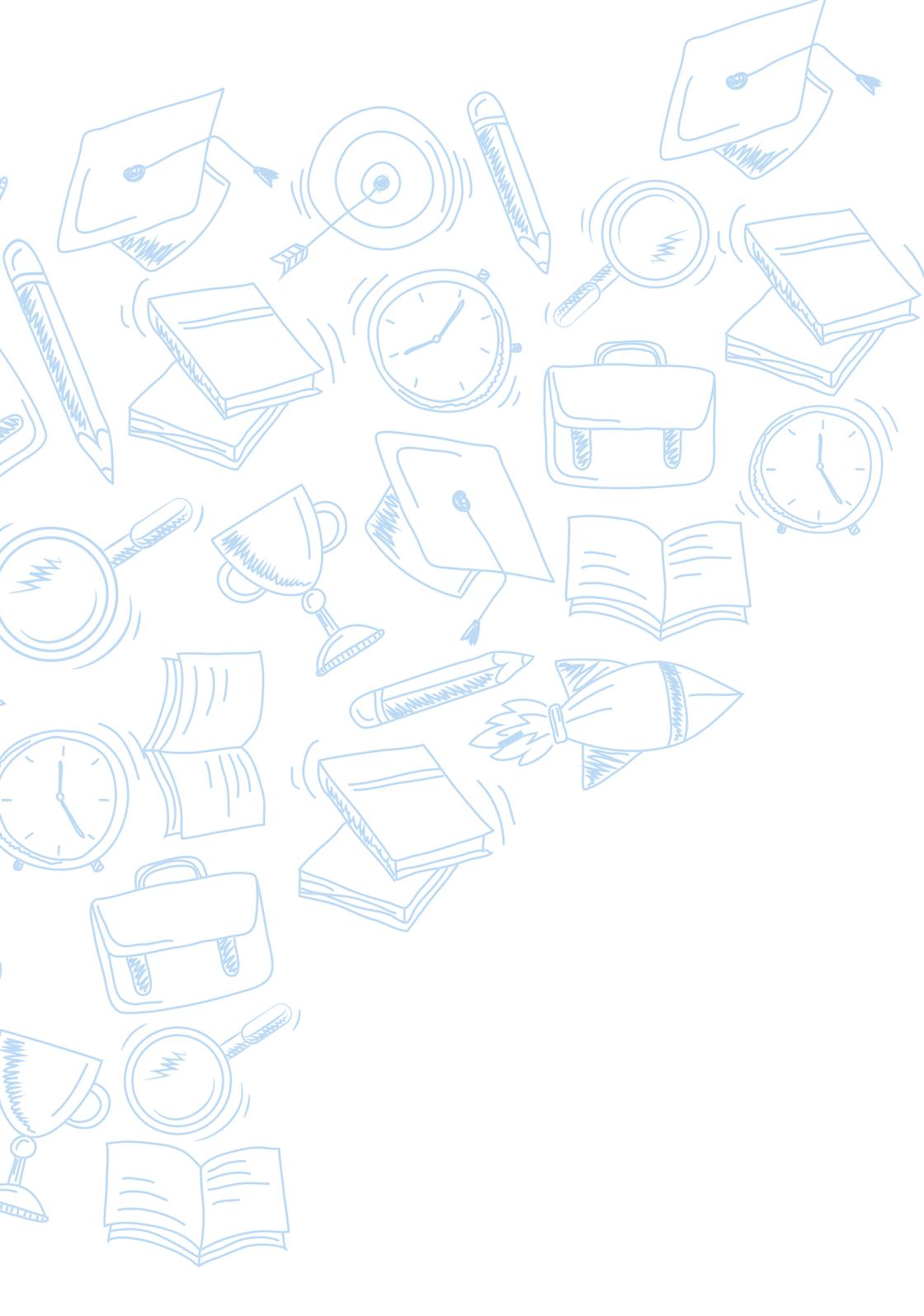


Guía para Prevención de Riesgos durante el uso de internet y dispositivos tecnológicos

**GUÍA TEÓRICA
PARA EL DOCENTE**







INTRODUCCIÓN

El Ministerio de Educación, a través de la implementación de la Agenda educativa digital, fortalece y potencia el proceso de enseñanza- aprendizaje en el sistema educativo nacional, mediante el incremento de prácticas innovadoras que integran las tecnologías digitales, con el fin de generar nuevos conocimientos y participación de los diferentes actores educativos.

