



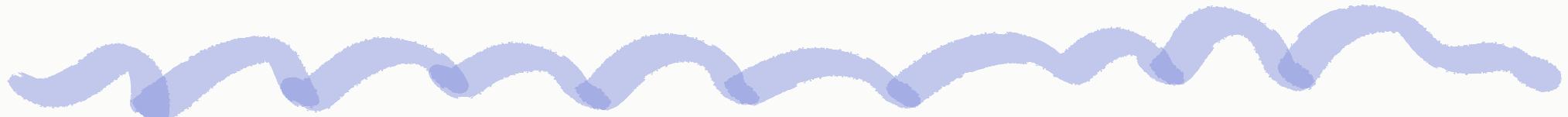
Junta de  
Castilla y León



CODiCTIC  
Nivel 3 - Medio



# Ciberseguridad para familias

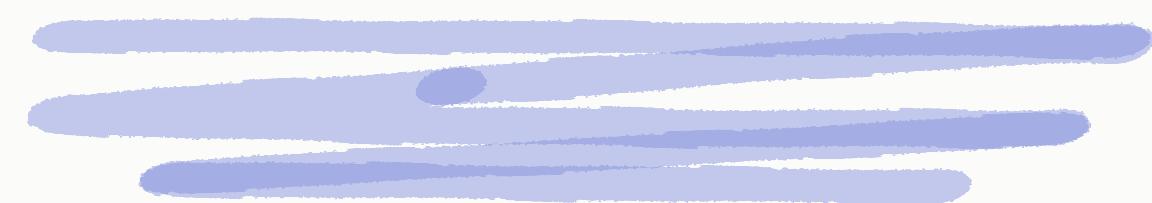


CEIP NICOMEDES SANZ



# Contenido

1. CONTEXTO DE INTERNET



2. PREVENCIÓN DE RIESGOS A NIVEL FAMILIAR



3. RIESGOS EN INTERNET



4. PRIVACIDAD EN REDES

5. NORMAS DIGITALES EN CASA

# Contexto de internet

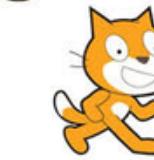
## BENEFICIOS



- estudiar
- divertirse
- crear
- socializar



SCRATCH



Los menores sienten predilección por las redes sociales y los juegos online. Cada vez se crean más contenidos dirigidos a estas edades, desde videos y juegos para bebés y niños pequeños, hasta aplicaciones que ponen el foco en la adolescencia.

La familia influye notablemente en su aprendizaje digital.

PARTICIPACIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO



FUNDAMENTAL.

# PREVENIR RIESGOS A NIVEL FAMILIAR



No todo es adecuado para todos los públicos, y algunos contenidos pueden considerarse negativos o perjudiciales.

- Importante dedicar tiempo a la búsqueda de contenidos positivos, ajustados a la madurez del menor, mientras trabajamos el pensamiento crítico y la responsabilidad.



# ¿POR DÓNDE EMPEZAR ?



Mantener conversaciones cotidianas de su actividad en línea ayudará a mantenernos al día y seguir sus avances en la Red.

## ii No es necesario ser un experto/a!!

Compartir algunas actividades en familia, como partidas online o redes sociales nos permitirá anticiparnos a posibles problemas o conflictos y ampliar nuestros conocimientos



# ¿Por qué es necesario establecer horarios y tiempos de pantalla?

- Para prevenir el uso excesivo de Internet y conseguir que el menor aprenda a utilizar la tecnología de manera equilibrada, es necesario fijar límites que vayan adaptándose progresivamente a su edad y madurez.
- Evitar sobreexposición pasiva en edades tempranas, como la reproducción automática de vídeos o partidas de juegos durante largos períodos de tiempo, que no aportan un conocimiento o un entretenimiento positivo ni educativo.



