



# CONTROLA TU RED

Guía para el profesorado  
Educación Primaria

Fundación  
**MAPFRE**

 Universidad de  
**La Sabana**

**COORDINACIÓN TÉCNICA:**

**Fundación MAPFRE:** Ana M<sup>º</sup> Gómez Gandoy, Alicia Rodríguez Díaz.

**Coordinación y adaptación guía Colombia:**

**Universidad de La Sabana**

**Facultad de Psicología:** Johanna Romero Porras.

**Instituto de la Familia:** Aida Milena Casadiego Ordóñez y María del Carmen Docal Millán

**Fotografías:** shutterstock.com.

© FUNDACIÓN MAPFRE, 2021

Paseo de Recoletos, 23 28004 Madrid (España)

[www.fundacionmapfre.com](http://www.fundacionmapfre.com)

***Controla tu red: Guía para el profesorado de Educación Primaria***

**ISBN: 978-84-9844-805-4**

## **INTRODUCCIÓN**

Página 5

## **ACERCAMIENTO A LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN (TIC)**

Página 7

## **RECONOCIMIENTO DE LAS CONDUCTAS ADICTIVAS A INTERNET Y A LOS JUEGOS ONLINE**

Página 11

## **SEGURIDAD EN LOS DISPOSITIVOS MÓVILES**

Página 21

## **CONTENIDOS ILEGALES E INADECUADOS PARA LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES**

Página 25

## **LAS REDES SOCIALES Y SUS RIESGOS**

Página 32

## **CIBERACOSO**

Página 36

## **SEXTING**

Página 43

## **GROOMING**

Página 48

## **CIBERCONTROL**

Página 53

## **RECURSOS, LÍNEAS DE AYUDA Y LÍNEAS DE ACTUACIÓN**

Página 56

## **ANEXO I**

### **ACTIVIDADES PARA EL AULA – 3º Y 4º DE PRIMARIA**

Página 57

### **ACTIVIDADES PARA EL AULA – 5º Y 6º DE PRIMARIA**

Página 60

## **GLOSARIO**

Página 63

## **REFERENCIAS**

Página 65



# INTRODUCCIÓN

**Controla tu Red** es un proyecto de **Fundación MAPFRE** y **La Universidad de La Sabana** que busca ayudar a los niños, niñas y adolescentes a comprender cómo funcionan las redes sociales y las tecnologías de la información y la comunicación, para que aprendan a utilizarlas de una forma segura y adecuada y sean capaces de identificar y denunciar situaciones peligrosas.

Las TIC (Tecnologías de la Información y la Comunicación) han supuesto una transformación profunda en ámbitos como la comunicación, el ocio, el trabajo, la interacción y relaciones con los demás, incorporando innumerables ventajas y beneficios en el día a día de las personas.

Pero, también es importante reconocer que se han incrementado los riesgos al estar expuestos a las pantallas, que deben ser tenidos en cuenta para minimizarlos o resolverlos. En los últimos años, hemos podido comprobar cómo el acceso autodidacta de los menores a las TIC ha crecido al mismo ritmo que los problemas relacionados con la pérdida de privacidad e intimidad. Del mismo modo, comenzamos a tomar conciencia sobre las consecuencias que puede tener el uso abusivo.

Frente a esta situación y teniendo en cuenta el uso imprescindible de la tecnología en los años que nos esperan, resulta fundamental poder educar a nuestros niños, niñas y adolescentes para que sean ciudadanos conscientes y activos.

**Fundación MAPFRE** y la **Universidad de La Sabana** desarrollan esta **GUÍA** con el objetivo de dotar a los **DOCENTES DE PRIMARIA** de herramientas y conocimientos para poder acompañar a los estudiantes en el buen manejo de las TIC, haciendo un **uso saludable y responsable de las mismas**, trabajando su competencia digital y, enseñándoles sus derechos y deberes para saber enfrentarse a los riesgos y peligros que plantea la hiperconectividad: *ciberbullying*, uso abusivo, *sexting*, *grooming*, etc.



# ACERCAMIENTO A LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN (TIC)

Hay que tener en cuenta, que las Tecnologías de la Información y Comunicación o TIC, para muchos usuarios todavía siguen siendo una novedad a la que adaptarse, mientras que para los niños, niñas y adolescentes no son tan novedosas, las perciben como una herramienta con la que han crecido y que tienen perfectamente integradas en su tiempo de ocio y en sus relaciones. Según el estudio sobre el Consumo Móvil de Colombia de Deloitte (2020) los usuarios más frecuentes en el contenido digital se encuentran en edades entre 7 y 37 años, de los cuales el **85% usa internet desde su celular** para revisar sus **redes sociales (54%), tomar fotos (53%) y compartir videos y fotografías** en aplicaciones de mensajería instantánea (**47%**).

Actualmente en Colombia hay 34,73 millones de usuarios al internet. La llegada del **Covid-19 al país**, influyó en el escenario de la transformación digital en nuestro país y se vio reflejado en los **más de 1,3 millones de usuarios nuevos** en diferentes plataformas digitales (We Are Social & Hootsuite, 2021). Lo anterior deja ver el aumento de conectividad de las personas a las redes sociales como resultado del confinamiento y la incertidumbre por la pandemia.

## 48%

de los niños, niñas y adolescentes interactuó **por primera vez** con un dispositivo inteligente antes de los **6 años**.

Los adolescentes **usan los dispositivos** para entretenerse (57%), educarse (40%) y para comunicarse con otras personas (17%)

## 69%

de los niños, niñas y adolescentes, obtuvo su **primer smartphone o tableta personal** antes de cumplir **10 años**

La cantidad de tiempo que invierten en redes sociales es de **9 horas diarias en línea** aproximadamente. De las cuales el 30% está destinado a interacciones en las redes sociales

















La edad de inicio para conectarse a Internet es cada vez más temprana, y desde diversos dispositivos. Las actividades que realizan los adolescentes con más frecuencia son **trabajos escolares, jugar en línea, ver películas o series, escuchar música y conversar con otros** (Instituto de La Familia Universidad de La Sabana, 2021). Adicionalmente, las razones por las cuales usan las redes sociales encontraron que más del **31% de los jóvenes colombianos escolarizados lo hacen por ocio, y mantener interacción con amigos y familiares.**

## ¿PARA QUE USAN LOS DISPOSITIVOS?

Frecuencia con la que se realizan determinadas actividades en internet (%) según el estudio de Consumo Móvil Colombia de Deloitte (2020) en personas entre 17 y 45 años:

Tomar fotos	55%	
Revisar mis redes sociales	54%	
Compartir fotos en aplicaciones de mensajería instantánea	46%	
Publicar fotos en las redes sociales	43%	
Compartir videos en aplicaciones de mensajería instantánea	40%	
Grabar videos	40%	
Editar fotografías/videos	37%	
Publicar videos en las redes sociales	37%	
Usar filtros de foto/cámara	34%	
Subir fotografías/videos a un sitio de almacenamiento de archivos	32%	
Ir en vivo en las redes sociales	26%	
Ninguno de los anteriores	8%	

Pero el hecho de que los niños, niñas y adolescentes utilicen habitualmente Internet no significa que sepan hacerlo de forma segura y responsable, conociendo las consecuencias y los **riesgos** que puede tener una utilización que resulte dañina para ellos y para terceros.

El profesor Mark Prensky en su artículo *"Digital Natives; Digital Immigrants"* (2001) fue quien se refirió a los jóvenes como **"nativos digitales"**, al estar acostumbrados a utilizar dichas tecnologías desde pequeños y haber normalizado su uso, mientras que, aquellos que han sido educados antes del auge de las nuevas tecnologías son los denominados **"inmigrantes digitales"**.





Existe la falsa creencia de que esta brecha **generacional entre nativos e inmigrantes digitales** implica que los niños, niñas y adolescentes sepan usar mejor las TIC que los adultos y por lo tanto no necesiten aprender a utilizarlas. Sus conocimientos relativos al uso y manejo cotidiano de las TIC no suponen, habitualmente, conocimientos sobre seguridad, privacidad, legislación aplicable o uso responsable de la herramienta. El aprendizaje de la tecnología no es innato en las nuevas generaciones y los jóvenes necesitan ser orientados, tanto en el colegio como en casa.

**La intervención de padres, madres y docentes** en los hábitos de Internet de los jóvenes **sigue siendo bastante escasa**. Según el estudio realizado por el Instituto de La Familia de la Universidad de La Sabana (2021) aproximadamente el 99% de los padres están al tanto acerca del uso de las redes sociales de sus hijos. Sin embargo, evidencia que **el 58% de los adolescentes comparten el contenido** que consumen con sus padres y madres, así como reportan acompañamiento por parte de ellos. No obstante, **el 40% de los padres muestra una actitud** indiferente frente al consumo de redes sociales de sus hijos. Otro hallazgo de este estudio refiere que a pesar del acompañamiento de los padres **el 64% de los adolescentes no habla con ellos** acerca de los riesgos y aspectos positivos de las redes sociales.



Por encima de todo, hay que tener claro que las TIC son una herramienta o una alternativa de ocio, pero no sustituyen las posibilidades que ofrece la vida “real”. Hay que valorar la vida offline: hacer deporte, quedar con amigos, familiares, disfrutar de la vida fuera de Internet... Hay miles de experiencias que solo pueden vivirse en el mundo “real”.



# RECONOCIMIENTO DE LAS CONDUCTAS ADICTIVAS A INTERNET Y A LOS JUEGOS ONLINE

Se entiende como **Conducta Adictiva a Internet (CAI)** un patrón de comportamiento caracterizado por la pérdida de control sobre el uso de Internet.

Esta conducta conduce potencialmente al **aislamiento** y al **descuido** de las relaciones sociales, de las actividades académicas y de las actividades recreativas, así como de la salud y la higiene personal. Por otra parte, este tipo de conducta se enmarca en otro patrón más amplio que se denomina **Conducta o Comportamiento Disfuncional en Internet (CDI)**, que incluye también a aquellos sujetos que están en riesgo de desarrollar CAI.

Si nos centramos en el uso abusivo de las TIC, según el estudio realizado por Universidad EAFIT y TigoUne (2017) sobre el uso de las TIC en Colombia reveló que **el 46% de los niños, niñas y adolescentes tienen acceso diariamente a las TIC** y que, además **1 de cada 10 niños en el país puede caer en conductas de ciber dependencia**. Así como el estudio realizado por el Instituto de la Familia (2021) el tiempo de uso de las redes sociales por parte de los adolescentes, es del **66% es decir, entre dos y cinco horas al día**.

## SÍNTOMAS DESTACADOS

Al margen de los debates abiertos sobre el tipo de denominación que debe utilizarse para identificar este tipo de problemas, lo que sí constatamos es el progresivo aumento de niños, niñas y adolescentes de edad que presentan problemas relacionados con los desórdenes de adicción hacia las TIC.

Aunque los usos que desarrollamos son muy diversos, se pueden establecer tres grandes categorías en función del tipo de relación que cada persona

Estas categorías son: **uso, abuso y adicción**.

## 1. El uso

Cuando hablamos de uso, nos referimos a un tipo de relación con la tecnología en la que ni la cantidad de tiempo, ni la frecuencia, ni el modo de empleo, dan lugar a consecuencias negativas para el usuario. Por ejemplo, una persona que trabaja 8 horas frente a la pantalla del computador, o el menor que diariamente después de hacer sus tareas escolares se conecta a Internet para comunicarse con sus amigos, pueden estar realizando un uso sin consecuencias negativas.

## 2. El abuso o uso inadecuado

Entendemos por abuso o uso inadecuado aquella forma de relación con las tecnologías en la que bien por la cantidad de tiempo, o la frecuencia, o por el tipo de uso, comienzan a manifestarse consecuencias negativas para el usuario y su entorno.

El uso del computador conectado a Internet durante 3-4 horas podría no ser considerado excesivo o nocivo, pero si la frecuencia es diaria o genera complicaciones en los estudios o en las relaciones sociales cara a cara, entonces es muy probable que nos encontremos ante una situación de abuso.

## 3. La adicción

Hoy sabemos que toda conducta que pueda generar placer en la persona que la realiza (ir de compras, trabajar, coleccionar objetos...) es susceptible de convertirse en adictiva. Estas conductas, que pueden presentarse en un primer momento como actividades cotidianas, se van convirtiendo progresivamente en problemáticas para la persona que comienza a desarrollar una adicción hacia ellas.

La conducta adictiva a Internet, como cualquier otra adicción, se caracteriza por la aparición de **tres síntomas principales**:

- **Tolerancia:** necesidad de aumentar el tiempo que la persona dedica a la utilización de la tecnología (computador, videojuegos, celular, televisión) para obtener el mismo efecto. La satisfacción que genera su uso va progresivamente disminuyendo, lo que provoca que el usuario tienda a utilizarlo durante más tiempo aún, para lograr alcanzar un nivel adecuado de satisfacción.
- **Abstinencia:** sensación desagradable que experimenta la persona cuando no puede usar la tecnología. Por este motivo tiende a usarla cada vez más y de forma compulsiva, para aliviar el malestar que le genera no poder hacerlo.
- **Dependencia:** cuando la persona necesita aumentar progresivamente el tiempo de uso de la tecnología (tolerancia) y además se siente mal si no puede hacerlo (abstinencia).

Como consecuencia de estos síntomas, **los niños, niñas y adolescentes pueden experimentar:**

- **Pérdida de control y dependencia:** el niño, la niña o el adolescente usa en este caso las TIC para evitar el malestar que le produce el hecho de no hacerlo, es decir, no se conecta para pasar un rato agradable jugando a un videojuego o para contestar a un amigo que le ha escrito algo en el muro de la red social. Realmente se conecta porque el hecho de no hacerlo le hace sentir mal. Por este motivo, tenderá a conectarse con más frecuencia y de forma compulsiva, y si no puede hacerlo, experimentará un malestar físico y psicológico ("síndrome de abstinencia").

- **Interferencia en la vida diaria:** cuando comienzan a supeditarse las actividades diarias al hecho de estar conectado.

También podemos encontrar **casos extremos** como:

- **Nomofobia:** miedo irracional a estar sin el celular, sin batería o cobertura.
- **Infosurfing:** "navegación" continua y prolongada por Internet sin objetivos claros.
- **Gambling:** dedicación compulsiva a jugar y apostar en línea.
- **Vamping:** uso de la tecnología hasta la madrugada reduciendo las horas de sueño.

