

UN ACERCAMIENTO AL USO ABUSIVO DE INTERNET Y REDES SOCIALES



fad
Juventud

Financiado por:



EXPOSICIÓN A RIESGOS DURANTE EL USO DE LAS TIC

Algunos riesgos que más preocupan a las familias

- **Cyberbullying:** acoso mediante TIC.



- **Sexting:** envío de contenidos eróticos, generalmente imágenes en pose sensual. Se ejerce entre menores, que pueden ser tanto agresores como víctimas.
- **Grooming:** establecimiento, mediante engaño, de relaciones con menores para obtener satisfacción sexual o como paso previo a un encuentro sexual, que suele acompañarse de chantaje al estar en posesión de imágenes del menor. Lo ejerce una persona adulta contra los menores.

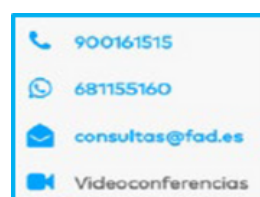
¿QUÉ PODEMOS HACER MADRES Y PADRES PARA PREVENIR?

Ciberacoso y otros riesgos:

- Impulsar una **comunicación** que aborde tanto aspectos positivos como riesgos de facilitar datos en la red y publicar en redes sociales.
- Generar **confianza** para que cuando exista un problema real acudan a su familia o profesorado.
- **Sensibilizarles** ante los riesgos de la exposición al compartir imágenes personales.
- Hablar **sin juzgarles y con tranquilidad** si sospechamos que están practicando **sexting**.
- **Concienciarles a no participar en el acoso.** Si ven que sucede con alguien, que apoyen al protagonista de qué medidas puede tomar, y pida ayuda a una persona adulta o a los cuerpos de seguridad:
 - Si pensamos que puede ser **delito**, denunciar: Policía Nacional (Brigada de Investigación Tecnológica) <https://www.policia.es/>; Correo electrónico (consultas genéricas): delitos.tecnologicos@policia.es;
 - Guardia Civil (Grupo de Delitos Telemáticos): https://www.gdt.guardiacivil.es/webgdt/home_alerta.php; Teléfono: 900.101.062 (Oficina de Atención al Ciudadano).
 - Si los **contenidos ya son públicos**, ponerse en contacto con los administradores del lugar donde se haya publicado para solicitar su retirada. Denunciar a la Agencia Española de Protección de Datos para solicitar su retirada (<http://www.agpd.es>).

DÓNDE PUEDO BUSCAR AYUDA

- **Teléfono de Ayuda 017 INCIBE** (Instituto Nacional de Ciberseguridad). Cuentan con diferentes canales de ayuda: teléfono 017, WhatsApp, Telegram, formulario web y atención presencial. <https://www.incibe.es/linea-de-ayuda-en-ciberseguridad>
- **ANAR Teléfono/Chat del Acoso Escolar 900 018 018:** Teléfono contra el Acoso Escolar y los Malos Tratos en el ámbito de los Centros Escolares del Sistema Educativo Español del Ministerio de Educación y Formación Profesional. <https://www.anar.org/telefono-chat-del-acoso-escolar/>
- **Servicio de Información y Orientación de Fundación Fad Juventud: SIOF 900 16.15.15** <https://fad.es/siof> Servicio multicanal: Teléfono gratuito 900 16 15 15, WhatsApp 623 22 05 70, Correo electrónico consultas@fad.es y Videoconferencia. También cuenta con un Servicio especial para jóvenes [SIOF Joven](https://fad.es/siof-juven)



PARA TERMINAR, NO OLVIDES QUE...

- Es clave proponerles un **uso equilibrado**, compatibilizar ocio analógico y tecnológico y participar nosotros en su ocio tecnológico para comprenderlo.
- El **tiempo de conexión** es relevante, pero no lo único importante: también es imprescindible que sepamos **qué hacen** cuando están conectados, y **por qué**.
- **No hay una edad óptima** para el primer móvil, depende de cada niño, niña y adolescente. Pero tampoco es necesario (ni aconsejable) que sea un smartphone de última generación.
- No es aconsejable que los menores duerman con el móvil en la habitación. El **vamping** está relacionado con prácticas de riesgo y menor rendimiento escolar.
- Cada red social tiene una **edad mínima** de uso.
- Conviene implementar unas **pautas de uso de la mensajería instantánea**, forma de comunicación online más habitual: sobre el lenguaje, el respeto, el reenvío de mensajes, la desactivación de notificaciones.
- Estar conectado no es sinónimo de estar aislado. Pero conviene hacerles **reflexionar** sobre las diferencias entre una y otra forma de comunicación.
- Las redes sociales les ayudan a **no sentirse solos y hacer amigos**, y les **generan emociones** positivas. Las emociones negativas tienen mayor incidencia en las chicas.
- **Acompañemos más en la relación de nuestros hijos con la tecnología.**
- No existe **garantía de privacidad** en las redes sociales.
- **Prepárate antes:** al plantear un tema de conversación-negociación con nuestras hijas o hijos, gran parte del éxito depende de ello.
- **Prevenir a través del diálogo.** Esto nos permitirá conocerles mejor y saber qué pueden necesitar.
- No olvides la biología: existen claras **diferencias entre el cerebro adolescente y el adulto**
- **Conoce distintas estrategias preventivas y aplícalas:** informándonos, comunicándonos, estableciendo normas de uso, promoviendo el pensamiento reflexivo...
- Supervisa y establece controles parentales: redes sociales y apps son puertas a un mundo digital. Promueve un uso seguro.