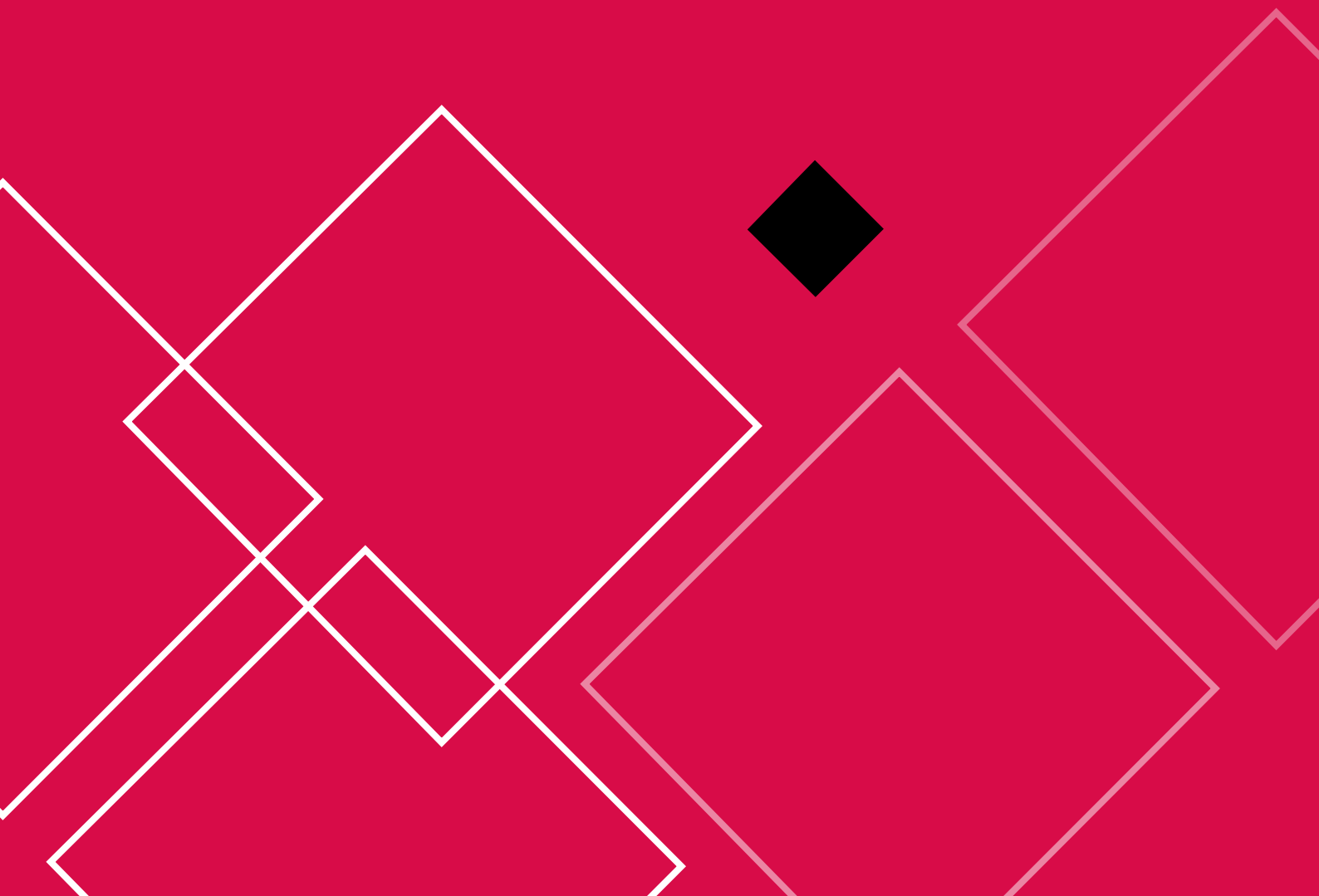




Manual

EDUCATIVO

para entender, prevenir y reaccionar ante los discursos de odio y la desinformación



Hatedemics. Manual educativo

Escrito y editado por: Jan Dąbkowski (The Center for Citizenship Education, Polonia), Dariusz Grzemny, Vivian Rangel (Maldita.es, España), Ana Velasco (Maldita.es, España), Rubén Martín (Fundación Pública Andaluza Centro de Estudios Andaluces) y Lucía García del Moral (Fundación EuroÁrabe de Altos Estudios).

Este **Manual Educativo** ha sido creado en el marco del proyecto **HATEDEMICS** — ‘Hampering hate speech and disinformation through AI-based technologies to prevent and combat polarisation and the spread of racist, xenophobic, and intolerant speech and conspiracy theories.’

El proyecto tiene como objetivo reforzar tanto las medidas preventivas como de respuesta contra el discurso de odio y la desinformación en línea. Busca empoderar a ONGs, OSC, verificadores de datos, autoridades públicas y jóvenes activistas para prevenir y combatir de forma efectiva la polarización, la difusión de discursos racistas, xenófobos e intolerantes, así como las teorías de la conspiración.

Editorial:

Traducción al español: Vivian Rangel, Ana Velasco, Rubén Martín y Lucía García del Moral

Revisión en español: Vivian Rangel, Ana Velasco

Maquetación y diseño: Kinga Kurach

Copyright © 2025 HATEDEMICS Consortium Partners. Todos los derechos reservados. HATEDEMICS es un proyecto del Programa Ciudadanía, Igualdad, Derechos y Valores (CERV), financiado por la Unión Europea bajo el Acuerdo de Subvención (GA) nº 101143249. Se autoriza la copia y distribución de copias literales de este documento, siempre que incluyan este aviso de copyright; no está permitida su modificación.

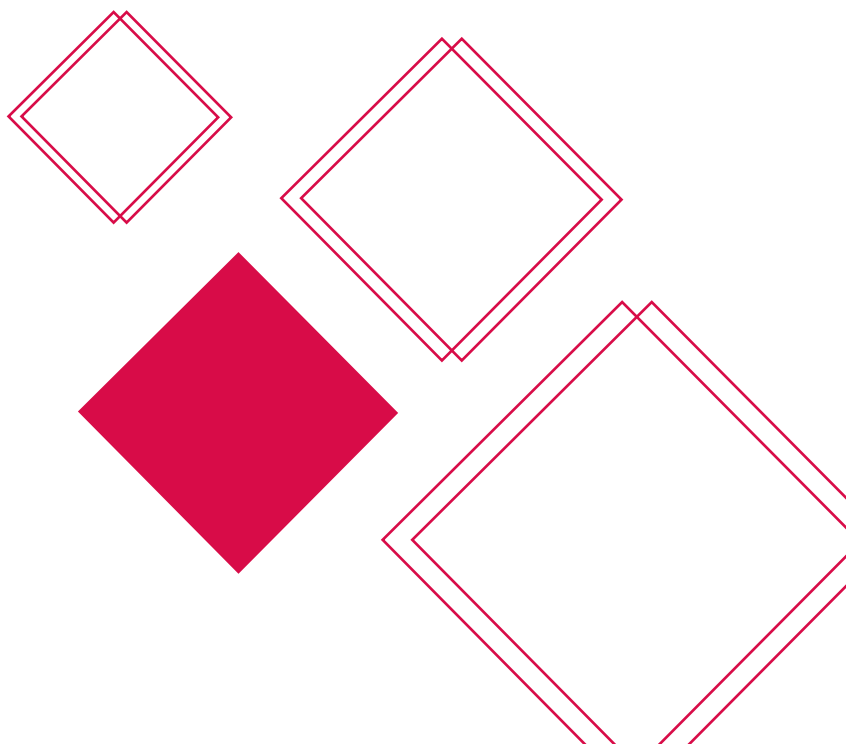


Las opiniones y puntos de vista expresados pertenecen exclusivamente a los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o la EACEA. Ni la Unión Europea ni la autoridad financiadora pueden hacerse responsables de los mismos.



Índice de contenidos

Introducción	3
Desinformación y discurso de odio	3
Relación entre la desinformación y el discurso de odio	4
Causas del discurso de odio y la desinformación	6
Falacias lógicas asociadas al discurso de odio y la desinformación	7
Sesgos cognitivos	8
Importancia de reaccionar ante el discurso de odio y la desinformación	9
Reacción frente al discurso de odio y la desinformación	10
Narrativa, contranarrativa y narrativa alternativa	11
Guías de estilo y contenido para responder al discurso de odio y a los contenidos falsos	12
Cómo reaccionar ante el discurso y el contenido falso	13
Pensamiento crítico y educación mediática	14
Verificación de hechos (Fact-checking)	15
Las 5W y H – preguntas para analizar la información	18
Lectura lateral	18
Actividades educativas	20
Actividad 1. Por qué nos importa	20
Actividad 2. Verificación con lectura lateral	23
Actividad 3. Sesgos, falacias y mecanismos sociales	26
Actividad 4. ¡Detecta el discurso de odio!	28
Actividad 5. Cómo mantener la calma ante el discurso de odio	30
Líneas de ayuda	31
Recursos sobre discurso de odio y desinformación	32



Introducción

Este manual educativo está dirigido a actores clave como docentes, educadores que trabajan en organizaciones no gubernamentales (ONG) y otras organizaciones de la sociedad civil (OSC), especialmente aquellas implicadas en la educación mediática, la verificación de hechos, la lucha contra la discriminación y la educación en derechos humanos. También está destinado a autoridades públicas locales y nacionales que trabajan con educación y políticas públicas. Compuesto por una introducción al discurso de odio y la desinformación, así como a la forma en que estos fenómenos interactúan, el manual incluye además una propuesta educativa y metodológica, junto con actividades dirigidas a trabajar con jóvenes. El objetivo del manual es ayudar a que la juventud comprenda mejor y sepa cómo reaccionar ante el discurso de odio y la desinformación en línea.

Desinformación y discurso de odio

Aunque la desinformación y el discurso de odio están estrechamente relacionados, se tratan de fenómenos distintos. No existen definiciones universalmente aceptadas para ambos términos; sin embargo, a partir de documentos legales, políticos y académicos existentes, es posible identificar sus características principales.

El **discurso de odio** se define como la expresión de opiniones, contenidos o comunicaciones ofensivas y discriminatorias hacia grupos específicos de personas o individuos, en función de características identitarias como género, edad, orientación sexual, nacionalidad, etnia, religión, color de piel, discapacidad u otras.¹

Dentro del ecosistema desinformativo, de acuerdo con la literatura sobre el tema hay tres categorías principales cuando hablamos de contenidos falsos. La primera, **la desinformación** (disinformation), es contenido falso o manipulado que se crea conscientemente con la intención de causar daño. La creación de este tipo de contenido suele estar motivada por el deseo de obtener beneficios económicos, ganar notoriedad o incrementar la influencia política.²

El concepto de desinformación está estrechamente vinculado con los de **desinformación no intencional** (misinformation) e **información dañina** (malinformation).