Los niños, niñas y adolescentes con conductas disfuncionales en Internet pueden presentar problemas de competencias y habilidades sociales para relacionarse, problemas psicológicos (ansiedad, estrés, sentimientos de soledad), problemas de atención o conductas agresivas, o problemas físicos.

### Posibles riesgos conocidos del abuso o adicción de las TIC

<b>Psicológicos</b>	Problemas de autoestima (alta o baja autoestima). Falsa sensación de control y pérdida de tiempo de uso. Falta de concentración en otras tareas. Ansiedad, estrés y otros tipos de emociones negativas. Disforia, frustración, irascibilidad o angustia si no está conectado, lo que conlleva un síndrome de abstinencia. Pensamiento continuo en las TIC. Llamada imaginaria: escuchar el celular o sentir la vibración sin que esto ocurra. Indiferencia ante la violencia. Agotamiento tecnocerebral. Inhibición de la voluntad. Mayor probabilidad de desarrollo de adicciones como la ludopatía.
<b>Sociales</b>	Falta de estudio y bajo rendimiento académico. Poco contacto familiar y cambios en las relaciones sociales. Conductas de introversión y aislamiento. Desarrollo de conductas agresivas o peligrosas.
<b>Físicas</b>	Tensión muscular y lesiones físicas especialmente en espalda y manos. Dolores de cabeza o dolores de estómago. Fatiga ocular por exceso de "luz azul" (ojos rojos, escozor de ojos, lagrimeo...) Un gran abuso puede provocar desorientación o falta de equilibrio. Falta de sueño y poco descanso, así como insomnio. Sedentarismo. Trastornos alimenticios (obesidad, anorexia...).

## Identificación del problema

En la mayoría de las ocasiones, aún cuando a los profesores les pueda preocupar el uso que los niños, niñas y adolescentes hacen de las TIC, no nos encontramos realmente ante un trastorno adictivo. Para que el uso de las TIC pueda implicar una adicción, es necesario un proceso. Debemos permanecer muy atentos, **identificar las primeras señales de alarma es fundamental:**

- Cada vez **necesita estar conectado** durante más tiempo para sentirse satisfecho.
- Se siente **deprimido, nervioso o enojado** y solo está bien cuando se conecta a Internet.
- Pasa mucho tiempo **pensando** en cuándo se podrá **conectar** de nuevo.
- No consigue **controlar el tiempo** o la frecuencia que pasa conectado.
- Ha dejado de lado **actividades u obligaciones** por estar conectado.
- **Se aísla** y prefiere las ciber-relaciones a las relaciones personales.
- **Miente** en relación con el tiempo y la frecuencia con la que se conecta.
- Cambio de **hábitos**.
- El menor es incapaz de **controlar** el uso de las TIC.

Si consideramos que un estudiante presenta varios de estos síntomas, el principal obstáculo con el que nos vamos a encontrar es la **negación del problema por su parte**. Es posible que busque excusas para minimizar su problema, amparándose con frecuencia en la finalidad de su conexión: hacer tareas, medio para divertirse con los amigos, entretenerse el rato que tiene libre..., pero debemos ser persistentes en nuestra idea de ayudarlo ante el problema que hemos observado.

Según el estudio realizado por García y Puerta (2020) se encontró que el 26% de los estudiantes tienen uso problemático del Facebook y el 23% es de uso adictivo. Es por esto por lo que el acompañamiento que se realice desde las instituciones educativas es fundamental. En Colombia **los niños, niñas y adolescentes reconocen a los profesores como la primera figura de mediación (56%) en el uso de internet y a sus pares en un 45%, en contraste con los padres, madres y cuidadores que fueron reportados con el 40%** (Universidad EAFIT y TigoUNe, 2017). Esto se puede explicar a partir de los resultados obtenidos por Moreno et al. (2018) donde se evidencia que el **69.1% de niños, niñas y adolescentes conocen más de internet que sus padres**, por lo cual es frecuente la restricción y control parental que ejercen sus padres sobre las actividades que ellos realizan en las TIC, sintiendo que es intrusivo el querer aprender acerca de las nuevas tecnologías.

Fundación MAPFRE y la Universidad de Valencia (España), gracias a la investigación **“Detección temprana y prevención de adicciones tecnológicas en adolescentes”** (2020), han desarrollado el **primer test**, que permite **evaluar y detectar de forma rápida la adicción al móvil, redes sociales, videojuegos y juegos de azar de adolescentes entre los 11 y los 20 años**. El test, que se puede descargar de manera gratuita en **Fundación MAPFRE**, se compone de 24 preguntas, 12 de ellas clave, y posibilita en menos de 5 minutos clasificar el uso de las tecnologías analizadas (móvil, redes sociales y videojuegos) y de las apuestas online en tres niveles: uso no problemático, en riesgo de adicción y con sospecha de tener un problema de adicción. En este último caso se requeriría una evaluación más específica por parte de un especialista. Este test está pensado para ser una **herramienta de apoyo para profesionales de la psicología, la medicina o la docencia**.



## Recomendaciones

Aunque el uso abusivo y/o inadecuado de las TIC entre los menores de edad es más fácil de detectar por sus padres, hay algunos **síntomas** que nos pueden hacer sospechar que un alumno tiene un problema de este tipo: **disminuye su rendimiento escolar**, da muestras de **cansancio físico** por no haber dormido lo suficiente y hace comentarios sobre la noche que ha pasado jugando con sus compañeros.

En estos casos, lo primero que debemos hacer es hablar con otros profesores y con alguno de sus compañeros, para **confirmar nuestra percepción**. Si esta se confirma, el orientador/psicólogo del colegio debe **comunicarse con él** e identificar el riesgo de uso, abuso o adicción y establecer si el estudiante es **consciente del problema** y está dispuesto a recibir ayuda. Adicionalmente es importante **movilizar al estudiante para compartir esta información con los padres**, si es que la desconocen. Puede que se muestre receptivo ante esta idea o que, por el contrario, adopte una actitud defensiva y negativa. En este caso, hay que proponerle que sea él quien se lo cuente a sus padres, ofreciéndole nuestra ayuda para hacerlo en caso de que tenga dudas sobre la reacción que puedan tener.

Debemos mostrarnos **firmes ante la necesidad de que sus padres conozcan el alcance del problema**, para que le puedan ayudar, ya que son ellos los que podrán aconsejarle como organizar su tiempo libre e incluso facilitarle la **posibilidad de ponerse en manos de un especialista**.

## Pautas y prevención

Una de las mejores pautas de prevención y protección frente a los riesgos es la información. Las personas que conocen los riesgos que pueden conllevar sus comportamientos suelen actuar de forma más cautelosa. Estar al día en cuanto a las herramientas que utilizan nuestros alumnos es fundamental para poder orientarles.

Para desarrollar una buena salud digital y prevenir una posible adicción hacia las TIC, así como otro tipo de problemas asociados, es importante tener en cuenta una serie de recomendaciones:

- **Ayudar a los estudiantes a planificar su tiempo libre** limitando el tiempo que dedican a las TIC. Hablar con los padres para establecer lugares y momentos de uso.
- **Organizar durante el tiempo de descanso, alternativas de entretenimiento** al uso de las TIC, para evitar que se formen grupos donde se use el celular. Como torneos deportivos, juegos populares, actividades artísticas, etc.
- **No permitir que las TIC supongan una barrera entre los adultos y los menores de edad** e Intentar estar lo más actualizado posible en cuanto a las herramientas que utilizan.
- **El uso de las TIC debe estar sujeto a unas normas de uso lo más consensuadas posible**. Es una buena idea plasmarlas por escrito.



- **El uso de las TIC debe ser supervisado.** Dependiendo de la edad y la madurez del menor esta supervisión será más o menos intensa. Recomendamos que la supervisión sea totalmente presencial al menos hasta los 14 años, que es la edad mínima para poder tener redes sociales. Posteriormente, conceder o supervisar una autonomía al adolescente gradualmente.
- **Procurar que hayan cumplido con sus responsabilidades** antes de realizar las actividades que implican a las TIC.
- **Animar a que los padres compartan con sus hijos tiempo en el uso de las TIC.** Navegar con ellos y jugar de vez en cuando a sus juegos preferidos. Esto facilitará y mejorará la comunicación en el entorno familiar.
- **Explicar a los niños, niñas y adolescentes el riesgo de ponerse en contacto con desconocidos.** Puede ser muy útil comparaciones con la vida real, concienciándoles sobre los riesgos a los que se exponen dentro y fuera de la Red.
- **Enseñarles a proteger su privacidad.** Es importante explicarles lo que son los datos de carácter personal (que incluyen las fotografías) y los riesgos que conlleva compartirlos con desconocidos.
- **Transmitir a los padres la importancia de utilizar los sistemas de control parental** para evitar el acceso a páginas web no recomendables para menores, así como el contacto con desconocidos. Esto debe hacerse al menos durante los primeros años de uso de las TIC.
- No olvide que **usted es un ejemplo a seguir.**

## JUEGOS ONLINE: VIDEOJUEGOS Y APUESTAS ONLINE

Las adicciones a los **videojuegos en línea** (*"gaming disorder"*) y las **apuestas online** (*"gambling disorder"*) están clasificadas como un **trastorno del comportamiento** según la *Clasificación Internacional de Enfermedades* (CIE-11).

La inmediatez, la facilidad de acceso, el anonimato, y el entorno íntimo que proporcionan las TIC convierten el universo online en el espacio perfecto para desarrollar comportamientos adictivos, incluido el trastorno de juego.

Según el estudio de García y Puerta (2020), el **uso adictivo a Facebook** impacta sobre la calidad de vida de las personas al presentar: cambios repentinos y constantes sobre el estado de ánimo, el aumento en la frecuencia de discusiones con terceros, la baja tolerancia a la frustración, la disminución del auto concepto, y el impacto negativo sobre la propia autonomía y la autorrealización de la persona. Según este estudio, **el 26% de estudiantes de secundaria presentan uso problemático de dicha red social, y el 23% presenta uso adictivo.**

Por otra parte, el **Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-V (APA, 2013)** indica que la **característica principal de una persona que es adicta a los videojuegos en línea** es su **participación constante y por múltiples horas** en juegos grupales, seguido por expresar **malestar clínico** significativo. Si bien estos criterios están diseñados para adultos, la mayoría de los consultantes son niños, niñas y adolescentes.

## Videojuegos en línea

Actualmente, los videojuegos están integrados como una **actividad de ocio** de las personas desde edades tempranas. Además, muchos de ellos, contribuyen a **desarrollar competencias colaborativas y sociales** a enseñar contenidos culturales, estimular la creatividad y **transmitir valores** como: promover la superación, el trabajo en equipo, la tolerancia, la solidaridad y la motivación al deporte, entre otros. Asimismo, es una actividad valorada de tal forma que existen escuelas de formación especializada para “gamers”.

Del mismo modo que estamos acostumbrados a ver la clasificación por edades en las películas o series de televisión, los **videojuegos** también nos indican un nivel **de edad recomendado**. A partir de la ley 1554 del 2012 se ofrece al público colombiano **dos clasificaciones para la circulación de videojuegos de alquiler y venta** en el país. La primera de **circulación abierta** (para cualquier público desde los 0 años) involucra el contenido de deportes, entretenimiento educativo, informativo y fantástico. Y la de **circulación restringida** (para mayores de 18 años) asociado a temas sexuales, bebidas alcohólicas, violencia, actos discriminatorios, drogas ilegales, entre otros.

El problema aparece cuando esta actividad pasa de ser una afición y un motivo de ocio a convertirse en el centro de la vida de una persona y se transforma en una **adicción**. Carbonell (2020) los criterios diagnósticos esenciales de **las adicciones son la dependencia psicológica y los efectos perjudiciales**. La dependencia psicológica incluye el deseo, ansia o pulsión irresistible (craving), la modificación del estado de ánimo y la incapacidad de control e impotencia. Los efectos perjudiciales tienen que ser graves y alterar tanto el ámbito intrapersonal (experimentación subjetiva de malestar) como el interpersonal (trabajo, estudio, economía, ocio, relaciones sociales, problemas legales, etc.)

Según la investigación realizada por Fuentes y Pérez (2015) a 480 estudiantes de Sincelejo-Sucre, los adolescentes entre 13 y 15 años presentan mayor gusto por jugar videojuegos, de ellos, **el 27% dedica cuatro horas o más a esta actividad** diariamente dejando de lado actividades escolares. Asimismo, mencionan que el contenido **principal de los videojuegos es de carácter violento (35.8%)** lo cual es preocupante dado que el **48% ha imitado con anterioridad a los personajes del juego**. Por último, muestran que entre los **cambios generados** por el uso continuo de videojuegos son el **bajo rendimiento académico (38.4%)**, la **adicción (30.3%)**, el **aislamiento (17.4%)** y la **agresividad (13.5%)**.

El Ministerio de Educación, UNICEF y Tigo Colombia (2021) proponen la mediación proactiva del docente a partir de la articulación de prácticas en el aula:

- ➔ **¡Actualízate!** El mundo cambia cada segundo. Esto invita a los docentes a estar informados sobre los contenidos y temas de interés de los niños, niñas y adolescentes y sugiere llevarlo a las conversaciones cotidianas con los alumnos.
- ➔ **Conversando es más fácil.** Invita al diálogo con los estudiantes con el fin de conocer intereses, sitios de internet y aplicaciones de uso, como recurso para el diseño de estrategias en el aula, respetando la diferencia y abrazando la diversidad.
- ➔ **Incluir, no prohibir.** Propone vincular el uso de las TIC en el aula de manera innovadora promoviendo su uso responsable y evitando la prohibición.

Hay que poner una especial atención en las **fórmulas de pago** de los videojuegos virtuales ya que convierten a un celular o una consola en una potencial fuente de gastos, con principios de funcionamiento similares a las máquinas tragamonedas. Por ejemplo:

### **Micropagos**

Además de los propios videojuegos, se pueden comprar multitud de ítems y complementos a través de la red. Generalmente tienen un precio muy bajo y están asociadas a una tarjeta de crédito de un adulto. Suelen ser pequeños objetos virtuales que atraen a los niños, niñas y adolescentes, permitiéndoles, por ejemplo, personalizar su avatar en los juegos.