La Agenda educativa digital contribuye a mejorar la calidad educativa, la cobertura y la garantía de los derechos. También refuerza la innovación tecno- pedagógica en Ecuador con equipamiento, conectividad, formación docente, construcción de contenidos curriculares y recursos educativos. Asimismo, es un paso hacia una ciudadanía digital que permita la buena convivencia en espacios virtuales y digitales, al constituirse como un apoyo en la generación de estrategias para el correcto uso de las tecnologías digitales y la prevención de los riesgos de la navegación en Internet.

Es necesario que el sistema educativo ecuatoriano incorpore el componente de ciudadanía digital. De este modo, los/las estudiantes tendrán la opción de desarrollar conocimientos que permitan una utilización crítica, consciente y responsable de las TICs, que favorezca la vida social, comunitaria y personal, así como la prevención de peligros como el ciberacoso, grooming, sexting, fakecam, malware, ciberadicción, fake news, entre otros.

Esta guía se presenta como un aporte para la construcción de la ciudadanía digital, a través de la formación de docentes y estudiantes.





Objetivo general de la guía: Funcionar como una herramienta para la implementación de actividades y estrategias de trabajo, con estudiantes y familias, que generen conocimientos sobre el uso adecuado de las tecnologías digitales y la prevención de posibles enfermedades por su mala utilización, así como sobre las situaciones de riesgo en Internet y en las redes sociales.

Objetivos específicos:

- Distinguir el uso adecuado de las tecnologías digitales para realizar mejoras personales en los diferentes aspectos que este concepto supone.
- Conocer, identificar y prevenir las principales enfermedades que pueden producirse por un uso inadecuado de las tecnologías digitales.
- Conocer, identificar y prevenir los principales riesgos a los que cualquier miembro de la comunidad educativa está expuesto/a cuando usa las tecnologías digitales y el Internet.
- Reconocer los principales principios que deben aplicarse para enfrentar situaciones de riesgo en el uso de tecnologías digitales.

¿CÓMO USAR ESTA GUÍA?

Esta guía contiene los conceptos fundamentales con los que cada docente debe trabajar, según el nivel educativo que le corresponda. Es indispensable conocer con claridad estos conceptos antes de realizar cualquier actividad con los/las estudiantes o la comunidad.

Para la correcta asimilación de los contenidos, es importante examinar previamente el material adicional que se ha creado: las infografías, los podcasts, los videos y los archivos recomendados en la sección de enlaces.

Este documento es el punto de partida para manejar adecuadamente las diferentes guías didácticas, que contienen actividades para realizar con los/las estudiantes en aproximadamente dos horas de clase (80 minutos). Sin embargo, este tiempo puede incrementarse si las condiciones lo permiten.



En las guías didácticas también se encontrarán actividades que pueden trabajarse específicamente con las familias, si bien es posible utilizar cualquier sección de las mismas con este propósito. Todo depende del grupo y de la disponibilidad de tiempo.



DEFINICIONES IMPORTANTES

Ciberadicción

Es una enfermedad física y emocional manifestada en una dependencia generada en torno al ciberespacio o a elementos asociados al mismo. (Verdesoto, 2018)

Comunicación asertiva

Es una actitud comunicativa que consiste en expresar un punto de vista personal de manera absolutamente clara y respetuosa ante un interlocutor. (Mineduc, 2018)

Cortafuegos o Firewall

Es un software que previene el uso y acceso de personas desconocidas a las redes privadas. (Mineduc, 2018)

Tecnologías de la información y la comunicación (TIC)

Es el conjunto de recursos, herramientas, equipos, programas, aplicaciones, redes y medios que permiten la compilación, procesamiento, almacenamiento y transmisión de información en forma de voz, datos, texto, video e imágenes de un lugar a otro. (Mineduc, 2019)

Nomofobia

Miedo irracional de no estar cerca del teléfono móvil. (Ramírez, 2018).

