

Taller: Las Nuevas Tecnologías en la infancia.

Un uso saludable.

¿Qué beneficios aportan las nuevas tecnologías?

Internet ofrece grandes posibilidades de acceso a información audiovisual, a conocimiento diverso, al aprendizaje colaborativo, a comunicarse con amigos próximos pero también con personas de otras culturas, la compra-venta de productos...

El **teléfono móvil o Tablet** les permite tener mayor autonomía y organizar sus relaciones y actividades de manera más ágil.

Los **videojuegos** pueden desarrollar muchas capacidades: coordinación psicomotora, orientación espacial, coordinación espacio-temporal...

¿Qué riesgos pueden presentarse?

Dependiendo del uso que demos o nuestros hijos de a las NN.TT podemos establecer una clasificación denominada:

El **Uso Abusivo**, que en ocasiones puede constituir dependencia, conlleva dos tipos de consecuencias:

- Trastornos físicos: obesidad, falta de desarrollo de funciones psicomotrices, trastornos musculoesqueléticos, problemas visuales por acumulación de esfuerzo, dolores de cabeza frecuentes...
- Trastornos psicológicos: aislamiento extremo, desarrollo deficitario de habilidades sociales, visión deformada de la realidad, dependencia...

El **Uso Delictivo** hace referencia a las ocasiones en las que se realiza una actuación penada por la ley. Puede ser algo tan sencillo como calumniar a alguien o atentar contra su privacidad mediante la publicación de un mensaje, una fotografía o un vídeo en una página web.

El **Uso Normal**, donde que no hay defecto de fondo en la intención o cantidad de uso, pero que a su vez también conlleva riesgos que se pueden dividir en:



- Riesgos por Contenidos, tanto ilegales (apología de la xenofobia, pornografía infantil...) como legales (“dietas milagro”, pornografía, páginas gore, fabricación de explosivos...).
- Riesgos por Contacto, tanto con personas que no conocemos y pueden resultar depredadores sexuales o pederastas como por personas conocidas que nos acechan, así como suplantadores de identidad.
- Riesgos por Comercio, donde se puede resultar víctima de una estafa al comprar en determinada web o página de subastas, al responder a un anuncio de un particular, al introducir datos personales...



Uso Seguro y Responsable de Internet y Redes Sociales.

1. Será fundamental establecer una comunicación abierta con nuestros hijos de manera que nos mostremos dispuestos a resolver sus dudas y ellos se sientan dispuestos a contarnos cualquier situación, comentario o contacto en la red que les haya resultado incómodo. Si llegase el momento en que nos cuenten una situación de ese tipo, reaccionaremos pausadamente, sin enfados y de manera comprensiva evitando así que en otra ocasión opte por callar.
2. Es bueno acordar unas normas de uso de Internet apropiadas a su edad y que sean visibles en el lugar en que está el ordenador.
3. Colocar el ordenador en un espacio transitado de la casa. De esta manera podremos controlar el tiempo que permanece conectado y, sin necesidad de ser invasivos, iremos viendo los contenidos y páginas a las que accede.
4. Es importante, antes de facilitar a nuestros hijos el acceso a Internet, clarificar qué tipo de información no es conveniente que proporcione a través de la red.
5. También conviene tener una conversación acerca de las actividades que son ilegales a pesar de ser habituales en nuestro entorno social. Por ejemplo, la descarga de material audiovisual o musical, difamar, vulnerar la privacidad de otra persona colgando fotos o proporcionando datos sobre ella sin su autorización...
6. Por último señalar que hay varias “herramientas” que conviene que conozcamos y usemos. Filtros, motores de búsqueda específicos para niños en lugar de los genéricos, el bloqueo de ventanas emergentes, programas de control parental.. Es importante que revisemos periódicamente los historiales del navegador y de los chats a los que accedan.

Algunas normas para los niños/as.

- Si algo me asusta o me disgusta, apagaré el monitor/pantalla y avisaré a mis padres.
- Si alguien me pide mi teléfono, nombre, colegio... no contestaré y llamaré a mis padres.
- Si alguien quiere quedar conmigo, avisaré a mis padres.
- Pactaré con mis padres el tiempo que puedo estar en Internet y el uso que puedo hacer de él entre semana y los fines de semana.