La misinformation hace referencia a información falsa o errónea difundida por desconocimiento y sin intención de causar daño. La malinformation, en cambio, ocurre cuando se comparte información verdadera en un contexto diferente, en otras fechas o de manera deliberada con el objetivo de causar daño, como en el caso de la publicación de datos privados.³ En este manual utilizaremos el término desinformación porque es el más habitual en español y porque las intenciones a la hora de crear y viralizar mentiras muchas veces son difíciles de demostrar.

¹ Inspirado en: ¿Qué es el discurso de odio? <https://www.un.org/en/hate-speech/understanding-hate-speech/what-is-hate-speech> (consultado 14.08.2025)

² Comprendiendo el desorden de la Información, <https://firstdraftnews.org/long-form-article/understanding-information-disorder> (consultado 14.08.2025)

³ ibidem op.cit.

Relación entre la desinformación y el discurso de odio

La siguiente tabla⁴ puede ayudar a aclarar las similitudes y diferencias entre el discurso de odio y la desinformación. También puede resultar útil para identificar ambos fenómenos.

	Discurso de odio	Desinformación
GRUPO OBJETIVO	Individuos o grupos que comparten ciertas características identitarias, como género, nacionalidad, etnia, religión, orientación sexual u otras.	Lo mismo que en el discurso de odio, más: <ul style="list-style-type: none">- Individuos o grupos con un rasgo común, como la ocupación (ej. personas políticas).- Actores estatales o no estatales (gobiernos, instituciones, organizaciones no gubernamentales).- Un valor o un ideal (ej. la democracia).
CONTENIDO	Incitación al odio y/o a la violencia. <ul style="list-style-type: none">- Llamados a discriminar en función de la identidad.- Contenido deshumanizante.- Uso de insultos o expresiones peyorativas basadas en la identidad.- El lenguaje no necesita ser agresivo para constituir discurso de odio	<ul style="list-style-type: none">- Contenido engañoso (ej. difusión de afirmaciones falsas).- Contenido creado para inducir a error (ej. basarse en investigaciones inexistentes, estadísticas sesgadas, textos manipulados).- Contenido diseñado para minar la confianza en instituciones y procesos oficiales (ej. teorías de la conspiración).
	<ul style="list-style-type: none">- Contenido creado por personas o mediante tecnologías de la información (ej. inteligencia artificial).- Negación o distorsión de hechos o acontecimientos históricos (ej. el Holocausto).- Contenido diseñado para enfatizar las diferencias entre grupos (“nosotras/os vs. ellas/os”).- Contenido creado con la intención de causar daño.- Puede adoptar muchas formas: palabras, imágenes, vídeos, audios, memes en internet.	

⁴ Basado en: Wardle C., A Conceptual Analysis of the Overlaps and Differences between Hate Speech, Misinformation and Disinformation, Naciones Unidas 2024: https://peacekeeping.un.org/sites/default/files/report_-_a_conceptual_analysis_of_the_overlaps_and_differences_between_hate_speech_misinformation_and_disinformation_june_2024_qrupdate.pdf (consultado 14.08.2025)

Discurso de odio

Desinformación

OBJETIVO	<ul style="list-style-type: none">- Deshumanizar a personas o grupos.- Utilizar como “chivos expiatorios” a determinados colectivos (culpabilizarles de problemas sociales).- Ridiculizar y humillar a personas o grupos en función de su identidad.	<p>Los mismos que el discurso de odio más:</p> <ul style="list-style-type: none">- Generar tensión y agitación social.- Reducir la confianza en instituciones y/u organizaciones.- Manipular principios y procesos democráticos (ej. elecciones).- Difamar a instituciones/organizaciones y dañar su reputación.
	<ul style="list-style-type: none">- Difundir ciertas ideologías y obtener apoyos.- Influir en la manera en que piensa la sociedad, promoviendo valores importantes para quienes difunden el mensaje (generalmente con motivos poco legítimos).	
IMPACTO	<ul style="list-style-type: none">- Delitos de odio (ataques a personas o a su propiedad en función de su identidad).- Genocidios, crímenes de lesa humanidad.- Refuerzo o intensificación de estereotipos y prejuicios existentes en la sociedad.	<ul style="list-style-type: none">- Impacto en elecciones (menor participación, manipulación de resultados, cuestionamiento de la legitimidad).- Erosión de la democracia e incluso violencia contra instituciones (ej. destrucción de edificios o banderas).- Pérdida de confianza hacia instituciones/organizaciones.- Agitación social (ej. huelgas, manifestaciones violentas).
	<ul style="list-style-type: none">- Silenciamiento de personas o grupos objeto de ataques.- Retiro de la vida pública.- Daño psicológico y/o físico (ej. depresión, intentos de suicidio, violencia física).- Daño reputacional (tanto individual como institucional).- Mayor polarización y miedo.- Incremento del odio y la hostilidad hacia individuos y/o grupos.	
DÓNDE	<ul style="list-style-type: none">- Fuera de línea: folletos, panfletos, carteles, murales, grafitis, conversaciones, manifestaciones.- En línea: publicaciones en redes sociales, anuncios en línea, grupos (abiertos o cerrados), aplicaciones de mensajería, uso de cuentas falsas.- Medios de comunicación: emisiones de televisión y radio, periódicos.- Otros: conferencias y seminarios, canciones, debates públicos.	

Causas del discurso de odio y la desinformación

Es difícil determinar las causas del discurso de odio porque cada ejemplo debe analizarse en sus propios términos. Entre los factores internos que pueden impulsar a una persona a usar discurso de odio se encuentran ciertos rasgos de personalidad, la creencia en ideologías violentas y discriminatorias, o la falta de conocimiento o información. En algunos casos, también puede deberse a la motivación ejercida por otras personas para reforzar la identidad del grupo. Existen, sin embargo, mecanismos sociales asociados al uso del discurso de odio, tales como:

- » **Estereotipos**⁵: en ciencias sociales, los estereotipos son representaciones cognitivas específicas sobre distintos grupos sociales. Suelen ser muy persistentes y difíciles de cambiar. Estas representaciones cognitivas están fuertemente generalizadas y simplifican la realidad. A menudo se asocian con emociones con un fuerte componente valorativo (por ejemplo, considerar que algo es “bueno” o “malo”), lo que refuerza su arraigo y resistencia al cambio. La mayoría de los estereotipos se aprenden en el entorno social —familia, colegio, trabajo, amistades, etc.— y se reproducen también en la cultura (películas, manuales escolares, publicidad). El lenguaje juega un papel importante en la transmisión y perpetuación de estereotipos (usar términos negativos para describir a “las otras personas” y términos positivos para describir al grupo con el que nos identificamos). Ejemplos: “Las personas italianas cocinan bien y siempre son muy divertidas” o “Las personas africanas son pobres y pasan hambre.”
- » **Prejuicios**⁶: los estereotipos pueden evolucionar con el tiempo y convertirse en prejuicios, es decir, actitudes hacia determinados grupos sociales basadas en substitute for contenido dudoso, generalizada e incompleta. A nivel emocional, suelen asociarse con sentimientos de miedo, ansiedad, repulsión o sensación de amenaza. A nivel conductual, pueden llevar a evitar o eludir ciertas personas o colectivos.
- » **Discriminación**⁷: los prejuicios pueden desembocar en discriminación – es decir, en un trato injusto hacia personas por lo que son, tal como excluirlas de eventos públicos o despedirlas de un empleo etc. Ejemplo: no contratar a alguien por su contexto étnico.
- » **Chivo expiatorio**⁸: culpabilizar injustificadamente a alguien de algo. Este fenómeno puede producirse a pequeña escala (ej. en un colegio, donde una persona es señalada por un grupo de estudiantes y acusada de cosas que no hizo) o a gran escala (ej. en tiempos de crisis, cuando la sociedad busca explicaciones y una “culpa” que, si se elimina o destruye, supuestamente resolvería la situación). Ejemplo: una persona docente culpa a un único estudiante del ruido en clase, aunque varias personas estaban

⁵ CONSTELLATIONS, manual para trabajar con la juventud sobre el racismo y el racismo invisible: <https://www.salto-youth.net/tools/toolbox/tool/constellations.2998/> (consultado 14.08.2025)

⁶ Ibid.

⁷ Ibid.

⁸ Rothschild, Z. K., Landau, M. J., Sullivan, D., & Keefer, L. A. (2012). A dual-motive model of scapegoating: Displacing blame to reduce guilt or increase control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1148–1163: <https://psycnet.apa.org/record/2012-10977-001> (consultado 14.08.2025)

» **Etnocentrismo**⁹: creencia de que el propio grupo étnico o nación es superior a los demás. A menudo se manifiesta como rechazo hacia personas que son cultural o étnicamente diferentes. Esto puede derivar en discriminación o violencia. Ejemplo: una persona docente celebra únicamente las festividades de su propia cultura e ignora o minimiza las de otras, como reconocer solo la Navidad pero no el Diwali, el Eid al-Fitr, o el Año Nuevo Lunar, aunque en el aula haya estudiantes que pertenecen a esas culturas.

Falacias lógicas asociadas al discurso de odio y la desinformación

El contenido del discurso de odio y la desinformación puede, en ocasiones, parecer muy convincente. Esto se debe a que quienes difunden odio suelen apoyarse en falacias lógicas, argumentos que parecen válidos, pero no lo son. Los grupos de odio (aquellas personas que difunden odio) suelen utilizarlas para justificar sus causas. Construcciones que utilizan los grupos de odio (aquellas personas que difunden odio) para justificar sus causas. Las falacias lógicas ayudan a reforzar esas creencias y a que más personas las consideren razonables y veraces. Las falacias lógicas pueden basarse en premisas falsas, en premisas verdaderas pero con conclusiones falsas, o incluso en premisas y conclusiones verdaderas pero con un razonamiento incorrecto. Algunas se producen con la intención deliberada de engañar o de hacer que la desinformación se vuelva viral.

