vida desde suceso? ¿Sentiste miedo en ese momento? ¿Cómo describiste ese miedo?	<b>EM:</b> Estado Emocional
	Ansiedad	¿Tuviste preocupación? ¿Cuál fue esa preocupación? ¿Tuviste dificultad para concentrarte? ¿Cuáles dificultades tuviste? ¿Tuviste dificultad para relajarte? ¿Qué dificultades tuviste? ¿Tuviste inseguridad? ¿Qué inseguridades tuviste? ¿Tuviste ansiedad? ¿Cómo fue esa ansiedad? ¿Tuviste ataques de pánico? ¿Cuáles fueron esos ataques de pánico?	<b>Ans:</b> Ansiedad <b>CrsAn:</b> Crisis de ansiedad
	Estrés	¿Tuviste evitación a lugares que frecuentabas posterior a la experiencia? ¿Qué lugares fueron esos lugares? ¿Has tenido flashbacks posteriores a tú experiencia? ¿Qué flashbacks fueron? ¿Tuviste estrés? ¿Cómo fue ese estrés?	<b>Etrs:</b> Estrés <b>Rdos:</b> Flashbacks

	Problemas en el ciclo del Sueño	¿Tuviste dificultades para conciliar el sueño? ¿Qué dificultades tuviste para conciliar el sueño? ¿La falta de descanso y sueño tuvo consecuencias en tu día a día? ¿Cuáles fueron esas consecuencias que tuviste?	<b>PSñ:</b> Problemas en el ciclo del sueño.
	Problemas en la alimentación	¿Tuviste problemas en tu alimentación? ¿Qué problemas de alimentación tuviste? ¿Cómo considerarías tu alimentación en ese momento? ¿Por qué?	<b>PAlmn:</b> Problemas de alimentación
	Aislamiento	¿Tuviste sentimiento de soledad? ¿Cómo fue? ¿Te aislaste de la sociedad? ¿Cómo fue ese aislamiento? ¿Evitaste del uso de espacios digitales? ¿Cómo lo evitaste?	<b>AsSal:</b> Aislamiento
	Suicidio	¿Tuviste pensamiento, ideación o intento suicida? Puedes contarme ¿Cómo paso?	<b>Sdio:</b> Suicidio
<b>Cierre</b>	Reflexión	¿Qué recomendarías a las mujeres universitarias para que no vivan violencia digital?	<b>Rxn:</b> Reflexión
	Cierre	Hemos finalizado, ¿Quieres agregar algo más? ¿Tienes alguna duda? ¿Cómo te sientes después de haber realizado la entrevista? ¿Cómo consideras la aplicación de esta entrevista? ¿Recomiendas algo más a la entrevista? ¿Podemos finalizar la entrevista	<b>EvIns:</b> Evaluación de la entrevista

## Anexo 9

### Conversiones de transcripción de Jefferson

SÍMBOLO	NOMBRE	USO
[ texto ]	Corchetes	Indica el principio y el final de solapamiento entre hablantes.  Pienso que no [puedo] [no puedes] hacerlo
=	Signo de igual	Indica un cambio de turno sin interrupción.  Quiero decirte que= =que te tienes que marchar
(# de segundos)	Pausa	Un número entre paréntesis indica la duración, en segundos, de una pausa en el habla. (0.3) (2.3)
(.)	Micropausa	Una pausa breve, normalmente menos que 0.2 segundos
. o È	Punto o flecha hacia abajo	Preceden a una bajada marcada de entonación.
? o Ç	Signo de interrogación o flecha hacia arriba.	Precede a una subida marcada de entonación.
,	Coma	Indica una subida o bajada temporal en la entonación.
-	Guión	Indica una finalización brusca o la interrupción brusca de una palabra o sonido. Claro-
>texto<	Símbolos de mayor que / menor que	Indica que el texto entre los símbolos se dijo de una forma más rápida de lo habitual para el hablante
<texto>	Símbolos de menor que / mayor que	Indica que el texto entre los símbolos se dijo de una forma más lenta de lo habitual para el hablante
°	Símbolo de graduación	Indica susurro o expresiones más silenciosas que el resto. Es que °no quería hacerlo°
MAYÚSCULAS	Texto en mayúsculas	Indica grito o expresiones más sonoras que el resto.
<u>subrayado</u>	Texto subrayado	Indica palabras o partes de palabras que son acentuadas por el hablante.
:::	Dos puntos(s)	Indican la prolongación del sonido inmediatamente anterior. Fantás::::tico