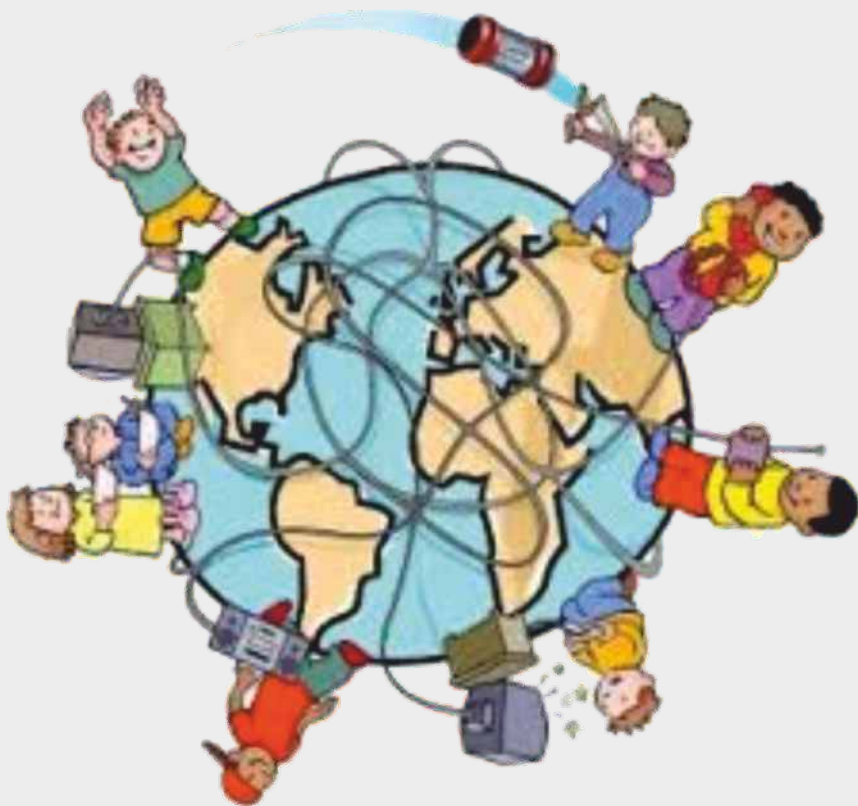


Enredados en **INTERNET**



Mas información

Tel. 94 636 17 37 · www.abanto-zierbena.org



ABANTO ZIERBENA
UDALA • AYUNTAMIENTO

Índice

Presentación	Pág. 3
Introducción a las Nuevas Tecnologías	Pág. 4
Redes Sociales	Pág. 5
¿Qué se puede hacer en Internet?	Pág. 8
Para Internet también hay edades	Pág. 9
Consejos para un buen uso de las nuevas tecnologías	Pág. 10
¿Y la privacidad? Protégete	Pág. 12
Algunas páginas de interés	Pág. 14
Glosario.	Pág. 16



Presentación

Las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (NTIC'S) lo han cambiado todo, la forma de vivir, de trabajar, de producir, de comunicarnos, de comprar, de vender, de enseñar, de aprender. Todo el entorno es distinto. La influencia de los medios de comunicación y de la tecnología ha ido conquistando distintos espacios de la vida: ha transformado nuestro modo de pensar, de sentir y de actuar.

Teniendo en cuenta que para muchos de nosotros y de nosotras Internet y las redes sociales pueden llegar a ser un mundo desconocido, espero que esta guía os sirva para acercaros a ese mundo y quitar los posibles miedos que puedan suscitaros.

Sin más, esperando que esta guía os sea de utilidad, os envío un cordial saludo.



Concejala-Delegada del Área de Medio Ambiente, Juventud y Educación
Fdo.: D^a Elena Setién Romero

Más información

Tel. 94 636 17 37 · www.abanto-zierbena.org



ABANTO ZIERBENA
UDALA • AYUNTAMIENTO

Introducción

¿Qué son las TIC's? Son las Tecnologías de la Información y Comunicación, es decir, son aquellas herramientas informáticas que procesan, sintetizan, recuperan y presentan información.

