



Guía de **Uso Seguro** de
Redes Sociales para las
Niñas, Niños y
Adolescentes

INTRODUCCIÓN

Es asombrosa toda la información, imágenes, videos, música y personas que podemos encontrar actualmente en internet; navegar en las redes sociales es realmente emocionante.

Sin embargo las niñas, niños y adolescentes pueden correr riesgos si no utilizan de manera segura las tecnologías de la comunicación. Por ello es importante que conozcas cómo puedes protegerte y seguir disfrutando la tecnología.

En World Vision México les damos algunos Tips para que disfruten de la tecnología y ustedes padres puedan proteger a sus hijas e hijos.

● Recuerda ●

Los datos personales como edad, domicilio, escuela, número telefónico, fotografías y correo son parte de tu derecho a la intimidad y deben permanecer privados.⁽¹⁾

Si sientes que estás en riesgo coméntalo con tu madre, padre o con algún adulto al que le tengas confianza.



¡No estás sola (o)!

CIBERACOSO O CIBERBULLYING

El Ciberacoso es cuando una niña, niño o adolescente es molestado, amenazado, acosado, humillado, avergonzado, por otra niña, niño o adolescente a través de internet, mensajes de texto, etc.

¿Cómo puede manifestarse?

Por medio de tus redes sociales alguien te envía mensajes humillantes que te hacen sentir mal.

Alguien publica una fotografía tuya y la compara con otra haciendo encuestas sobre tu apariencia física para humillarte.

Alguien roba la contraseña de tu Facebook e ingresa a tu cuenta para publicar tu información personal.

Alguien crea un perfil falso con tus datos para realizar publicaciones sobre cuestiones personales o sexuales cómo si tú las hicieras.

1.- Artículo 76 de la Ley General de Derechos de niñas, niños y adolescentes. México 2014. Recuperado de: http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGDNNA_171019.pdf



¿CÓMO TE PUEDES PROTEGER? ⁽²⁾

- Si eres víctima de Ciberbullying coméntalo con tus padres o maestros, ellos te ayudarán.
- No dejes que crezca, si te molesta deténlo antes de que sea más grande.
- No repitas aquellos comportamientos que te molesta que los demás tengan contigo.
- Cuida la información que subes a tus redes sociales y con quién la compartes.
- No prestes a ninguna persona tus contraseñas ni los accesos a tus cuentas.
- Revisa el uso de tus cuentas e identifica si dispositivos desconocidos se han conectado.
- Reporta las redes sociales que sean utilizadas para el Ciberbullying.
- Crea una contraseña segura:
 - **Debe ser larga, que combine letras mayúsculas, minúsculas, números y símbolos.**
 - **No uses la misma contraseña para todo.**
 - **Cambiala periódicamente y no la compartas con nadie.**



La mayoría de las redes sociales tienen mecanismos de seguridad, denuncia y bloqueo.
Actívalas cuando te sientas ofendido(a), acosado(a) o amenazado(a)

GROOMING O CIBERACOSO SEXUAL INFANTIL ⁽³⁾

Se le llama Grooming a las acciones que realiza un adulto utilizando **engaños y mentiras que buscan ganarse la confianza de niñas, niños y adolescentes**, haciendo uso de las tecnologías de información y comunicación. El Grooming es utilizado para cometer delitos de violencia **sexual, explotación y tráfico de personas**.

La persona que hace Grooming suele utilizar las redes sociales, chats, juegos en línea y foros para contactar y hacer amistad con sus víctimas. **Capta su atención con un perfil atractivo para brindar confianza.** En sus conversaciones expresa los mismos gustos y emociones, y utiliza las mismas expresiones, lenguaje, emoticones (figuritas) para simpatizar con las niñas, niños y adolescentes que serán sus víctimas. Se presenta como el amigo(a) o novio(a) perfecto(a).

2.- Ciberbullying: ¿Cómo actuar frente al ciberacoso?. Instituto de la Juventud (2017). Recuperado de: <https://www.gob.mx/imjuve/articulos/ciberbullying-como-actuar-frente-al-ciberacoso>

3.- Uso seguro de redes sociales y tecnología digital para niños, niñas y adolescentes. World Vision Bolivia (2019)

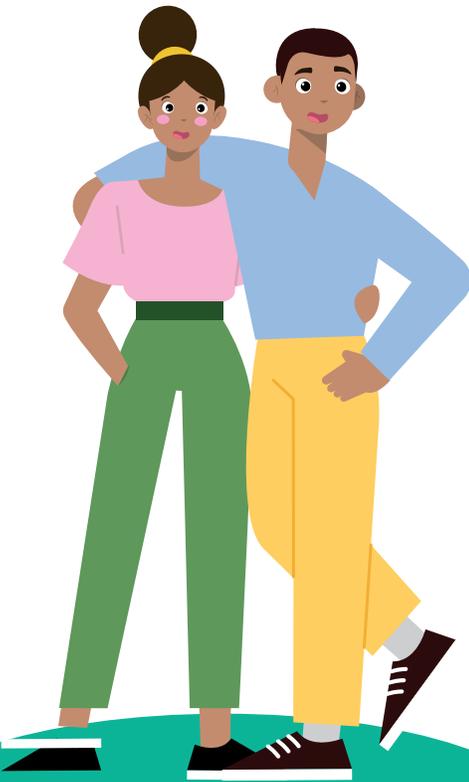


¿CÓMO SUCEDE EL GROOMING?