Portalitis

Molestias y dolores musculares producidos por el uso excesivo del teléfono móvil. (Reyes, 2017)

Tecnologías del aprendizaje y el conocimiento (TAC)

Son las TIC incorporadas a la enseñanza, es decir, aquellas que fomentan el trabajo colaborativo entre estudiantes y docentes, que permiten compartir materiales en la red y que identifican y difunden las buenas prácticas educativas. (Enríquez, 2016)



Tecnologías digitales

Es un concepto que va más allá de las TIC. Se entiende como un tipo de producción científico-tecnológica que transforma profundamente las culturas y sociedades existentes, a través de su inclusión en todos los ámbitos de la vida social. (Fundación Omar Dengo, 2006)

Virus

Programa introducido subrepticamente en la memoria de una computadora que, al activarse, afecta su funcionamiento, destruyendo total o parcialmente la información almacenada. (Real Academia Española, 2019)

CONTEXTO

En Ecuador el uso de computadoras e Internet va en aumento cada año, de acuerdo con las estadísticas del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC).

Para el 2017, el acceso a Internet a nivel nacional incrementa 14,7 puntos en relación al 2012, llegando al 32,7%. El 52% de la población de 5 años ha utilizado computadora, 13,3 puntos más que en el 2012. El 60,5% de la población entre 5 y 15 años usa Internet. De las personas que usan Internet a nivel nacional, el 57,2% accede desde su hogar, así como desde centros de acceso público (segundo lugar) y escuelas (tercer lugar). También la cantidad de dispositivos con conexión a Internet va en aumento. Las niñas, niños y adolescentes pueden estar conectados en tres o más dispositivos a la vez. Los principales usos que dan al Internet son la obtención de información comunicación en general, educación y aprendizaje. (INEC, 2017).



Es importante considerar las niñas, niños y adolescentes de la actualidad nacieron en un mundo con Internet y se trata de un componente inevitable de su entorno. Por eso resulta inapropiado combatir o prohibir su uso. Sin embargo, emprender procesos educativos para que este uso sea responsable y seguro es imprescindible.

En esta línea de ideas, es clave entablar un diálogo sobre el papel de las tecnologías digitales e Internet en las relaciones familiares y escolares, a partir de reflexiones sobre el entretenimiento, el aprendizaje y las interacciones sociales, afectivas y emocionales.



USO ADECUADO DE TECNOLOGÍAS DIGITALES

Para utilizar las tecnologías digitales de forma segura y adecuada, es necesario reflexionar sobre el tiempo y las maneras en las que nos relacionamos con ellas. Esto con el propósito de contribuir a la autonomía, al pensamiento crítico y a la participación argumentada de los/las estudiantes.

En este sentido, se invita a las familias y docentes a pensar sobre su rol como mediadores/as para el uso responsable de las tecnologías digitales y de Internet.

A continuación, algunos aspectos a considerar:

1. Posibilidades y riesgos: las tecnologías digitales pueden ser muy positivas. Si se usan apropiadamente, los riesgos que implican pueden ser controlados. (Labrador et al., 2015)

2. Derechos y responsabilidades: como indica el Art. 45 de la Constitución de la República, “las niñas, niños y adolescentes gozarán de los derechos comunes del ser humano”. Por lo tanto, tienen el derecho de usar las tecnologías digitales para su crecimiento personal. Al mismo tiempo, tienen la obligación de desarrollar buenos hábitos, conocer los riesgos y evitar causarse o causar daño. “El desafío está en la provisión de capacidades digitales y estrategias de seguridad en línea y de autocuidado”. (Instituto Iberoamericano del Niño, la Niña y Adolescentes, 2018)

También las personas adultas forman parte de este proceso reflexivo y formativo, como lo indica el Art. 2 de los Principios Generales en el literal H de la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI): “Se considera al interaprendizaje y multiaprendizaje como instrumentos para potenciar las capacidades humanas por medio de la cultura, el deporte, el acceso a la información y sus tecnologías, la comunicación y el conocimiento, para alcanzar niveles de desarrollo personal y colectivo”. Por otro lado, en el inciso J del Art. 6, se establecen las obligaciones del Estado en cuanto a educación y tecnologías digitales: “Garantizar la alfabetización digital y el uso de las tecnologías de la información y comunicación en el proceso educativo”. (Mineduc, 2013)