- Televisión, videojuegos
- Teléfono móvil
- Internet
- Redes sociales

En las siguientes páginas intentaremos abordar el complejo mundo de Internet y las Redes Sociales

Las páginas Web, el chat, la mensajería instantánea, el correo electrónico, las redes sociales... presentan una doble faceta en la vida de los y las adolescentes. Es el canal que utilizan para buscar información para las tareas de la escuela, para buscar alternativas de ocio y tiempo libre, para tener contacto con familiares y amigos/as o incluso con personas desconocidas.

Internet y las redes sociales se reinventan diariamente, y nos encontramos con un mundo que los y las adolescentes controlan a la perfección pero que sin embargo padres, madres y/o tutores desconocemos. Aun así no debemos descuidar esa faceta y debemos proporcionarles los medios necesarios para un buen uso.

Redes sociales

La aparición de las redes sociales ha traído consigo la creación de nuevas formas de comunicación, formas que han dejado de lado las tradicionales. Estas herramientas han ido ganando protagonismo con el paso del tiempo, y se han vuelto imprescindibles para la sociedad actual y muy específicamente para los y las adolescentes.

Hay redes sociales para todas las edades, gustos e inquietudes. Aparecen nuevas redes sociales cada poco tiempo y pueden ser utilizadas desde cualquier dispositivo que se conecte a la red. Están pensadas para relacionarse, compartir, conversar, expresarse...

Podríamos destacar como las más populares, Facebook la red social con más personas usuarias del mundo, Tuenti es la red social más utilizada por el público adolescente y Twitter la más utilizada para enviar mensajes cortos y titulares que se difunden en pocos segundos.



FACEBOOK, nació como una herramienta que permitía a estudiantes permanecer en contacto entre ellos y ellas, intercambiarse notas sobre los cursos y organizar todo tipo de reuniones estudiantiles. En septiembre de 2006 se abrió a todos los públicos, cerrando ese año con más de 140 millones de personas usuarias.

¿Cómo funciona? Después de crearse una cuenta, el sistema te dirá quiénes de tus contactos de tu libreta de correo electrónico tienen ya un perfil en Facebook

Una vez que tus amigos y amigas te han “aceptado”, tú tendrás acceso a ver su perfil y la información pública que en él haya dispuesto, y podrán hacer lo propio con el tuyo. Ya tienes la cuenta, ya tienes los amigos y amigas.



La plataforma de Facebook –como la mayor parte de las redes sociales- te permite publicar y hacer visibles los datos que tú quieras. Puedes elegir hacer público tu fecha de nacimiento, tu lugar de residencia, tu estado civil, tus creencias religiosas o políticas, tu carrera profesional, tus aficiones, etc. Ni Facebook ni el resto de las redes sociales obligan a las personas usuarias, en ningún caso, a divulgar información y, además, ofrecen medios para limitar las personas para quienes están accesibles los perfiles y los datos personales.

Puedes publicar y compartir fotos. También puedes compartir otros tipos de información, por ejemplo, publicar un vídeo o una noticia que hayas encontrado interesante o divertida o también charlar con tus amistades a través del muro (una nota escrita y visible para toda la red de amistades de cada persona). Estas acciones son visibles para todas tus amistades. Si lo prefieres, puedes enviar mensajes privados gracias a una bandeja de correo disponible para cada persona usuaria.



La gran diferencia entre Facebook y las otras redes sociales, es el dinamismo del sitio: en lugar de un perfil estático que recoja solamente la información que te concierne, al conectarte, llegas a una página de inicio que te mantiene al corriente de todo lo que han hecho tus amistades en Facebook recientemente (si han actualizado su estado, si han agregado fotos, si se han hecho de algún grupo, si han creado un evento...).



