

**¡DATE
CUENTA!**



**EL ACOSO
DAÑA**



#HazMásPaz

Comisión Nacional de los Derechos Humanos

María del Rosario Piedra Ibarra

*Presidenta de la Comisión Nacional
de los Derechos Humanos*

Francisco Javier Emiliano Estrada Correa

Secretario Ejecutivo

Rosy Laura Castellanos Mariano

*Directora General del Centro Nacional
de Derechos Humanos “Rosario Ibarra de Piedra”*

Claudia Esperanza Franco Martínez

Directora General de la Primera Visitaduría General



#HazMásPaz

¡Date cuenta! El Acoso Daña #HazMásPaz

Primera edición: septiembre, 2025

ISBN: 978-607-729-686-7

D. R. © Comisión Nacional de los Derechos Humanos
Periférico Sur 3469, esquina Luis Cabrera,
colonia. San Jerónimo Lídice, demarcación territorial
La Magdalena Contreras, C.P. 10200, Ciudad de México.

Dirección Editorial: Omar Arellano Hernández

Directora de Procesos Editoriales: Gissela Fuentes Romero

Autoras y autores:

Karla Yuritzi Almazán Burgos (coordinadora)

Verónica García Martínez (coordinadora)

Irene Valenzuela Oyervides

Marcela Guadalupe Espino Rodríguez

Sergio Antonio Oviedo Jurado

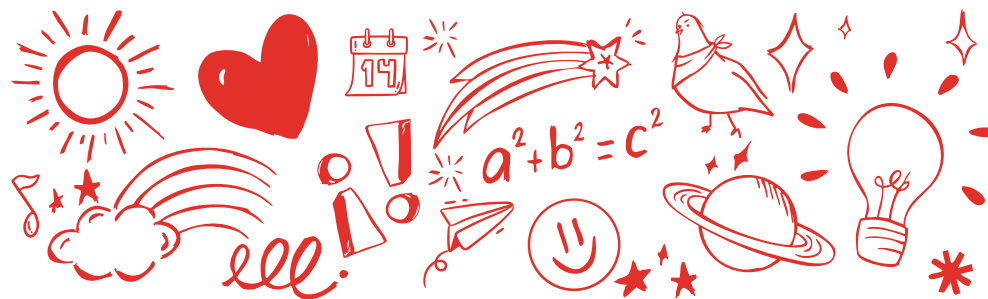
Diseño: Karen Melissa Sánchez Espinosa

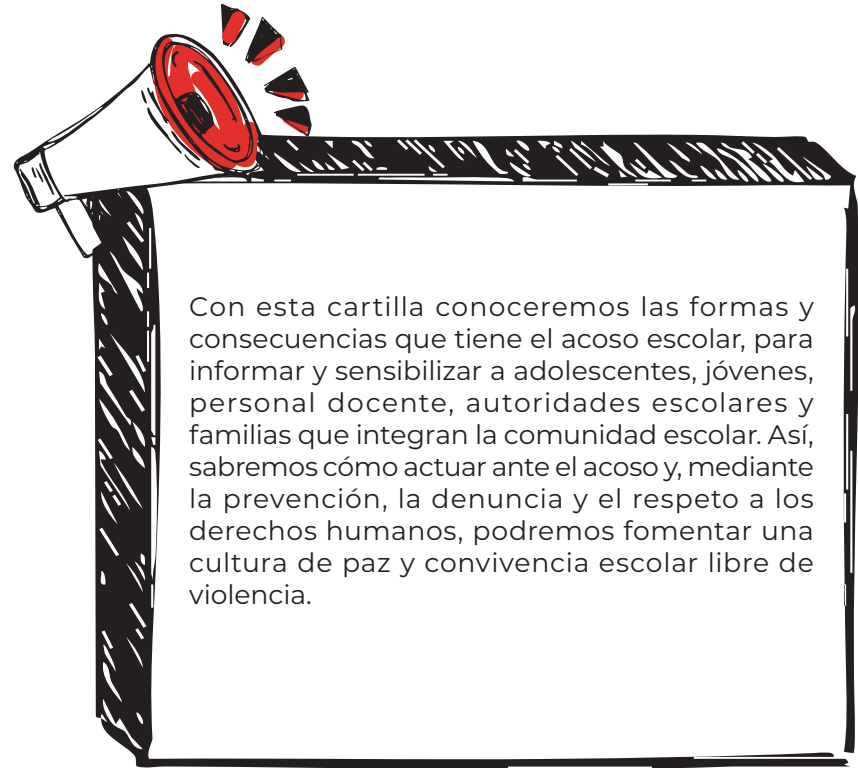
Impreso en México

PUBLICACIÓN GRATUITA
PROHIBIDA SU VENTA

CONTENIDO

Presentación.....	7
¿Qué es el acoso escolar?	9
¿Cómo daña el acoso escolar?.....	9
El acoso escolar causa	10
¿Por qué el acoso escolar daña a la sociedad?.....	12
Identifica los tipos de acoso	14
¿Crees haber sufrido o presenciado acoso escolar? Responde estas preguntas	16
No permitas el acoso escolar	18
¿Qué hacer en caso de sufrir o atestiguar acoso escolar? ...	19
Directorio	21