- No descargaré archivos que me envíen desconocidos.
- Si alguien me envía un mensaje que no me gusta, que me resulta insultante o desagradable, nunca le contestaré. Se lo comunicaré a mis padres de inmediato.
- Tendré en cuenta que a través de Internet se puede dañar a la gente y respetaré su intimidad y sentimientos. Además, difamar o divulgar imágenes no autorizadas de otras personas, puede ser causa de denuncia, y acarrear consecuencias legales.
- Leeré las reglas antes de realizar descargas, ya que no todo el material disponible en
- Internet está libre de derechos de autor, es decir no está disponible de forma gratuita.

No publicar:

- **Nombre y apellidos completos.** Por una cuestión de seguridad, cuanto menos información real sea pública, mejor. Se recomienda no poner el nombre y los dos apellidos en redes sociales, y por supuesto, jamás ponerse de nickname el nombre y apellidos.
- **Fecha completa de nacimiento.** Al hacer pública la fecha de nacimiento, si ya tienen también el nombre y apellidos de nuestro hijo, puede ser totalmente vulnerable al robo de identidad.
- **Fotos con ubicaciones muy concretas,** utilizar mejor ubicaciones genéricas. Que nuestro hijo haga público el lugar concreto en el que se encuentra en ese preciso momento, puede suponer un peligro. Es mejor comentarle que use ubicaciones más genéricas. Y desactivar la geolocalización al publicar.
- **Dirección de casa.** Ningún desconocido debe saber esto, es algo que solo deben conocer amigos y familiares, por lo que no hay necesidad alguna de hacer pública esta información en redes sociales.
- **Datos personales como el número del DNI o la matrícula de un coche.** Esta es una información de carácter sensible por lo que debe ser totalmente privada. En caso de compartir una foto en la que aparezca por ejemplo un coche, siempre se debe pixelar o tachar la matrícula.



- **Imágenes en las que aparezcan nuestros uniformes del colegio.** Puede parecer un detalle sin importancia, pero esto supone dar una información tan concreta como el lugar en el que nuestro hijo pasa 8 horas diarias. Con una foto del uniforme, cualquiera puede buscar el nombre del colegio y su dirección.
- **Fotografías de momentos íntimos y personales.** Alguien puede hacer un mal uso de estas imágenes, y como dice el refrán, es mejor prevenir que curar.
- **Fotos de nuestros hermanos o amigos menores de edad** sin permiso de mamá y papá.
- Es importante que nuestro hijo sepa que no puede usar **imágenes de otras personas** sin permiso de estas, o en caso de menores de edad, de sus padres.
- **Nuestro número de teléfono, ni el de casa.** Cualquiera puede ver el número de teléfono y hacer un uso abusivo de llamadas telefónicas o cometer un delito de acoso o amenazas.
- **Que estamos solos en casa o que estamos de vacaciones.** Esto es abrir la puerta de par en par a los ladrones.
- **Aquello de lo que me pueda avergonzar.** Si no lo hago en persona no lo haré en redes sociales.

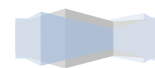
Herramientas

Sobre la seguridad de tu equipo:

Sea cual sea tu equipo (de sobremesa, portátil, tablet o smartphone) ten la precaución de tenerlo siempre actualizado con programas antivirus y cortafuegos para evitar infecciones y ataques externos de virus, malware y demás programas maliciosos que pueden hacer que tu equipo no funcione bien o, lo que es peor, que accedan a él para robar información y datos, siempre con no muy buenas intenciones, claro.

En dispositivos móviles se recomienda bloquear la pantalla para evitar el acceso de otras personas al contenido de nuestro dispositivo.

Personaliza tu equipo con tu cuenta de usuario, sobre todo si se trata de un equipo



compartido con otros usuarios.