Más información

Tel. 94 636 17 37 · www.abanto-zierbena.org



ABANTO ZIERBENA
UDALA • AYUNTAMIENTO



TUENTI es la red social española con mayor número de personas usuarias. Con un perfil de participantes bastante más joven que el resto de las redes. Sólo se puede acceder a la plataforma a través de la invitación de un miembro, y cada miembro tiene la posibilidad de invitar a un número muy limitado de personas. Actualmente, Tuenti tiene más de 3 millones de personas usuarias,

La página principal de Tuenti está dividida en tres bloques de información que puede ser más o menos visible, en función de lo que seleccione la persona usuaria. A la izquierda, encontramos la fotografía de la persona usuaria, la información personal y los intereses y aficiones. En el centro, el blog, las fotos y “Mi Tablón”, donde la persona usuaria puede dejar los mensajes personales. En la parte de la derecha aparecen, por orden de actualización (los más recientes, arriba), el listado de amistades.

Para ajustar el grado de privacidad de cada elemento, puedes hacerlo desde "Mi perfil". La página “Mi perfil” está dividida en varios apartados a los que puedes dar mayor o menor visibilidad, de forma que la información sea visible para tus amistades, para los amigos/as de tus amigos/as o para todas las personas usuarias.



TWITTER es una aplicación web gratuita que reúne las ventajas de los blogs, las redes sociales y la mensajería instantánea. Esta nueva forma de comunicación, permite a sus usuarios/as estar en contacto en tiempo real con personas de su interés a través de mensajes breves de texto a los que se denominan Updates (actualizaciones) o Tweets, por medio de una sencilla pregunta: ¿Qué estás haciendo?.

Las personas usuarias envían y reciben updates de otros usuarios/as a través de breves mensajes que no deben superar los 140 caracteres, vía web, teléfono móvil, mensajería instantánea o a través del correo electrónico.



¿Qué se puede hacer en Internet?

De una forma muy sencilla podemos acceder a infinita información sobre cualquier tema que nos interese, buscar y reservar viajes y excursiones, disfrutar de música y videos, comunicarnos con personas de todo el mundo...

Nos ofrecen la posibilidad de reencontrarnos con personas conocidas, de compartir momentos especiales con personas cercanas a nuestras vidas, de comunicarnos en tiempo real, etc.

Pero, a pesar de los muchos beneficios que pueda ofrecernos esta nueva forma de comunicarnos hay que prestar atención a los riesgos que pueda conllevar. Peligros que pueden derivar de la posibilidad de ver o publicar información, imágenes, videos...

El uso abusivo de Internet puede tener consecuencias para la salud física y mental; los riesgos físicos vienen unidos al sedentarismo (obesidad, problemas músculo esqueléticos, trastornos visuales...) y los perjuicios de tipo psicológico tiene que ver con el aislamiento, la falta de desarrollo de habilidades sociales, visión deformada de la realidad, adicción...



Más información

Tel. 94 636 17 37 · www.abanto-zierbena.org



ABANTO ZIERBENA
UDALA • AYUNTAMIENTO

Para Internet también hay edades

De los 5 a los 8 años: El uso fundamental es que aprendan a través del juego interactivo. Es una oportunidad para educar preventivamente en un buen uso de las TICs a través de videos, plantillas, juegos sencillos, etc. En las páginas web propuestas al final de este dossier, tenéis muchos de estos contenidos.

De los 8 a los 11: Disfrutan buscando información. Por ello dosificar el tiempo de uso de internet, explicarles los buenos y malos usos y posibles dinámicas de autoprotección es fundamental.

De los 12 a los 14: Ellos y ellas ya dominan técnicamente el ordenador y el móvil. Por ello insistir en las reglas de su uso así como en las consecuencias de cometer delitos o acto moral y legalmente inadecuados resulta muy importante.

De los 15 a los 18: Como figuras adultas mantendremos un simple seguimiento del uso de internet. También les animaremos a hacer usos más adultos como reservas de billetes, compras de libros, adquisición entradas de cine y conciertos, etc. fomentando asuntos de interés para su propia familia y entorno.