Con esta cartilla conoceremos las formas y consecuencias que tiene el acoso escolar, para informar y sensibilizar a adolescentes, jóvenes, personal docente, autoridades escolares y familias que integran la comunidad escolar. Así, sabremos cómo actuar ante el acoso y, mediante la prevención, la denuncia y el respeto a los derechos humanos, podremos fomentar una cultura de paz y convivencia escolar libre de violencia.



Presentación:

El **acoso escolar** es una **forma de violencia** que **vulnera los derechos** de adolescentes y jóvenes. Es la consecuencia del **deterioro del tejido social** que nos heredó el **neoliberalismo**, es decir aquel **modelo económico, político y cultural** que se basa en el **individualismo** y en la promoción de la **competencia** por encima de la unión **colectiva**. En nuestras manos está el poder de transformar nuestra sociedad de una que normaliza la violencia en todas sus formas por otra que ponga la cultura de paz como su máxima prioridad.

A través de la **comunidad escolar** (integrada por autoridades y personal educativo), el **Estado mexicano** tiene la **responsabilidad** de garantizar un **entorno seguro** y el **derecho a vivir** una vida **libre de toda forma de violencia** en favor del **estudiantado**, mediante la creación de leyes, reglamentos y protocolos. La Comisión Nacional de los Derechos Humanos (**CNDH**), como parte del Estado mexicano, está comprometida con la prevención y atención del acoso en todas las escuelas de nuestro país.

Y tú ¿ya sabes cómo **identificar** los diferentes tipos de **acoso escolar** que existen? Recuerda que al conocerlos podremos prevenirlos y, lo más importante: **¡denunciarlos!**



¿Qué es el acoso escolar?

Es cualquier forma de **maltrato** o **agresión intencional**, que **se repite** y **se sostiene** en el tiempo. Se da **entre estudiantes**, dentro y fuera del **entorno escolar**, e implica que una o varias personas **intimiden**, **humillen** o **dañen** a otra que se encuentra en una **posición de desventaja o vulnerabilidad**.

El acoso escolar **no es una “etapa normal”** del crecimiento. Es una **forma de violencia** que debe **prevenirse** y **atenderse** de inmediato para proteger el **derecho del estudiantado** a vivir y aprender en un **entorno seguro, digno y libre de discriminación**.

¿Cómo daña el acoso escolar?

Causa graves **daños** en el **bienestar** de adolescentes y jóvenes, tanto a corto como a largo plazo. Estos efectos no solo son **físicos**, sino también **emocionales, sociales** y **educativos**.

¿TE HAS SENTIDO ASÍ?



¿Por qué el acoso escolar daña a la sociedad?

Porque no lastima solo a quien lo sufre o lo ejerce, sino que también tiene efectos negativos en toda la sociedad:

1 Normaliza la violencia desde edades tempranas

Cuando el **acoso** no se detiene, adolescentes y jóvenes aprenden que la **agresión**, la **humillación** y el **abuso físico y verbal** son formas válidas de relacionarse, lo que **mantiene la violencia** y **la traslada** a otros espacios sociales como el hogar, el trabajo y la comunidad.

2 Debilita el tejido social

Valores como el **respeto**, la **solidaridad** y la **convivencia pacífica** son afectados por el **acoso escolar**, lo que refleja **problemas sociales** y continúa con el **debilitamiento del tejido social**. Además, el estudiantado se desarrolla en un entorno de **desconfianza** y **sin herramientas** para resolver conflictos de **forma pacíficas**.

3 Aumenta los riesgos sociales a futuro

Quienes ejercen acoso escolar pueden **reproducir actos violentos en la adultez**, y quienes la sufren **pueden desarrollar problemas emocionales o vivir en exclusión**, lo que limita su participación plena en la sociedad.

4 Afecta el derecho a la educación

Cuando el acoso escolar se presenta, adolescentes y jóvenes que lo padecen **dejan de asistir a clases o abandonan la escuela**. Esto genera **desigualdad educativa** y limita nuestras **oportunidades de desarrollo**.