Existen muchas falacias¹⁰ que aparecen con frecuencia en el discurso de odio. Aquí se presentan algunas:

» **Argumentum ad populum (apelación al pueblo)** – forma de argumentar no sustantiva en la que se apela a gustos, prejuicios o creencias del público. Se basa en el egoísmo nacional, estereotipos o prejuicios, y busca que la mayoría apoye una tesis por ser popular (ej.: La mayoría de la gente en nuestro país piensa así, por lo tanto, debemos actuar en consecuencia.);

» **Ipse dixit (él lo dijo)** – forma de argumentar sin ofrecer una prueba válida (ej.: Lo ha dicho este partido político, así que debe ser cierto);

» **Pendiente resbaladiza (slippery slope)** – ocurre cuando alguien afirma que un posicionamiento o decisión llevará inevitablemente a una serie de consecuencias negativas exageradas (ej.: Si dejamos que los migrantes se queden, traerán a sus familias, colapsará el sistema de seguridad social, y finalmente seremos pobres y perderemos el control del país);

⁹ <https://www.merriam-webster.com/dictionary/ethnocentrism> (consultado 14.08.2025)

¹⁰ Si te interesa leer más sobre ellos, puedes consultar aquí, aquí, aquí, aquí and aquí (consultado 14.08.2025)

- » **Falacia del «o esto o lo otro»** – presentar solo dos opciones posibles, cuando en realidad existen muchas más (ej.: O votas a este partido o vivirás con peligro para siempre);
- » **Post hoc, ergo propter hoc** – error lógico que asume una relación de causa entre dos hechos solo porque uno ocurre antes que el otro (ej.: Desde que tenemos una nueva profesora de matemáticas, saca malas notas. Seguro que es culpa suya);
- » **Argumentum Ad Hominem** – atacar a la persona en lugar de rebatir su argumento (ej.: No escuches la opinión de Pedro sobre el proyecto en grupo, es un vago y nunca hace nada bien);
- » **Cherry Picking** (Falacia de evidencia incompleta) – seleccionar solo las evidencias que apoyan una idea y omitir las que la contradicen (ej.: El discurso de odio no hace daño. Este estudio dice que solo es ofensivo no peligroso, ignorando docenas de estudios que prueban sus efectos negativos.);
- » **Apelación a la tradición** – justificar algo como verdad o bueno solo porque siempre se ha hecho o pensado así, sin cuestionar si sigue siendo válido (ej.: En nuestra escuela siempre ha habido más hombres que mujeres en el consejo, y ha funcionado bien).
- » **Argumento anecdótico** – usar una experiencia o historia aislada, normalmente personal, para justificar una afirmación general (ej.: No creo que el discurso de odio haga daño. He escuchado bromas ofensivas toda la vida y nadie que conozco ha salido perjudicado);
- » **Falacia ad ignorantiam** – afirmar que algo es verdadero o falso solo porque no se ha demostrado lo contrario (ej.: Nadie ha demostrado que los estudiantes hagan trampa en los exámenes online, así que no ocurre).

Sesgos cognitivos¹¹

Nuestro cerebro utiliza atajos mentales para ayudarnos a tomar decisiones rápidas en la vida cotidiana: los sesgos cognitivos. Estos atajos responden a la necesidad evolutiva de filtrar selectivamente los estímulos que recibimos para liberarnos de la cantidad de procesos mentales que tendríamos que realizar si procesáramos toda la información percibida. Los sesgos cognitivos permiten que nuestro cerebro funcione de forma más rápida y eficiente. El problema es que estos atajos pueden llevarnos a decisiones incorrectas o interpretaciones erróneas. Todas las personas estamos afectadas por los sesgos cognitivos en nuestro proceso de toma de decisiones y quienes difunden desinformación conocen muy bien estos sesgos. A continuación, se presentan algunos ejemplos de sesgos cognitivos:

¹¹ Si te interesa leer más sobre ellos, puedes consultar aquí y aquí (consultado 14.08.2025)

- » **Sesgo de grupo** – tendencia a favorecer a nuestro propio grupo frente a otros (ej.: El comité decidió financiar el proyecto dirigido por su colega, aunque la otra propuesta era más sólida, diciendo: “Conocemos y confiamos en nuestra gente”);
- » **Sesgo de disponibilidad** – tendencia a dar más valor a la información que nos viene a la mente rápidamente (ej.: “Después de ver un reportaje sobre accidentes de avión, alguien insiste en que volar es más peligroso que conducir, a pesar de que las estadísticas muestran lo contrario”);
- » **Sesgo de causalidad** – ocurre cuando la gente cree que hay una relación de causa y efecto entre hechos que no están conectados (ej.: “Cada vez que me pongo mis calcetines de la suerte, mi equipo gana, así que deben ser la razón del triunfo”);
- » **Sesgo del punto ciego** es la tendencia a pensar que uno mismo es menos susceptible a los sesgos que los demás (ej.: Soy justa y objetiva, a diferencia de otras personas que dejan que sus sentimientos interfieran con los hechos);
- » **Sesgo de confirmación** – tendencia a buscar, interpretar o recordar información que confirma nuestras creencias previas (ej.: Alguien que cree que las vacunas son peligrosas solo lee artículos que apoyan esa idea y descarta investigaciones científicas que la refutan);
- » **Sesgo de autoridad** – tendencia a ser más influenciado por las opiniones de personas con autoridad (ej.: Debe ser cierto, un doctor famoso lo dijo en la televisión”, aunque no haya evidencia que lo respalde.).

Importancia de reaccionar ante el discurso de odio y la desinformación

El discurso de odio tiene consecuencias negativas en la vida de aquellas personas a las que va dirigido, pero también impacta negativamente a la sociedad en su conjunto. El discurso de odio, combinado con desinformación, puede conducir a la estigmatización, la discriminación y la violencia a gran escala. Protegerse a una misma o uno mismo y a otras personas frente al discurso de odio no solo es un deber moral de cada individuo, sino que, en ocasiones, incluso constituye una obligación legal.

Reaccionar ante el discurso de odio no siempre es fácil: puede requerir ciertas competencias, la capacidad de asumir las consecuencias de nuestras acciones, ausencia de miedo o una gran fortaleza moral. Sin embargo, cuando el discurso de odio queda sin respuesta, puede escalar hacia la violencia y generar más odio, con consecuencias graves. Por ello, consideramos que reaccionar es siempre una necesidad. Esta es la motivación y el espíritu del proyecto Hatedemics.

Reacción frente al discurso de odio y la desinformación

Existen muchas formas de posicionarse, incluso si no eres víctima directa de discurso de odio o desinformación:

- **EDÚCATE** a ti misma o ti mismo y a otras personas: aumenta tu conocimiento sobre estereotipos, prejuicios, discriminación y violencia y educa a otras personas sobre el discurso de odio y la desinformación;
- **ANALIZA CRÍTICAMENTE** los mensajes de los medios y ejercita tus habilidades de pensamiento crítico;
- **RESPONDE** a publicaciones de odio o desinformación en redes sociales y medios de comunicación proporcionando información basada en evidencias;
- **APOYA** a las personas que experimentan o han experimentado discurso de odio o que han sido víctimas de delitos de odio;
- **REPORTA** el discurso de odio y la desinformación directamente a los administradores de las plataformas o a las autoridades competentes, si se sospecha de un delito;
- **PARTICIPA ACTIVAMENTE** en las actividades de grupos informales y organizaciones no gubernamentales que contrarrestan el discurso de odio, los delitos de odio y la desinformación.

Las prácticas de trabajo de las organizaciones detrás del proyecto Hatedemics muestran que estas son las ventajas de reaccionar ante el discurso de odio y la desinformación:

- Envía un mensaje claro de que las personas o grupos objeto de discurso de odio y desinformación no están solos — que alguien se preocupa.
- Ayuda a crear espacios más seguros para todas las personas, especialmente en entornos digitales.
- Proporciona una sensación de autorrealización y crecimiento personal. Inspira a otras personas a expresarse y tomar acción.
- Restablece la confianza en la solidaridad humana y en la acción colectiva.
- Contribuye a construir una sociedad más justa y equitativa.
- Ayuda a reducir el impacto del discurso de odio y la desinformación sobre quienes son afectados.

Narrativa, contranarrativa y narrativa alternativa

El discurso de odio puede ser una narrativa que utiliza palabras, vídeos e imágenes para deshumanizar y humillar a las personas por quienes son o por la comunidad a la que se percibe que pertenecen. También refleja miedos, que a menudo surgen cuando se deja libre curso a ideas y fantasías que no tienen nada que ver con la realidad.

Una de las formas de reaccionar ante el discurso de odio y la desinformación son las contranarrativas, que pueden describirse como respuestas concisas a contenidos específicos, dirigidas a deconstruir y desacreditar mensajes.¹² Actúan como reacciones basadas en hechos y no agresivas, con el objetivo de deconstruir, desacreditar y desmitificar las ideas dañinas subyacentes al discurso de odio.¹³

Las **contranarrativas** se usan para bloquear o desafiar el odio en dos situaciones principales: primero, respondiendo rápidamente al odio dirigido a personas tras incidentes específicos, y segundo, enfrentando narrativas de odio profundamente arraigadas ligadas a prejuicios sociales o poder político. Estos enfoques empoderan a activistas, educadoras/es y personas que trabajan con la juventud para contrarrestar el odio de manera más efectiva.

Las **narrativas alternativas**, en contraste con las contranarrativas, buscan reemplazar o eclipsar los mensajes de odio al inundar el discurso con contenido positivo y constructivo, promoviendo valores positivos y lo que la sociedad representa, en lugar de lo que rechaza. Ofrecen nuevas perspectivas o historias que fomentan inclusión, diversidad, respeto y derechos humanos.

Mientras que ambas estrategias buscan combatir el discurso de odio, las **contranarrativas son reactivas** y desafían directamente ideas dañinas, mientras que las **narrativas alternativas son proactivas**, proporcionando historias nuevas y potenciadoras que fomentan una cultura de inclusión y respeto.

Ejemplo:

- Contranarrativa: Responder a contenido xenófobo corrigiendo falsedades, explicando hechos sobre migrantes y desmintiendo mitos.
- Narrativa alternativa: Compartir historias de integración exitosa, celebrar la diversidad y destacar los beneficios que las comunidades diversas aportan a la sociedad.

