



USO RESPON- SABLE DE LAS TIC

**¿CONOCES LOS
CIBERRIESGOS?**

SUBVENCIONA



Ajuntament de Dénia

d
DIPUTACIÓN
DE ALICANTE

ÍNDICE



- A TENER EN CUENTA
- RIESGOS EN LA RED (I)
- RIESGOS EN LA RED (II)
- CIBERBULLYING
- SEXTING
- GROOMING
- SUPLANTACIÓN DE IDENTIDAD
- RECUERDA Y REFLEXIONA



**UNITAT DE PREVENCIÓ COMUNITÀRIA
EN CONDUCTES ADDICTIVES**

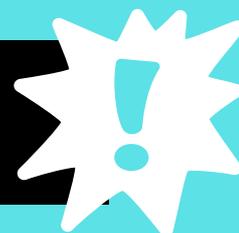
Benestar Social
Plaça de l'Arxiduc Carles, núm. 3
628 076 449
upccadenia@ayto-denia.es



@UPCCAdenia



A TENER EN CUENTA

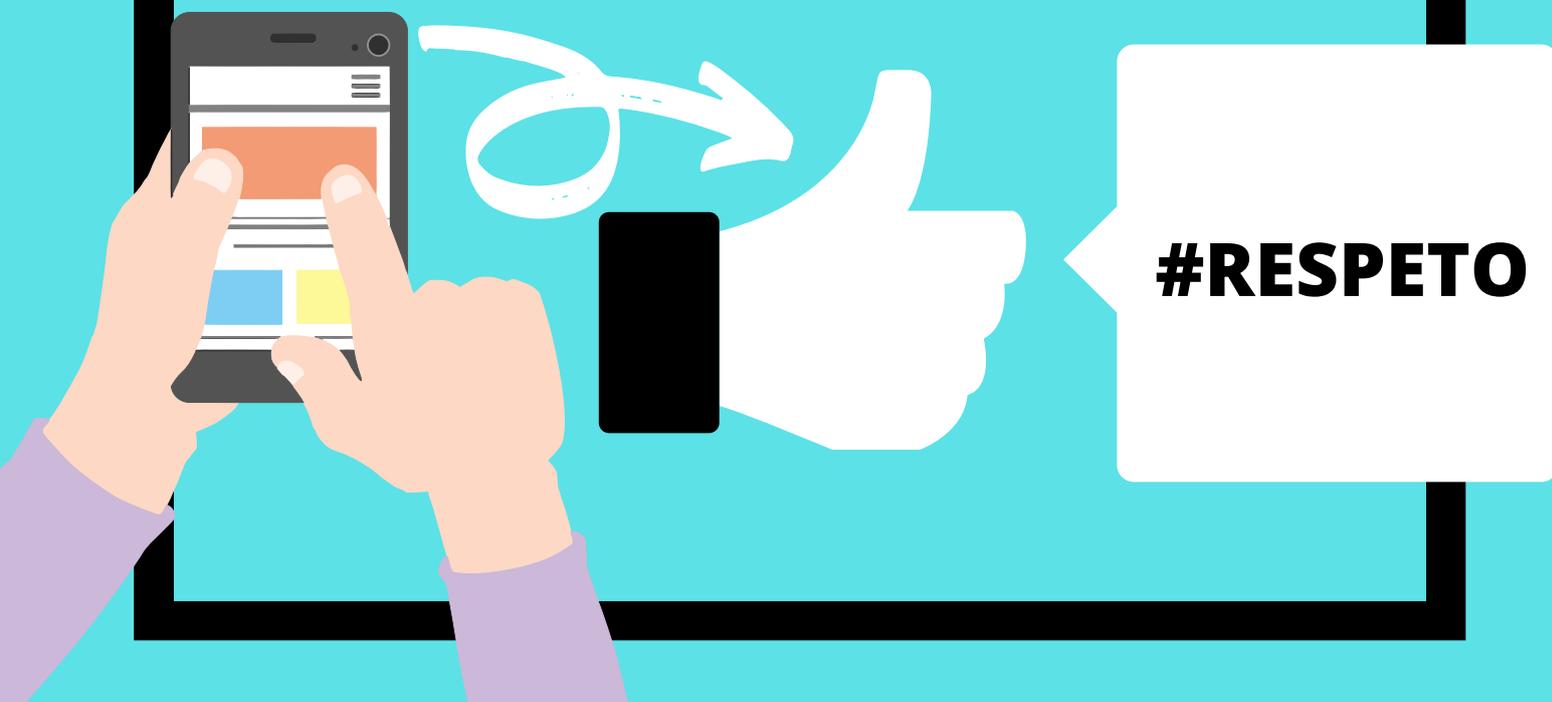


¡¡¡EL RESPETO POR ENCIMA DE TODO!!!