Al hacer una compra online, la tarjeta (cuyo titular es el adulto) queda asociada a una cuenta de usuario (usada principalmente por los niños, niñas y adolescentes), cargándose a la misma las compras posteriores. Esas pequeñas compras, generan a la larga un gasto general importante.

### **Pay to win**

Esta fórmula "obliga" al jugador a pagar por beneficios o contenido *premium* que le permitan ser competitivo en el juego. Los videojuegos que usan esta mecánica suelen ser gratuitos; es decir, puedes descargar el juego oficial desde su plataforma y puedes jugar gratis, cargándose a la misma las compras posteriores más allá del costo, lo importante es contar con estrategias de seguridad que garanticen el control parental.

Pero el juego cuenta con múltiples complementos descargables de pago que hace que los jugadores que lo compran tengan ventaja sobre los demás. Por lo tanto, aunque no te obliga a pagar por jugar, si quieres tener alguna oportunidad de ganar o jugar en igualdad de condiciones, debes comprar estos subproductos.

### **Loot boxes**

También conocidas como "*cajas de recompensa*", son una especie de cajas sorpresa que contienen premios al azar. Estas, pueden conseguirse jugando muchísimas horas o directamente comprándolas.

Esta mecánica se asemeja mucho a juegos de azar como las máquinas tragamonedas o las apuestas, donde uno puede llegar a gastar mucho dinero, y la infinita aleatoriedad del sistema hace que la posibilidad real de conseguir los premios importantes, los que todos los jugadores quieren, sea mínima. Estos sistemas de pago potencian en los adolescentes la aparición de ludopatías y sus graves consecuencias económicas.

## Apuestas online

En Colombia las apuestas online **han crecido casi en un 148% en el primer semestre de 2021**, ubicándose en el primer lugar, las apuestas en eventos deportivos. Asimismo, se registran el 56% del total de venta, el 35%, los juegos de casino y virtuales, y el 9% restante corresponde a otros juegos en adultos (Coljuegos, 2021).

Estas cifras llaman la atención, pero se entienden desde el surgimiento de la emergencia sanitaria por el Covid-19, ya que **esto incrementó el número de personas que juegan y apuestan de manera online**. Cabe resaltar que, aunque en Colombia **no se encontraron estadísticas de los niños, niñas y adolescentes que están inmersos en las apuestas online, es clara su exposición al fenómeno** y al gran poder adictivo que tienen, por las siguientes causas:

- **Ganancias** aparentemente fáciles.
- **Facilidad de la práctica:** todo el mundo puede jugar, no se necesitan habilidades especiales.
- Garantizan el **anonimato**.
- **Sin restricciones.** Se puede jugar en cualquier momento y desde cualquier dispositivo con conexión a internet.
- **Mínimas cantidades.** Se puede empezar a apostar con poco dinero.
- **Gran presencia mediática:** la excesiva carga de publicidad publicitarios como bonos de bienvenida, promociones y anuncios en todos los medios junto con la aparición de personajes y deportistas muy conocidos, influyen en los menores de edad.

Como docentes, tenemos que informar a los adolescentes que **al ser menores de edad no pueden apostar. No es legal y estarían cometiendo un delito**. Además, es importante transmitirles los riesgos de apostar, **que van más allá de la ludopatía** ("*gambling disorder*"), como: nerviosismo, ansiedad, irritabilidad, insomnio, mala alimentación, aumento del gasto, endeudamiento, uso de las mentiras, deterioro de las relaciones familiares, hurtos en casa, problemas de rendimiento escolar o que se distancien de los amigos que rechazan jugar, entre algunos otros.

Igualmente, estos riesgos también son **señales evidentes del juego de azar en menores**, por lo que, si detectamos alguna de estas señales, es importante hablar con el/la estudiante sobre el problema e informar a las familias para que puedan ayudarlo, y en caso de que sea necesario, acudir a un especialista.



# SEGURIDAD EN LOS DISPOSITIVOS MÓVILES

Hoy en día, la mayoría de adolescentes dispone de un teléfono celular y es usuario frecuente de Internet. En Colombia **el 72% de menores de 8 años usa frecuentemente el celular y el acompañamiento de los padres es insuficiente** (Osorio, Tamayo y cols, 2020). Según el estudio realizado por el Instituto de La Familia de la Universidad de La Sabana los adolescentes hacen uso de internet y de las redes sociales mediante: el celular (84%), el computador (15%) y la Tablet (2%). Sin embargo, que los menores hagan un uso frecuente de Internet y en general de las nuevas tecnologías, **no significa que sepan hacerlo de forma segura** (Díaz y cols, 2021).

Por ello, es muy importante **revisar los ajustes de seguridad de cada dispositivo** para evitar situaciones de riesgo.

Para que un usuario pueda estar protegido en Internet el primer paso es proteger su **identidad digital**. Esta identidad 2.0 se crea a través de todo lo que cuelga (imágenes y textos) y hace en el mundo online.

A la hora de **configurar un perfil**, se debe crear en **modo privado** sin incluir datos personales en los nombres de usuario y direcciones de correo electrónico. Es importante evitar subir cierta información, fotografías o vídeos que muestren detalles personales (domicilio, centro de estudios, número de teléfono...).

Además, hay que cuidar los comentarios que se hacen, asegurándose siempre que sean adecuados, ya que **“Internet no olvida”**. Existen unas **normas de comportamiento** e interacción entre usuarios de Internet, la **netiqueta**, que especifican unas formas de actuación en redes sociales, mails, foros, blogs, chats, etc. Estas reglas han sido impulsadas por los propios usuarios para aportar mayor seguridad y no caer en trampas como el *phishing*, el *spam*, la publicidad engañosa o las cadenas de mensaje.

**Phishing:** es una técnica orientada a lograr una suplantación de identidad del usuario, consiguiendo de forma fraudulenta información confidencial, una contraseña o datos bancarios. Por ejemplo, se consigue mediante el envío de correos electrónicos que usan la ingeniería social, archivos con virus y malware. Una vez obtenidos los datos, se realizan operaciones sin el conocimiento ni la autorización del titular de las cuentas.

**Spam:** comunicación no solicitada que se envía de forma masiva. Acostumbra a ser en forma de correo electrónico, pero también existe a través de mensajes de texto o mensaje de voz o, a las redes sociales. Enviar spam es ilegal cuando las direcciones de los destinatarios se obtienen de forma fraudulenta.

**Publicidad engañosa:** publicidad que es falsa o que puede inducir a error al comprador ya que oculta alguna información importante.

**Cadenas de mensajes:** mensajes que buscan que aquél que lo recibe lo reenvíe. Aquellos que generan el mensaje inicial buscan nuevas cuentas de usuarios para hacer spam o phishing. En inglés se les llama «hoax» (farsa o bulo), o las conocidas “fake news”.

## Métodos de seguridad

### Privacidad

Configurar desde el primer momento las opciones de privacidad que incluyen los dispositivos: accesos de las apps, permisos, desbloques.

### Contraseñas

Se aconseja usar contraseñas seguras, secretas y complicadas (al menos 8 caracteres entre mayúsculas, minúsculas, números y símbolos o caracteres especiales), y cambiarlas de vez en cuando.

### Huella Dactilar

La huella dactilar permite identificar de manera precisa y única a una persona para evitar suplantaciones y combatir el fraude. Es una forma segura de bloquear nuestros celulares.

### Aplicaciones

Descargar las aplicaciones únicamente de sitios oficiales. Leer los permisos que nos solicitan y comprobar que guardan relación con las funciones de la aplicación.

### Webcam

Utilizarla únicamente con personas que se conozcan personalmente y mantenerla tapada cuando no se esté utilizando.

### Antivirus

Todo dispositivo que tenga conexión a Internet puede sufrir a ataques de virus. Se puede conseguir un software antivirus descargándolo desde las tiendas oficiales Play Store o Apple Store.



## Geolocalización

Para proteger la intimidad, una medida de seguridad muy popular especialmente entre los jóvenes es desactivar el GPS.

## Dirección IP

Se trata de una serie de números, únicos para cada dispositivo, que permite identificar la conexión desde la que se ha realizado un acceso a internet.

## IMEI

El IMEI («International Mobile Equipment Identity») sirve para identificar cada móvil. Con este número se puede bloquear el teléfono para proteger los datos personales en caso de robo o pérdida.

## URL

Para comprobar que una página web es segura nos debemos fijar si la URL empieza por HTTPS, ya que la última "s" significa que es una página "segura".

## Búsquedas

Los navegadores Chrome o Firefox incluyen «Safe Search» en sus opciones de configuración para filtrar contenido explícito (imágenes, vídeos o sitios web).

## Seguridad en los juegos conectados

La "Guía para el uso seguro de juguetes conectados" de INCIBE (Instituto Nacional de Ciberseguridad) de España e IS4K (Internet Segura for Kids) define **los juguetes conectados** como aquellos que poseen **funciones de conectividad** para interactuar con otros dispositivos domésticos, como tabletas o celulares, para intercambiar datos a través de *Internet*. Como, por ejemplo: drones o robots.

Estos **juguetes recogen datos de los niños, niñas y adolescentes** para personalizar la experiencia de juego y el usuario debe aceptar las condiciones de uso de sus datos antes de utilizar el juguete.

**Por ello, en primer lugar, hay que pensar qué juguete vamos a comprar y valorar si es necesario que tenga cámara, micrófono o una app para cumplir su cometido.**

### RECUERDE:

- Configurar el juguete de forma segura.
- Desconfiar de versiones gratuitas.
- Descargar Apps de sitios oficiales.
- Asegurar nuestra conexión WIFI para bloquear el acceso a otras personas.
- Cambiar contraseñas o códigos por defecto.
- Mantener las actualizaciones al día para corregir fallos de seguridad.
- Apagar el juguete cuando no se utilice.
- Comprobar y eliminar los registros de datos almacenados en el sistema.
- Eliminar la totalidad de los datos cuando dejemos de utilizar completamente el juguete.
- Borrar las Apps que no se usen, para evitar que sigan accediendo a la información.



# CONTENIDOS ILEGALES E INADECUADOS PARA LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

Internet aporta muchas ventajas usadas de forma responsable. Pero también existen **contenidos y sitios inadecuados**, por lo que hay que **tomar ciertas medidas a la hora de navegar por la red**. Según el estudio del Instituto de La Familia de la Universidad de La Sabana, los adolescentes conocen algunos riesgos asociados al mal uso de las redes sociales, solo es conocido ampliamente el ciberbullying, **más del 50% sabe que existe el sexting y la pornografía infantil en línea** y solo muy **pocos conocen del grooming** (cuando una persona hace un perfil falso y contacta a los niños, niñas o adolescentes con el objetivo de obtener contenido erótico).

En este capítulo de contenidos ilegales e inadecuados no tiene mucho sentido hablar de estos riesgos, que están más relacionados con el mal uso o con el abuso de las TIC.

Es importante mencionar que los **contenidos ilegales** son aquellos que suponen un delito, mientras que, los **contenidos inadecuados** son páginas que, sin ser ilegales, no son aptas para menores.

Tipos de contenidos ilegales	Tipos de contenidos inadecuados
Pornografía infantil	Pornografía de adultos
Difamación en Internet	Violencia
Apología del terrorismo	Incitación a la bulimia y/o a la anorexia
Apología del racismo y xenofobia	Publicidad engañosa

Según el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) (2020) existen **tres tipos de riesgo en internet** para los niños, niñas y adolescentes. **El riesgo de contenido**, en el que se expone a información como imágenes de explotación sexual de niños, autolesiones, bulimia. **El riesgo de contacto**, en donde el niño, niña o adolescente participa en alguna comunicación o interacción arriesgada y **el riesgo de conducta**, en el que el comportamiento del niño va orientado a que se produzca contenido o contacto riesgoso mediante las TICS.

La línea virtual de reporte Te protejo (2019), creada por el gobierno nacional con el fin de proteger a la infancia y adolescencia, indica que, **la categoría con más informes durante el 2019 fue el de material de abuso y explotación sexual con el 86%**, seguido por el 6.3% de maltrato, abuso y trabajo infantil y el 4.5% de ciberacoso en tercer lugar.

Hay que recordar que la **Ley de Protección de Datos Personales (2012)** en Colombia fue creada con el objetivo de garantizar la seguridad y protección de datos personales, establece **multas económicas** por recoger y tratar datos de otras personas sin su autorización. Para subir o publicar una foto o video se debe pedir permiso (y mejor por escrito) a las personas que aparecen en la misma. **Si se trata de menores con edades inferiores a los 14 años será necesaria la autorización de sus padres.**

Nos pueden ser de mucha utilidad servidores que tienen servicios para **filtrar contenidos a menores** (recordando siempre que no son infalibles):

- **Kiddle** es un buscador de adaptado al público infantil para que no encuentren ningún contenido para adultos además de no registrar sus datos personales.
- **Youtube Kids** es una app para niños de 2 a 12 años para visualizar vídeos infantiles con opciones de seguridad para los padres tales como limitar el tiempo de uso, crear un perfil propio o comprobar y aprobar el contenido.

## Retos virales

Los llamados **retos virales o challenges**, son acciones nacidas en el entorno digital que invitan a los usuarios a grabarse haciendo algo específico y a colgarlo en la red. Por las redes sociales y a internet, estos retos cada vez se extienden con mayor rapidez, sobre todo entre los jóvenes. El reto más viralizado en Colombia por niños, niñas y adolescentes durante el 2021 fue el de las **“cajas de leche” o “milk create challenge”**, el cual consistía en amontonar varias cajas de plástico en forma de pirámide y así subir y bajar por los lados intentando no caer, pero al final **dejó varias personas lesionadas** (Revista semana, 2021).

La mayoría de los **usuarios** que los practican son **adolescentes** que buscan el mayor número de “me gustas”, para conseguir **popularidad** y sentirse **integrados y aceptados** socialmente. Además, en esta etapa de la adolescencia, es muy habitual retarse y tener una falsa percepción de inmunidad y una baja sensación de riesgo.

