



# No Más,

Es una aplicación de la Universidad Autónoma de Baja California, a través de la cual podrás enviar reportes de incidentes vía web, móvil o recibir asesoría telefónica en caso de que estés viviendo alguna situación de violencia, discriminación o actos delictivos en las instalaciones universitarias.



## INGRESA A LA APLICACIÓN WEB

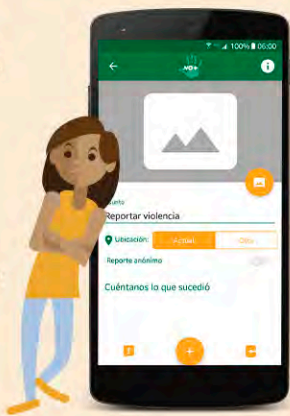
1 Ingresa a:  
**nomas.uabc.mx**

2 Entra con tu cuenta institucional vigente

3 Envía un reporte

## DESCARGA LA APP

1 Desde tu smartphone entra la tienda virtual



2 de acuerdo a tu dispositivo:



Búscala como  
**No Más UABC**

ó

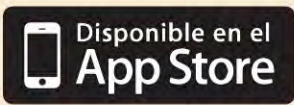


Escanea este  
código QR

3 Descarga la app



4 Entra a la app con tu cuenta institucional UABC vigente



**CONFIGURA TU APLICACIÓN:**  
**No Más** asegura la confidencialidad de tu identidad y de la información que proporcionas.



**ENVÍA UN REPORTE:**  
comunícate directamente con el responsable por medio de un mensaje.



**SEGUIMIENTO:**  
mantén un canal de comunicación directo, durante y después de que tu reporte sea atendido.

**Correo electrónico:** [nomas@uabc.edu.mx](mailto:nomas@uabc.edu.mx)



**PROGRAMA DE**  
**Prevención**  
**y Atención** DE LA  
**VIOLENCIA DE GÉNERO**  
**EN LA UABC**





# FÍJATE BIEN EN LA VIOLENCIA DIGITAL



## EXCLUSIÓN VIRTUAL

Te sacan de un grupo de chat, de un videojuego o te bloquean para que no puedas participar.

## INSULTOS ELECTRÓNICOS

Te envían mensajes ofensivos, pueden tener sentido sexual.

## VIOLACIÓN DE DATOS PERSONALES

Obtienen datos personales en algún sistema de información, sin tu permiso.

## ACECHO (*stalking*)

Te siguen obsesivamente en redes sociodigitales buscando tener contacto contigo, frecuentemente, de tipo sentimental.

## SUPLANTACIÓN VIRTUAL (*fraping*)

Se hacen pasar por ti y envían mensajes agresivos u ofensivos a otras personas.

## DIFAMACIÓN VIRTUAL

Publican en redes información falsa que daña tu reputación e imagen.

## CIBERPERSECUCIÓN

Te envían frecuentemente comunicaciones electrónicas amenazantes.

## SEXTORSIÓN

Chantaje en que amenazan con publicar fotos o mensajes íntimos si no haces lo que te indican o no pagas una cantidad.

## DIFUSIÓN DE CONTENIDO ÍNTIMO SIN CONSENTIMIENTO

Publican fotos tuyas o mensajes íntimos sin tu permiso.

## TRATA VIRTUAL DE PERSONAS

Involucra el robo de identidad y la publicación de tus datos para promover y cobrar por servicios sexuales como si tú los ofrecieras.

Además, si convives con menores, fíjate bien en que no sean víctimas de ***grooming*** o acicalamiento, que es una práctica donde una persona adulta contacta a un(a) menor por internet y busca ganarse su confianza con la intención de abusar sexualmente.





**LA  
VIOLENCIA  
AUMENTARÁ**

**¡REACCIONA!  
NO TE DEJES  
DESTRUIR**

**NECESITAS  
AYUDA  
PROFESIONAL**

- |       |                                   |
|-------|-----------------------------------|
| 1     | BROMAS HIRIENTES                  |
| 2     | CHANTAJEAR                        |
| 3     | MENTIR - ENGAÑAR                  |
| 4     | IGNORAR - LEY DEL HIELO           |
| 5     | CELAR                             |
| 6     | CULPABILIZAR                      |
| 7     | DESCALIFICAR                      |
| 8     | RIDICULIZAR - OFENDER             |
| 9     | HUMILLAR EN PÚBLICO               |
| 10    | INTIMIDAR - AMENAZAR              |
| <hr/> |                                   |
| 11    | CONTROLAR - PROHIBIR:             |
| 12    | (AMISTADES, FAMILIARES, DINERO,   |
| 13    | LUGARES, APARIENCIA, ACTIVIDADES, |
| 14    | CELULAR, MAILS Y REDES SOCIALES)  |
| 15    | DESTRUIR ARTÍCULOS PERSONALES     |
| 16    | MANOSEAR                          |
| 17    | CARICIAS AGRESIVAS                |
| 18    | GOLPEAR “JUGANDO”                 |
| 19    | PELLIZCAR - ARAÑAR                |
| 20    | EMPUJAR - JALONEAR                |
| <hr/> |                                   |
| 21    | CACHETEAR                         |
| 22    | PATEAR                            |
| 23    | ENCERRAR - AISLAR                 |
| 24    | AMENAZAR CON OBJETOS O ARMAS      |
| 25    | AMENAZAR DE MUERTE                |
| 26    | FORZAR UNA RELACIÓN SEXUAL        |
| 27    | ABUSO SEXUAL                      |
| 28    | VIOLAR                            |
| 29    | MUTILAR                           |
| 30    | ASESINAR                          |