Lo que haces en la red tiene sus consecuencias, por lo tanto, **APRENDE A RESPETARTE A TI Y A L@S DEMÁS.**

¿Cómo lo puedes hacer?

- **NO** publiques tus datos tan ligeramente.
- Por supuesto, tampoco compartas datos de otr@s **SIN SU CONSENTIMIENTO.**
- **EXIGE** que nadie suba a la red contenido que no desees que sea público. Valora tu **PRIVACIDAD.**
- **SIEMPRE** piensa antes de publicar.



RIESGOS EN LA RED (I)



¿A QUÉ ME EXPONGO?

¿Privacidad?

Al compartir información privada (lugares que frecuentas, amistades, fotos familiares, etc)... puedes **PERDER EL CONTROL** sobre el alcance de la misma... ¡Cuidado, muy importante que lo **PIENSES Y TENGAS EN CUENTA!!**

¿La realidad esté en la red?

En la red se suelen mostrar los buenos aspectos de las cosas con muchos filtros. **NO** vivas pendiente de la virtualidad y ¡**CONÉCTATE a la REALIDAD!!**

¿El tiempo pasa sin darte cuenta?

AUTOCONTROLA tu tiempo de conexión ya sea al móvil, PC, videjuegos o *tablet*. El abuso siempre va en contra de otras responsabilidades, ocupaciones o intereses; aficiones o deportes; relaciones familiares o de amistad. ¡**REPARTE TU TIEMPO DE MANERA RESPONSABLE!!**

¿Conoces a todas las personas que te siguen?

Los '*likes*' de seguidores/as son numéricos, gratificantes, efímeros y superficiales. Si son de desconocidos/as... ¡**NO SABES SUS INTENCIONES!!** Los '*likes*' de conocidos son menos, pero más cercanos, confiables y auténticos, ¡**ESOS SON LOS QUE TE DEBEN IMPORTAR!!**

¿Te paras a pensar antes de publicar?

Parece que en la red, y más concretamente, en las redes sociales, se permita todo... y **NO ES ASÍ**. Escudarse detrás del anonimato de las pantallas es una mala estrategia. Es importante que nunca pierdas la **CONSIDERACIÓN** y el **RESPECTO**. ¡**NO** hagas en la red lo que **NO** harías en persona!!

RIESGOS EN LA RED (II)



¿A QUÉ ME EXPONGO?

¿Eres una persona adicta a las redes sociales?

¡¡Todos estamos expuestos, incluso TÚ!!... Seguramente pienses que tú controlas, pero mejor PREVENIR. Todo esto te podría causar trastornos en el sueño, sedentarismo, irritabilidad, cambios en tu conducta e incluso, aislamiento. ¡¡APRENDE A UTILIZARLAS DE FORMA ADECUADA Y SIN DEPENDER DE ELLAS!!

¿Conoces las comunidades peligrosas?

Estas comunidades comparten contenidos inapropiados que pueden llevar a captar la atención de personas vulnerables. Se promueve la anorexia, la bulimia, el consumo de drogas, las conductas violentas hacia ciertos colectivos, la autolesión, el suicidio o la pederastia. ¡¡PROTÉGETE y NO te creas todo lo que sale en Internet, aprende a FILTRAR LA INFORMACIÓN!!

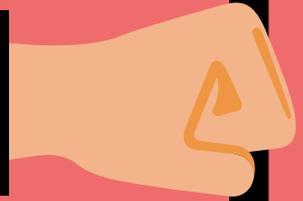
¿Aceptas todos los *#challenge* de moda?

Cada cierto tiempo aparece un nuevo *#challenge* o reto que se vuelve viral. Algunos de ellos pueden resultar graciosos pero otros han llegado a poner en riesgo la vida de las personas que los han realizado. ¡¡RELÁJATE Y NO BASES TU DIVERSIÓN EN PONERTE AL LÍMITE!!

¿Cuidas tu huella digital?

La información que queda registrada y almacenada sobre ti y tu actividad en la red, puede ser RECOPIADA por TERCEROS y ¡¡UTILIZADA SIN TU CONSENTIMIENTO Y CONTRA TÍ!! (p.ej. tu futuro laboral se puede ver comprometido por tu actividad pasada en la red en una selección de personal).