Sobre los registros:

En la mayoría de las herramientas es necesario registrarse con un nombre de usuario y contraseña y una dirección de correo electrónico donde nos enviarán un mensaje de confirmación. Es fundamental leer las condiciones de uso antes de aceptarlas para después no llevamos desagradables sorpresas. Esto es algo que lamentablemente pocas veces se hace.

Sobre las contraseñas:

Las contraseñas son personales e intransferibles, por lo que no deben ser conocidas por nadie distinto a nosotros mismos.

Las contraseñas deben ser seguras para evitar que sean descubiertas por terceros y puedan suplantarlos la identidad. La seguridad de las contraseñas será mayor si éstas contienen caracteres alfanuméricos, mayúsculas, minúsculas y algún signo de puntuación o símbolo y el total de estos caracteres debe ser al menos 8. Debe evitarse el uso de contraseñas fáciles.

Se recomienda el cambio de contraseñas cada cierto tiempo, cumpliendo siempre los requisitos establecidos en el apartado anterior.

Sobre la navegación web:

Navega siempre por sitios web permitidos. Evita las páginas no recomendadas para tu edad.

Activa el bloqueador de ventanas emergentes de tu navegador para evitar el spam.

No te dejes llevar por la publicidad engañosa que en no pocas ocasiones inundan las páginas web.

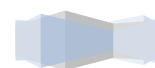
Instala sólo programas de sitios de confianza. Así evitarás que en tu equipo se instalen programas no deseados y maliciosos.

Consejos generales para usar redes sociales:

- Las medidas de seguridad nos ayudan a mitigar los peligros, pero la comunicación con nuestros hijos y la confianza mutua juegan un papel fundamental.



- Respetar la edad mínima para registrarte.
- Respetar y hacerse respetar.
- Usar en cada momento un lenguaje adecuado.
- Cuidar la privacidad y compartir fotos y vídeos sólo con familiares y círculo de amistades cercano.
- No tratar con desconocidos. Aceptar como amigos sólo a personas conocidas.
- Evitar el uso de la webcam.
- Tener claro quiénes son tus amigos.
- Comportarse como en la vida real y usar el sentido común en todo momento.
- Si en algún momento te sientes acosado comunicárselo a algún adulto cercano a ti.
- Tener en cuenta que el mensaje puede venir de un hacker que suplanta la identidad de un amigo.
- Tratar de no usar actualizaciones de estado que permitan saber tu ubicación física.
- Recordar que los datos se mantienen en circulación aunque los elimines. Pueden haber sido guardadas en cualquier otro lugar (sitios, PC's, etc).
- Evitar publicar fechas de viajes y/o salidas prolongadas de tu domicilio. Es preferible hacerlo una vez que volviste y no informar que tu casa quedará deshabitada en ese período de tiempo.



¿Cómo proteger a los menores ante los riesgos de las NN.TT?

Limitar el uso.

La principal labor debe ser el control de la cantidad y momento de uso. En el caso de Internet y los videojuegos, hay que establecer tanto un tiempo límite al día como unas franjas horarias de uso que garanticen el espacio para el encuentro familiar y correctos hábitos saludables (alimentación, sueño...).

Debemos saber poner límites a su actividad, pues tiene que aprender que “no todo vale”. La conducta de nuestros hijos pide límites. Si somos excesivamente condescendientes y no se los ponemos a tiempo, nuestros hijos nos los exigirán con conductas cada vez más inadecuadas.

Seamos coherentes: si marcamos límites y normas, estas deben mantenerse y cumplirse. A medida que nuestros hijos vayan madurando y sus necesidades evolucionen se podrán cambiar, mediante el diálogo, las normas establecidas y adquirir nuevos compromisos.

Crear un clima de no exclusión y confianza en torno a Internet.

¿Por qué no les solicitamos que nos enseñen a manejar el correo electrónico, que nos hagan una cuenta de Facebook o que nos den de alta en Twitter?. ¡Ah! ¿Que no sabemos qué es eso? ¿Y qué nos impide pedirles que nos lo enseñen? Es una magnífica excusa para hablar con ellos de esos temas. Son nuestros propios hijos los que más y mejor información nos pueden dar.

Controlar qué les proporcionamos y cómo lo hacemos.

