



DESTAPA  
O MACHISMO

As redes sociais transforman todos os días as nosas vidas.  
Teñen cousas moi positivas que fan delas unha ferramenta  
imprescindible nas nosas relacións con outras persoas.

Pero, características como a inmediatez, a facilidade para  
acceder á información ou a viralidade dos contidos, poden facer  
que, se facemos un mal uso delas, se convirtan no espazo ideal  
para reproducir o machismo que xa existe na sociedade e se  
exerza a violencia de xénero.

## MACHISMO NAS RRS?

1. DETÉCTAO
2. DESTÁPAO
3. BLOQUÉAO!

## Machismo nas redes

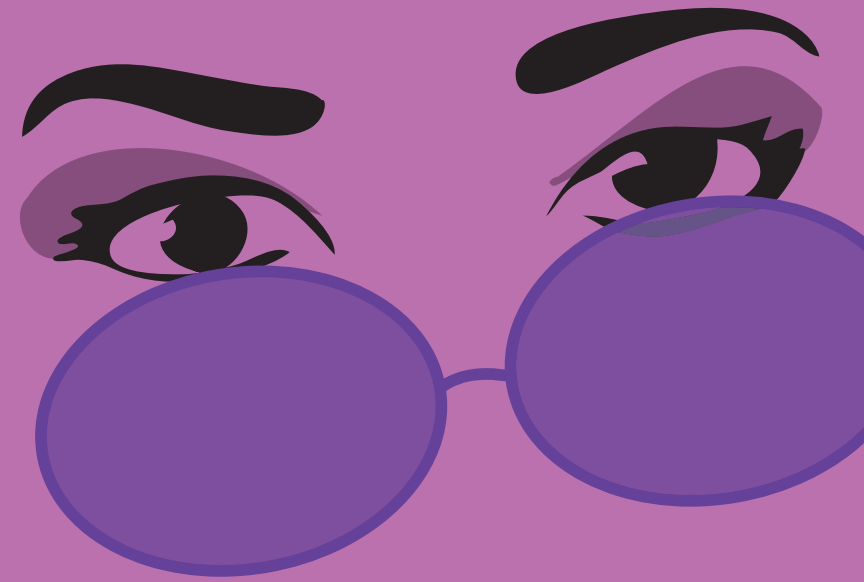
Ten formas moi diversas de manifestarse: a difusión de vídeos íntimos de rapazas, a sexualización das mozas, o mandato da beleza dominante, a cosificación dos corpos das mulleres, os comentarios despectivos e as críticas a mulleres con profesións masculinizadas nas redes, como por exemplo, as que comentan videoxogos, os chistes e memes que ridiculizan ás mulleres ou lles asignan despectivamente papeis do rol feminino tradicional, a posición de poder dos homes na pornografía, os comentarios antifeministas en foros ou a través de youtubers...

### Alguns datos:

Segundo o **Observatorio Nacional de Tecnoloxía e Sociedade**, no seu Estudio sobre Violencia dixital de xénero, **máis dun 25% das mulleres entre 16 y 25 anos en España recibiron insinuacións non apropiadas a través das redes.**

Segundo a **Macroenquisa sobre violencia de xénero** do Ministerio de igualdade, **máis do 20% das mozas entre 16 e 20 anos recibiron correos electrónicos, mensaxes de texto ou fotografías sexualmente explícitas.**

Segundo estudos internos realizados por Facebook, Instagram empeora **“os problemas de imaxe corporal para unha de cada tres adolescentes”.**



# DETÉCTAO

## Ciberviolencia de xénero

Pódese exercer de diferentes xeitos: vixiar os seguidores, os *like* da parella... revisar as conversas, as interaccións con contactos ou amizades, as actualizacións... **controlar as ubicacións, difundir fotografías ou vídeos de carácter íntimo sen consentimento da parella...**

### Alguns datos:

No seu informe "Non é amor", Save the Children cóntanos

- que **unha de cada catro rapazas** de entre 16 e 17 anos sufre violencia psicolóxica ou de control, unha conduta cada vez máis normalizada.
- que o **24,9 % das mozas** é vítima deste tipo de violencia e a supervisión ten lugar durante as 24 horas do día.

No estudo Mulleres mozas e acoso en redes sociais, do Ministerio de Igualdade, case a metade de mulleres entre 16 e 24 anos sentiuse alguna vez ofendida, humillada, intimidada, acosada e/ou agredida a través das redes sociais.

Amais, un 56,2% das mensaxes recibidas eran de carácter sexual e intimidatorio e máis dun 53% eran fotografías sexualmente explícitas difundidas sen o consentimento da vítima.



## Recomendacións

Analiza críticamente o machismo nas redes sociais, **non participes** da súa normalización.

**No axudes a difundir imaxes ou videos** que cosifiquen o corpo das mulleres.

**Non participes de comentarios machistas** nin de conversas que ridiculicen ás mozas polos seus corpos, polo que fan, ou polo que din.

Acórdate que o que subas as redes, tamén as imaxes íntimas, **deixa de ser privado**.

**Comproba** que só poidan acceder ao teu perfil as persoas que autorices.

**Non compartas os teus contrasinais**, nin llos pida a túa parella, son a porta á intimidade .

**Evita publicar** información persoal tanto túa como das persoas que coñezas.

**Busca referentes positivos**, reels, vídeos, stories... para combatir activamente o machismo e a ciberviolencia de xénero.

**Fai un uso seguro e responsable** dos entornos dixitais



**BLOQUÉAO**

Convirtamos as redes sociais  
en ferramentas seguras para  
a igualdade

# PON AS LENTES VIOLETAS

DESTAPA O MACHISMO



Podes recoller as gafas nos centros educativos,  
clubes deportivos ou descargánda;  
fai unha autofoto e súbea a túa rede social,  
lembra incluír:

#ponaslentesvioletas #destapaomachismo

e seguénos en instagran e en TikTok

**ponaslentesvioletas**

# DESTAPA O MACHISMO



Área de Igualdade  
Centro de Información á Muller  
Edificio do Concello, baixo  
Praza Ravella,1  
36600 Vilagarcía de Arousa  
986099200 ext 102/103/107/109  
muller@vilagarcia.gal