La lista de retos virales existentes en la red es interminable y de muchos tipos. Existen retos beneficiosos y que buscan concientizar por una buena causa, como, por ejemplo, el solidario *Ice Bucket Challenge* en el que sus protagonistas se echaban cubos de agua helada para concientizar sobre la ELA, o el *TrashTag Challenge* para concientizar sobre el cuidado del medioambiente recogiendo la basura de los espacios naturales. Otros pueden ser cómicos como el *Mannequin Challenge*, donde el reto consistía en quedarse quieto como un maniquí mientras se graba desde distintos ángulos, o inocentes como el *10 Years Challenge* en el que se comparan fotos de hace 10 años con la actualidad. Algunos desafíos también son muy creativos, como el de hacerse una foto imitando una obra de arte famosa.



Sin embargo, entre todos estos retos positivos, existen **otros muy peligrosos** y que pueden ocasionar serios daños en la persona que los realiza, llegando incluso a costarle la vida. Algunos de los más peligrosos fueron Momo o La ballena azul, seguidos en todo el mundo, que invitaban a los menores a superar una serie de pruebas que consistían en lesionarse y acabar suicidándose.

**Cada año aparecen multitud de nuevos retos virales** en las redes sociales, que buscan ser divertidos, pero que entrañan una gran peligrosidad. Algunos de los más populares en los últimos años son: *In my feelings*, uno de los más famosos en 2018 en el que participaron numerosos influencers y que consistía en bajarse del coche en marcha y comenzar a bailar; *Bird Box*, inspirado en la película protagonizada por Sandra Bullock en 2019, y que consistía en salir a la calle y realizar tareas cotidianas con los ojos vendados, lo que no solo ponía en riesgo al protagonista del reto, sino también a los transeuntes; el *Vacuum challenge* que consiste en meterse en una bolsa de basura gigante e introducir el tubo de la aspiradora para que se quede el envasado al vacío, lo que puede derivar en la asfixia; o el rompebocas que consiste en envolver por sorpresa los tobillos de una víctima con una bufanda u otra prenda de ropa y tirar para que se caiga de frente.

Para evitar que nuestros hijos e hijas participen en algunos de estos retos que pueden poner en riesgo su salud y su integridad, es muy importante que establezcamos con ellos unas normas de uso responsable con los dispositivos móviles, y favorezcamos el desarrollo de la capacidad crítica, para que aprendan a razonar y ser conscientes de los peligros que conllevan.



**Entre los retos positivos,  
existen otros muy peligrosos  
y que pueden ocasionar serios  
daños en la persona que los  
realiza, llegando incluso a  
costarle la vida.**



También, es necesario **trabajar** con **ellos el autoconcepto y la asertividad**, que no se dejen llevar por la opinión de los demás y no lleven a cabo acciones arriesgadas solamente por conseguir *likes*. Asimismo, es fundamental transmitirles que **no deben participar en estos desafíos y no deben difundirlos**. Por último, debemos **estar atentos** por si detectamos algún tipo de desafío dentro de la institución educativa, para tomar las medidas oportunas, y por supuesto **informar** siempre a las **familias** si descubrimos algo sospechoso. En caso necesario, debemos **denunciar** y avisar a las autoridades competentes.

## Comunidades peligrosas

Las **comunidades online** son grupos que comparten intereses comunes en Internet. Muchas comunidades tienen buenas intenciones, como por ejemplo compartir aficiones de ocio, intereses culturales o educativos, conocimientos, etc. Pero muchas otras comunidades tratan temas inapropiados o peligrosos para los menores de edad. Por ejemplo:

- Comunidades que promueven **el extremismo, el odio o la violencia**.
- Comunidades «*hate-speech*» que promueven el **odio racial, la xenofobia, el antisemitismo y la homofobia**.
- Comunidades que promueven **hábitos de vida no saludables**: pro-anorexia (pro-Ana), pro-bulimia (pro-Mia), autolesión («*self-harm*»), consumo de alcohol o drogas, abuso de juego online.
- Comunidades que incitan al **suicidio**.
- Comunidades que realizan apología de la **pedofilia**.

En las comunidades online nuestros alumnos pueden acceder a contenidos inapropiados, con **información sesgada y sin contrastar** y, en muchos casos no están preparados para diferenciar una comunidad fiable de una que no lo es. Por ello, es necesario fomentar un **juicio crítico** frente a las informaciones que se encuentran en estas comunidades y **respetar todas las opiniones**, pero siempre con empatía y **respeto a la ley**.

A través de la educación y del diálogo se puede enseñar a nuestros alumnos a contrastar información e identificar fuentes de confianza. Como docentes debemos **escuchar y entender sus inquietudes** y educar sobre los riesgos.



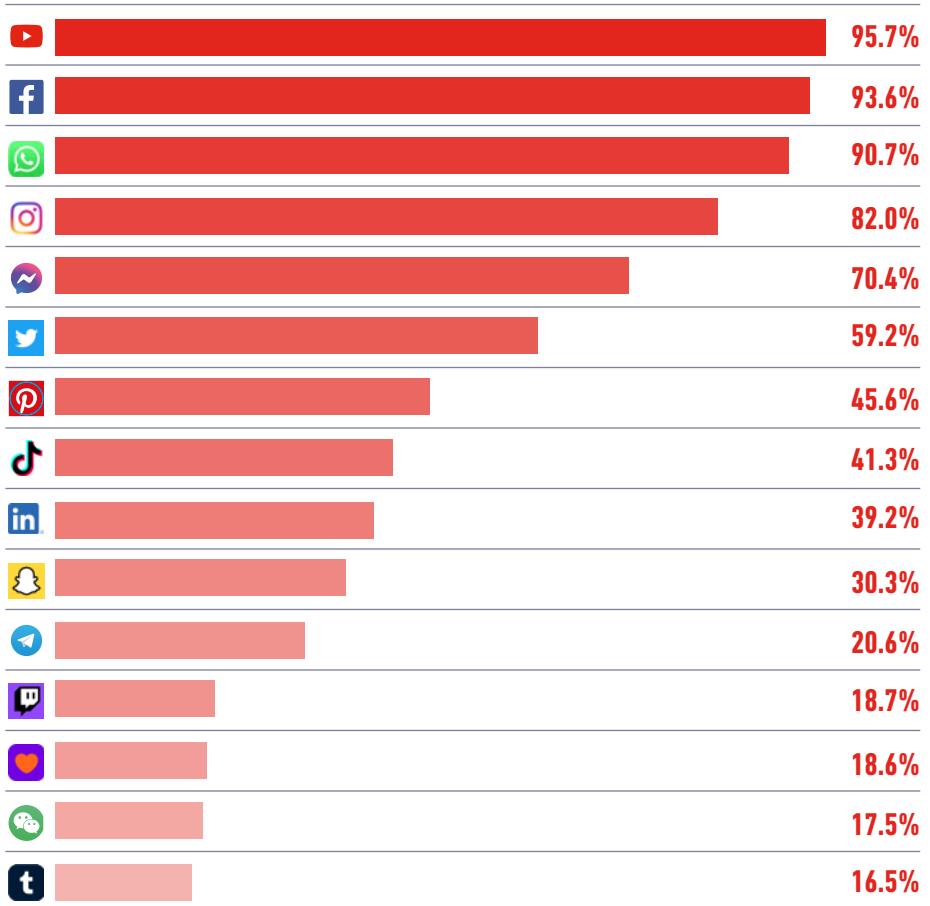
De **Internet Segura for Kids (IS4K)** adaptamos una serie de **recomendaciones** para guiarlos:

- Ser **consciente** del **peligro** y **riesgos** de las comunidades en línea y de los juegos en red.
- Ser crítico con la información que se encuentra. **No todo es cierto**. A veces, puede ser una mala influencia.
- **Dejarse asesorar** y **orientar** (por uno de los padres u otro adulto responsable) sobre los contenidos que son apropiados a su edad y sus gustos.
- Comunicar a uno de los padres o adulto de confianza cualquier información sospechosa que se encuentre en la red.
- **No facilitar datos ni información personal** a través de la red, sobre todo a desconocidos.
- Buscar y disfrutar **otras formas de ocio** diferentes de Internet.
- Si conoce a **alguien influenciado** por una comunidad peligrosa, intentar hablarlo con un adulto de confianza (familiares y profesores).



# LAS REDES SOCIALES Y SUS RIESGOS

En el 2021, los usuarios de internet entre 16 a 64 años utilizaron la plataforma de **YouTube** en un **95.7%** siendo esta la red social más utilizada por esta población, seguida de **Facebook** con un 93.6% y **WhatsApp** con el 90.7% en Colombia (We Are Social & Hootsuite, 2021).



La investigación realizada por el Instituto de La Familia de la Universidad de La Sabana (2021), menciona que las redes sociales más utilizadas por adolescentes escolarizados son el **Instagram como primera aplicación de uso**, luego YouTube y por último TikTok, a las cuales dedican entre **2 y 4 horas al día durante toda la semana**.

Aunque algunas de estas redes sociales tienen limitaciones frente a la creación de perfiles de acuerdo a un mínimo de edad, el **81% de personas menores de 24 años en Iberoamérica está conectada a Facebook y su iniciación en redes sociales ha sido temprana**. Esto, está directamente relacionado con el protagonismo que estas les pueden dar en el marco de sus relaciones sociales (Tejedor, Carniel y Giraldo, 2019) El acceso masivo de los niños, niñas y adolescentes a las redes sociales conlleva en ocasiones una pérdida de su intimidad y privacidad. La gran cantidad de datos personales y fotos que los jóvenes publican puede ponerlos en riesgo, lo que evidencia la necesidad desarrollar procesos educativos que promuevan el autocuidado digital.

Por ello, es importante conversar con nuestros estudiantes la importancia de **tener agregados solamente a sus amigos de confianza** en sus redes sociales, ni si quiera a "amigos de amigos" porque no saben si esas personas pueden comprometer su privacidad y su seguridad, y por supuesto no deben aceptar a desconocidos, ya que en las redes sociales no todo el mundo es quien dice ser, así que si en la vida real no hablarían con desconocidos en las redes sociales tampoco. No deben dejarse llevar por la curiosidad o pensar que entre más amigos tengan agregados en sus redes sociales, más va a aumentar su popularidad.

Por otro lado, los niños, niñas y adolescentes deben ser conscientes de que **todos los datos e información que publican en las redes sociales construye su propia identidad y su reputación digital**, por lo que deben actuar con responsabilidad cada vez que publiquen en ellas, ya sea escribiendo opiniones o subiendo o compartiendo fotos y vídeos en las redes. Además, deben tener en cuenta **que Internet no olvida** y cualquier cosa que publicamos es **susceptible de viralizarse**, es decir, de extenderse a una gran cantidad de personas en poco tiempo, y también, es susceptible de ser publicada fuera de contexto.

Hay que tener en cuenta que los **juegos online también son redes sociales** que los adolescentes utilizan a diario para hablar con amigos o con desconocidos por lo que también debemos concientizar a nuestros estudiantes sobre la importancia de no dar datos personales, no aceptar desconocidos, mantener sesiones de juego privadas y mantener la cámara web apagada.



## INSTAGRAM

**Mantener el perfil privado** para que solamente los amigos que tengas agregados puedan verlo publicado.

Eliminar y **no aceptar la solicitud de un desconocido**.

No compartir demasiada información y **asegurarse con quién se comparte**.



## FACEBOOK

**Mantener el perfil privado** para que solamente los amigos que tengas agregados puedan verlo publicado.

Eliminar y **no aceptar la solicitud de un desconocido**.

No compartir demasiada información y **asegurarse con quién se comparte**.



## WHATSAPP

Diferenciar entre amigos y conocidos, agregar únicamente a **personas de confianza**.

No compartir demasiada información y **asegurarse con quién se comparte**.

**Revisar los ajustes de privacidad** para visualizar la hora de conexión, estados, información y foto de perfil.

A manera de resumen, **es importante:**

- Enseñar a los niños, niñas y adolescentes a ser **muy responsables a la hora de utilizar cualquier red social**, puesto que lo que publican en sus redes es lo que va a crear su identidad y reputación digital. Además, cualquier imagen o vídeo que compartan puede ser manipulado con mucha facilidad y distribuido durante años por la Red.
- Recordarles que la Ley de Protección de Datos (2012) establece multas y sanciones por manejar información o imágenes de otras personas sin su autorización. Para subir o publicar una foto deberían **pedir permiso** (y mejor por escrito) a las personas que aparecen en la misma. Si se trata de menores de 18 años será necesaria la autorización de sus padres.
- Evitar **clics de enlaces sospechosos** o URL cortas, ya que podrían enviarlos a páginas con contenidos maliciosos, virus, o páginas de riesgo. Así como no deben participar en sorteos falsos o cualquier tipo de encuesta por redes sociales que les soliciten datos personales.
- Utilizar siempre el nivel máximo de **privacidad** en las redes sociales, y aceptar solo a personas que conocen cara a cara.
- Concientizarlos sobre la importancia de no dar información personal a través de las Redes Sociales.
- Si son menores de 14 años, deben saber que es ilegal que tengan una red social y que podrían tener problemas legales.





# CIBERACOSO

## ¿Qué es?

**El bullying o acoso escolar** es el acto de humillar, agredir, insultar, aislar o chantajear a un compañero de forma intencionada y repetida en el tiempo. Cuando ese acoso se produce a través de las redes sociales o utilizando las tecnologías de la información y comunicación, le llamamos **ciberacoso o cyberbullying**.

Según datos del primer estudio internacional de acoso escolar para América Latina realizado por la ONG Internacional Bullying Sin Fronteras (2021), **Colombia se posiciona como uno de los países con más casos de acoso escolar en el mundo**, y con 8.981 casos graves de bullying. Estas cifras son alarmantes, pues a su vez, se ha evidenciado **que a medida que aumentan los casos de bullying tradicional, incrementa exponencialmente los casos de cyberbullying** en redes sociales, sobre todo en Facebook, Instagram, YouTube, TikTok y Twitter.

La Universidad EAFIT y TigoOne realizaron un estudio, donde encontraron que, **el 12% de niños, niñas y adolescentes en el año 2017 habían sido víctimas de cyberbullying y otro 35% había sido víctima de acoso tradicional en algún momento de sus vidas**. Respecto a la edad, Herrera, Romera y Ortega (2017) encontraron que los jóvenes escolarizados entre **14 y 15 años son los más implicados en ejercer o ser víctimas de bullying y cyberbullying**. Además, la tendencia de los hombres en cualquiera de los roles dentro de dicho fenómeno es más alta, en comparación con las mujeres.