“Le he comprado un ordenador” no es la expresión más acertada. Frente a esto, es preferible que el ordenador sea como el frigorífico, de uso familiar. Así no habrá derechos adquiridos. Otro “aparato”

que no puedo en ningún caso aconsejar para los más pequeños es la WebCam. No hace falta para nada y, sin embargo, es fuente de muchos problemas.

El ordenador conectado a Internet, en un lugar público de la casa.

Esto es fundamental. Casi todos los problemas que han tenido lugar se podían haber evitado con esta medida.



Acompañar y permanecer alerta.

- Es importante que los más pequeños no usen Internet de manera autónoma. También debe ser una práctica permanecer alerta si observamos reacciones diferentes tras una sesión en la Red.
- Prestemos atención a sus sentimientos y mostrémonos interesados por ellos, siendo capaces de ponernos en su lugar y comprender sus problemas.
- Valoremos positivamente que nos digan la verdad siempre, al igual que nosotros nunca les mentiremos. De este modo estableceremos un clima de confianza, y nuestros hijos podrán decirnos lo que realmente les preocupa.
- Jugemos con nuestros hijos: respetemos sus propios espacios y tiempos de juego con sus iguales, pero busquemos también momentos en los que podamos recrearnos y jugar con ellos.
- Escuchemos, expliquemos, negociemos: escuchemos las opiniones de nuestros hijos, expliquemos las nuestras, intentemos razonar con ellos cómo funcionan las normas en la familia, demostremos con nuestro comportamiento que también cumplimos las normas, aunque en un papel diferente con ciertas ventajas y ciertos inconvenientes respecto del papel que tienen ellos. Con los adolescentes, el razonamiento puede extenderse al diálogo: podemos poner en cuestión las normas, sus pros y contras, renegociar nuevas normas y adquirir nuevos compromisos, cada uno desde su papel.
- Mostrémonos disponibles siempre que requieran nuestra atención para contarnos algo. Si les censuramos en sus intentos por contactar con nosotros terminarán alejándose y buscando a otras personas que les presten atención.

Asegurar la ausencia de virus y otros programas maliciosos.

Internet está lleno de virus y otro tipo de software malicioso llamado malware. Puede instalarse en nuestro equipo para destruir la información o, muy al contrario, para pasar desapercibidos y atentar contra nuestra privacidad.



¿Cómo Prevenir la Adicción a las Tecnologías?

Educar en un ambiente más humano es la mejor fórmula para que los niños no llenen con las tecnologías otros vacíos personales.

CONSEJOS:

1. No utilizar ningún tipo de pantalla en niños menores de dos años.
2. Evitar usar aparatos digitales como medio para calmar al niño.
3. No utilizar ordenadores ni teléfonos en la hora anterior a dormir. La luz de estas pantallas genera insomnio.
4. Establecer horarios y límites para ordenadores y móviles.
5. No instalar ordenadores en el cuarto del niño. Mejor tenerlo en un lugar común de la casa.

Cuando los niños y adolescentes estén jugando a los videojuegos ya sea en tablets, móviles, consolas u ordenadores o accedan a las redes sociales, es positivo que los padres estén cerca, incluso en la misma habitación, que estén presentes pero a una distancia prudencial realizando otra actividad.

6. Hablar con el niño para hacerle ver los peligros que tiene facilitar determinados datos de forma pública. Extremar la precaución cuando una página web le solicite información personal para acceder a un determinado servicio.
7. Hacerle ver que, de la misma manera que en la calle desconfía de los extraños, en las redes sociales no puede proporcionar datos personales ni compartir fotografías con personas que no conoce.
8. Utilizar un software de control parental.
9. Conviene relativizar el peso que se da a las tecnologías en el hogar. Para ello, juega con tus hijos a juegos de mesa, prepara con ellos recetas de cocina, haz planes al aire libre, charla con ellos, crea un entorno cultural con una buena biblioteca en casa... Educar en un ambiente más humano es la mejor fórmula para que los niños no llenen con las tecnologías otros vacíos personales.