¹² ¡Podemos! Actuar contra el discurso de odio a través de narrativas contraargumentativas y alternativas, Consejo de Europa 2017: <https://www.coe.int/en/web/no-hate-campaign/we-can-alternatives> (consultado 14.08.2025)

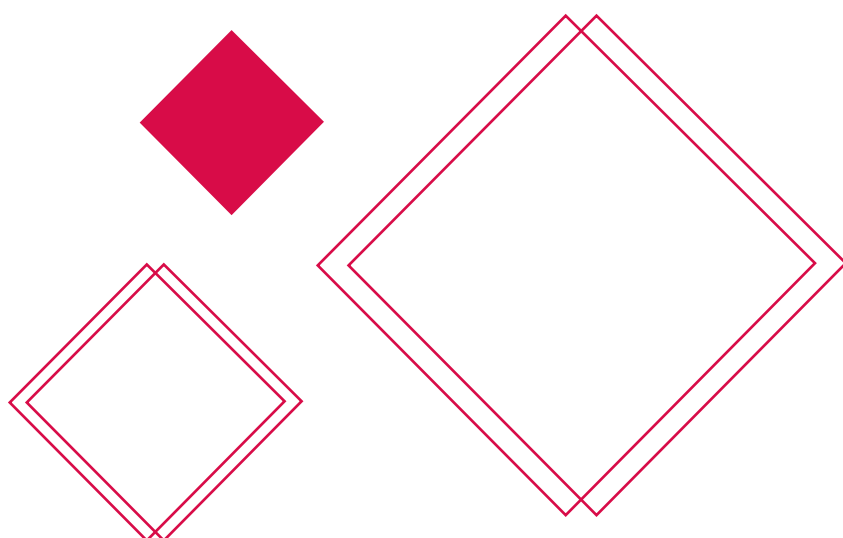
¹³ ¡Podemos! Actuar contra el discurso de odio a través de narrativas contraargumentativas y alternativas, Consejo de Europa 2017, p. 80: <https://www.coe.int/en/web/no-hate-campaign/we-can-alternatives> (consultado 14.08.2025)

Las narrativas alternativas presentan un mundo en el que los derechos humanos de todas las personas son respetados, cada vida humana tiene valor, no hay respuestas fáciles a los problemas y el mundo no es blanco o negro.

El objetivo principal de las narrativas alternativas basadas en valores de derechos humanos es construir formas alternativas de pensar y vivir en sociedad, desafiando el discurso popular que es excluyente y opresivo para ciertos grupos sociales. Mientras que el discurso de odio es una herramienta de opresión, las narrativas alternativas son una herramienta de emancipación. Por lo tanto, las narrativas alternativas ofrecen una visión diferente del mundo a la que a menudo se presenta en los medios o en conversaciones con amistades. Estas narrativas nos dan la oportunidad de mostrar nuestra postura y expresar los valores que consideramos importantes. Las narrativas alternativas no polarizan la sociedad – no dividen en “nosotros” y “ellos” – sino que se centran en mirar críticamente la realidad y proponer una forma alternativa de pensar, considerando hechos y emociones, y asegurando que haya espacio para que todos los grupos sociales convivan en paz y armonía.¹⁴

Ejemplo:

La campaña de Amnesty International, **Look Refugees in the Eye**, presenta un vídeo que humaniza la experiencia de las personas refugiadas, centrándose en historias personales en lugar de estadísticas. El vídeo muestra a las personas refugiadas como individuos con familias, sueños y aspiraciones, desafiando estereotipos y promoviendo la empatía. La campaña ha obtenido millones de visualizaciones en diversas plataformas.¹⁵



¹⁴ ¡Podemos! Actuar contra el discurso de odio a través de narrativas contraargumentativas y alternativas, Consejo de Europa 2017: <https://www.coe.int/en/web/no-hate-campaign/we-can-alternatives> (consultado 14.08.2025)

¹⁵ <https://www.amnesty.org/en/latest/news/2016/05/look-refugees-in-the-eye/> (consultado 14.08.2025)

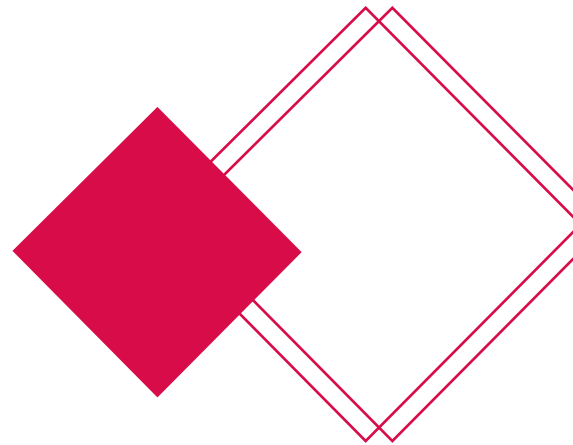
Cómo responder al discurso de odio y a la desinformación

Independientemente de la situación, es importante mantener la calma y una actitud cortés y respetuosa. Aquí hay algunos aspectos clave de este proceso:

- Evita el lenguaje abusivo;
- Dirígete al mensaje, no a la persona que lo envía;
- Evita el uso de etiquetas divisivas (por ejemplo, racista, fascista);
- Usa el sarcasmo con precaución, ya que puede percibirse como hostil o simplemente malinterpretarse;
- Empatiza con los miedos o ansiedades subyacentes que provocaron la expresión de odio;
- Responde con amabilidad y positividad.

Respondiendo al discurso de odio:

- Anima a la persona interlocutora a evitar generalizaciones;
- Muestra apoyo a las personas o grupos afectados;



Desafía los estereotipos negativos usando:

- Contraresta con información precisa usando hechos y estadísticas, citando las fuentes;
- Ofrece contexto y advierte contra la sobregeneralización;
- Destaca las consecuencias de difundir desinformación;
- Sugiere consultar fuentes confiables;
- Si se trata de noticias fuera de contexto, inexactas o desactualizadas, o imágenes alteradas: cita las fuentes originales y enseña la información fiable para combatir la desinformación;
- Si es noticia satírica: aclara el origen y contexto de la broma para que quede claro que se trata de humor;
- Describe el método de manipulación utilizado (p. ej., cuando se usa chivo expiatorio, define cómo funciona);
- Al desmentir falsedades, comunica los hechos primero y al final, ya que repetir información ayuda a recordarla.¹⁶

¹⁶ Al corregir la información, haz un sándwich de verdad: <https://newslit.org/tips-tools/news-lit-tip-rinse-repeat/> (consultado 14.08.2025)

Diversidad de posibles acciones

Reaccionar ante el discurso de odio y el contenido falso es importante y puedes hacerlo eligiendo distintas estrategias. A veces puedes querer reportarlo al proveedor del servicio. Otras veces puedes estar dispuesto/a a participar en la discusión y aportar hechos que contradigan lo dicho. En otras ocasiones, puede interesarte explorar por qué la persona dice cosas que se consideran discurso de odio o información falsa. Sin embargo, hay situaciones en las que puedes decidir ignorar el discurso de odio. Esto puede ser relevante cuando se trata de personas que difunden odio o contenido falso como forma de buscar atención, ya que interactuar puede amplificar su influencia. En algunos casos, responder puede escalar conflictos o difundir aún más ideas dañinas. Puede ser adecuado ignorar o incluso bloquear al usuario cuando no te sientas segura/o. En estas situaciones, puede ser útil hablar con alguien y ver cómo puede apoyarte a elegir la forma más adecuada de responder. Siempre debes decidir por ti mismo/a cuál es la mejor respuesta en cada situación y si tienes algún problema o dilema, contacta con alguien cercano, de confianza, y reflexionen juntos sobre cómo responder.

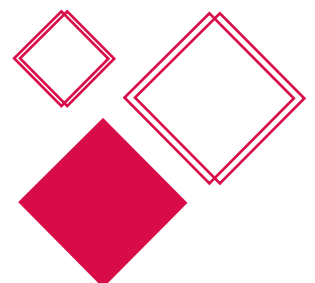
Pensamiento crítico y educación mediática

El pensamiento crítico es una competencia clave para prevenir la desinformación y el discurso de odio: consiste en reflexionar y tomar conciencia de todos los datos posibles, el contexto y las circunstancias relacionadas con la situación observada o la información recopilada, con el fin de comprenderla de la mejor manera.

Una forma de desarrollar habilidades de pensamiento crítico es aprender sobre los medios y convertirse en persona alfabetizada mediáticamente, ya que esto ayuda a ser personas consumidoras y creadoras de medios más informadas y responsables en el mundo actual, saturado de tantos contenidos. La alfabetización mediática se puede definir como la capacidad de:

- **Decodificar los mensajes mediáticos (incluidos los sistemas en los que existen);**
- **Evaluar la influencia de esos mensajes en pensamientos, sentimientos y comportamientos;**
- **Crear contenidos multimedia de manera reflexiva y consciente.**¹⁷

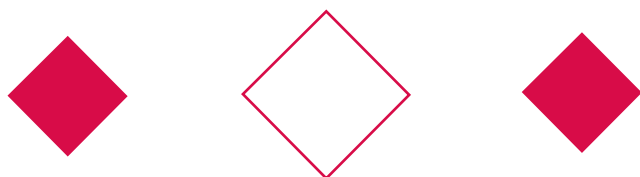
¹⁷ <https://medialiteracynow.org/challenge/what-is-media-literacy/> (consultado 14.08.2025)



Verificación de contenido (Fact-checking)

El papel de los/as verificadores/as de contenido o fact-checkers no es nuevo: **la exactitud, el rigor y la información basada en datos y hechos están en el corazón del periodismo de calidad**, y en este sentido, la verificación forma parte de la buena práctica periodística. En Estados Unidos, desde la década de 1930, medios prestigiosos como la **revista New Yorker** contaban con profesionales dedicados a la verificación. Su tarea consistía en revisar el trabajo de los periodistas y confirmar que cumplieran con estándares éticos (exactitud, representación de puntos de vista diversos, contraste de fuentes y datos, etc.)

A principios del siglo XXI, sin embargo, la verificación de hechos comenzó a crecer rápidamente en Estados Unidos. Varias organizaciones contrataron a periodistas para verificar las declaraciones de los políticos en programas de televisión o sesiones parlamentarias, como **FactCheck.org**, **Politifact.com** y Washington Post Fact Checker.¹⁸ Importantes cambios en el ecosistema mediático — como el acceso generalizado a Internet (ahora disponible para más de la mitad de la población mundial),¹⁹ el uso creciente de teléfonos móviles y la proliferación de redes sociales — han facilitado tanto la producción como el consumo de diversos formatos de contenido. Nunca antes habíamos tenido tanto acceso a la información, pero al mismo tiempo vivimos bajo un constante ataque de bulos y mentiras.