## ¿Qué factores aumentan los casos de ciberacoso?

- La creencia de que Internet es anónimo y la identificación es improbable. Sin embargo, como ya se ha dicho, la dirección IP permite identificar al usuario de Internet, luego la denuncia es posible.
- La imposibilidad de que el agresor desarrolle conductas empáticas hacia la víctima, al no poder ver las reacciones emocionales que su abuso genera.
- La desinhibición, favorecida por la falta de contacto físico, que provoca que el acosador se atreva a hacer comentarios que normalmente no diría cara a cara.
- La fácil accesibilidad a las TIC. Requiere muy poco esfuerzo y se puede hacer desde cualquier lugar.

## Diferencias con el acoso tradicional

### La víctima no descansa:

- El acoso puede producirse a cualquier hora y cualquier día (24/7).
- No importa el lugar en el que se encuentren víctima y agresor.

### Multiplifica y complica el acoso:

- Puede verlo mucha más gente dependiendo del número de contactos que tengan víctima y agresor.



**Se extiende más rápido:**

- Se expande exponencialmente, cada usuario comparte con todos sus contactos a la vez.
- Se pueden hacer virales e incluso dar la vuelta al mundo.

**Tarda más en olvidarse:**

- Cualquier cosa que se suba a Internet, no puede borrarse, así que funciona como un recordatorio constante.

## Tipos de ciberacoso

La guía “Pasos para evitar el ciberbullying” de la Comunidad de Madrid (España) propone 6 tipos de ciberacoso:

- **Amenazas e intimidación:** enviar mensajes amenazantes, coaccionar o difundir rumores a través de sistemas de mensajería instantánea, correo electrónico, comentarios en sitios web, redes sociales o foros.
- **Acoso o acoso:** enviar de forma reiterada textos, mensajes o llamadas no deseadas. Seguimiento y recopilatorio de información de la víctima y publicación de información personal o de sus allegados sin permiso.
- **Difamación:** subir información que dañe la reputación de la otra persona. Extender rumores o afirmar hechos falsos de la víctima mediante fotografías o mensajes de odio basándose en prejuicios (sexistas, homofóbicos, racistas...). También, el “Slut-shaming” (generalmente afecta a chicas) para humillar públicamente a la víctima por comportamientos o deseos sexuales.
- **Ostracismo, rechazo o exclusión:** marginar y excluir a la víctima en espacios virtuales y actividades sociales en Internet.
- **Robo de identidad, acceso no autorizado o suplantación de identidad:** robar contraseñas, crear perfiles falsos o *hackear* cuentas o perfiles de usuarios para humillar a la víctima o dejarla en evidencia haciéndose pasar por ella.
- **Difundir información o imágenes privadas de la víctima:** mostrar contenido privado para avergonzar o humillar. También se incluye el material de índole sexual o pornográfico sin consentimiento (*sexting*).

## ¿Por qué actúan así los jóvenes?

En toda situación de acoso escolar o ciberacoso intervienen **tres tipos de actores:**

### El agresor: *troll* o *hater*

El *troll* es una persona que publica contenido en una comunidad virtual con la intención de generar polémica, crear un conflicto, provocar o simplemente llamar la atención. Su objetivo es entretenerse y ser gracioso. Acostumbra a buscar reconocimiento a través de memes y su intención es viralizar sus creaciones y conseguir el mayor número de *likes* posibles. El *hater* es una persona que busca herir con sus comentarios y disfruta haciendo daño a sus víctimas.

En ambos casos, estos agresores se caracterizan por:

- Baja empatía cognitiva y afectiva.
- Falta de asertividad.
- Creer que lo que hace no es tan grave.
- Justificarse diciendo que son bromas.

## La víctima

Las consecuencias del ciberacoso en los niños, niñas y adolescentes pueden ser más graves incluso que las del acoso escolar. La Organización Mundial de la Salud (OMS) alertó, en marzo de 2016, del riesgo de depresión y suicidio como consecuencia del ciberacoso.

Dependiendo del tiempo al que el menor de edad se vea expuesto al acoso, este puede sentir daños cada vez más graves, a nivel emocional, físico y social. Como, por ejemplo, ataques de ansiedad, depresión, problemas de autoconcepto y aislamiento.

### Síntomas del ciberacoso en la víctima

<b>Físicos</b>	Dolores de cabeza o dolores de estómago.
	Falta de sueño y poco descanso, así como Insomnio.
	Sedentarismo.
	Pérdida del apetito o abuso en la comida.
	Autolesiones o intentos de suicidio.
<b>Psicológicos</b>	Inhibición de la voluntad.
	Falta de concentración en otras tareas.
	Ansiedad, estrés y otros tipos de emociones negativas.
	Alteraciones del estado de ánimo.
	Tristeza y/o apatía e indiferencia.
<b>Sociales</b>	Pensamientos suicidas.
	Falta de estudio y bajo rendimiento académico.
	Poco contacto familiar y cambios en las relaciones sociales con los amigos y con el colegio.
	Conductas de introversión y aislamiento.
	Desarrollo de conductas agresivas o peligrosas.

Es importante señalar que cualquier estudiante puede ser víctima del ciberacoso, aunque resulta más probable en los casos en los que hay diferencias de nacionalidad, religión, cultura, orientación sexual, aspecto físico, entre otros o también, en los adolescentes que tienen una baja autopercepción, inseguridad, falta de habilidades sociales o que tienen menos amigos que puedan apoyarlos y protegerlos.

## Los observadores

Un papel fundamental en este tipo de acoso son los llamados "observadores". Se trata de todos aquellos niños, niñas y adolescentes que saben lo que le está pasando a ese compañero que sufre acoso, pero que no hacen o dicen nada por diferentes razones:

- Porque creen que a la víctima no le afecta o porque el acoso no va con ellos y no se sienten parte del problema.
- Porque tienen miedo de que les ocurra lo mismo y que el agresor se vuelva en contra de ellos.
- Porque creen que si dicen algo van a ser unos "sapos".

## ¿Cómo actuar?

### Víctima

- Informar a padres, orientadores/psicólogos o profesores para que tomen medidas. ¡No hay que tener miedo a pedir ayuda! Los adultos están para cuidarlos.
- Guardar las pruebas por ejemplo capturas de pantalla y guardándolo en un pen drive o disco duro para no perder la información.
- Ignorar los ataques. Cualquier respuesta puede reforzar al agresor.
- Reportar al Administrador de la web o red social para que tome medidas contra estos usuarios tóxicos.
- Si es necesario, denunciar ante las autoridades competentes.

### Observador

- Es muy importante hablar e informar a adultos de confianza sobre los problemas que se detecten.
- El silencio hace cómplice, y los observadores son quienes más pueden ayudar a frenar el ciberacoso.
- No participar bajo ningún concepto en la agresión y socorrer a la víctima.
- No compartir ningún tipo de publicación, mensaje, foto o vídeo que sea objeto de acoso contra algún compañero.
- Si se detecta algún tipo de ataque, se debe denunciar a la red social o al administrador de la web para que lo reporten y se tomen medidas.
- Si es necesario, también los observadores pueden denunciar ante las autoridades competentes.

## Padres

- Dar ejemplo de un buen uso de los dispositivos digitales.
- Involucrarse y asistir a actividades formativas centradas en la prevención para familias.
- Educar en valores y en inteligencia emocional fortaleciendo el carácter de sus hijos.
- Explicar los límites de la comunicación en Internet.
- Supervisar y acompañarlos en sus incursiones a Internet, conociendo los lugares que visitan y las personas con las que hablan virtualmente. Pero, siempre respetando su intimidad.
- Hablar con ellos y escucharlos. La confianza es la base de una buena comunicación padres-hijos.
- Estar actualizados sobre contenidos, herramientas y aplicaciones de Internet.

## Docentes

- Hablar sobre el ciberacoso con los alumnos y enseñarles a ponerse en el lugar de la víctima para entender cómo se puede sentir.
- Adoptar medidas proactivas para ayudar a prevenir el ciberacoso en el colegio y promover actividades entre los estudiantes para que se sienta implicado en la labor.
- Es importante sensibilizar a los observadores sobre la necesidad de denunciar este tipo de situaciones para no reforzar la "ley del silencio": cuando los alumnos saben lo que ocurre, pero nadie dice nada.
- Se debe evitar pensar que "no es para tanto", "era una broma", "son cosas de niños".
- Identificar señales de alarma en las víctimas como pueden ser los síntomas que indicábamos anteriormente y avisar a las familias.
- Es importante que la víctima se sienta legitimada y que no partamos de la hipótesis de que su denuncia es infundada o exagerada.
- Estar actualizados sobre contenidos, herramientas y aplicaciones de Internet.
- Implementar el Manual de Convivencia ya activar las rutas de atención del buen trato.
- Intentar reforzar la propia autoridad como docente ya que a veces se encuentra desprotegido para lidiar con estos problemas.
- Llevar a cabo eficientes protocolos de Actuación para casos de Acoso Escolar y Ciberacoso, lo ideal es disponer en el centro de una persona preparada y responsable de atender este tipo de situaciones y que conozca correctamente el protocolo de actuación para no actuar de forma improvisada.
  - Fase de acogida del denunciante/detección del caso.
  - Fase de atención inmediata.
  - Fase de investigación y diagnóstico.

- Fase de intervención y toma de decisiones.
  - Fase de seguimiento.
- Por último, en el caso de que el ciberacoso se produzca entre estudiantes de distintos colegios, los pasos que hay que tomar serían los siguientes:
- Trasladar la información de la que se disponga a los responsables del otro centro implicado.
  - Realizar las respectivas denuncias ante las autoridades competentes.

### Consecuencias legales

En Colombia el ciberacoso se rige bajo la ley 1620 de 2013 por la cual se crea el Sistema Nacional de Convivencia Escolar y Formación para el Ejercicio de los Derechos Humanos, la Educación para la Sexualidad y la Prevención y Mitigación de la Violencia Escolar. Se castiga bajo el delito *de amenazas* del Código Penal colombiano según el artículo 347 de la Ley 599 del 2000.

- “El que por cualquier medio atemorice o amenace a una persona, familia, comunidad o institución, con el propósito de causar alarma, zozobra o terror en la población o en un sector de ella, incurrirá por esta sola conducta, en prisión de cuatro (4) a ocho (8) años y multa de trece punto treinta y tres (13.33) a ciento cincuenta (150) salarios mínimos legales mensuales vigentes.
- Si la amenaza o intimidación recayere sobre el integrante de una organización sindical, un periodista o sus familiares, en razón o con ocasión al cargo o función que desempeñe, la pena aumentará en una tercera parte”.



# SEXTING

## ¿Qué es?

El *sexting* es el **envío de imágenes** (fotografías y/o vídeos) **de contenido sexual o erótico**, creadas por el propio remitente de forma voluntaria, usando las tecnologías de la información y comunicación.

Según el estudio realizado por Romero (2017), las denuncias relacionadas con casos de sexting han incrementado en los últimos años en Colombia. La **mayoría de las víctimas** se encuentran cursando estudios de secundaria y el 15.5% estudios de primaria, de las cuales **84.8% fueron mujeres**, principalmente en del departamento de **Cundinamarca (31.8%)** y quienes fueron contactadas en su mayoría, mediante Facebook (22.9%) y WhatsApp (4.2%). Adicionalmente, menciona que, en el 53% de los casos, la **relación personal de la víctima con el victimario era desconocida**, y en casos donde la víctima conocía al victimario, tendría mayor prevalencia personas a quienes se considerarían amigos (9.6%), compañeros de estudio (9.4%), exnovio o pareja (7.8%) y/o vecinos (6.9%).

Algunas redes sociales han ayudado a que el *sexting* se convierta en una **moda entre los menores**. Por ejemplo, Tik Tok, Snapchat, Instagram o Facebook son apps en las que se cuelgan, de forma voluntaria, fotografías o vídeos de uno mismo. Estas apps comparten una característica que está triunfando actualmente entre los jóvenes, pueden grabar o colgar imágenes de clips breves de segundos que se borran al cabo de unas horas. Pero, hay que tener cuidado, ya que, aunque las imágenes desaparezcan de los perfiles de los usuarios, nunca desaparecen de la red, y, además, alguien ha podido hacer un pantallazo del clip que después puede difundir o utilizar para hacer chantaje.

## Factores que aumentan las cifras de Sexting

El número de casos de *sexting* ha aumentado notablemente en los últimos años, y es que existen varios factores que influyen en la expansión de este fenómeno:

- Los nativos digitales están acostumbrados a llevar una vida muy expuesta al público a través de las TIC, por lo tanto, no perciben como un riesgo el facilitar datos personales o imágenes, que disminuyen su privacidad y su intimidad.
- Los adolescentes poseen una serie de características propias de su edad y algunas de estas los impulsan a realizar conductas de riesgo, subestimando las posibles consecuencias.
- El inicio precoz de la sexualidad en los adolescentes.

## Consecuencias en los niños, niñas y adolescentes

Los principales **riesgos** son:

- **Vulneración del derecho a la intimidad.**
- **Pérdida del control de la imagen:** En el momento en el que un joven envía una imagen comprometida pierde el control sobre esta: no se sabe dónde ni en manos de quién puede acabar. Esto supone un gran impacto para la víctima, ya que es probable que se difunda o se comente en su entorno.
- **Acoso escolar o ciberacoso:** si la imagen se ha difundido en la institución educativa la víctima puede ser humillada e insultada por sus compañeros.
- **Sextorsión:** Puede suceder que la persona que recibe la imagen comprometida amenace y coaccione a la víctima para que le envíe más imágenes similares, chantajeándola con publicar la foto que ya tiene el poder para que la vean sus padres, amigos y conocidos a través de las redes sociales.
- **Grooming:** ocurre cuando un adulto hace uso de técnicas de engaño con el fin de conseguir la confianza de un menor de edad y de este modo obtener un beneficio de carácter sexual de él, ya sea en forma de material audiovisual en el que aparezca el niño, niña y adolescente o con el fin de concertar un encuentro con el mismo. Según Romero (2017) el grooming es la cuarta modalidad de pornografía infantil más usada con un 19.1% de incurrancia, después del sexting (19,7%).