Más información

Tel. 94 636 17 37 · www.abanto-zierbena.org



ABANTO ZIERBENA
UDALA • AYUNTAMIENTO

Consejos para un buen uso de las nuevas tecnologías

El control y las reglas tienen que ir unidas a la educación del/a menor; debemos favorecer el desarrollo de sus habilidades para que sean ellos y ellas quienes encuentren la salida

No hay normas únicas, ni varitas mágicas, cada menor es diferente y debemos prestar atención a sus características, a las edades...

Lugar u tiempo de utilización: es conveniente que el ordenador este en un lugar común de la casa y no en su propia habitación. De esta manera es más fácil controlar su uso. Es necesario marcar un tiempo máximo de conexión. Debemos poner límites.

Uso conjunto. Es conveniente que las personas adultas y menores naveguen juntas.

Educar en como navegar. Recordar que debemos activar filtros y controles parentales en los sistemas operativos de los ordenadores y de los smart phones

Educar a los hijos e hijas en la no participación y denuncia de situaciones de abuso, acoso, machismo y/o sexting.

Provisión de páginas interesantes. Hay muchas páginas interesantes, educativas y divertidas que podemos identificar fácilmente y de esta manera evitamos la navegación libre por la red que en ocasiones nos lleva a páginas no deseadas.

No es fácil pero como en otras facetas de la vida, el observar a nuestros hijos e hijas puede evidenciar cambios de comportamiento que nos puedan alertar de que algo no va bien.



Debemos recalcarles a nuestros hijos e hijas:

- Que no proporcionen datos personales
- Que no faciliten con frecuencia la dirección de email
- Que tengan cuidado con los ficheros que les llegan de personas desconocidas
- Que nunca abran enlaces publicitarios
- Que mantengan su clave en secreto
- Que si alguien les molesta en la red, nos pida ayuda
- Que nunca se citen por primera vez con alguien a solas
- Que no se crean los chollos y regalos
- Que confíen siempre en nosotros y nosotras, que una persona desconocida no es su amigo y amiga
- Que jamás compartan imágenes eróticas, ni propias ni ajenas



Más información

Tel. 94 636 17 37 · www.abanto-zierbena.org



ABANTO ZIERBENA
UDALA • AYUNTAMIENTO

¿Y la privacidad? Protégete

Lo mejor que puedes hacer para preservar tu intimidad es preocuparte por proteger los datos personales.

Cuando creas tu perfil, debes asegurarte de completar los parámetros de privacidad de la cuenta. Puedes controlar quién puede ver tu información personal, tu perfil y tus fotos. Puedes limitar el acceso a cada aplicación que utilizas para que no lo vea nadie, lo vean sólo tus amistades, tus redes y tus amistades, todo el mundo o sólo las personas que autorices.

Ten en cuenta que cuando publiques un elemento, añadas fotos o etiquetas a alguien en una foto, siempre que el elemento o la foto sea comentada por algún amigo/a tuyo, el objeto se hará visible para toda su red de amistades, aunque tú hayas seleccionado que ese objeto sólo es visible para tus amistades.

La edad mínima para poder registrarse en cualquiera de las redes sociales es de al menos 14 años.



Más información

Tel. 94 636 17 37 · www.abanto-zierbena.org



ABANTO ZIERBENA
UDALA • AYUNTAMIENTO

¿Webcam?

- Usar únicamente la webcam con interlocutores de máxima confianza y no hacer delante de ella nada que no se haría en público.
- Mantener el equipo libre de software malicioso o “malware” (recordar los antivirus) para evitar activaciones remotas de la cámara.
- Girar la cámara hacia un ángulo “muerto” cuando no se utiliza o si está integrada en el ordenador taparla con cinta adhesiva o similar.

- Que eviten el compartir fotos de carácter privado o por las que se intuya información personal. Que piensen las consecuencias antes de colgar cualquier foto en la red.
- Que limiten el número de amigos y amigas y los contenidos que comparten.
- Que conozcan y configuren de manera adecuada las opciones de privacidad.

- Que identifiquen los efectos y funciones de cada acción (de su perfil y de la herramienta concreta).
- Que mantengan una actitud proactiva de defensa de su privacidad y sus datos ante sus amistades.