1. Un adulto crea un **perfil falso** en alguna red social y te envía solicitud de amistad.
2. Tu lo aceptas porque ves su foto atractiva y él comienza a **revisar tu perfil** para después enviarte mensajes y platicar contigo sobre todo lo que te gusta.
3. Poco a poco va ganándose tu confianza y comienza a **pedirte información**, hasta que un día te invita a salir.
4. Pero tú no sabes quién es realmente, **puede ser un engaño** para hacerte daño.
5. Al salir con esta persona te expones a **secuestros, abuso sexual, trata de personas o algún otro peligro**.

Recuerda que las personas en internet no siempre son lo que dicen ser

¡PROTÉGETE DEL GROOMING!



- Solo añade a tus redes sociales a gente que conozcas personalmente.
- Las personas en internet no siempre son lo que dicen ser, no caigas en la trampa, ignora esos perfiles pueden ser falsos solo buscan obtener tu información.
- No compartas tus datos personales JAMÁS. Cualquiera que tenga tus datos te puede poner en peligro.
- Cuida tus fotos. Recuerda, una foto que este subida en la red dura para siempre y se puede compartir con cualquier persona en el mundo.
- No uses tu cámara con desconocidos, ni compartas fotos.
- Nunca quedes en reunirte con alguien que conociste en internet sin primero consultarlo con tus padres o un adulto de confianza. Si decides conocer a esta persona, busca que sea en un lugar público bajo supervisión de un adulto.

SEXTING O MENSAJES SEXUALES

Es el envío de mensajes de tipo sexual o eróticos por medio de dispositivos móviles.⁽⁴⁾ También pueden ser videos o fotografías. Debes considerar que esta práctica te coloca en riesgo, ya que estos mensajes, fotos o videos pueden ser compartidos sin tu consentimiento por las personas que los posean. Recuerda que compartir este tipo de información vulnera tu derecho y el de otros a la intimidad e identidad.



¿CÓMO SUCEDE EL SEXTING?

- Cuando compartes mensajes de tipo sexual (fotos o videos) con alguna persona conocida o desconocida que se ha ganado tu confianza.
- Cuando en pareja se comparten fotos o videos de momentos íntimos.

¿QUÉ PELIGRO TIENE EL SEXTING?

- Cuando has compartido información personal e íntima con otras personas y estas difunden la información que has proporcionado en redes sociales. Lo cual puede humillarte, degradarte o hacerte sentir muy triste.

Por eso es importante que no compartas fotos, videos o textos con contenido sexual con nadie



4.- Internet y redes seguras. Prevención para niñas, niños y adolescentes (diciembre 2019), consultado en: <https://www.gob.mx/sipinna/galerias/internet-y-redes-seguras-prevencion-para-ninas-ninos-y-adolescentes?idiom=es>

CUÍDATE DEL SEXTING

- Cuida con quien hablas y compartes información.
- Evita fotografías o videos íntimos con tu pareja. Uno de los miembros de la pareja captura las imágenes y al terminar la relación puede enviársela a otra persona.
- No utilices cámara web en situaciones de sexting. La otra persona puede capturar o grabar tus imágenes privadas y luego publicarlas en la web sin tu consentimiento.



LOS RETOS VIRALES TAMBIÉN PUEDEN PONER EN

RIESGO A LAS NIÑAS, NIÑOS ADOLESCENTES

- No participes en retos virales que te soliciten información personal.
- No participes en retos virales donde se humille o degrade a otras personas. A ti no te gustaría que te lo hicieran.
- No participes en retos donde tu vida corra peligro, como: comer algo, utilizar armas, cortarte, golpear a alguien, autolesionarte, retos alimenticios, etc.
- No entres en retos virales que soliciten información o utilicen amenazas para que los hagas.

La consecuencia que puedes tener si realizan un reto viral peligroso:

- Robo de información personal.
- Promover la violencia.
- Ser víctima de una extorsión.
- El ciberacoso.
- Trastornos psicológicos y físicos.



CONVIERTE FACEBOOK EN UN ESPACIO DE SANA CONVIVENCIA ⁽⁵⁾

No publiques ni compartas contenidos que promuevan o impulsen acciones violentas hacia otras niñas, niños y adolescentes, como:

- Fotos de desnudos o sexuales.
- Autolesiones, suicidios o trastornos alimenticios.
- Lenguaje que promueva el odio o la humillación de otras personas.

Reporta cualquier publicación de este tipo



CONVIVENCIA SIN VIOLENCIA EN FACEBOOK ⁽⁶⁾

En México existen más de 60 millones de usuarios de Facebook, la seguridad y convivencia pacífica es responsabilidad de todas las personas.