# USO DE PANTALLAS EN NIÑOS/AS

## RECOMENDACIONES OMS (AAP / AEP)

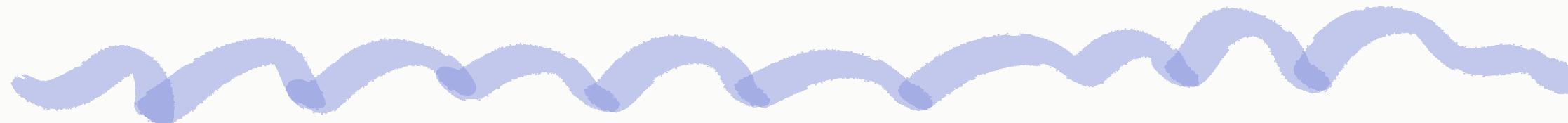


0 a 5 años: Evitar el uso de pantallas. No existe un “tiempo seguro”  
Excepciones: Objetivos concretos y supervisados. (cuento)

5 a 12 años: Limitar el uso a una hora al día. Pactar límites de tiempo.

13 a 16 años: Menos de dos horas al día.  
(Control parental, retrasar el primer tlfn. móvil, promover actividades offline..)

# RIESGOS DE INTERNET

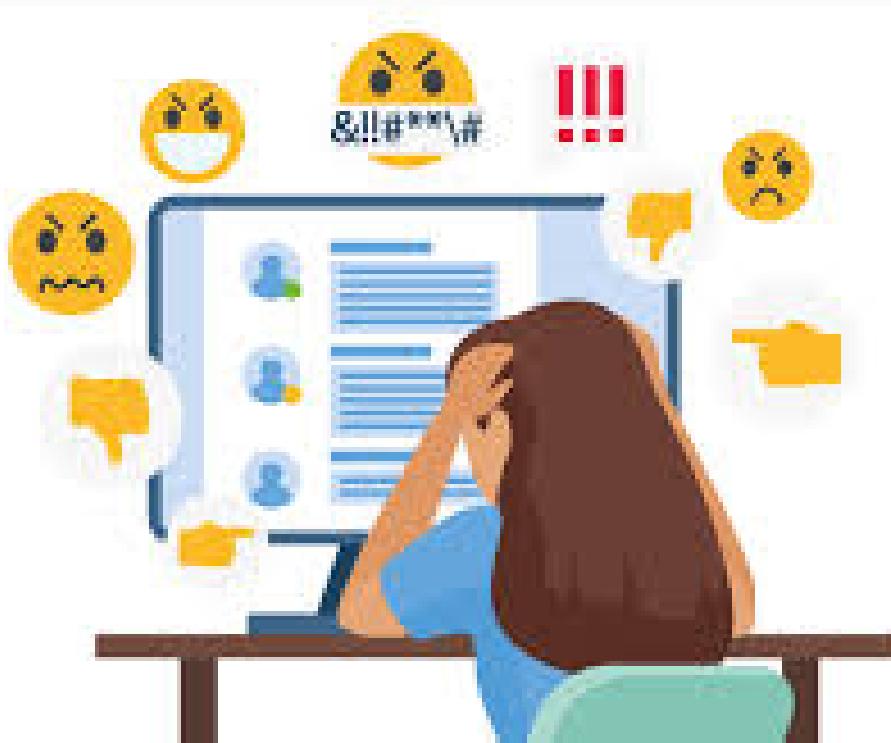


## ¿ INTERNET ES PELIGROSO?



Sí, internet es peligroso para los niños/as debido a riesgos a los que están expuestos.

Nosotros como padres/madres somos responsables de minimizar dichos riesgos.

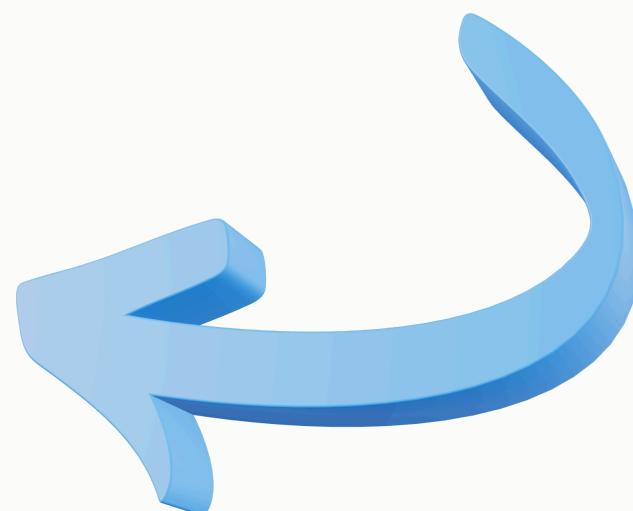


# ¿QUÉ ES EL CIBERACOSO?

→ Es la intimidación, amenaza, vergüenza o humillación repetida usando tecnologías digitales como redes sociales, mensajería, juegos online y teléfonos, buscando dañar a la víctima a través de medios electrónicos.