Con el auge de las noticias falsas, la necesidad de verificadores/as de contenido se volvió aún más evidente. Además de verificar el discurso político y periodístico, también era necesario examinar el discurso público. Los bulos aparecían en todas partes y en múltiples formatos — desde datos manipulados citados por políticos en X (antes Twitter), hasta memes, audios y fotos descontextualizadas — todos conteniendo contenidos falsos diseñados para desinformar. La verificación de contenidos que ya formaba parte de la metodología periodística, comenzó a ser reconocida como un género independiente y ahora se considera una de las tareas más importantes en el ecosistema del periodismo digital.²⁰

¹⁸ Puedes leer más sobre ello en el libro de Lucas Grave 'The Rise of Political Fact-Checking in American Journalism', <https://cup.columbia.edu/book/deciding-whats-true/9780231542227/> (consultado 14.08.2025)

¹⁹ Puedes leer más sobre ello en el libro de Lucas Grave 'The Rise of Political Fact-Checking in American Journalism', <https://cup.columbia.edu/book/deciding-whats-true/9780231542227/> (consultado 14.08.2025)

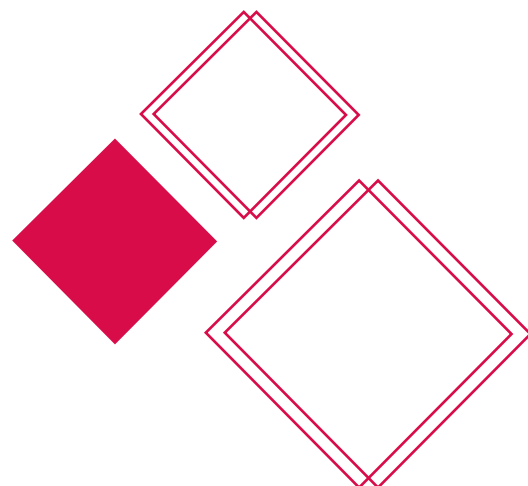
²⁰ Graves L., Amazon M.A., Fact-Checking as Idea and Practice in Journalism, Oxford Research Encyclopedia of Communication: <https://ora.ox.ac.uk/objects/uuid:a7450b2f-f5a7-4207-90e2-254ec5de14e2/files/m3da900b71ba84b74d67f8e8c65880f1a> (consultado 14.08.2025)

El objetivo de verificación de contenidos es proporcionar a la ciudadanía herramientas e información que les permitan formar opiniones con todos los datos y hechos verificados disponibles y, en consecuencia, tomar decisiones informadas.²¹ La desinformación puede influir en cómo piensa la sociedad y cómo aborda problemas cotidianos, y por eso la misión central de las personas verificadoras es aportar luz y datos sobre estos temas. En términos generales, la **verificación de contenidos implica detectar bulos, verificar sus datos y hechos y difundir los desmentidos.**

Trabajar como verificador/a de contenido significa seguir un estricto código de principios, transparencia y metodología. En 2015 se creó la International Fact-Checking Network (**IFCN**), para apoyar las diversas iniciativas de verificación promoviendo buenas prácticas e intercambios en este campo; así como para certificar que las personas verificadoras en todo el mundo realicen su trabajo según los más altos estándares de calidad y ética. En 2022, casi 50 organizaciones de verificación de hechos en Europa se unieron para crear la European Fact-Checking Standards Network (**EFCSN**). Los objetivos centrales fueron definir estándares de verificación más altos y apropiados a la realidad europea y construir un código de integridad profesional para verificadores independientes europeos y organizaciones OSINT (inteligencia de fuentes abiertas).

Cuando algunas personas piensan en un/a verificador/a, solo ven a un/a periodista que investiga una afirmación, la comprueba y confirma si es verdadera o no. Sin embargo, combatir la desinformación de manera efectiva hoy en día requiere mucho más que eso:

- detectar rápidamente posibles **bulos** antes de que se vuelvan virales y afecten a más personas;
- explicar que no todo es blanco o negro, ayudando a la ciudadanía a estar bien preparada frente a falsedades mediante educación mediática o regulación;
- crear herramientas para frenar la proliferación de bulos, o luchar conjuntamente contra la manipulación son algunas de las tareas que realizan hoy en día los verificadores/as de contenido.



²¹ Cooperando con verificadores, sociedad civil, medios de comunicación y el mundo académico: https://commission.europa.eu/topics/countering-information-manipulation/cooperating-fact-checkers-civil-society-media-and-academia_en (consultado 14.08.2025)

Narrativas desinformadoras

También es importante aprender a identificar las narrativas desinformadoras: relatos casi siempre basados en bulos y mentiras que ponen en riesgo a la sociedad al generar percepciones que no se basan en datos ni hechos. Las narrativas desinformadoras son **lo que sus creadores quieren hacernos creer**. Suelen apelar a las emociones y pueden perjudicar la integración, la igualdad y los sistemas democráticos. Cuando una idea se repite muchas veces, la gente la creerá más. Además, un bulo puede contener varias narrativas desinformadoras.

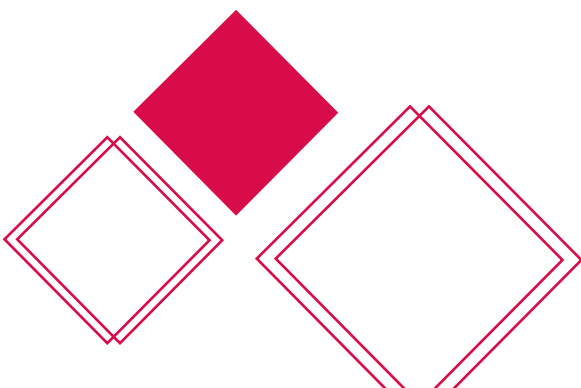
Desmontar estos relatos con datos y hechos frena la cadena de desinformación y evita que la ciudadanía se crea bulos similares. Por ejemplo, verificar si en 1957 realmente se alcanzaron los 50 grados en España es importante pero hay que desmentir la narrativa desinformadora que quieren difundir: “que el cambio climático no existe”.

Cómo verificar como un fact-checker

A veces, verificar contenido es muy complejo, requiere mucho tiempo y exige la ayuda de herramientas especializadas como las que permiten geolocalizar una foto o comprobar que un vídeo es un deepfake. En otras situaciones, solo necesitamos usar la principal herramienta del verificador: la observación. La gran mayoría de la desinformación que vemos a diario se puede desmentir observando atentamente la información que nos llega y evitando compartir contenido sospechoso.

Para aprender a desmentir como un fact-checker, puedes consultar la **caja de herramientas de Maldita.es**, diseñada para que conozcas y aprendas a utilizar las herramientas básicas de verificación.

En esta caja de herramientas puedes aprender, por ejemplo, a usar **la búsqueda inversa de imágenes**: una forma sencilla de obtener información sobre una imagen y verificar su contexto. También puedes practicar la verificación de vídeos con **Invid**, una excelente herramienta para ahorrar tiempo y ser más eficiente, especialmente a la hora de verificar vídeos.



Las 5W y H – preguntas para analizar la información

Las cinco Ws del periodismo constituyen una lista de verificación utilizada para asegurar que el lead (la primera parte de un trabajo periodístico) contenga todos los puntos esenciales de una historia. Para escribir un buen lead, la persona periodista debe responder a:

Who ¿Sobre quién es la historia?
What ¿De qué trata la historia?
Where ¿Dónde ocurrió la historia?
When ¿Cuándo ocurrió la historia?
Why ¿Por qué sucedió?²²

A estas preguntas, podemos añadir una “H” de “**How**” (¿Cómo?) para hacerla aún más completa. Juntas constituyen una lista de verificación que nos ayuda a analizar el contexto de cualquier información y a practicar habilidades de pensamiento crítico. A partir de estas preguntas básicas puedes investigar los motivos y las fuentes a la hora de evaluar un contenido. Igualmente puedes reflexionar sobre distintas perspectivas a la hora de escribir una noticia. Para saber más, revisa la guía **Ultimate Cheatsheet for Critical Thinking**²³ preparada por la Global Digital Citizen Foundation.

Lectura lateral

La lectura lateral es una técnica que nos permite evaluar rápidamente si el contenido de una página web proviene de fuentes fiables y está basado en datos, referencias e información de calidad. En una **investigación realizada por el Stanford History Education Group**,²⁴ profesionales de la educación descubrieron que se trata de un método muy eficaz para evaluar la calidad de un sitio web desconocido.

Esta poderosa estrategia,²⁵ utilizada habitualmente por quienes se dedican a la verificación de datos, consiste en no leer un sitio web de manera “vertical”, como si fuese un documento impreso para evaluar su calidad, sino en aplicar un método denominado “lectura lateral”. Esto significa analizar la página web abriendo varias pestañas para responder a preguntas clave sobre su contenido.

- ¿Quién es el autor o la autora del contenido? ¿Se trata de una fuente experta?
- ¿Podemos encontrar evidencias? ¿Está basado en hechos y datos?
- ¿Está publicado por otras fuentes confiables? ¿Qué dicen sobre ello?

²² Puedes leer más sobre sus orígenes aquí: https://en.wikipedia.org/wiki/Five_Ws (consultado 14.08.2025)

²³ La guía definitiva de pensamiento crítico: <https://blog.education.nationalgeographic.org/2017/01/20/12-things-we-learned-this-week-8/ultimate-critical-thinking-worksheet/> (consultado 14.08.2025)

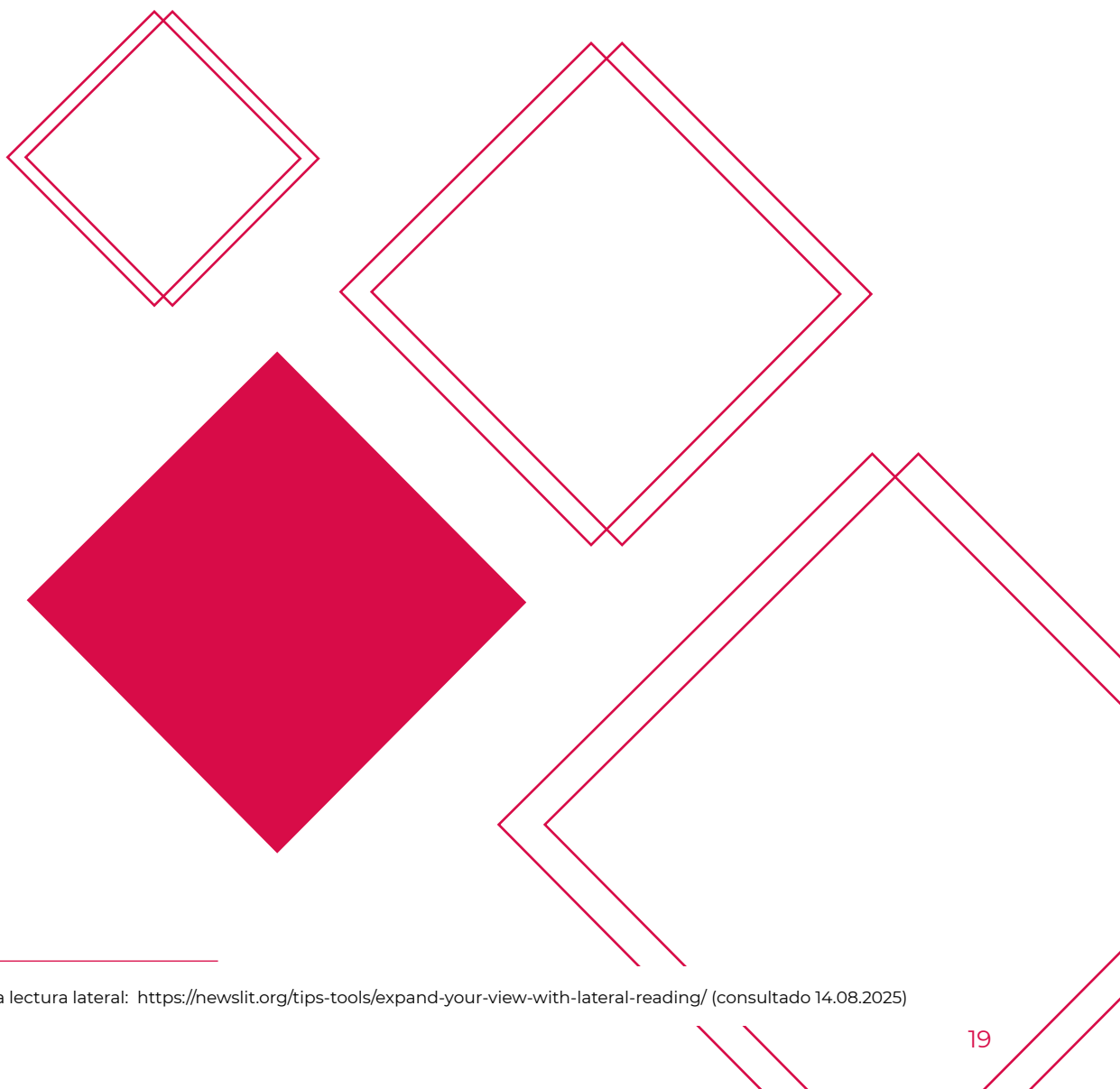
²⁴ Lectura lateral en Open Internet: <https://cor.inquirygroup.org/research/lateral-reading-on-the-open-internet> (consultado 14.08.2025) y Infografía sobre lectura lateral <https://drive.google.com/file/d/1ofAadIMsS0wiIu-K9vSkug9jwH2t6j1/view> (consultado 14.08.2025)

