



Acoso Sexual: Información para los Jóvenes

Sexual Harassment: Information for Youth

¿Qué es el acoso sexual?

El acoso sexual es cuando alguien te trata de una manera que no te gusta por tu sexo o género. Esto puede hacer que te sientas avergonzado, asustado, incómodo o triste. Es posible que no estés seguro de cómo te sientes al respecto.

El acoso sexual puede ocurrirles a personas de todos los géneros, pero está dirigido a alguien por su sexo o género en particular.

¿Cuáles son algunos ejemplos de acoso sexual?

- 1) Algo que alguien te dice que no te gusta. Por ejemplo:
 - Un profesor u otro adulto hace comentarios sobre tu cuerpo, dice que se siente atraído a ti, te cuenta chistes obscenos o habla de sus hábitos sexuales.
 - Un entrenador te dice que no puedes jugar si no dejas que te toquen el cuerpo.
 - Otros estudiantes te dicen insultos anti-gay en la escuela, en Internet o por mensaje de texto porque piensan que no actúas como se supone que debe hacerlo un hombre o una mujer.
- 2) Alguien te toca sin que tú estés de acuerdo, de una manera que no te gusta. Por ejemplo:
 - Un compañero de clase en el autobús te agarra el trasero cuando pasas por allí.
 - Un compañero intenta quitarte la ropa relacionada con un género en particular que llevas puesta. Por ejemplo, alguien le quita el pañuelo o el hijab a una chica, le quita el collar a una chica transgénero o le agarra el sujetador a una chica por encima de su camisa.
 - Un compañero de equipo agarra sexualmente a un miembro gay del equipo para hacerlo sentir incómodo.
- 3) Alguien te muestra algo que te hace sentir incómodo. Por ejemplo:
 - Un compañero de clase te envía una foto de sí mismo desnudo, que no quieres.
 - Alguien en la parada de autobús se exhibe impúdicamente frente a ti.
 - Un profesor o un adulto te muestra pornografía.
- 4) Alguien habla de ti de forma sexual con otras personas. Por ejemplo:
 - Un compañero de trabajo difunde rumores en el restaurante donde trabajas sobre tu vida sexual.
 - Alguien publica fotos tuyas sin ropa en los medios sociales sin tu consentimiento.

El Acoso Sexual es Ilegal en la Escuela

El acoso sexual es ilegal en la escuela Y en las actividades escolares como los deportes, el teatro o las prácticas patrocinadas por la escuela.

El acoso sexual en la escuela es ilegal en 2 tipos de situaciones:

- 1) Alguien ofrece tratarte mejor o no meterte en problemas si haces algo sexual con ellos, o si no le dices a nadie sobre el acoso. Por ejemplo, un profesor te dice que te dará una A si te quitas la ropa para él/ella.
- 2) El acoso es tan malo o sucede tan a menudo que te sientes incómodo o inseguro en la escuela o en las actividades escolares, o está afectando a tu rendimiento escolar.

Recuerda que este tipo de acoso puede estar motivado por tu sexo o género. Esto significa que el acoso a los estudiantes LGBTQ se incluye a menudo en las protecciones legales.

Por ley, TODAS las escuelas públicas tienen que hacer lo siguiente:

- Tener una política de acoso sexual
- Tener una forma de denunciar el acoso sexual
- Investigar todas las denuncias de acoso sexual
- Tomar medidas de inmediato para tratar de poner un alto al acoso y asegurarse de que no vuelva a ocurrir.

¿Qué hago si esto sucede?

- Anota los detalles de lo que te pasó y cuándo. Si el acoso se produce en forma de mensajes de texto o correos electrónicos no deseados, guarde copias de estos mensajes.
- Díselo a alguien en quien confíes (un padre/madre, consejero/a, profesor/a, etc.)
- Si quieres que la escuela investigue, DEBES decírselo a un funcionario de la escuela, como el director. Puedes pedirle a otro adulto en el que confíes que te ayude a hacer una denuncia. La escuela sólo tiene que tratar de detener el acoso si un funcionario de la escuela lo sabe.
- Si el director no escucha, puedes decírselo al superintendente o a un miembro del consejo escolar. También puedes hacer una denuncia al Coordinador del Título IX ("Título Nueve") de la escuela, que está a cargo de la discriminación sexual. Pide a tu escuela la información para contactarte con ellos.
- También puedes hacer denuncias a las autoridades fuera de tu escuela, particularmente si tu escuela no está respondiendo a tus preocupaciones. Comunícate con ellos:

Minnesota Department of Human Rights

Dpto de Derechos Humanos de Minnesota

Teléfono: (651) 539-1100 o 1-(800) 657-3704

TTY: (651) 296-1283

<http://mn.gov/mdhr>

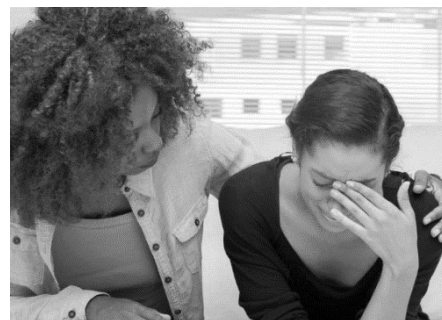
US Dept of Education, Office for Civil Rights

Dpto de Educación de los E.E.U.U., Oficina de

Derechos Civiles

Teléfono: 1-(800) 421-3481

www2.ed.gov/about/offices/list/ocr/index.html



El Acoso Sexual es Ilegal en el Trabajo

El acoso sexual por parte de un supervisor, compañero de trabajo o cliente en el trabajo es ilegal cuando:

- Ocurre muy a menudo o es tan malo que te sientes inseguro o incómodo en el trabajo, O
- La persona que te acosa amenaza con despedirte, darte peores horas o peor paga, o algún otro resultado negativo.

