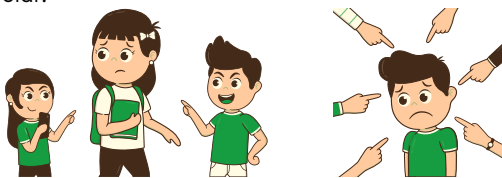


•**Platica** también con tus amigos (as) e invítalos a que no te lastimen ni se burlen de otras niñas o niños, o cuéntales que te sientes mal por lo que está sucediendo.

•**No permitas** que tus compañeros o compañeras te hagan sentir miedo o enojo, trata de contestar a sus agresiones pidiéndoles que no lo hagan, o también puedes ir de inmediato con tus profesores para que te apoyen. No respondas con golpes, piensa que la violencia no es la forma correcta de resolver problemas. Es importante promover el diálogo.

•**Recuerda** que tú no tienes la culpa de lo que está pasando, no hay nada mal en ti, por eso no debes sentir vergüenza ni temor de contárselo a tu mamá, papá, maestra, maestro o persona adulta de tu confianza.
Fuente: CNDH (2016). Contra el Bullying, Di no al acoso escolar.



¿Quiénes podemos denunciar? No sólo niñas, niños o adolescentes receptores de acoso escolar pueden denunciar, sino también:

- Su mamá/papá, cualquier familiar, todos (as) en conjunto.
 - Personal docente, directivo o administrativo de las escuelas.
 - Mamá, papá o familiar de la persona que genera el acoso, si se percata de la situación.
 - Su mejor amigo (a), o todos sus amigos (as) de la escuela.
 - Cualquier integrante de la comunidad escolar.
- Fuente: Contra el Bullying, Di no al acoso escolar- CNDH. Julio de 2016.

Ley para la Prevención de la Violencia en el Entorno Escolar del Estado de Tamaulipas.



Comisión de Derechos Humanos del Estado de Tamaulipas

Visitadurías Generales

Victoria

Hernán Cortés con Juan B. Tijerina y República de Guatemala, No. 136, Col. Pedro Sosa, C.P. 87120,
Tels. (834) 312 4612 y 312 4565
primeravisitaduriageneral@codhet.org.mx

Tampico

Gral. Lázaro Cárdenas, No. 409, entre Cuauhtémoc e Ignacio Rayón, Col. Vergel, C.P. 89150,
Tels. (833) 219 2822 y 214 9213
segundavisitaduriageneral@codhet.org.mx

Reynosa

Tamaulipas, No. 915, Local 1, entre Saltillo y Monterrey, Col. Rodríguez, C.P. 88630,
Tel. (899) 923 6010
terceravisitaduriageneral@codhet.org.mx

Delegaciones Regionales

Matamoras

Honduras No. 600, Plaza Modelo, Local 1, Col. Modelo, C.P. 87360,
Tel. (868) 812 1795
delegacionmatamoras@codhet.org.mx

Nuevo Laredo

Av. Vicente Guerrero, No. 1612 B, entre Maclovio Herrera y Simón Bolívar, Col. Ojo Caliente, C.P. 88240,
Tel. (867) 712 8587
delegacionlaredo@codhet.org.mx

San Fernando

Av. Adolfo Ruiz Cortines y Padre Mier, Local 2, Zona Centro, C.P. 87600,
Tel. (841) 852 2965
delegacionsanfernando@codhet.org.mx

Mante

Melchor Ocampo #401, entre Álvaro Obregón y Magiscatzin, Zona Centro, C.P. 89800,
Tel (831) 234 2240
delegacionmante@codhet.org.mx

Tula

Abasolo No. 5D, esq. con Degollado, Zona Centro, C.P. 87900. Tel. (832) 326 0701,
delegaciontula@codhet.org.mx



Bullying No es un juego



Di **NO** al acoso escolar

¿Qué es el Bullying?

Se considera acoso escolar o bullying a todo acto u omisión que agrede física, psicoemocional, patrimonial o sexualmente a una niña, niño o adolescente, realizado bajo el cuidado de las instituciones escolares públicas y privadas.

Esta misma se da entre estudiantes, tanto dentro como fuera del ámbito escolar, atentando contra la dignidad, integridad, autoestima y desarrollo integral de quienes son víctimas y generadores de la misma.