²⁵ Enseñando lectura lateral: <https://cor.inquirygroup.org/curriculum/collections/teaching-lateral-reading> (consultado 14.08.2025)

Además de estas preguntas iniciales, la técnica de lectura lateral nos invita a fomentar el pensamiento crítico y profundizar en otros aspectos del contenido, como:²⁶

- ¿Quién financia o patrocina el sitio donde se publicó el artículo original?
- ¿Qué dicen otras fuentes autorizadas sobre este sitio web?
- Al buscar el tema del artículo original, ¿aparecen en los primeros resultados organizaciones de fact-checking?
- ¿Se han planteado dudas sobre otros artículos escritos por el autor?
- ¿La información encontrada en otras fuentes contradice el artículo original?
- ¿Medios de comunicación fiables están informando sobre lo que lees o, - quizás más importante - no lo están haciendo?

La lectura lateral nos ayuda a evaluar mejor nuestras fuentes de información — es decir, distinguir entre la verdad y la mentira — y a ejercer de manera consciente nuestro derecho a decidir cómo accedemos a la información.



²⁶ Expande tu visión con la lectura lateral: <https://newslit.org/tips-tools/expand-your-view-with-lateral-reading/> (consultado 14.08.2025)

Actividades educativas

AVISO IMPORTANTE

Las actividades de esta sección pueden despertar distintas reacciones emocionales en los participantes, sobre todo al tratar temas sensibles como el discurso de odio. Para cuidar la comodidad y seguridad de los participantes en las actividades, es importante establecer desde el inicio reglas claras para la conversación: respeto mutuo, libertad para expresar emociones y la opción de retirarse en cualquier momento.

Los facilitadores deben explicar con claridad que el objetivo no es reproducir ni justificar el discurso de odio, sino aprender a identificarlo y a responder frente a él. Crear un ambiente de confianza y apertura motiva a los participantes a compartir lo que sienten y facilita espacios de diálogo después de las dinámicas. Así, podrán abordar estos temas difíciles de forma segura y desarrollar empatía hacia los demás.

Actividad 1 **Por qué nos importa**

Los derechos humanos fundamentales recogidos en la **Declaración Universal de Derechos Humanos** protegen y garantizan la dignidad, la igualdad y la libertad de todas las personas. A continuación, se presenta una versión simplificada de algunos de ellos.



Objetivos:

- Adquirir conocimientos sobre los derechos humanos.
- Promover la conciencia y la comprensión sobre cómo se relacionan los derechos humanos, el discurso de odio y la desinformación
- Identificar posibles argumentos para reaccionar frente al discurso de odio y la desinformación.



Edad recomendada: a partir de 10 años



Duración: 60 minutos

Como introducción a la actividad, puedes mostrar un breve vídeo sobre los derechos humanos:

[What are the universal human rights? - Benedetta Berti](#)





Instrucciones

1. Se reparte a los participantes en 12 grupos. Cada grupo toma una pieza del rompecabezas.
2. Cada grupo conversa sobre el significado del derecho humano que les ha tocado. Tras 5 minutos, el primer grupo coloca su pieza en una pared o pizarra y explica qué significa ese artículo de los derechos humanos para ellos y cómo se relaciona con los discursos de odio. Si es necesario, los facilitadores pueden completar su explicación.
3. El siguiente grupo añade su pieza al rompecabezas y expone el significado de su artículo de los derechos humanos y su relación con los discursos de odio. Se repite el proceso hasta que todos los grupos hayan participado y el rompecabezas esté completo.



Reflexión/Evaluación final de la tarea

- ¿Ya conocías todos los derechos humanos mencionados? ¿Cuáles han sido nuevos para ti?
- ¿Fue fácil o difícil explicar el significado de estos derechos y relacionarlos con el discurso de odio?
- ¿De qué manera puede ayudar el conocimiento de los derechos humanos a reaccionar frente al discurso de odio y la desinformación?



<p>Art. 1. Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos.</p>	<p>Art. 2. Toda persona tiene derecho a ser tratada de la misma manera, sin distinción de raza, color, sexo, lengua, religión, opinión política, origen social, posición económica, nacimiento u otra condición.</p>	<p>Art. 3. Toda persona tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad.</p>	<p>Art. 5. Nadie será sometido a torturas ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes.</p>
<p>Art. 7. La ley es igual para todos.</p>	<p>Art. 13. Toda persona tiene derecho a vivir y a desplazarse libremente dentro de las fronteras de un Estado.</p>	<p>Art. 14. Toda persona tiene derecho a salir de cualquier país y a solicitar protección en otro si sufre persecución o está en peligro de ser perseguida.</p>	<p>Art. 16. Toda persona tiene derecho a contraer matrimonio y fundar una familia.</p>
<p>Art. 18. Toda persona tiene derecho a crear en lo que desee (incluida, pero no limitada a, la religión).</p>	<p>Art. 19. Toda persona tiene derecho a expresar libremente sus ideas y a recibir y difundir información.</p>	<p>Art. 29. Toda persona debe respetar los derechos de los demás.</p>	<p>Art. 30. Nadie tiene derecho a privar a otra persona de estos derechos.</p>

Actividad 2 Verificación con lectura lateral

La lectura lateral es una técnica que permite evaluar rápidamente si el contenido de una página web procede de fuentes fiables y está basado en datos, referencias e información de calidad.



Objetivos:

- Aprender a reconocer factores de transparencia y credibilidad de las fuentes.
- Desarrollar la competencia para identificar fuentes de información fiables.



Edad recomendada: a partir de 13 años



Duración: 45 minutos



Instrucciones

Elige cualquier página web y evalúa su credibilidad utilizando el método de lectura lateral. Aprende los pasos que puedes seguir a partir de los ejemplos que se presentan a continuación.

Ejemplos

La técnica de lectura lateral puede aplicarse a cualquier página web. Los siguientes ejemplos muestran cómo el estudiantado puede practicar esta técnica en un ordenador con varias pestañas abiertas, verificando de manera rápida si un sitio web puede considerarse una fuente de información fiable.

Selecciona la página web que quieras comprobar y sigue las instrucciones.

Ejemplo 1. Medlineplus: <https://medlineplus.gov/spanish/>

1. ¿Quién es el/la autor/a del contenido? Primero buscamos información sobre los/as autores/as.

Comprobamos que la página fue creada por la Biblioteca Nacional de Medicina de Estados Unidos y que ofrece información sobre sus autores en la sección “Acerca de MedlinePlus”: <https://medlineplus.gov/spanish/acercade/>.

El sitio indica que pertenece a los NIH (Institutos Nacionales de Salud) y efectivamente redirige a la Biblioteca Nacional de Medicina de Estados Unidos. Además, cuenta con un dominio .gov (utilizado por sitios oficiales del gobierno), lo que añade un nivel adicional de credibilidad sobre su contenido.

2. ¿Podemos encontrar evidencias? La página publica su metodología, que incluye la consulta de numerosas fuentes gubernamentales como la Food and Drug Administration (FDA) y otras fuentes científicas reconocidas. La información de estas fuentes se revisa y **actualiza en distintos momentos**. También se presenta **su metodología para seleccionar contenidos**.

3. ¿Está publicado por otras fuentes fiables? Abrimos otras pestañas y buscamos “MedlinePlus”.

La Fundación Isys **la recomienda** como “extensa y actualizada fuente de información en salud”. En **Wikipedia (en un artículo con referencias identificadas)** se encuentra que MedlinePlus es un servicio de información en línea proporcionado por la Biblioteca Nacional de Medicina de EE. UU., que ofrece información de salud gratuita en inglés y en español. Para que se publique un contenido, debe cumplir con estrictos criterios de selección.

En principio, no encontramos información que cuestione o critique el contenido de MedlinePlus. Podemos concluir que MedlinePlus es un sitio web que ofrece información de salud de alta calidad y fácil comprensión. Su metodología es clara y transparente, basada en múltiples fuentes. Sus autores están correctamente identificados y son verificables. Por tanto, es una fuente fiable para temas de salud.

Ejemplo 2 - RAMBLA LIBRE: <https://ramblalibre.com/>

1. ¿Quién es el autor del contenido? Buscamos información sobre las personas autoras.

Ramba Libre es una web que tiene apariencia de medio digital, con una cabecera y secciones como “religión”, “periodismo” y “televisión”. Para empezar a investigar una página buscamos si en el menú inicial podemos encontrar un apartado como “nosotros” o “quienes somos”. En este caso constatamos que la página no presenta informaciones sobre quienes generaron su contenido, su fuente de financiación o metodología. No somos capaces de descubrir si las personas autoras son periodistas o expertas en los temas tratados a partir de la información presente en la página web.

2. ¿Podemos encontrar evidencias?