5 Impide construir una cultura de paz

Una sociedad donde se permite el **acoso escolar** es una sociedad que **tolerará la violencia en otras formas**. Prevenirlo desde la escuela es una forma de **educar para fomentar el respeto**, la inclusión de todas las personas y los derechos humanos.

Tipos de ACOSO

CIBERNÉTICO

- Robar contraseñas
- Publicar ofensas o amenazas
- Difundir información privada
- Compartir fotos íntimas
- Crear perfiles falsos

- Humillaciones
- Palabras hirientes
- Difusión de rumores
- Ridiculizar

VERBAL

FÍSICO

- Golpear
- Patear
- Escupir
- Empujar
- Robar, esconder o dañar objetos personales
- Uso de armas
- Agresiones grupales

SEXUAL

- Levantar la falda
- Bajar los pantalones
- Tomar fotos en sanitarios
- Tocar el cuerpo sin consentimiento
- Mostrar pornografía
- Apodos y comentarios sexuales
- Violación sexual

SOCIOEMOCIONAL

- Chantajear
- Controlar
- Poner apodos
- Burlas
- Amenazar
- Insultar
- Ignorar y excluir
- Miradas despectivas
- Incitar al odio
- Incitar al suicidio

*Fuente: Elaboración propia a partir de información publicada por la CNDH, SEP y MEJOREDU.

¿Crees haber sufrido o presenciado acoso escolar?

RESPONDE ESTAS PREGUNTAS

- ① ¿Te agreden o molestan de manera física o verbal constantemente en la escuela?

SÍ ☐

No ☐

- ② En la escuela ¿*juegan pesado o de forma brusca* de manera constante, causándote lesiones físicas que, además de dolor, también te hacen sentir mal?

SÍ ☐

No ☐

- ③ ¿Te han dicho algo que te haga sentir mal o te provoque miedo, dentro o fuera de la escuela?

SÍ ☐

No ☐

- ④ ¿Cualquier integrante de la escuela —incluyendo profesorado, estudiante o personal— observa lo que sucedió sin intervenir?

SÍ ☐

No ☐

- ⑤ En redes sociales ¿te han enviado mensajes intimidantes, han robado tus contraseñas o han enviado fotos privadas sin tu consentimiento?

SÍ ☐

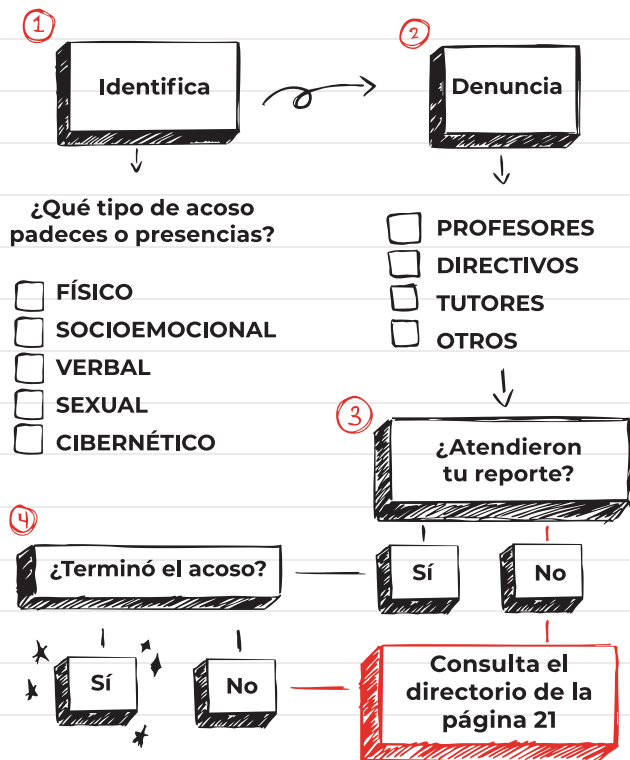
No ☐

Si respondiste que **sí** a cualquiera de estas preguntas, estás sufriendo **acoso escolar**.

**ROMPE EL
SILENCIO**

Plátalo con tus familiares y con las autoridades educativas de tu escuela. Su **deber es detener todo tipo de agresión**, ya sea verbal o física, para garantizar la seguridad del estudiantado y la convivencia pacífica.

No permitas el acoso escolar:



¿Qué hacer en caso de sufrir o atestiguar acoso escolar?

Si tú o alguien que conoces vive un caso de acoso escolar, puedes denunciarlo ante las siguientes autoridades.