## ¿Cómo se presenta?

1. Difusión de mentiras o fotos vergonzosas.
2. Envio mensajes hirientes.
3. Hacerse pasar por otro.
4. Publicar información privada, aprovechando el anonimato para causar daño.



# Como prevenimos el ciberacoso desde casa



El papel de la familia frente al acoso escolar en línea es fundamental. No se limita a los patios escolares. Es necesario concienciar al menor y fortalecer su autoestima y habilidades sociales para evitar que sea víctima de ciberacoso.

- Actuar de forma responsable cuando sea testigo de una situación agresiva hacia un compañero/a. Aprender a respetar, rechazando conductas de acoso, violencia y odio.



# Antes de que ocurra



- **Configuración de Privacidad:** Mantén tus perfiles en redes sociales en privado para controlar quién ve tu información.
- **Contraseñas Fuertes:** Usa contraseñas seguras y únicas.
- **Educación:** Fomenta la empatía y el respeto en línea, enseñando a no hacer en la red lo que no harías cara a cara.
- **Cuidado con lo que compartes:** Ser consciente de que fotos o videos íntimos pueden ser usados en tu contra.



# ¿QUE HACER SI MI HIJO SUFRE CIBERACOSO?

## PASOS INMEDIATOS

1. Escucha y valida: Escúchale sin interrumpir, hazle saber que no es su culpa y que le crees.
2. No respondas ni te vengues: Aconseja no contestar ni devolver el ataque.
3. Guarda pruebas: Guarda capturas de pantalla, mensajes como evidencia.
4. Bloquea al acosador: Bloquea al agresor en las redes sociales y aplicaciones.
5. Reporta en la plataforma: Usa las herramientas de denuncia de la app o red social para reportar el contenido y a los usuarios.



# ¡QUE NO HACER!

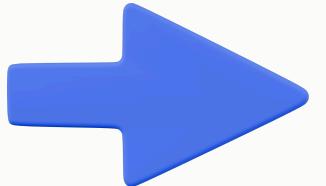
- Normalizarlo: No digas que "es algo normal de la edad" o que "debe aprender a lidiar con ello".
- Quitarle el móvil: Esto puede aislarlo más y dificultar la comunicación.



# ¿Cómo puedo evitar que contacte con desconocidos?

Internet es un entorno social en el que van a relacionarse con otras personas.

1. Aprender a reconocer qué personas son adecuadas y de confianza



aprendizaje progresivo.

2. Limitar las opciones de contacto, configurando ajustes de la aplicación o instalando un control parental.

3. Segú aumente su madurez y responsabilidad, empezar a sociabilizar con otros menores conocidos, siempre bajo nuestra supervisión.

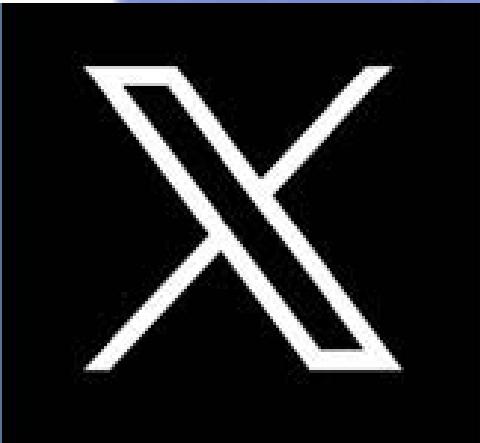
4. Al ir ampliando las opciones de contacto tenemos que enseñarles cómo identificar a usuarios/as potencialmente peligrosos y comunidades de riesgo.



## Grooming

# LA PRIVACIDAD EN LAS REDES

¿Es posible proteger la privacidad  
del menor en las redes sociales?