Recuerda, este tipo de acoso puede estar dirigido a tu sexo o género. Esto significa que el acoso a los trabajadores LGBTQ se incluye a menudo en las protecciones legales.

¿Qué hago si ocurre?

- Escribe los detalles de lo que te sucedió y cuándo. Guarde copias de los mensajes de acoso.
- Repórtalo a un supervisor, no sólo a un compañero de trabajo. Es mejor reportarlo por escrito. Puedes enviar un correo electrónico o escribir una carta y guardar una copia.
- Si es tu supervisor quien te acosa, puedes decírselo a un directivo superior. Si su empresa u organización cuenta con un departamento de Recursos Humanos (HR), póngase en contacto con ellos.



También puedes denunciar el acoso sexual a las autoridades estatales y federales, especialmente si tu empleador no responde a tus quejas:

Minnesota Department of Human Rights

Departamento de Derechos Humanos de Minnesota

Teléfono: (651) 539-1100 ó 1-(800) 657-3704

TTY: (651) 296-1283

<http://mn.gov/mdhr>

Equal Employment Opportunity Commission

Comisión de Igualdad de Oportunidades en el Empleo

Teléfono: (612) 335-4040

TTY: (612) 335-4045

www.eeoc.gov

Nota: Es ilegal despedir a alguien por denunciar el acoso sexual. Si le amenazan con despedirle por denunciar un caso de acoso, incluya esta información en su queja.

Acoso Sexual o Acecho en Otros Lugares

El acoso sexual también ocurre fuera del trabajo o la escuela. Algunos ejemplos de esto son:

- Alguien con quien solías salir te sigue, se aparece en tu casa o te espía.
- Alguien con quien solías salir te amenaza como LGBTQ y usa esas amenazas para controlarte, herirte o explotarte.
- Alguien causa destrozos a tu automóvil o tu casa usando insultos relacionados con tu sexualidad.
- Un arrendador amenaza con desalojarte por tu identidad de género.

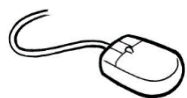
Los inquilinos tienen otras protecciones contra acoso por parte del arrendador o de otras personas que viven en su edificio de apartamentos.

Consulta nuestras hojas informativas [Acoso Sexual en la Vivienda](#) y [Órdenes de Protección y Órdenes Inhibitorias en Caso de Acoso](#) para obtener más información.



¿Qué hago si esto ocurre?

- Anota los detalles de lo que te pasó y cuándo. Guarde copias de los mensajes de acoso.
- Pide apoyo a alguien en quien confíes como un terapeuta o un amigo cercano.
- Denuncia el acoso a la policía. Dales toda la información posible, como por ejemplo:
 - El nombre del acosador, si lo sabes
 - Lo que pasó y cuántas veces
 - Cualquier mensaje de texto o notas del acosador
- Solicita una Orden de Restricción de Acoso (*Harassment Restraining Order* - HRO) en tu tribunal local. Allí tienen los formularios o puedes crear [un formulario de HRO listo para presentarlo](#) en línea en www.LawHelpMN.org/forms. *(solo en inglés)*



- Bajo Abuse and Harassment” (*Abuso y Acoso*)
- Haga clic en “Harassment Restraining Order” (*Orden de Alejamiento Acoso*)

- También hay organizaciones que ayudan con órdenes de alejamiento y órdenes de protección de forma gratuita. Si usted vive en los condados de Hennepin, Ramsey o Washington, póngase en contacto con el Tubman Safety Project.

Vea nuestra hoja informativa [Órdenes de Protección y Órdenes Inhibitorias en Caso de Acoso](#) para obtener más información.

Apoyo y Ayuda

Para cualquiera de estas situaciones, también puedes obtener apoyo y ayuda de:

- The Sexual Violence Center (SVC)
Centro de Violencia Sexual (SVC)
Línea de ayuda las 24 horas: (612) 871-5111 o (952) 448-5425
www.sexualviolencecenter.org
- Minnesota Coalition Against Sexual Assault (MNCASA)
Coalición de Minnesota contra la Agresión Sexual (MNCASA)
Teléfono: (651) 209-9993
www.mncasa.org
- Minnesota Indian Women's Sexual Violence Coalition
Coalición de Mujeres Indias de Minnesota contra la Violencia Sexual
Encuentra recursos a nivel estatal en su sitio web
www.miwsac.org
- OutFront Minnesota
Línea de ayuda las 24 horas: 1-(800) 800-0350
www.outfront.org
- CLUES (Comunidades Latinas Unidas en Servicio)
Teléfono: (651) 379-4200 o (612) 746-3500
www.clues.org
- Tubman Safety Project (HRO and OFP help in the Twin Cities area)
Phone: (612) 870-2400
<https://www.tubman.org/get-help/legal-services/protective-orders.html>



Las hojas informativas son información legal NO asesoramiento legal. Consulte con un abogado para obtener asesoramiento.
No use esta hoja informativa si tiene más de un año. Pídanos actualizaciones, una lista de hojas informativas o formatos alternativos.

© 2026 Minnesota Legal Services Coalition. Este documento se puede reproducir y usar sólo para propósitos personales y educativos no comerciales. Todo otro derecho está reservado. Este aviso debe permanecer en todas las copias. La reproducción, distribución y uso con fines comerciales están estrictamente prohibidos.