El acoso escolar se puede manifestar de distintas maneras como:



Tipos de acoso

- **Verbales:** insultar, humillar, esparcir rumores o decir palabras hirientes para lastimar a un compañero o compañera.
- **Físicas:** golpear, jalonear, pellizcar, morder, empujar, escupir al otro (a), realizar conductas que lo o la avergüenzan frente a sus compañeras (os), como despeinarle, arrojarle agua, pintura, o quitarle sus zapatos.
- **Psicológicas:** amenazar, manipular, chantajear o intimidar constantemente a un compañero (a), bajo el argumento de causarle un daño si pide ayuda o dice a otra persona lo que le hacen.
- **Exclusión social:** ignorar y excluir al compañero (a) de la amistad, convivencia o actividades escolares.
- **Sexuales:** asediar, presionar o incitar la práctica de actos sexuales, como tocar los genitales de la persona agredida, mostrarle imágenes o videos pornográficos, levantar la falda o bajar los pantalones de una compañera (o), simular posiciones sexuales, espiarla o espiarlo para tomarle fotografías o videos mientras se cambia de ropa en el baño, entre otras.

- **Ciberbullying** (ciberacoso): publicar comentarios, fotos en redes sociales, mensajes de celular o correo electrónico, que contengan mensajes ofensivos de burla, o que revelen información privada de algún alumno (a); crear perfiles falsos o apoderarse de contraseñas de aplicaciones para molestar o hacerse pasar por un compañero (a); tomar y publicar en internet o distribuir cualquier otro medio, fotos o videos de acoso o maltrato contra compañeros (as).

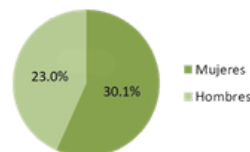
Fuente: CNDH (2016). Contra el Bullying, Di no al acoso escolar.

¿Sabias qué?

Es de suma importancia que mamá, papá y todas las personas que tengan bajo su cuidado a niñas, niños y adolescentes sean conscientes del uso que estos mismos le dan a las tecnologías de la información y comunicación (TIC'S), para así evitar que siga en aumento el ciberbullying. En Tamaulipas la población de 12 años y mas que usaron internet fueron victimas de ciberacoso. Los medios mas comunes en los que suceden son:



El porcentaje de mujeres y hombres de entre 12 y 19 años queda plasmado de la siguiente manera:



Fuente: MOCIBA 2023-INEGI

El bullying coloca a las personas que lo padecen en una situación de vulnerabilidad respecto de quienes generan las agresiones, lo cual les impide defenderse por si mismos o mismas. Niñas, niños y adolescentes que han sufrido acoso escolar pueden presentar entre otros síntomas: bajo rendimiento escolar, depresión, ansiedad, falta de apetito y estrés.

Fuente: Convención de los Derechos del Niño.-Artículo 19.
Entra en vigor el 2 de Septiembre de 1990.

La Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes en su artículo 46 dice que:

Niñas, niños y adolescentes tienen derecho a vivir una vida libre de toda forma de violencia y a que se resguarde su integridad personal, a fin de lograr las mejores condiciones de bienestar y el libre desarrollo de la personalidad.

Fuente: Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes.

Publicada en el DOF el 4 de Diciembre de 2014. Última reforma publicada en el DOF el 15 de enero de 2026.



¿Qué hacer?

- **Habla.** Hablar con tu mamá, papá, familiares o con una persona adulta de tu confianza, te ayudará a enfrentar el problema. Cuéntales si has visto compañeros (as) que sufren bullying o si tú mismo o tu misma sientes que otra niña, niño o adolescente te molesta (acosa), ¡expresa tus sentimientos!.
- **Denuncia.** Utiliza el buzón escolar para avisar a los docentes si tú o algún amigo o amiga se sienten agredidos o agredidas por sus compañeros (as), ellos se asegurarán de que nadie más sepa que tú les avisaste del bullying.
- **Di no** a cualquier forma de violencia, no te quedes presente ni apoyes a tus compañeros (as) cuando agredan a otros, ni lo hagas tú mismo o tu misma porque te lo pidan, aunque sean tus mejores amigos (as) o te digan que si no lo haces te van a dejar de hablar o te molestarán. Piensa lo que sentirías si te hicieran lo mismo a ti.