CIBERACOSO O CIBERBULLYING



¿QUÉ ES EL 'CIBERBULLYING'?

Se trata de una agresión psicológica, sostenida y repetida en el tiempo, cometida por un@ o vari@s individu@s contra otr@s, utilizando para ello las nuevas tecnologías. Habitualmente consiste en:

- Enviar mensajes amenazantes, coaccionar o difundir rumores a través de, principalmente, redes sociales.
- Subir a la red información que daña la reputación de la otra persona.
- Difundir sus fotos para menospreciar al/la otr@.
- Suplantar la identidad de otra persona robando su contraseña e información.

¿QUÉ PUEDO HACER ANTE EL 'CIBERBULLYING'?



- NO CONTESTAR a las provocaciones.
- BLOQUEA a la persona acosadora y GUARDA PRUEBAS del acoso (p.ej. con capturas de pantalla).
- PIDE AYUDA, que no te dé vergüenza hacerlo. Informa a tu familia o centro educativo de lo que te está pasando, te ayudarán poniendo medidas para solventar la situación.
- Si es necesario, cabe DENUNCIAR LA SITUACIÓN ante las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado (Policía Local o Nacional, Guardia Civil).
- TAMPOCO TE CONVIERTAS EN CÓMPLICE. Si eres conocedor de que alguien está siendo víctima, NO contribuyas al ciberacoso sumándote o compartiendo las burlas. NO GUARDES SILENCIO.

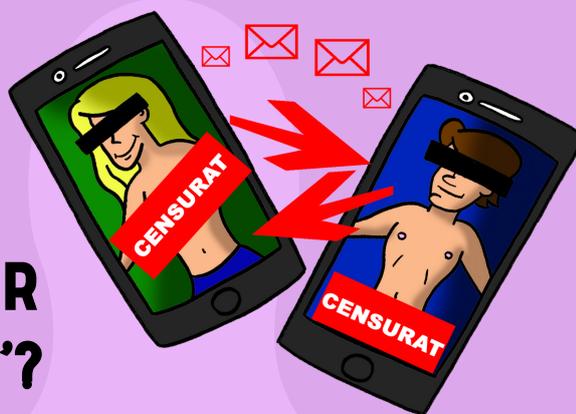
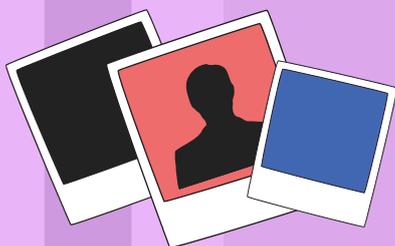


SEXTING

¿QUÉ ES EL 'SEXTING'?

El sexting es el envío de imágenes (fotografías y/o vídeos) de contenido sexual, creadas por el propio remitente de manera voluntaria y usando las nuevas tecnologías (móviles, redes sociales...). Los principales riesgos que conlleva son:

- Vulneración del derecho a la intimidad.
- Quien lo recibe puede compartirlo con terceros y generar casos de *ciberbullying*, *grooming*, *sextorsión* (extorsión o chantaje) o distribución de pornografía infantil.



¿QUÉ PUEDO HACER ANTE EL 'SEXTING'?

- NO ENVIES ESTE TIPO DE CONTENIDO, aunque sea tu pareja o tu amigo@.
- Si decides hacerlo, PIENSA ANTES DE ENVIAR. Lo que sale de tu móvil se convierte en irrecuperable, escapa para siempre de tu control y puede llegar a cualquiera en cualquier momento.
- Si te llegan este tipo de imágenes, BÓRRALAS DE INMEDIATO.
- Si crees que su difusión está dañando a alguien, ponlo en conocimiento de una persona adulta. LA IMAGEN ES UN DATO PERSONAL CUYO USO ESTÁ PROTEGIDO POR LA LEY. NO te metas en líos.
- NO SEAS CÓMPLICE. Si lo promueves, eres responsable. Si te callas, tu silencio ayuda a quien acosa y hiere a la víctima.