Por lo general, los contenidos publicados no presentan evidencias (enlaces a estudios, citas de fuentes expertas, etc..). Algunos tienen **un lenguaje ofensivo y poco apropiado al registro periodístico**. No hay información específica sobre la seguridad de la página. Sin embargo hay una cláusula en el apartado "**Términos de uso**" que indica que no hay ningún tipo de garantía sobre "la información" expuesta.

3. ¿Está publicado por otras fuentes fiables?

Si hacemos una búsqueda sobre Rambla Libre encontramos que la asociación de periodistas de la provincia de Alicante dictamina que "Rambla Libre" **vulneró el código deontológico**. Además, si copiamos algunos de los titulares publicados y hacemos una búsqueda en otra pestaña, comprobamos que publica bulos desmentidos por medios de verificación. Por ejemplo, nos encontramos **con este contenido** que ha sido desmentido por Maldita.es. La página original del contenido parece haber sido borrada, pero podemos encontrar una copia **aquí**.

Si abrimos otras pestañas y preguntamos, por ejemplo, qué es Rambla Libre o quién es el autor de Rambla Libre encontramos que se trata de un autodenominado "medio digital" producido por un periodista. Sin embargo, nuevamente, no encontramos más informaciones sobre los autores de sus contenidos, su financiación o metodología.

Después de aplicar la lectura lateral para evaluar la página Rambla Libre concluimos que no podemos asegurar que se trate de una fuente de información fiable. La página se autodenomina "medio digital" (y está estructurada como si fuera un medio) pero no presenta al lector informaciones fundamentales como listado de autores, metodología o financiación. Asimismo, la mayoría de sus artículos no incluyen declaraciones de expertos y algunos son identificados como bulos por medios de verificación.



Reflexión final:

- ¿Fue fácil o difícil aplicar la técnica de lectura lateral?
- ¿La practicas habitualmente o pones en práctica acciones parecidas cuando lees información en internet?
- ¿Planeas hacer lo que propone la verificación con lectura lateral a partir de ahora? ¿Por qué?
- ¿En qué situaciones crees que resultaría especialmente importante ponerla en práctica?

Actividad 3 **Sesgos cognitivos, falacias y estereotipos**

Los prejuicios, los sesgos cognitivos y las falacias lógicas favorecen la propagación del discurso de odio y la desinformación. Conocer algunos de ellos nos ayuda a fortalecer nuestra inmunidad frente a estas dinámicas y ser más críticos ante otras formas de manipulación.



Objetivos:

- Desarrollar conciencia sobre los prejuicios, los sesgos cognitivos y las falacias lógicas.
- Fortalecer la competencia de pensamiento crítico.



Edad recomendada: a partir de 13 años



Duración: 45 minutos



Instrucciones:

1. Divide al grupo en 7 equipos. Entrega a cada equipo una tarjeta con situaciones y una lista de falacias lógicas, sesgos y prejuicios.
2. Cada grupo debe leer las situaciones de su tarjeta y relacionarlas con las falacias, sesgos o prejuicios correspondientes (puede haber más de una respuesta correcta). A continuación, se pide a las personas participantes que se reúnan y compartan sus respuestas con el resto de la clase.



Reflexión final:

- ¿Te resultó fácil o difícil relacionar las situaciones con las falacias, los sesgos o los prejuicios?
- ¿Conocías ya algunos de ellos? ¿Cuáles? ¿Y cuáles han sido nuevos para ti?
- ¿Puedes aportar ejemplos concretos de tu entorno que reflejen algunas de estas falacias, sesgos o mecanismos?
- ¿Se te ocurren otros ejemplos distintos?
- ¿De qué manera crees que conocer estas falacias, sesgos y prejuicios puede ayudarte a enfrentar el discurso de odio y la desinformación?

Tarjetas de situaciones

1 Durante una discusión intensa en redes sociales sobre personas negras, un usuario publica: "Todo el mundo sabe que estas personas son peligrosas y traen delincuencia. Basta con ver cuántos en nuestro pueblo están de acuerdo conmigo. Tenemos que echarlos para proteger a nuestra comunidad."

2 En una reunión de la comunidad educativa sobre la actualización de las políticas escolares para ser más inclusivas con estudiantes LGBTQ+, un vecino de toda la vida se levanta y dice: "Durante generaciones hemos enseñado que el matrimonio es solo entre un hombre y una mujer. Así ha sido siempre y así debe seguir siendo. Promover estas nuevas ideas en nuestras escuelas es un ataque a nuestros valores."

3 En un debate público sobre la reubicación de los refugiados, un participante que toma la palabra señala un reciente aumento del desempleo ocurrido poco después de la llegada de un grupo de refugiados al pueblo: "Desde que llegaron, las tasas de desempleo se han disparado. Está claro que están quitando el trabajo a los trabajadores de aquí."

4 Cuando Sara se une al club de informática del colegio, está emocionada por formar parte del equipo de programación. Durante las reuniones de planificación, sus sugerencias son ignoradas y le piden que se encargue de "hacer las diapositivas en PowerPoint". Algunos compañeros suponen que programar "no es cosa de chicas". Al momento de elegir al líder del equipo, el profesor selecciona rápidamente a un chico, pensando que él "se expresará mejor en el escenario".

5 Durante un intenso debate sobre grupos religiosos, un participante afirma: "Lo que voy a decir puede que sea algo políticamente incorrecto, pero, a diferencia de ellos, que tienen creencias llenas de prejuicios e intolerancia, me puedo expresar con libertad, y aunque mi opinión pueda ser incómoda creo que su religión es retrógrada y peligrosa."

6 En el debate sobre la apertura de un nuevo centro comunitario que ha solicitado un grupo religioso minoritario en una barriada, un participante comenta en su intervención: "Si les permitimos construir este centro, lo siguiente será que exijan sus propias leyes. Pronto estarán controlando nuestros barrios e imponiendo su cultura a nuestros hijos. Debemos detener esto ahora o perderemos por completo nuestra forma de vida."

7 Santi, que usa silla de ruedas, está muy ilusionado por unirse al grupo que organiza la fiesta de fin de curso. Sin embargo, en la primera reunión, sus compañeros deciden por unanimidad que no puede formar parte del equipo que organiza la logística, argumentando que "no es adecuado" para alguien con sus limitaciones. El profesor apoya esta decisión y le dice que solo puede colaborar a distancia, negándole la participación presencial. Cuando Santi presenta una queja, la respuesta que recibe es: "Así es más fácil para todos". A pesar de que tiene todas las habilidades necesarias, queda excluido únicamente por su discapacidad.

Lista de falacias, sesgos cognitivos y estereotipos/prejuicios

A **Sesgo del punto ciego** – es la tendencia a pensar que uno mismo es menos susceptible a los sesgos que los demás.

B **Estereotipo/Prejuicio** – los estereotipos son creencias simplificadas sobre un grupo de personas con una identidad común, que influyen en cómo se las trata; el prejuicio es una opinión o juicio preconcebido hacia individuos o grupos, asociado a emociones negativas y actitudes de rechazo.

C **Apelación a la tradición** – justificar algo como verdad o bueno solo porque siempre se ha hecho o pensado así, sin cuestionar si sigue siendo válido.

D **Falacia post hoc o de falsa causa** – error lógico que asume una relación de causa entre dos hechos solo porque uno ocurre antes que el otro.

E **Argumentum ad populum (apelación al pueblo)** forma de argumentar no sustantiva en la que se apela a gustos, prejuicios o creencias del público. Se basa en el egoísmo nacional, estereotipos o prejuicios, y busca que la mayoría apoye una tesis por ser popular.

F **Falacia de la pendiente resbaladiza** – ocurre cuando alguien afirma que un posicionamiento o decisión llevará inevitablemente a una serie de consecuencias negativas exageradas.

G **Chivo expiatorio** – culpar injustamente a una persona o grupo de problemas o sucesos negativos, a menudo para desviar la atención de las causas reales.

H **Discriminación** – tratar de manera injusta o negar oportunidades a las personas por características como género, orientación sexual, discapacidad, nacionalidad, etnia, religión u otra identidad de grupo.

Actividad 4 ¡Detecta el discurso de odio!

Reconocer el discurso de odio es clave para combatirlo de manera efectiva y proteger a los grupos más vulnerables. Identificarlo ayuda a prevenir que vaya más allá y escale hacia actos violentos o de discriminación. Además, fomenta la paz social y el respeto de los derechos humanos.



Objetivos:

- Aprender a distinguir entre el discurso de odio propiamente dicho y expresiones que pueden ser ofensivas o polémicas, pero que no cumplen con su definición.
- Practicar reacciones adecuadas frente al discurso de odio.



Edad recomendada: a partir de 13 años



Duración: 45 minutos



Instrucciones:

1. Entrega a cada participante una tarjeta con **situaciones** y otra con **tareas**. Se les da un tiempo para responder las preguntas: deberán identificar si los ejemplos representan o no discurso de odio y decidir cómo reaccionarían ante situaciones de este tipo. También pueden proponer otras formas de respuesta. Antes de comenzar, es recomendable explicar la definición de discurso de odio y de desinformación.
2. Se organizan equipos de 3 a 5 personas. Después se les pide que comparen y debatan sus respuestas, prestando atención a las similitudes y diferencias, y que justifiquen sus decisiones. El objetivo no es llegar a un consenso, sino mostrar la diversidad de reacciones.
3. Por último, se invita a los grupos a compartir sus conclusiones. Cuando algún ejemplo haya sido clasificado de manera incorrecta (por ejemplo, si no se identificó bien el discurso de odio) se debate sobre el error y se ofrece la alternativa correcta.



Reflexión final:

- ¿Tuviste dificultades para identificar los ejemplos de discurso de odio? ¿Qué elementos crees que hacen que un comentario cruce la línea y se convierta en discurso de odio?
- ¿Resulta difícil reaccionar? ¿Qué habilidades se necesitan para hacerlo?
- ¿Por qué se recomienda reaccionar frente al discurso de odio?

Tarjeta de situaciones:

1. Publicación en redes sociales sobre migrantes:
"¡Vuelve a tu país, no perteneces a aquí!"

2. Publicación en redes sociales sobre musulmanes:
"Su religión les enseña a odiar a todos los demás."

3. "Estoy cansado de la corrección política. Hoy en día todo el mundo es demasiado sensible."

4. "No nos juntemos con Pedro, siempre retrasa al grupo."

5. Un meme que ridiculiza el acento de alguien, vinculándolo a su origen étnico.

6. "Las mujeres son demasiado emocionales para ser líderes."

7. "No podemos permitir que los migrantes se instalen aquí, porque solo buscan aprovecharse del sistema de bienestar social y no quieren trabajar. No necesitamos gente así."

