

## Día Mundial contra el Bullying: Tinder y ANCEME lanzan una guía para identificar el bullying digital en el dating

- La guía ayuda a reconocer señales de presión en conversaciones digitales y recuerda que, si una interacción no te hace sentir cómodo, es momento de poner un límite.

ANCEME

tinder®

No es intensidad.  
Es presión.

GUÍA PARA RECONOCER Y FRENAR EL BULLYING  
DIGITAL EN EL DATING

DÍA MUNDIAL CONTRA EL BULLYING 2026

Con motivo del Día Mundial contra el Bullying, **Tinder y ANCEME** (Asociación Nacional Contra la Estafa con

Manipulación Emocional) han unido fuerzas para lanzar una **nueva campaña de concienciación** centrada en el **bullying digital** en el contexto actual del dating digital entre jóvenes adultos.

Como parte de esta colaboración, ambas entidades presentan la [“Guía para reconocer y frenar el bullying digital en el dating”](#), un recurso práctico que nace con un objetivo claro: **ayudar a los usuarios a identificar cuándo una conversación**

## **deja de sentirse bien y ofrecer herramientas para actuar.**

En el entorno digital, estas situaciones pueden aparecer de forma sutil o ir a más con el tiempo: mensajes insistentes, incomodidad si no respondes o presión para avanzar rápido en la conversación. A veces pueden parecer interés o intensidad, pero si algo no se siente bien, es importante no normalizarlo y poder poner un límite.

## **Una guía práctica para reconocer señales y actuar**

La guía ofrece un enfoque claro y práctico para el día a día, ayudando a identificar cuándo una interacción te hace sentir cómodo, es respetuosa y no hay ningún tipo de presión. Entre sus claves, destaca:

- Interacciones que respetan el ritmo de cada persona, sin presión para responder o avanzar
- Conversaciones claras, coherentes y sin cambios bruscos de actitud
- Interés genuino que no invade la intimidad ni exige información personal
- Respeto por los límites y capacidad de aceptar un “no” sin generar conflicto
- Propuestas de encuentro que priorizan entornos seguros y cómodos

Al mismo tiempo, la guía ofrece recomendaciones prácticas para que cada persona pueda gestionar su experiencia y actuar con confianza:

- Escuchar la propia intuición y **priorizar el bienestar personal**
- Tomar decisiones sin necesidad de justificarse
- Cortar la conversación si algo no encaja
- Utilizar herramientas de seguridad de la app.

Además, la guía insiste en una idea clave: **tú marcas el ritmo**. Puedes no responder, decir no, cambiar de opinión o bloquear en cualquier momento. También anima a no pasar por alto comportamientos inapropiados y a utilizar las herramientas disponibles para reportarlos, contribuyendo así a una **comunidad más segura y respetuosa**.

## **Tinder, un espacio para crear conexiones seguras**

Esta iniciativa forma parte de los esfuerzos continuos de Match Group para fomentar entornos digitales más seguros. Tinder pone a disposición de sus usuarios diferentes funcionalidades diseñadas para ayudar a que la plataforma sea un espacio más seguro en el que los usuarios puedan establecer conexiones reales, como: [Denunciar el chat](#), [Bloquear contactos](#), [Verificación de video](#), [Videochat](#) o ["¿Te incomoda el mensaje?"](#) y ["¿Estás seguro?"](#).

Además, Tinder tiene a disposición su [Centro de Seguridad](#), una parte interactiva de la aplicación que incluye recursos locales, artículos, consejos, pruebas e información sobre las funciones de seguridad y privacidad.

Con esta nueva guía, **Tinder y ANCEME refuerzan su compromiso de promover un entorno de citas basado en el respeto, el consentimiento y la libertad**, donde cada persona pueda establecer sus propios límites y conectar desde un espacio seguro.

**Vicente Balbastre, Director de comunicación de Tinder en el Sur de Europa** explica: *“En Tinder trabajamos para que las personas puedan conectar desde un espacio de respeto, libertad y confianza. Esta nueva colaboración con ANCEME refuerza ese compromiso, combinando herramientas dentro de la app con recursos educativos que ayudan a reconocer y gestionar situaciones de presión en las conversaciones.”*

Por su parte, **Blanca Frías, presidenta de ANCEME**, añade: *“Muchas de estas dinámicas pueden pasar desapercibidas o normalizarse en el entorno digital. Esta guía busca ayudar a identificarlas y recordar que el bienestar propio debe estar siempre en el centro de cualquier interacción.”*

Para descargar la guía completa pulse [aquí](#).

---

<https://es.tinderpressroom.com/news?item=122656>