10. Indispensable comprar/descargar videojuegos aptos para la edad del niño que sean educativos y transmitan valores positivos. Infórmate sobre esta cuestión consultando con el dependiente de la tienda.



El Teléfono Móvil

Es una realidad que nuestros hijos querrán tener un móvil, si no lo tienen ya. Un móvil hoy día es un todo, calculadora, consola de juegos, reproductor de música, agenda, etc.

El 22% de los niños en edad entre seis y nueve años posee un teléfono móvil. Y en las edades de entre 10 y 14 años la cifra alcanza el 60% , los adolescentes poseen uno en el 84% de los casos.

La edad recomendada para la que los niños tengan un móvil es a partir de los 12-13 años, cuando entran a la secundaria, cuando comienzan a salir, viven una etapa de cambios y tienen un rol fundamental en el desarrollo del adolescente. Una vez tomada la decisión de que es el momento dar al menor un móvil, hay que tener en cuenta un consumo responsable del mismo. Por ello, se tienen que poner en práctica una serie de directrices para un uso adecuado. Entre otras, podemos destacar las siguientes (adecuándolas a la edad del niño/a):

1. **Dar unas reglas claras.**

Pedir permiso, ser supervisado, no hacer compras. Tener en cuenta que hay momentos familiares o para los amigos, como las comidas, donde el teléfono no debe estar presente. Por otro lado, la hora de ir a la cama debe ser un momento tranquilo, por lo que el teléfono no será una buena opción y habrá que valorar dejarlo en otra habitación e incluso apagado hasta el próximo día.

2. **Limitar el horario de uso.**

Es conveniente establecer un horario para su uso y unos límites, teniendo en cuenta que tiene otras necesidades y obligaciones en el resto del día; estudio, tareas, clases extraescolares, deporte, amigos, etc.

3. **Ayudar a gestionar su teléfono.**

Los niños tienen derecho a la privacidad de sus conversaciones o actividades que realicen con el teléfono, pero han de tener claro que habrá ciertas aplicaciones o relaciones que los padres gestionarán, como pueden ser descargas o nuevas amistades mediante redes sociales.



4. Enseñar un uso respetuoso.

Tiene que estar claro que lo que se escribe en el móvil mediante aplicaciones de mensajería o redes sociales o las imágenes que se suben a la red, han de ser igual de respetuosas que si se dijeran o hiciesen en persona, con un principio claro; no hacer lo que no nos gustaría que nos hicieran.

Pautas para “regalar” un teléfono móvil.

1. Es mi teléfono. Yo pagué por él. Yo te lo presto a ti.
2. Siempre conoceré **la contraseña**. Puedes confiar en que no cotillearemos tus cosas sin motivo.
3. Si suena, cógelo. Es un teléfono. Di “hola”, **haz gala de tus modales**. Jamás ignores una llamada si en la pantalla se lee “Mamá” o “Papá”.
4. Le darás el teléfono a tus padres a las ____h cada día de colegio y a las ____h el fin de semana. **Estará apagado toda la noche** y se volverá a encender a las ____h.
5. **Al colegio con sin él**. Conversa en persona con la gente a la que envías mensajes. Los días de las excursiones y las actividades extraescolares requerirán consideraciones especiales.
6. Si se cae en el baño, se golpea contra el suelo o se esfuma en el aire, **eres el responsable de los costes de sustitución o reparación**. Si ocurre, tendrás que estar preparado.
7. **La tecnología no se usa para mentir**, hacer tonterías o maltratar a otro ser vivo. No te involucres en conversaciones o actos que sean dañinos para los demás. Sé buena persona.
8. **Evita enviar** mensajes, correos electrónicos o decir **nada a través de este medio que no dirías en persona**.
9. **Nada de páginas para adultos**. Busca en la web información que compartirías abiertamente conmigo. Si tienes alguna duda sobre algo, pregunta.
10. Apágalo, siléncialo, déjalo a un lado en público. Especialmente en restaurantes, en el cine o mientras hablas con otra persona. **Eres una persona bien educada, no dejes que el móvil cambie eso**.