Más información

Tel. 94 636 17 37 · www.abanto-zierbena.org



ABANTO ZIERBENA
UDALA • AYUNTAMIENTO



Algunas páginas de interés

<http://www.avpd.euskadi.net/s04-kontuzdt/es/>

Web de la Agencia vasca de Protección de datos donde nos enseñan a cómo proteger los mismos y nuestra privacidad en la navegación por internet y el uso de redes sociales. Con tutoriales y manuales muy interesantes para diferentes edades infantiles y juveniles.

<http://www.ciberfamilias.com/>

Web para familias en la que nos ofrecen consejos sobre cómo establecer una navegación segura, criterios educativos para navegar con nuestros hijos e hijas, explicaciones legales y consejos sobre situaciones dolosas y delitos en las TICs (ciberacoso, sexting, bullying, grooming, etc.) explicando muy claramente donde acudir para denunciarlas y pedir ayuda.

<http://www.chaval.es>

Web para familias que busca la parte divertida, práctica y segura de las TICs y las ofrece tanto a figuras adultas, educativas y a los niños y niñas. Con buenas referencias documentales, programas y aplicaciones de calidad. Muy aconsejable.

<http://www.ertzaintza.net/>

Web de la policía autonómica vasca en la que nos explican claramente los delitos informáticos, nos dan consejos y establece un mecanismo de denuncia y atención vía online y telefónica.

<http://menores.osi.es/>

Web del instituto estatal de tecnologías de la comunicación (INFECO) que ofrece al público "oficina de seguridad del internauta" y establece por edades contenidos interactivos muy interesantes a partir de los 5 años.



<http://www.protegeles.com>

Es una organización de protección del menor totalmente profesionalizada, en la que profesionales de la abogacía, psicología y figuras expertas en seguridad y protección del menor, trabajan ofreciendo “soluciones” a los más jóvenes, a sus familias y a sus centros escolares, y siempre de forma gratuita. En su web nos encontramos materiales, recursos, guías y todo tipo de material e información sobre prevención y protección y denuncia ante posibles abusos y delitos cibernéticos.

<http://www.pantallasamigas.net>

Tal y como describe en su página web pantallas amigas es una iniciativa que tiene como misión la promoción del uso seguro y saludable de las nuevas tecnologías y el fomento de la ciudadanía digital responsable en la infancia y la adolescencia: Seguro, evitando riesgos o reduciendo sus consecuencias, saludable, buscando el pleno bienestar físico, mental y social, individual y colectivo y desarrollando competencias ciudadanas plenas, valores y habilidades (ciberciudadanía).



Mas información

Tel. 94 636 17 37 · www.abanto-zierbena.org



ABANTO ZIERBENA
UDALA • AYUNTAMIENTO

Glosario

CIBERBULLYNG

Es la utilización de redes de comunicaciones (Internet, telefonía móvil, videojuegos online, etc.) para humillar, vejar, difamar o acosar a otras personas. Se trata de un acoso entre iguales, si hay alguna persona adulta, entonces estamos ante algún otro tipo de ciberacoso.

GROOMING

Acciones llevadas a cabo por personas adultas para ganarse la confianza o establecer amistad con un menor de edad a través de cualquier servicio de Internet para obtener una satisfacción sexual mediante la consecución de imágenes eróticas o pornográficas del/a menor y, en muchos casos, para preparar una cita con el/la menor para hacerle objeto de abusos sexuales. En muchos casos la persona adulta se hace pasar por un/a menor para ganarse la confianza de la víctima.

SEXTING

Envío de contenidos sexuales relativos a uno mismo a través de internet. La forma más habitual es el envío de fotos sexuales hechas con teléfonos móviles. En muchas ocasiones, es el objetivo del grooming o, al menos, un paso intermedio en el proceso de abuso sexual.

SEXTORSIÓN

Es el chantaje que tiene lugar cuando se amenaza a una persona con hacer públicos vídeos o fotos de contenido sexual relativos a esa persona.