GROOMING

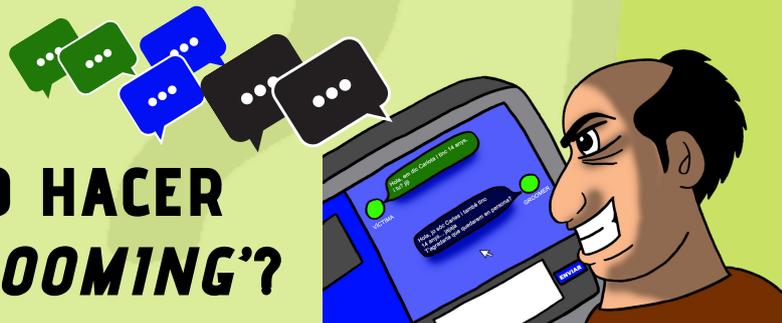


¿QUÉ ES EL 'GROOMING'?

Es el conjunto de acciones que lleva a cabo un adulto sobre un menor, con una intención marcadamente sexual, utilizando como medio las nuevas tecnologías.

- El objetivo puede tener como fin último, desde la obtención de imágenes del menor en situaciones provocativas, hasta la posibilidad de establecer contacto físico con dicho menor.

¿QUÉ PUEDO HACER ANTE EL 'GROOMING'?



- Utiliza la PRIVACIDAD EN LOS PERFILES DE TUS REDES SOCIALES. Acepta solamente a quien conozcas. Con desconocidos, no sabes quién se esconde al otro lado y con que intenciones.
- SÉ RESPONSABLE A LA HORA DE SUBIR CONTENIDO SOBRE TI A LA RED. Evita compartir fotografías provocativas o que den información sobre ti o tu entorno.
- RECHAZA LOS MENSAJES DE TIPO SEXUAL o pornográfico que recibas. Exige respeto.
- UTILIZA CONTRASEÑAS COMPLEJAS y NO incluyas en tus *nicks* datos como tu edad, lugar en el que vives, colegio, instituto...
- Si se ha producido una situación de acoso GUARDA TODAS LAS PRUEBAS QUE PUEDAS: conversaciones, mensajes, capturas de pantalla...
- NO CEDAS ANTE EL CHANTAJE. Ponlo en conocimiento de tus padres, adultos de referencia... y si cabe, denuncia ante las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado.



SUPLANTACIÓN DE IDENTIDAD

¿QUÉ ES LA 'SUPLANTACIÓN DE IDENTIDAD'?

La suplantación de identidad ocurre cuando alguien toma el nombre, cuentas o información personal de otra persona para hacerse pasar por ella.

- Principales motivos para suplantar la identidad: burlarse, por venganza, por 'diversión' mal entendida, por intereses (sobre todo económicos)...



¿QUÉ PUEDO HACER ANTE LA 'SUPLANTACIÓN DE IDENTIDAD'?

- CONSEGUIR TODAS LAS PRUEBAS POSIBLES: capturas de pantalla, textos y toda información que pudiera suponer alguna pista para dar con el usurpador, como un correo electrónico, un número de teléfono o cualquier otro rastro que pudiera haber dejado en Internet.
- DENUNCIAR LA SITUACIÓN de suplantación a través del administrador del servicio web (*Instagram, TikTok, Twitter, Facebook...*).
- SI NO CESA LA SITUACIÓN, DENUNCIAR ANTE LAS FUERZAS Y CUERPOS DE SEGURIDAD DEL ESTADO (POLICÍA LOCAL O NACIONAL, GUARDIA CIVIL). Se encargarán de rastrear al usurpador y de poner los medios para eliminar toda la información relacionada con la suplantación de identidad en Internet.

RECUERDA Y REFLEXIONA



ACTÚA CON 🙌 DEDOS DE FRENTE



Existen riesgos que conlleva el uso de las nuevas tecnologías, **CONÓCELOS** y **EVITALOS**.

Aprende a hacer un **USO RESPONSABLE** de la red y las TIC. El tiempo es oro, así que no lo inviertas solamente en estar delante de la pantalla.

NO bases tu vida en los seguidores y los '*likes*'. **NO** todo el mundo llegará a ser '*influencer*', '*youtuber*' o '*gamer*', así que **VIVE** tu vida fuera de la red.

Configura adecuadamente la privacidad de tus cuentas. Tu **PRIVACIDAD** es **MUY IMPORTANTE**.

NO compartas **TODO**, hay cosas que te puedes guardar sólo para ti y tu círculo más cercano.

Contacta con gente que conozcas y **¡CUIDADO** con los **DESCONOCIDOS!!**

Utiliza **CONTRASEÑAS SEGURAS**. Evita utilizar tu fecha de nacimiento, números consecutivos, la palabra 'contraseña', tu nombre...

Haz uso del **SENTIDO COMÚN** que a veces es el menos común de los sentidos. Si lo usas, te evitarás muchos problemas.