11. No envíes ni recibas imágenes de tus partes íntimas o de las partes íntimas de cualquier otra persona. Es siempre una mala idea. **El ciberespacio es vasto y más poderoso que tú.** Y es difícil hacer que algo de esa magnitud desaparezca, incluyendo una mala reputación.
12. **Hacer “tropecientas”** fotos o vídeos **no es necesario.** Vive tus experiencias. Quedarán registradas en tu memoria toda la eternidad.
13. **Deja tu móvil en casa a veces .** Aprende a vivir sin él.
14. **Jugar con el móvil** no está mal, **pero practica otros juegos** y deporte con otras personas.
15. El teléfono **no se utilizará bajo ningún concepto para quedar con desconocidos,** si alguna vez te lo proponen confía en mí, lo solucionaremos.
16. **Las redes sociales, se usarán con cabeza y tus padres estaremos al tanto de su uso.**
17. Te harás un lío. Te equivocarás, nos equivocaremos. Te quitaré el teléfono. Nos sentaremos y hablaremos sobre ello. Volveremos a empezar. Siempre estamos aprendiendo. **Estamos juntos en esto.**

La educación en valores y la buena relación entre padres e hijos es la clave para la prevención de posibles riesgos en el uso inadecuado de las NN.TT.

El único modo de prevenir comportamientos de riesgo y un uso inadecuado de las NN.TT pasa por involucrarse en la educación de los hijos y potenciar las ventajas que aportan, no por prohibir o restringir radicalmente su uso.



Conceptos

Ciberviolencia de género es aquella violencia desarrollada frente a la mujer que se sustancia en el mundo virtual, utilizando las nuevas tecnologías como medio para ejercer daño o dominio

Ciberacoso (*cyberbullying*), es el uso de medios de comunicación digitales para acosar a una persona o grupo de personas, mediante ataques personales, divulgación de información confidencial o falsa entre otros medios.

Engaño pederasta (*grooming*), es una serie de conductas y acciones deliberadamente emprendidas por un adulto con el objetivo de ganarse la amistad de un menor de edad, creando una conexión emocional con el mismo, con el fin abusar sexualmente de él.

Sexting alude al envío de mensajes con contenido de tipo pornográfico y/o erótico a través de los teléfonos.

Sextorsión consiste en la realización de un chantaje bajo la amenaza de publicar o enviar imágenes en las que la víctima muestra en actitud erótica o pornográfica.

Ciberdelitos los actos criminales que implican el uso de ordenadores o de internet.

Robo de identidad es un crimen en el cual un criminal finge ser otra persona asumiendo la identidad de la misma usando información confidencial, claves de acceso...

Porno vengativo (*revenge porn*) es el contenido sexual explícito que se publica en internet sin el consentimiento del individuo que aparece representado.

Phishing es una técnica utilizada por los delincuentes para obtener información confidencial como nombres de usuario, contraseñas y detalles de tarjetas de crédito haciéndose pasar por una comunicación confiable y legítima.



EJEMPLO: una madre descubre que su hijo ha bajado un programa de la red sin tomar las precauciones necesarias provocando la entrada de un virus.

Opción 1: Gritarle “¡Torpe! ¡No se puede confiar en ti!”... y otras descalificaciones personales no solo minarán su autoestima y no enseña nada útil, y además está creando un abismo en la relación de confianza con él.

Opción 2: El procedimiento adecuado consistiría en reprender al niño por su comportamiento (bajar programas sin permiso, no utilizar el antivirus, no comunicar el problema etc.), enseñarle cuál es el procedimiento adecuado, y aplicar el castigo pertinente si procede.

Enlaces de interés:

www.pantallasamigas.net

www.chaval.es

www.kiddia.org

www.protegeles.com

www.guiavideojuegos.es

Enlaces a videos:

¿Dónde está Pablo?

<https://www.youtube.com/watch?v=y83YUvutccA>

Si no lo haces en tu vida normal... ¿por qué lo haces en internet?

<https://www.youtube.com/watch?v=pWSrdaKYwtw&t=13s>

Tu vida entera está en línea, la magia de las redes sociales.

<https://www.youtube.com/watch?v=nmV030Ytgfo>