Según la edad y el ciclo vital en el que se encuentran los estudiantes, y los cambios que trae consigo cada una de estas etapas como lo son la inseguridad, la inestabilidad emocional y la exploración de los propios límites personales, se encuentran conductas de riesgo como consumo de alcohol y drogas, relaciones sexuales prematuras o sin protección que están directamente relacionadas con el sexting. Asimismo, se ha evidenciado que una de las consecuencias más graves al ser víctima de sexting es el suicidio (Agustina & Montiel, 2017).

## ¿Cómo actuar?

### Víctima

- **No realizar imágenes de este tipo. ¡Nunca!** Una vez se envía el contenido se pierde el control sobre él y nunca saben dónde puede acabar. El riesgo no está solo en que la persona a la que se le envía este material lo pueda difundir en un futuro, sino que no se sabe qué puede suceder con el dispositivo ya que puede ser robado, hackeado o perdido. De modo, que la mejor forma de prevenir la difusión y de asegurar plenamente nuestra privacidad, es no hacerse ese tipo de fotos.
- **Avisar a padres, orientadores, profesores o adulto de confianza.** ¡No hay que tener miedo a pedir ayuda! Los adultos están para ayudar.
- **Denunciar cualquier tipo de acoso y reportarlo a la red social.** Si es necesario denunciándolo ante las autoridades competentes.



## Observador

- **Eliminar la fotografía o vídeo del dispositivo** (en el caso de que se reciba este material de otras personas). Y por supuesto, nunca compartir o reenviar.
- **El silencio hace cómplice.** ¡No hay que callarse!
- **Informar a un adulto de confianza.**

## Padres

- **Enseñarles a decir NO:** Dos personas pueden ser amigas, o incluso pareja, sin aceptar todo lo que demande la otra persona.
- **Transmitir nuestra propia experiencia en la vida.** Mostrarles que los amigos y las personas en las que confiamos ahora no son las mismas que hace años. Los amigos cambian, así como las parejas.
- **Hablar con ellos y escucharlos.** La confianza es la base de una buena comunicación padres-hijos.
- **Valorar la opción de denunciar** ante las autoridades competentes.

## Docentes

- **Hablar del sexting** y sus riesgos con el alumnado.
- **Concientizarlos sobre la importancia de no enviar** este tipo de imágenes y hacerles hincapié en que si reciben alguna foto comprometedor de un compañero deben denunciarlo y contárselo al docente u orientador/psicólogo.
- **Si se detecta un caso** de sexting dentro del colegio, avisar a las familias.
- **Estar actualizados** sobre contenidos, herramientas y aplicaciones de Internet.
- **Implementar el manual de convivencia** del colegio, y activar la ruta del buen trato.
- Llevar a cabo **protocolos de Actuación:**

### 1. Fase de detección. Recogida de información:

- Protección inmediata de la víctima: Recogida de información y contacto con los padres.
- Identificación de los alumnos implicados: víctima (remitente de imagen), agresor/es, difusores de las imágenes y observadores.
- Decisión y planificación de posibles entrevistas a los alumnos relacionados, familias, profesores, etc.

## 2. Fase de investigación:

- Advertir a la víctima y a su familia de que deben conservar las pruebas y se deben contactar con la red social o con el administrador de la web para reportar los hechos.
- Entrevistas con los implicados creando un clima de confianza.
- Elaboración de un informe.
- Valorar la posibilidad de informar a las autoridades competentes.

## 3. Fase de intervención. Si se confirma el posterior acoso:

- Adopción de medidas educativas y/o disciplinarias.
- Ante la gravedad de los hechos, dar cuenta a las autoridades competentes.

## 4. Fase de seguimiento:

- Una vez que se han implementado las medidas educativas o disciplinarias, debemos asegurarnos de que la situación ha terminado y no se repite.

## Consecuencias legales

En Colombia el sexting se castiga bajo la Ley 599 del 2000, capítulo segundo “De la extorsión”, artículo 244 del Código Penal donde se señala que la persona que constriña a otro a hacer, tolerar u omitir alguna cosa, con el propósito de obtener provecho ilícito o cualquier utilidad ilícita o beneficio ilícito, para sí o para un tercero, será castigado con una pena de prisión de 192 a 288 meses y multa de 800 a 1.800 salarios mínimos legales mensuales vigentes.

Es importante que tanto familias, profesorado y adolescentes tengan muy claro que tener o distribuir imágenes de contenido sexual donde aparecen menores está considerado pornografía infantil y es un delito según el artículo 213A del Código Penal colombiano, que establece penas que van de 14 a 25 años de prisión y multa de 67 a 750 salarios mínimos legales mensuales vigentes.

Además, según La ley 1336 de 2009 del Código Penal Colombiano declara que la persona que fotografíe, filme, grabe, produzca, divulgue, ofrezca, venda, compre, posea, porte, almacene, trasmita o exhiba, por cualquier medio que involucre persona menor de 18 años, será castigado con una pena de prisión de 10 a 20 años y multa de 150 a 1.500 salarios mínimos legales mensuales vigentes.



# GROOMING

El *grooming* es el conjunto de acciones que lleva a cabo un adulto sobre un menor de edad, con el objetivo de ganarse su amistad y conseguir imágenes o vídeos con contenido sexual o pornográfico, hasta la posibilidad de establecer contacto físico con dicho menor para abusar sexualmente de él. Según la Policía Nacional de Colombia, **durante el año 2020 se presentaron 1.013 denuncias** de las cuales 136 fueron por la modalidad de grooming hacia un niño, niña y/o adolescente.

## Perfil del adulto

El agresor acostumbra a actuar detrás de un **perfil falso** con una edad similar a la del niño, niña y adolescente. Para ganarse la confianza de su víctima, comparte sus mismos gustos y aficiones, y puede llegar a **ofrecer regalos físicos o virtuales**. Una vez consigue una prueba sexual del menor (fotografía y/o vídeo) puede usarla para **chantajearle** y conseguir todo lo que quiera de él. Las vías de entrada más habituales por las cuales un adulto se pone en contacto con un menor de edad son las siguientes:

- **A través de una solicitud de amistad en una red social.** En este caso suelen ser acosadores oportunistas que navegan por las redes sociales, normalmente con perfiles falsos, en busca de niños, niñas y adolescentes.
- **A través del chat de un videojuego.** Muchos videojuegos tienen un chat para hablar con otros jugadores, en ocasiones los menores cometen el error de dar datos personales, como su edad, la zona en la que viven o incluso su número de teléfono.
- **A través de la información personal que se ha proporcionado en la dirección de correo electrónico.** Muchos jóvenes incluyen datos personales en su dirección, es conveniente que no se pueda extraer ningún dato personal del correo.

## Fases del grooming

En la *“Guía de actuación contra el ciberacoso”* de IS4K, el grooming se **caracteriza por**:

- **Fase de inicio de amistad:** Toma de contacto con el menor de edad con el fin de conocerlo y crear una relación de amistad para ganar su confianza. Suele ser a través de una solicitud de amistad en una red social, en chats de videojuegos o en comunidades online. Toda la información de nuestra identidad digital les facilita la tarea a los groomers.
- **Fase de inicio de la relación:** Consolidación de la confianza entre el menor de edad y el abusador profundizando en información sobre la vida de la víctima y, confesiones personales e íntimas.
- **Fase sexual:** Petición al menor de edad de su participación en actos de naturaleza sexual, grabación de imágenes o fotografías.

- **Fase de ciberacoso:** si el menor de edad no accede a sus pretensiones sexuales, el ciberacosador le amenaza con difundir las imágenes de carácter sexual que haya conseguido a través de Internet a los contactos personales del niño, niña o adolescente.
- **Abuso y agresiones sexuales:** Ante las amenazas del ciberacosador, el menor de edad accede a todas sus peticiones sexuales, llegando incluso a contactar físicamente y abusar sexualmente de él.

## Consecuencias en el menor de edad

**El daño psicológico que sufren los niños, niñas y adolescentes atrapados en estas circunstancias es enorme.** Pueden sufrir: problemas psicológicos como ansiedad, depresión, trastornos o fobias; problemas académicos con el bajo rendimiento académico; problemas sociales y afectivos; cambios de hábitos alimenticios y pérdida del sueño; sentimiento de culpabilidad o vergüenza... entre otros síntomas. A todo esto, hay que añadir la situación de riesgo que podría suponer para el menor de edad si llegara a tener contacto con el agresor.

## ¿Cómo actuar?

### Víctima

- **Si se recibe la solicitud de un desconocido:** no aceptarla y eliminarla. Dejarse llevar por la curiosidad, puede conllevar riesgos.
- **Si ya se ha aceptado la solicitud** y se mantiene contacto con un desconocido, hay que recordar que en Internet no todo el mundo es quien dice ser. Hay que informar a los padres o tutores que se mantiene una conversación con una persona desconocida.
- **Cuidado con los archivos recibidos de desconocidos,** pueden ser una fuente de malware y pueden por ejemplo hacer que se active la cámara web en cualquier momento.
- **Mantener los perfiles privados** y no proporcionar ningún dato personal.
- **Asegurarse que las fotos que comparten y que tienen en su celular son adecuadas.** Además, no utilizar nunca la cámara web con desconocidos ya que todo lo que hagan delante de esta puede ser grabado. Taparla siempre que no se utilice el computador, celular o la tablet.
- **Guardar todas las pruebas en caso de situación** de acoso (haciendo pantallazos y guardándolo en un drive o disco duro) y NO ceder al chantaje.
- **Comunicárselo a un adulto de confianza y denunciarlo.**
- **Nunca hacer citas a solas con desconocidos.**

## Observador

Si algún compañero/a detecta que puede haber un caso de *grooming*, debe:

- Informar a un adulto de confianza.
- No hay que callarse en ningún caso, debe denunciarlo.

## Padres

- Educarles en el uso responsable de las TIC, concientizándolos sobre la importancia de utilizar métodos de seguridad como tapar la webcam cuando no se está utilizando, tener sus perfiles privados y no facilitar datos personales.
- Recordarles que nunca acepten a desconocidos y que conozcan los riesgos de facilitar datos a personas que no conocen. Es importante que nuestros hijos tengan en cuenta las mismas normas para relacionarse en Internet que en las relaciones cara a cara.
- Si se da un caso, no juzgar, criticar o señalar al niño, niña o adolescentes; y apoyarlo y ser constructivos. Se recomienda recibir apoyo psicológico tanto el menor de edad como la familia en caso de haber sido víctima.
- Hablar con ellos y escucharlos. La confianza es la base de una buena comunicación padres-hijos.
- Hablar con naturalidad sobre la sexualidad con ellos.
- Informarles de que deben rechazar mensajes de tipo sexual o pornográfico y nunca reenviarlos.
- Denunciar ante las autoridades competentes.

## Docentes

- Educar en un uso responsable de Internet.
- Hablar sobre el *grooming*. Debates en clase sobre noticias, casos reales, etc.
- Informarles de que deben rechazar mensajes de tipo sexual o pornográfico y nunca reenviarlo.
- Cuando publiquen o envíen una fotografía deben asegurarse de que no tenga ninguna connotación sexual.
- Recordar la utilización de métodos de seguridad referentes a su información personal en Internet y a la Webcam.
- Estar actualizados sobre contenidos, herramientas y aplicaciones de Internet.
- Implementar el manual de convivencia o las sugerencias realizadas por los entes locales, gubernamentales o nacionales.

- Denunciar ante las autoridades competentes.
- Si es necesario proponer ayuda psicológica para la víctima y su entorno familiar.
- Como docentes, ir con precaución a la hora de relacionarse con alumnos a través de las redes sociales. Algunos estudiantes se pueden sentir confundidos.
- Conviene reflexionar sobre su uso en un contexto exclusivamente escolar.
- Control y responsabilidad en la gestión de las propias webs de las instituciones educativas.

### **Consecuencias legales**

Aunque en Colombia no exista un tipo penal que castigue el grooming, hay normas que contemplan conductas derivadas de esa actividad que son delictivas.

Por ejemplo, en el capítulo II de los actos sexuales abusivos, artículo 209 del Código penal, castiga con penas que oscilan entre los 9 y 13 años de prisión a las personas que induzcan a un menor de 14 años a prácticas sexuales, situación común en el grooming.

Igualmente, el artículo 218 del capítulo IV de la explotación sexual, castiga con penas de 10 a 20 años de prisión la tenencia de material audiovisual de contenido sexual que involucre menores de edad. Es decir, el solo hecho de conseguir que un menor traslade vídeos o fotos íntimas, configura de manera objetiva el delito y puede dejar a una persona en una investigación y una probable condena.





# CIBERCONTROL

## ¿Qué es?

El cibercontrol es una forma de violencia en la relación de pareja, que se produce en las redes sociales o mensajería instantánea y son indicios de futuros maltratos y actitudes, generalmente, machistas. **La mayoría de las víctimas son niñas adolescentes sometidas al control de sus parejas**, aunque también existe el cibercontrol de niñas sobre niños.

En Colombia, **la violencia o agresión digital contra las mujeres replica y potencializa las violencias tradicionales del machismo** que ya de por sí tiene cifras bastante alarmantes para niñas y mujeres del país. No obstante, **la forma de actuar y responder frente a las denuncias por violencia digital con enfoque de género aún es inconsistente** y marginal (Fundación Karisma, 2017). Según las cifras del Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses en los últimos cinco años en el país las **víctimas de violencia intrafamiliar y violencia de pareja en un 86% son mujeres** (Docal-Millán, 2020).

## Señales de alarma

Desde el Ministerio de Igualdad, se señalan algunos signos que nos podrían indicar que se está produciendo violencia de género digital:

- Acosar o controlar a la pareja usando el celular.
- Interferir en relaciones de la pareja en Internet con otras personas.
- Espiar el celular de la pareja.
- Censurar y controlar las fotos que la pareja publica y comparte en redes sociales.
- Exigir a la pareja que demuestre donde está con su GPS.
- Obligar a la pareja a tomarse fotos íntimas y enviárselas.
- Comprometer a la pareja para que facilite sus claves personales.
- Obligar a la pareja a que le muestre sus conversaciones en redes sociales.
- Mostrar enojo por no responder de manera inmediata en línea.