Tarjeta de tareas:

¿Esta afirmación es un discurso de odio?
¿Por qué?
¿Cómo reaccionarías? (puedes elegir más de una opción):

Participar en un debate respetuoso (si es seguro).

Verificar si hay desinformación (si es seguro).

Denunciarlo en la plataforma o ante el moderador.

Ignorarlo.

Bloquear al usuario.

Educar a la persona (si es adecuado y seguro).

Indagar más sobre el punto de vista de la persona.

Otra reacción:.....
.....

situaciones

1	2	3	4	5	6	7

Actividad 5 **Cómo mantener la calma**

Al reaccionar ante el discurso de odio, es importante gestionar las propias emociones en situaciones en las que alguien está teniendo una actitud provocadora. Esto permite responder de forma racional y constructiva, manteniendo el respeto hacia la otra persona. Controlar las emociones ayuda a desactivar tensiones, prevenir la escalada de la agresión y lograr que la conversación sea más segura y productiva.



Objetivos:

- Aprender estrategias para manejar emociones difíciles y mantener el autocontrol cuando nos enfrentamos a discursos de odio.
- Estar mejor preparado para reaccionar de manera eficaz ante estas situaciones.



Edad recomendada: a partir de 10 años



Duración: 45 minutos



Instrucciones:

Para que los estudiantes aprendan a gestionar mejor emociones como la tristeza, la ira o el estrés, elige ejercicios adecuados de relajación y apóyate en vídeos cortos o en una demostración práctica.”

Técnica de respiración en caja: útil en momentos de ansiedad, agobio o estrés.

video en inglés



alternativa en español



Método 5-4-3-2-1: ayuda a calmarse conectando con el momento presente.



Ejercicio de escaneo corporal (body scan): contribuye a mejorar la concentración y el bienestar general.



Reflexión final:

- ¿Fue fácil o difícil aprender los ejercicios de relajación?
- ¿Cuál de los ejercicios te gustó más?
- ¿En qué situaciones puede resultar útil practicarlos?
- ¿Qué otros métodos de relajación utilizas? Se puede sugerir también:
 - Contar hasta 10 o hasta 100.
 - Tomar un descanso y salir a tomar aire fresco.
 - Escuchar música o distraerse con otro pensamiento.
 - Caminar, estirarse, hacer ejercicio, correr o andar en bicicleta.
 - Reunirse, conversar o jugar con amigos o familiares.
 - Practicar una afición.
 - Pedir ayuda.

Líneas de ayuda

Cuando se trabaja con jóvenes en temas como discurso de odio y desinformación, es fundamental apoyarles en el manejo de pensamientos o emociones difíciles que puedan surgir durante las actividades. Lo ideal es que cuenten con el apoyo de los facilitadores, de su familia o de sus amistades. No obstante, siempre se recomienda facilitar a los jóvenes información de contacto de líneas de ayuda que puedan brindar apoyo en estos y otros retos de la vida.

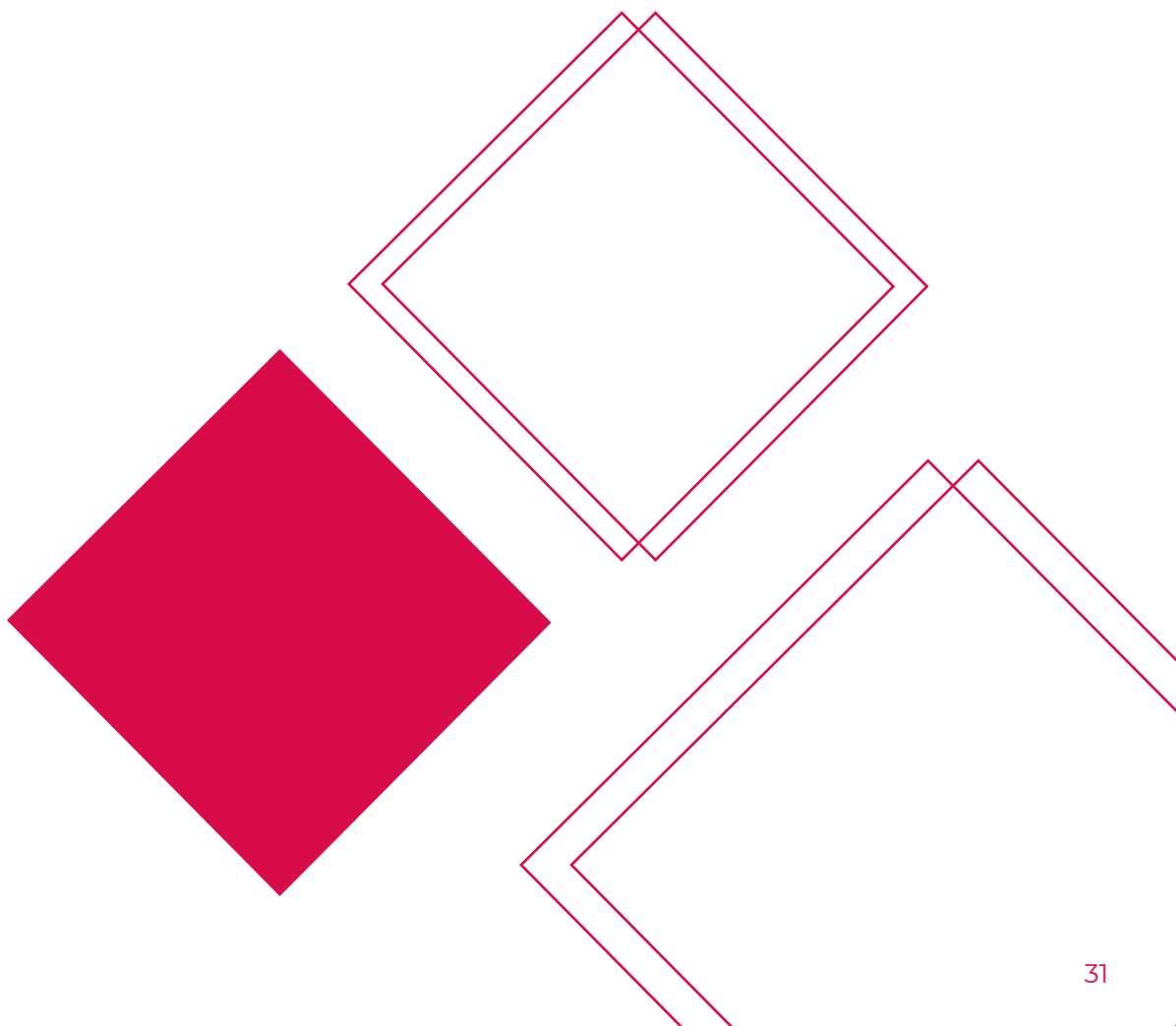
Las **líneas de ayuda para la infancia y la juventud** pueden estar gestionadas por organizaciones de la sociedad civil, instituciones públicas u organizaciones sociales que ofrecen asistencia y orientación, tanto en línea como de manera presencial, a menores de 18 años y a jóvenes de hasta 25 años.

A menudo son el primer punto de contacto con los servicios de protección infantil y suelen ser la vía más accesible y confiable para que los jóvenes reciban apoyo adicional.

España:

Fundación ANAR de Ayuda a Niños y Adolescentes:

<https://www.anar.org/>



Recomendaciones de otras fuentes

La Fábrica de bulos

Un juego online y gratuito lanzado por [Maldita.es](https://www.maldita.es) en alianza con Oxfam Intermón para sensibilizar frente a los bulos que afectan a personas migrantes. El jugador debe desmontar las principales estrategias y narrativas que usan los desinformadores para alimentar el odio contra las personas migrantes a través de ejemplos reales de bulos. Está disponible en inglés, castellano e italiano.

Orientaciones. Manual para combatir el discurso de odio en internet a través de la educación en derechos humanos

El manual diseñado por el INJUVE para respaldar la campaña juvenil No Hate Speech del Consejo de Europa. Está dirigido a educadores que deseen abordar el discurso de odio online desde una visión de derechos humanos. Principalmente se orienta a jóvenes de 13 a 18 años, aunque puede adaptarse a otras edades. Ofrece talleres y actividades prácticas para contextos educativos formales y no formales.

Save the Hater

Manual publicado por Accem, organización sin ánimo de lucro especializada en refugiados y migraciones, con apoyo del Ministerio de Sanidad. Su propósito es orientar sobre cómo actuar frente a la polarización y los mensajes de odio en entornos digitales. Busca identificar contenidos discriminatorios, sensibilizar y fomentar la conciencia crítica. Anima a los jóvenes a convertirse en ciberactivistas y creadores de contenido positivo. Incluye recursos prácticos como consejos, un test online, memes, viñetas, juegos, stickers y un “contestador” contra bulos y noticias falsas.

IS4K (internet segura for kids)

Este recurso, promovido por el Instituto Nacional de Ciberseguridad (INCIBE), ofrece herramientas para formar en ciberseguridad y prevenir riesgos en la red. Incluye materiales audiovisuales como el video “**Aprende a reconocer Fake News**”, que enseña a identificar noticias falsas con ejemplos prácticos, y actividades didácticas como “**En la Red, infórmate con lupa**”, centrada en analizar la veracidad de la información, o “**Dime qué sigues, y te diré qué opinas**”, que fomenta la reflexión crítica sobre los contenidos recibidos en redes sociales.

NoMoreHaters

El proyecto NoMoreHaters, lanzado por [Maldita.es](https://www.maldita.es) y [FAD](https://www.fad.es), incluye varios juegos para ordenador (y también offline) para trabajar con los alumnos sobre los discursos de odio y su relación con la desinformación además de una [guía para docentes](#). Está disponible en inglés y castellano.

Este Manual Educativo ha sido creado en el marco del proyecto HATEDEMICS — ‘Hampering hate speech and disinformation through AI-based technologies to prevent and combat polarisation and the spread of racist, xenophobic, and intolerant speech and conspiracy theories.’



El proyecto tiene como objetivo reforzar tanto las medidas preventivas como de respuesta contra el discurso de odio y la desinformación en línea. Busca empoderar a ONGs, OSC, verificadores de datos, autoridades públicas y jóvenes activistas para prevenir y combatir de forma efectiva la polarización, la difusión de discursos racistas, xenófobos e intolerantes, así como las teorías de la conspiración.

Copyright © 2025 HATEDEMICS Consortium Partners. Todos los derechos reservados.

HATEDEMICS es un proyecto del Programa Ciudadanía, Igualdad, Derechos y Valores (CERV), financiado por la Unión Europea bajo el Acuerdo de Subvención (GA) no 101143249.



Se autoriza la copia y distribución de copias literales de este documento, siempre que incluyan este aviso de copyright; no está permitida su modificación.