Recuerda: todas y todos tenemos el deber y la responsabilidad de cuidar y proteger nuestros derechos humanos y los de las personas que nos rodean.

ell.★



Directorio

Secretaría de Educación Pública (SEP)

La **SEP** tiene el **deber** de **atender, investigar y solucionar** todos los casos de **acoso escolar**. Puedes presentar tu queja llamando al número 80011ACOSO (22676), 5536007594 o visitar su página de internet <https://escuelalibredeviolencia.sep.gob.mx/>

Procuraduría Federal de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes

Tiene el **deber** de **atender** y **resolver** las **denuncias por acoso** o por **cualquier tipo de violencia** cuando sean cometidos **contra niñas, niños y adolescentes**. Para orientación, comunícate al teléfono 5530032200, ext. 2276,3700,4424,4422,4427 o a través del correo electrónico: atención_ciudadana@dif.gob.mx

Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (CONAPRED)

Si sufres **discriminación** de **cualquier tipo**, ya sea por parte de tus **profesores** o **comunidad estudiantil**, puedes presentar una queja ante el **CONAPRED**, su **obligación** es **brindarte asistencia** para que puedas ejercer **tus derechos** y atender tus quejas para terminar con cualquier acto de discriminación. Ingresa a la página www.conapred.org.mx

Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH)

Si ya reportaste **el acoso** y este **continúa**, acércate a la **CNDH**. Aquí te **orientamos** y **damos seguimiento a tu caso**. Nuestro deber es **proteger** y **defender tus derechos humanos**.

Acércate al **Programa de Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes y las Familias**, y al **Programa de Derechos de las Personas Jóvenes y Mayores** en los correos:

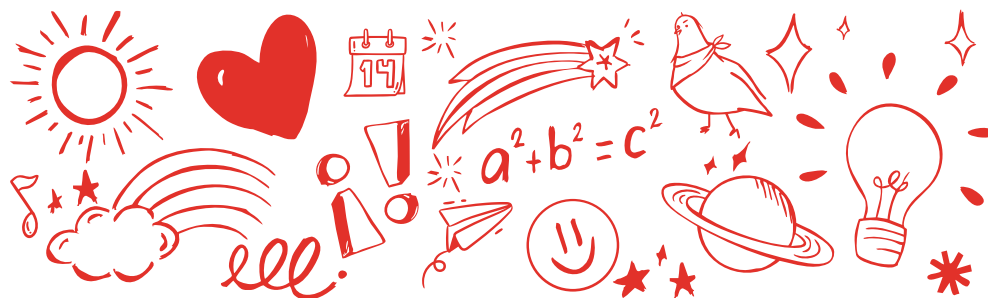
asuntosdelafamilia@cndh.org.mx

derechosnna@cndh.org.mx

**¡Defiende tu derecho a vivir una vida
libre de toda forma de violencia!**

**Analiza, comparte y discute esta cartilla con tu
familia, comunidad y amistades**

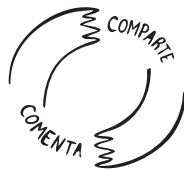
***De mano en mano, conocemos y defendemos
nuestros derechos humanos***





¡Date cuenta! El Acoso Daña #HazMásPaz
editado por la Comisión Nacional de los Derechos
Humanos, se terminó de imprimir en septiembre
de 2025 en los talleres de Color Printing Forever,
S.A.S. de C.V., Jesús Urueta núm. 176 bis, Colonia
Barrio San Pedro, Demarcación Territorial Iztacalco,
C.P. 08220, Ciudad de México

El tiraje consta de 32 000 ejemplares.



Consulta esta y todas las
publicaciones de la CNDH en:
<https://appweb.cndh.org.mx/biblioteca/>



¡Queremos conocer tu opinión!
Responde nuestra encuesta en:
<https://forms.office.com/r/4YTpsCGK5m>

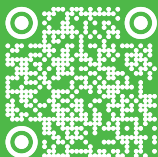
¿Cómo presentar una queja
en la Comisión Nacional de los
Derechos Humanos (CNDH)?



**Sede: Marco Antonio
Lanz Galera**
Periférico Sur 3469,
colonia San Jerónimo Lídice,
demarcación territorial
La Magdalena Contreras,
C.P. 10200, CDMX.



correo@cndh.org.mx
atencionciudadana.cndh.org.mx



**Presenta tu queja
sin requerir registro de cuenta**

D.R. © Comisión Nacional de los Derechos Humanos, edición: septiembre, 2025/IVG/KMSE
Este material fue elaborado con papel certificado por la Sociedad para la Promoción
del Manejo Forestal Sostenible, A.C. (Certificación FSC México).

Tel.: 55 56 81 81 25
Número gratuito:
800 715 2000