Si esto te está pasando, estas siendo víctima de ciberacoso por tu pareja. No lo toleres, esto no es amor

## Mitos

Existen algunos mitos que naturalizan la violencia de género:

- **“La violencia de género es cosa de los adultos”**: Se evidencia el aumento de casos de adolescentes víctimas de maltrato por parte de sus parejas.
- **“El maltrato psicológico no es tan grave como el físico”**: Las humillaciones, las amenazas y los desprecios, constituyen una forma de violencia que puede causar tanto o más daño como los golpes.
- **“Un hombre no maltrata porque sí. Si una mujer es maltratada es porque algo habrá hecho”**: No existe justificación para el uso de la violencia. En una pareja puede haber diferencias de opinión, malentendidos e incluso que todo esto genere en un deterioro de la relación, pero esto no tiene que ver con la situación de dominio-sumisión (donde uno de los dos ejerce abuso sobre el otro) que se da en la violencia de género.

- **“Los celos son una expresión de amor”**: Los celos y el control no son muestra de amor y respeto hacia la pareja. Esto puede reflejar dificultades para relacionarse adecuadamente por parte de la pareja.
- **“Si me controla es porque me quiere”**: No debemos confundir control con preocupación por la otra persona o con el cariño que sienta hacia ella. Es normal que la pareja quiera saber de ti, conocer lo que haces o dónde vas a estar, pero nunca debería ser planteado como una exigencia.
- **“El amor puede hacer que cambie”**: Es cierto que cuando quieres a una persona hay que estar en los momentos buenos y en los malos, pero eso no significa que tengas que tolerar que te maltrate.
- **“Si las mujeres soportan el maltrato es porque quieren. Si lo pasan tan mal que dejen a su pareja”**: No es fácil salir de una situación de maltrato. Muchas mujeres llegan a pensar que hay algo en ellas o en su comportamiento que justifica el maltrato de su pareja. Creen que son culpables de lo que les pasa. Otras veces temen que si dejan a su pareja la reacción de éste será peor o incluso el miedo a estar solas.

## Pautas de prevención

Debemos hablar abiertamente con nuestros alumnos sobre este problema contra el que debemos luchar y también poner medios para evitarlo. Hay adolescentes que están sufriendo cibercontrol y les cuesta dar el paso para salir, en algunos casos porque no se reconocen como víctimas, y otras veces por el miedo a que la violencia se incremente.

**La educación en la igualdad y el respeto entre hombres y mujeres** debe estar presente en nuestro día a día. Tenemos que transmitir a nuestros alumnos que las relaciones de pareja deben basarse en la confianza y el respeto mutuo y que una relación de pareja en la que se sufre y se pasa mal, no es una relación sana.

Se debe enseñar a los niños, niñas y adolescentes que la violencia de género no es un problema que afecta sólo a los adultos y que no solo tiene que ver con golpes físicos. Hay que dejarles claro que cuando a una mujer se le humilla, chantajea, insulta, controla... dentro o fuera de la Red, hablamos también de una situación de violencia de género.

En las relaciones de pareja es normal tener puntos de vista diferentes y momentos en los que no se está de acuerdo con la otra persona, o incluso momentos en los que nos podemos enfadar con ella; entra dentro de lo que es la convivencia. Sin embargo, hay que diferenciar lo que no es adecuado, ni tolerable dentro de una relación y evitar justificar determinados comportamientos en aras del amor. **Como posibles figuras de referencia, debemos ser un buen ejemplo para nuestros estudiantes.**

En lo relacionado con el uso de las nuevas tecnologías, debemos recordar a los alumnos que:

- Deben poner los medios adecuados para proteger su intimidad y su privacidad. Esto no significa que no confíen o no quieran a su pareja.
- Internet es algo positivo y si se usa de forma responsable y adecuada, no tiene que ser una fuente de control y de conflicto con la pareja.

- Las contraseñas de las redes sociales como correo electrónico, whatsapp, facebook, instagram, TikTok entre otros, son privadas y no deben ser compartidas.
- No deben hacerse, y mucho menos enviar fotos o vídeos que sean íntimos o comprometedores.
- Para que otras personas puedan leer sus mensajes y conversaciones, necesitan su autorización.

Asimismo, existe diferentes recursos y líneas de ayuda que es importante que los niños, niñas y adolescentes conozcan para denunciar casos de violencia de género, como por ejemplo:

- **Línea 155**, coordinada por el Gobierno Nacional a través de la Alta Consejería para la Equidad de la Mujer con el apoyo de la Policía Nacional, donde a través de este servicio telefónico bajo reserva, se presta información, orientación psicológica, asesoramiento jurídico y médico en materia de violencia de género las 24 horas al día de manera gratuita en todo el territorio nacional.
- **Línea púrpura** (Teléfono +72 018000112137 y **WhatsApp +57 3007551846**) gratuita que funciona las 24 horas del día, todos los días del año, con el fin de asesorar psicológica y jurídicamente a mujeres mayores de 18 años que identifiquen estar viviendo una situación de violencia. Cabe resaltar que no es una línea de emergencia.
- **Línea 141** del ICBF.

### Consecuencias legales

En Colombia no existe norma jurídica ni política pública que relacione directamente la violencia contra las mujeres y las tecnologías de información y comunicación (Paz, 2012). Sin embargo, se disponen desarrollos normativos aplicables en estos casos tales como:

- **Ley 1098 de 2006**, por la cual se expide el Código de Infancia y Adolescencia, que define en el artículo 18 el maltrato infantil como toda forma de perjuicio, castigo, humillación o abuso físico o psicológico, descuido, omisión o trato negligente, malos tratos o explotación sexual, incluidos los actos sexuales abusivos y la violación y en general toda forma de violencia o agresión sobre el niño, la niña o el adolescente por parte de sus padres, representantes legales o cualquier otra persona.
- **Ley 248 de 1996**, mediante la cual se aprobó "La Convención Interamericana para Prevenir Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer".
- **Ley 360 de 1997**, mediante la cual se modifican algunas disposiciones de los Códigos Penal y de Procedimiento Penal, aumentando las penas para los delitos sexuales e incluyendo nuevas conductas como la pornografía con menores de edad y también prohibió la libertad provisional para las personas procesadas por delitos sexuales.
- **Ley 1257 de 2008**, en la cual se dictan normas de sensibilización, prevención y sanción de las distintas formas de violencia y discriminación contra la mujer. Esta Ley aborda la problemática de violencias contra la mujer de una manera integral. Incluye las definiciones de daño contra las mujeres y que aplican también para las violencias basadas en género.

# RECURSOS, LÍNEAS DE AYUDA Y LÍNEAS DE ACTUACIÓN

Si después de un tiempo de observación sospechamos que un alumno tiene problemas con el uso de las TIC, lo mejor es acudir a un experto.

Existen distintas páginas web en las que se puede consultar información:

- En Tic Confío- [www.enticconfio.gov.co](http://www.enticconfio.gov.co)
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar – [www.icbf.gov.co](http://www.icbf.gov.co)
- Red de Padres y Madres- [www.redpapaz.org](http://www.redpapaz.org)
- Ministerio de Educación Nacional- [www.mineduccion.gov.co](http://www.mineduccion.gov.co)
- ContigoConectados – [www.contigoconectados.com](http://www.contigoconectados.com)

Si necesitas denunciar o pedir orientación sobre casos de maltrato, violencia sexual, acoso escolar, trabajo infantil o consumo de sustancias psicoactivas, contacta a Bienestar Familiar marcando la **Línea 141 las 24 horas del día**.

Si necesitas denunciar casos sobre contenido de explotación sexual infantil o extorsión, utiliza **¡A denunciar!** de la Policía Nacional y Fiscalía General de la Nación en: <https://adenunciar.policia.gov.co/Adenunciar/Login.aspx?ReturnUrl=%2fadenunciar%2f>

Si eres víctima de hackeo de tus cuentas de redes sociales o encuentras páginas que puedan generar riesgos para los ciudadanos, especialmente para los niños, niñas y adolescentes, podrás ponerte en contacto las 24 horas del día con el CAI Virtual de la Policía Nacional en: <https://caivirtual.policia.gov.co/>

**Fundación MAPFRE**  
[www.fundacionmapfre.org](http://www.fundacionmapfre.org)

# ANEXO I

## ACTIVIDADES PARA EL AULA –

### 3°Y 4° DE PRIMARIA

#### ¿Cuántas APPS tengo?

**Duración:** 60 min

#### Objetivos

- Reflexionar sobre la cantidad de apps instaladas y sobre los permisos que solicitan.
- Comprender los principales riesgos vinculados a una gestión no adecuada de la privacidad.

#### Materiales

- Computador y tablet.
- Papeles.
- Lápices o esferos.

#### Contenidos

Conceptos de privacidad e imágenes y privacidad a terceros.

#### Desarrollo

Ver toda la clase los siguientes vídeos de Pantallas Amigas de la serie “Pilar y su celular”:  
[Instalando apps](#) y [Privacidad, celulares y permisos en apps](#).

→ Una vez se han visto los vídeos, se hará una reflexión grupal sobre las siguientes preguntas:

- ¿Cuántas apps tenemos en el celular o Tablet?
- Antes de instalar algo, ¿lo consultamos con nuestros padres? ¿Nuestros padres conocen todas las apps que tenemos instaladas?
- Cuando descargamos una app, ¿conocemos todos los permisos que les estamos concediendo? ¿Aceptamos todos los permisos sin preguntarle antes a nuestros padres?

¿Podrías mencionar algún ejemplo de permisos que te suelen pedir las apps?

→ Una vez, los estudiantes han reflexionado sobre estas preguntas, se pondrán una serie de apps ficticias y deberán decidir si se la instalarían o no, y qué riesgos creen que conllevaría instalarlas

### Teclado colorinchi

**Descripción:** teclado con cientos de iconos y stickers exclusivos súper cool, además puedes personalizar tu teclado con diferentes colores para que seas la envidia de todos. Permisos: acceso a tus contactos, acceso a tus llamadas y mensajes, acceso a tu ubicación, y acceso a tu micrófono

### Juego Super Adventure 5.0

**Descripción:** Atrévete con todas las nuevas aventuras que te esperan en este juego. Podrás jugar en tiempo real con otros jugadores de todo el mundo y demostrar que eres el mejor. Además, te podrás llevar diferentes premios y trofeos. Permisos: compras en aplicaciones, acceso a tus contactos, acceso a tu almacenamiento, acceso a tu cámara y micrófono configuración de datos móviles.

### Filtro instafamous

**Descripción:** ¿Quieres parecerte a tu famoso favorito? Descárgate este filtro, y con solo un selfie tuyo haremos que parezcas un auténtico celebrity. Además, podrás utilizar diferentes filtros, efectos y emoticonos. Permisos: compras en aplicaciones, acceso a la conexión wifi, acceso a los datos de llamadas y sms, acceso a tu cámara y micrófono acceso a tus fotos/multimedia/archivos, acceso a tu ubicación.

Posteriormente, se les propondrá que, en casa junto con sus familias, revisen las apps que tienen instaladas en sus dispositivos y que se fijen en los permisos concedidos. Además, se les indicará algunos consejos como:

- Descarga apps solamente de tiendas oficiales como Google Play o Apple Store.
- Comprueba que los desarrolladores son los oficiales y no utilizan otros pseudónimos.
- Fíjate en el número de descargas, en las valoraciones de los usuarios, cuánto tiempo lleva en el mercado y si está actualizada recientemente. Estos datos te pueden ayudar a detectar si una app es fiable o no.
- Revisa los permisos, y valora si tiene sentido lo que nos está pidiendo. Por ejemplo, si te vas a descargar una app de comida no tiene sentido que quiera acceder a nuestra cámara.
- Elimina todas aquellas apps que no utilizas, solamente quédate con las imprescindibles. Haz una limpieza periódica.

## Pon freno al acoso escolar

**Duración:** 60 min

### Objetivos

- Diferenciar entre el acoso escolar y el ciberacoso.
- Reconocer los síntomas de la víctima y saber cómo actuar.
- Identificar los roles en el ciberacoso.

### Materiales

- computador y tablet.
- Papel, lápices o esferos.

### Contenidos

- Características del acoso y ciberacoso.
- Síntomas y consecuencias.
- Consejos de actuación.

### Desarrollo

Toda la clase visualizará el vídeo de Android: [Piedra, papel y tijeras contra el acoso escolar](#).

A continuación, se plantean las siguientes preguntas:

- ¿Conoces algún caso de acoso escolar?
- ¿Crees que a través de las redes sociales se puede hacer daño a otra persona?
- ¿Sabes explicar las diferencias entre el acoso escolar y el ciberacoso?
- ¿Cómo crees que se puede sentir la víctima? ¿En qué le puede afectar? Proponed ejemplos de síntomas que puede sufrir una víctima de acoso escolar.
- ¿Alguna vez te ha llegado algún mensaje o alguna publicación en redes sociales humillando o haciendo daño a un compañero?
- Si ustedes fueran la víctima, y vieran una publicación de ese tipo, ¿cómo se sentirían? Y si es sobre un compañero/a, ¿qué harías? ¿Avisarías a un adulto?
- Si conoces al agresor/a, ¿le dirías algo para que parara de hacer daño a otro compañero/a?

Una vez se ha debatido sobre el acoso escolar, los alumnos y alumnas podrán hacer un decálogo de consejos sobre cómo actuar en una situación de ciberacoso. Desde Fundación MAPFRE y la policía nacional se dan una serie de consejos que el profesor/a puede transmitir a su alumnado:

- Si eres víctima de algún tipo de acoso por parte de un compañero/a, pide ayuda y cuéntaselo a una persona adulta.
- No estás solo/a: padres, profesores y la Policía Nacional están contigo para frenar esa situación.
- Guarda las pruebas que tengas y no respondas a las provocaciones.
- Si eres testigo de un caso de acoso: no seas cómplice. Tu silencio engrandece al maltratador y le ratifica en su conducta. Implícate y denuncia.
- Si recibes archivos, video o fotos en las que se humilla a un compañero/a, o son de carácter íntimo y privado, no participes en su difusión: denuncia.
- Si crees que eres víctima, o conoces a alguien que está siendo acosado por otros compañeros, puedes llamar a la línea nacional 141.

# ACTIVIDADES PARA EL AULA – 5° Y 6° DE PRIMARIA

## Esloganes de prevención del uso abusivo

Duración: 60 min

### Objetivos

- Reflexionar sobre nuestro comportamiento social.
- Establecer pautas para no hacer un uso excesivo de Internet.