Evita publicar y/o compartir contenidos que promocionen, impulsen u organicen acciones relacionadas con violencia hacia niñas, niños y adolescentes como:

- Bullying o acoso escolar.
- Imágenes de menores desnudos, sexualizados o de servicios sexuales.
- Autolesiones, suicidio o trastornos alimenticios.
- Lenguaje que incite al odio o que celebre el sufrimiento o la humillación de otras personas.

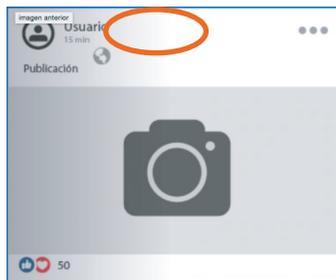


5.- Internet y Redes seguras. Prevención para niñas, niños y adolescentes (2019). Consultado en: <https://www.gob.mx/sipinna/galerias/internet-y-redes-seguras-prevencion-para-ninas-ninos-y-adolescentes?idiom=es>

6.- Portal Gobierno de México: Internet y Redes seguras. Prevención para niñas, niños y adolescentes 2019. Recuperado en: <https://www.gob.mx/sipinna/galerias/internet-y-redes-segurasprevencion-para-ninas-ninos-y-adolescentes?idiom=es>

REPORTA CUALQUIER PUBLICACIÓN QUE INFRINJA LAS NORMAS COMUNITARIAS DE FACEBOOK

1.- Da clic en los 3 puntos de la publicación que quieres reportar.



3.- Selecciona tus comentarios sobre esta publicación.



2.- Elige, envía comentarios sobre esta publicación.



4.- Reporta



Si sientes que estás en riesgo coméntalo con tu madre, padre o con algún adulto al que le TENGAS CONFIANZA.

NO ESTÁS SOLA (O)

Y tú como madre, padre, cuidador de familia, ¿qué puedes hacer para proteger a tus hijas e hijos en internet?

.....

- Establece reglas de navegación segura para las niñas, niños y adolescentes, así puedes reducir el riesgo que sean víctimas de algún delito.
- En conjunto establezcan reglas para proteger sus datos personales. Las niñas, niños y adolescentes deben saber que es importante cuidar estos datos.
- Recuérdales que no deben contestar llamadas o abrir archivos de números desconocidos.
- No permitas que participen en retos virales, muchos de estos los ponen en riesgos.
- Recuérdales que solo deben aceptar invitaciones de personas que conozcan.
- Enséñales a pedir ayuda a una persona adulta en caso de que alguien los amenace para hacer cualquier cosa que ellos no quieran.
- No permitas que realicen compras en línea sin tu supervisión.
- En conjunto establezcan reglas para el uso de internet. Trata de familiarizarte con las páginas, redes sociales y contenidos que tus hijas e hijos visiten.



Para mayor información sobre donde realizar una denuncia o sobre el uso seguro de las tecnologías de la información puedes ingresar a los siguientes sitios web:

Línea 01800 HABLALO Portal del Gobierno de México: Porque hablar, ayuda 01 800 Háblalo. Recuperado en: <https://www.gob.mx/indesol/acciones-y-programas/porque-hablar-ayuda-01-800-hablalo>

Gobierno de México: Cyberbullying. <https://www.gob.mx/cyberbullying>

Ciudad de México: Policía de Ciberdelincuencia Preventiva
<http://data.ssp.cdmx.gob.mx/ciberdelincuencia.html>

Gobierno de México: ¿Qué es la Comisión Nacional de Seguridad?
<https://www.gob.mx/sspc/es/articulos/que-es-la-comision-nacional-de-seguridad?idiom=es>

AD40: ¿Cómo reportar los delitos cibernéticos en México?
<https://www.adn40.mx/noticia/ciencia/notas/2018-06-09-12-51/como-denunciar-delitos-ciberneticos-en-mexico>

Save the Children: Contra el Ciberacoso
<https://www.savethechildren.mx/que-hacemos/incidencia-politica/ciberacoso-grooming>



Referencias



1.- Artículo 76 de la Ley General de Derechos de niñas, niños y adolescentes. México 2014.

Recuperado de:

http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGDNNA_171019.pdf

2.- Ciberbullying: ¿Cómo actuar frente al ciberacoso?. Instituto de la Juventud (2017).

Recuperado de:

<https://www.gob.mx/imjuve/articulos/ciberbullying-como-actuar-frente-al-ciberacoso>

3.- Uso seguro de redes sociales y tecnología digital para niños, niñas y adolescentes. World Vision Bolivia (2019).

4.- Internet y redes seguras. Prevención para niñas, niños y adolescentes (diciembre 2019), consultado en:

<https://www.gob.mx/sipinna/galerias/internet-y-redes-seguras-prevencion-para-ninas-ninos-y-adolescentes?idiom=es>

5.- Portal Gobierno de México: Internet y Redes seguras. Prevención para niñas, niños y adolescentes 2019. Recuperado en:

<https://www.gob.mx/sipinna/galerias/internet-y-redes-seguras-prevencion-para-ninas-ninos-y-adolescentes?idiom=es>

Elaborado por:

Yetzul Aguilat Díaz / Especialista en Organización Segura y Salvaguarda.

Revisado por :

Liliana Núñez / Gerente Senior de Programas.