# ¿Cómo proteger la privacidad del menor en las redes sociales?

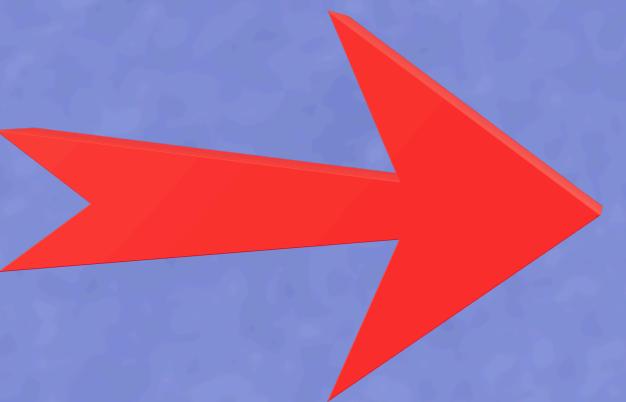
Al aceptar las condiciones de uso de estas plataformas, todos los usuarios/as se exponen de forma pública.

- Decidir cuando el menor está preparado para este paso y fomentar su responsabilidad al publicar información sobre sí mismo y sobre otras personas.
- Los límites son importantes y necesarios para evitar que se vean presionados socialmente a difundir demasiada información.



# ¿QUE DICE LA LEGISLACIÓN EN ESPAÑA?

1. RGPD (Reglamento General de Protección de Datos)
2. LOPDGDD (Ley Orgánica 3/2018)



Actualmente en España, la edad mínima general tener para redes sociales es 14 años por protección de datos, pero hay una nueva Ley en trámite que elevará esta edad a 16 años, eliminando la posibilidad de tener cuenta con consentimiento paterno a partir de los 14.



# Normas digitales en casa

## 1. Zonas y Tiempos Libres de Tecnología

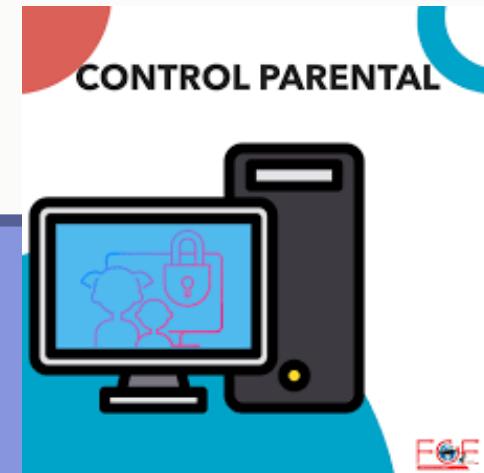
- Comidas sin pantallas: Establecer la mesa como una zona "libre de dispositivos" para fomentar la conversación presencial.
- Dormitorios desconectados:
- Evitar el uso de móviles o tablets al menos 30-60 minutos antes de dormir para mejorar la calidad del sueño.
- Carga centralizada: Cargar todos los dispositivos en un lugar común (salón)

## 2. SEGURIDAD Y PRIVACIDAD

- Gestión de contraseñas:
- Permisos de descarga: Los menores deben solicitar permiso antes de instalar app. nuevas o realizar compras dentro de los juegos.
- Configuración de privacidad: Revisar periódicamente quién puede ver la información compartida en redes sociales.



# Normas digitales en casa



## 3. Educación y Civismo Digital

### Netiqueta:

- Tratar a los demás en línea con el mismo respeto que en persona.
- Verificación de información: Antes de compartir una noticia, verificar su veracidad para evitar la propagación de fake news.
- Huella digital.

## 4. Control Parental

- Límites de tiempo: Acordar un máximo de horas diarias de ocio digital según la edad.
- Uso compartido: espacios comunes, no aislados.
- Herramientas de control: Utilizar aplicaciones como Google Family Link o Apple Screen Time para supervisar el contenido y el tiempo de uso.

# Normas digitales en casa



## 5. El Ejemplo de los Padres

- Desconexión consciente: Los adultos deben ser los primeros en cumplir las normas de "no pantallas" para servir de modelo.
- Atención plena: Evitar el "phubbing"



# **muchas Gracias**



**CEIP NICOMEDES SANZ**