### Materiales

- Cartulinas y papel
- Papel periódico y marcadores.
- Imágenes (revistas, periódicos, Internet).

### Contenido

- Uso adecuado de Internet.
- Diferentes contextos de Internet.

### Desarrollo

- Idear un eslogan.
- Buscar una o varias imágenes representativas.
- Crear un cartel escribiendo el contexto, el eslogan y pegando o dibujando la imagen representativa.
- Colocar los carteles en el aula o en los pasillos de la institución educativa.



## Pon punto y final al ciberacoso

Duración: 60 min

Objetivos	Materiales
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar contextos que favorecen el ciberacoso.</li> <li>• Reconocer los roles implicados.</li> <li>• Establecer medidas contra el ciberacoso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papel.</li> <li>• Lápices o esferos</li> <li>• Opcional: cartulinas y marcadores.</li> </ul>
Contenidos	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de ciberacoso.</li> <li>• Pautas de actuación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Síntomas y características.</li> </ul>
Desarrollo	

Se crearán grupos de 3-4 alumnos/as, y cada grupo deberá escribir una historia de ciberacoso donde haya: una víctima, unos testigos y un agresor. El profesor/a puede proponer algunos ejemplos de contextos de ciberacoso y el alumnado puede continuar la historia utilizando estas situaciones, por ejemplo:

- En el grupo de Whatsapp envían una foto de un compañero/a donde han puesto un sticker de unas orejas de burro, acompañado del texto: "Ya tenemos nueva mascota en el grupo".
- Te caes jugando en el patio del colegio y alguien lo graba con el celular, y hace un gif donde se ve en bucle tu caída. Después lo sube a Youtube para que todo el colegio lo vea.
- Te invitan a una fiesta y te dicen que es de disfraces. Cuando llegas allí disfrazado, todo el mundo se ríe de ti porque era todo mentira. Te hacen fotos y las mandan al resto de grupos con mensajes hirientes.
- Descubres que un grupo de compañeros ha hecho un blog donde se ríen de ti, sin mencionar tu nombre, utilizando apodos con los que te suelen llamar.

A continuación, cada grupo leerá su historia al resto de la clase, y reflexionarán conjuntamente sobre cómo se han sentido cada uno de los personajes y sobre qué deberían hacer.

Por último, toda la clase verá el vídeo de Unicef "**Piensa antes de enviar**" con el objetivo de concientizarlos sobre la importancia de pensar antes de compartir, enviar o publicar algún tipo de contenido dañino hacia otras personas.

*Propuesta opcional:* toda la clase podría hacer carteleras con consejos para evitar el *ciberbullying* y después colgarlos en el aula o por los pasillos del colegio.

## ¿Qué sabe Internet sobre nosotros?

Duración: 30

Objetivos	Materiales
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entender el concepto de identidad digital y de reputación online.</li> <li>• Aprender a gestionar nuestra identidad digital de forma positiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computador y tablet.</li> <li>• Papel.</li> <li>• Lápices o esferos.</li> </ul>

### Contenidos

- Conceptos de identidad digital y reputación digital.
- Importancia y consecuencias de la información que se comparte en la Red.

### Desarrollo

Pedir a los alumnos/as que realicen una búsqueda en Internet poniendo su nombre y apellidos, incluso ciudad o nombre del colegio, en el buscador.

Orientar a los alumnos/as para que observen como parte de los resultados obtenidos son debidos a lo que ellos mismos publican en Internet y en las redes sociales.

Hablar sobre la reputación online y la necesidad de realizar este ejercicio periódicamente para tener un poco más controlada su identidad digital.

Después visualizar uno de estos dos vídeos propuestos sobre la privacidad en internet: [Unicef privacidad](#) y [Experimento social en un colegio de Zaragoza \(España\)](#).

\*INCIBE y la iniciativa Internet Segura for Kids (IS4K). *Programa de Jornadas Escolares. Promoción del uso seguro y responsable de Internet entre los menores.* (<https://www.incibe.es> y <http://www.is4k.es>).

# ANEXO I

## GLOSARIO

### **Cadenas de mensajes**

Mensajes que buscan que aquél que lo recibe lo reenvíe. Aquellos que generan el mensaje inicial buscan nuevas cuentas de usuarios para hacer spam o phishing. En inglés se les llama hoax (farsa o bulo).

### **Challenge**

reto viral en el que se invita a los usuarios a hacer algo a través de las redes sociales.

### **Ciberbullying**

Acto de humillar, agredir, insultar, aislar o chantajear a un compañero de forma intencionada y repetida en el tiempo a través de las redes sociales o utilizando las TIC.

### **Cibercontrol**

Forma de violencia en la relación de pareja que se produce en las redes sociales o mensajería instantánea y son indicios de futuros maltratos y actitudes, generalmente, machistas. La mayoría de las víctimas son niñas adolescentes sometidas al control de sus parejas, aunque también existe el cibercontrol de niñas sobre niños.

### **Gambling**

Dedicación compulsiva a jugar y apostar en línea.

### **Grooming**

Conjunto de acciones que lleva a cabo un adulto sobre un menor, con el objetivo de ganarse su amistad y conseguir imágenes o vídeos con contenido sexual o pornográfico, hasta la posibilidad de establecer contacto físico con dicho menor para abusar sexualmente de él.

### **Hater**

Persona que busca herir con sus comentarios en las redes sociales e Internet y, disfruta haciendo daño a sus víctimas.

### **Infosurfing**

“Navegación” continua y prolongada por Internet sin objetivos claros.

### **Netiqueta**

Normas de comportamiento e interacción entre usuarios de Internet que especifican unas formas de actuación en redes sociales, mails, foros, blogs, chats, etc.

**Nomofobia**

Miedo irracional a estar sin el celular, sin batería o cobertura.

**Publicidad engañosa**

Publicidad que es falsa o que puede inducir a error al comprador ya que oculta alguna información importante.

**Phishing**

Técnica creada con el objetivo de lograr una suplantación de identidad, se caracteriza por intentar adquirir información confidencial, como una contraseña o información bancaria, de forma fraudulenta.

**Phubbing**

Acto de ignorar a alguien o al entorno para prestar atención al celular o cualquier otro dispositivo digital.

**Sexting**

Envío de imágenes (fotografías y/o videos) de contenido sexual o erótico, creadas por el propio remitente de forma voluntaria, usando las nuevas tecnologías.

**Sextorsión**

Chantaje por el envío de fotos comprometidas de carácter sexual.

**Spam**

Comunicación no solicitada que se envía de forma masiva a través del correo electrónico, de mensajes de texto o de voz al celular o, de las redes sociales.

**Troll**

Persona que publica contenido en una comunidad virtual con la intención de generar polémica, crear un conflicto, provocar o simplemente llamar la atención.

**Vamping**

Uso de la tecnología hasta la madrugada reduciendo las horas de sueño.

# Referencias

- Agustina, J., & Montiel, I. (2017). Sexting en adolescentes: nuevos retos médico-legales. *Revista española de Medicina Legal*, 43(1). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5903661>
- American Psychiatric Association [APA]. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). <http://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Bullying Sin Fronteras. (2021, marzo). Estadísticas de Bullying en Colombia. <https://bullyingsinfronteras.blogspot.com/2018/11/estadisticas-de-bullying-en-colombia.html>
- Carbonell, X., (2020). El diagnóstico de adicción a videojuegos en el dsm-5 y la cie-11: retos y oportunidades para clínicos. *Papeles del Psicólogo*, 41 (3), pp. 211-218.
- Coljuegos. (2021, Agosto 20). *Juegos por Internet crecieron un 148% en el primer semestre del 2021, según Coljuegos* (Boletín No. 018). [www.coljuegos.gov.co](http://www.coljuegos.gov.co)
- Deloitte. (2020, Junio). *Estudio de Consumo Móvil Colombia 2020* (Reporte de estudio). <https://www2.deloitte.com/co/es/pages/technology-media-and-telecommunications/articles/consumo-movil-en-colombia-2020.html>
- Díaz, J.C., Bayer, E., Cruz, D.J., y Arévalo, M.P. (2021). *Usos de redes digitales y mediación parental en un grupo de jóvenes escolarizados colombianos* [Tesis de posgrado sin publicar]. Instituto de La Familia, Universidad de La Sabana.
- Docal-Millán, M.C. (2020). Violencia intrafamiliar (VIF) en el marco del Covid-19 en Colombia. En A. T. Reuters (Ed.), *Teletrabajo y conciliación en el contexto de la covid-19: Nuevos retos en el marco de la prevención de la violencia de género y la calidad de vida de las mujeres*. Aranzadi Editores. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=783282>
- Fuentes, L. y Pérez, L. (2015). Los videojuegos y sus efectos en escolares de Sincelejo, Sucre (Colombia). *Opción*, 31(6). <https://www.redalyc.org/pdf/310/31045571020.pdf>
- García, A.C. y Puerta, D.X., (2020). Relación entre el uso adictivo de Facebook y el autoconcepto en estudiantes colombianos. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 59(1). <https://doi.org/10.35575/rvucn.n59a3>
- Global Web Index. (2020). *GlobalWebIndex's flagship report on the latest trends in social media* (Report Q3). <https://amai.org/covid19/descargas/SocialGlobalWebIndex.pdf> We Are Social and Hootsuite. (2021, July). *Digital 2021 Local Country Headlines* (Report). <https://wearesocial.com/blog/2021/07/digital-2021-i-dati-di-luglio/>
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF). (2019, Diciembre 17). *Riesgos digitales, ¿cómo proteger a niñas, niños y adolescentes cuando navegan por internet?*. <https://www.icbf.gov.co/ser-papas/riesgos-digitales-los-que-se-exponen-los-ninos-y-como-prevenirlos>
- Ley 1554, julio 9, 2012. Diario oficial [D.O.]: 48.486. (Colombia)
- Ley 1554, julio 9, 2012. Diario Oficial [D.O.]: 48.486. (Colombia) Diario Oficial No. 48.486 de 9 de julio de 2012
- Ley 1098 de 2006, Por la cual se expide el Código de Infancia y Adolescencia. Diario Oficial No. 46.446 de 8 de noviembre de 2006 (Colombia).

- Ley 248 de 1996, Por la cual se aprueba La Convención Interamericana para Prevenir Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer. Diario Oficial No. 42171. 29, diciembre, 1995. PÁG. 91. (Colombia).
- Ley 1257 de 2008, Por la cual se dictan normas de sensibilización, prevención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres, se reforman los Códigos Penal, de Procedimiento Penal, la Ley 294 de 1996 y se dictan otras disposiciones. Diario Oficial No. 47.193 de 4 de diciembre de 2008. (Colombia).
- Ley Estatutaria 1581 de 2012. Por la cual se dictan disposiciones generales para la protección de datos personales. Senado de la República. Octubre 17 de 2012. (Colombia).
- Ley 599 de 2000 Por la cual se expide el Código Penal. Diario Oficial No 44.097 de 24 de julio del 2000. (Colombia).
- Línea virtual de reporte Te Protejo. (2019). *Línea virtual de reporte para la protección de la niñez y adolescencia colombianas*. <https://teprotejocolombia.org/que-es-te-protejo/informes-de-operaciones/>
- Ministerio Educación Nacional, UNICEF Colombia y Tigo Colombia (2021). Guía Pedagógica para la Mediación Docente en el uso del internet.
- Moreno, N., Marín, A., Cano, V., Sanabria, J., Jaramillo, Á., y Ossa, J. (2021). Mediaciones parentales y uso de internet por niños, niñas y adolescentes colombianos. *INTERDISCIPLINARIA*, 38(2). <http://www.ciipme-conicet.gov.ar/ojs/index.php?journal=interdisciplinaria&page=article&op=view&path%5B%5D=644&path%5B%5D=pdf>
- Osorio -Tamayo, D.L., y Millán -Otero, K.L., (2020). Adolescentes en internet: la mediación entre riesgos y oportunidades. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 11(1), pp. 153-180. DOI: <https://doi.org/10.21501/22161201.2979>
- Paz, O. (2012). *Derechos de las Mujeres, Género y TIC*. [https://gobernanzadeinternet.co/apc-aa-files/1c0ec76a20bd91fdc9938d30b87da6c0/derechos\\_mujeres\\_genero\\_y\\_tic.pdf](https://gobernanzadeinternet.co/apc-aa-files/1c0ec76a20bd91fdc9938d30b87da6c0/derechos_mujeres_genero_y_tic.pdf)
- Policía Nacional de Colombia. (2020, Agosto 21). *Material abuso sexual infantil (MASI)*. [https://caivirtual.policia.gov.co/sites/default/files/boletin\\_masi.pdf](https://caivirtual.policia.gov.co/sites/default/files/boletin_masi.pdf)
- Prensky, M (2001). Digital Natives Digital Immigrants. *MCB University Press*, 9(5), pp. 1-6. Report <https://www.marcprensky.com/writing/Prensky%20-%20Digital%20Natives,%20Digital%20Immigrants%20-%20Part1.pdf>
- Romero, M. (2017). Tecnología y pornografía infantil en Colombia, 2013-2015: interpretación desde un enfoque victimológico. *Revista criminalidad*, 59 (1). [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1794-31082017000100027](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-31082017000100027)
- Revista semana (2021). TikTok prohibió el peligroso reto viral de la caja de leche. Recuperado de: <https://www.semana.com/tecnologia/articulo/tiktok-prohibio-el-peligroso-reto-viral-de-la-caja-de-leche/202156/>
- Tejedor, S., Carniel, R. y Giraldo, S. (2019). Millenials e internet: cómo los estudiantes de Comunicación iberoamericanos utilizan y valoran las redes sociales. *Análisi*, 60(1). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6998904>
- Universidad EAFIT y TigoUne (2017). *Riesgos y oportunidades en el uso de las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (TIC) en la vida cotidiana*. [www.contigoconectados.com](http://www.contigoconectados.com)
- We Are Social (2021). Digital report 2021: El informe sobre las tendencias digitales, redes sociales y mobile. Recuperado de: <https://wearesocial.com/es/blog/2021/01/digital-report-2021-el-informe-sobre-las-tendencias-digitales-redes-sociales-y-mobile/>

# Fundación **MAPFRE**



Síguenos en



[www.fundacionmapfre.org](http://www.fundacionmapfre.org)