3. Uso equilibrado y activo: la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda establecer un equilibrio entre el tiempo sedentario generado por el uso de dispositivos digitales y el tiempo para actividades físicas, con el fin de prevenir malestares como la falta de sueño. “Se debe tratar de reemplazar el tiempo que los niños pasan pasivamente frente a una pantalla por juegos más activos y de asegurarse de que duermen suficientes horas” (Organización Mundial de la Salud, 2017). Esto no implica dejar de lado las tecnologías digitales. Por otra parte, éstas también pueden ser utilizadas en actividades lúdicas no sedentarias, como el aprendizaje de rutinas de ejercicios o de baile. La clave está en evitar cualquier tipo de exceso.

4. Consensos para el uso de de las tecnologías digitales: las niñas, niños, adolescentes y sus familias deben establecer reglas consensuadas para el uso de los dispositivos tecnológicos a su alcance, tratando de dimensionar los peligros a los que se exponen (Labrador et al., 2015). Estos consensos son tan importantes en el hogar como en las instituciones educativas. (INEC, 2017)

5. Dispositivos seguros: tanto las personas adultas como las niñas, niños y adolescentes tenemos la responsabilidad de informarnos sobre las formas de controlar la seguridad de nuestros dispositivos digitales. (Pardo, 2015) Se recomienda configurar opciones de seguridad y privacidad en los dispositivos tecnológicos mediante la instalación de programas de control parental, cortafuegos y antivirus, así como revisar las opciones de seguridad y privacidad de las redes sociales, y seguir reglas básicas como no digitar información relevante en redes abiertas.

6. Ética y tecnologías digitales: no siempre se toma en cuenta esta responsabilidad en la vida digital. Estas herramientas jamás deben utilizarse para compartir ni divulgar contenidos ofensivos o irrespetuosos. Es necesario que su uso esté regido por la consideración y la empatía. (Díaz, 2015) Así no lo sepamos, todo lo que se registra en Internet permanece. Acciones como suplantar a otra persona o compartir imágenes comprometedoras son delitos sancionados por la ley.



7. Precauciones físicas: al utilizar dispositivos electrónicos también hay que cuidar las condiciones ambientales como la iluminación y la postura que adoptamos al utilizarlos, pues al no hacerlo podemos generar afectaciones en nuestra salud, principalmente en los ojos, la espalda, las muñecas y las piernas. (Gobierno de La Rioja, 2019)

8. Educación para la autonomía: las tecnologías digitales no deben usarse como la única forma de entretenimiento para niñas y niños o para evitar que hagan rabietas, ya que de esta manera se está evitando el desarrollo de habilidades emocionales y sociales. Tampoco es prudente que se expongan a contenido inapropiado para su edad. El uso de dispositivos debe limitarse a periodos cortos de tiempo que pueden incrementarse poco a poco con la edad (Bilbao, 2016). El objetivo es desarrollar la autonomía de los niños y las niñas en la utilización de las tecnologías digitales, a través del acompañamiento, la reflexión y la selección adecuada de contenidos durante sus primeros años.

9. Comunicación abierta para prevenir riesgos: es necesario generar espacios de confianza para dialogar sobre posibles situaciones inseguras, extrañas o sospechosas, así como ante circunstancias potencialmente denunciables. (Google, Co, 2018) Muchas niñas, niños y adolescentes han estado expuestos a estos riesgos sin desearlo, y uno de los principales problemas es que no lo comunican a sus familias o educadores/as por miedo o vergüenza. Una comunicación abierta y asertiva es indispensable para que niñas y niños cuenten sus experiencias y pidan ayuda en caso de requerirlo. Para ello, familias y docentes deben observar cuidadosamente cambios de comportamiento que revelen problemas y motivarlos a pedir su ayuda o denunciar.

ENFERMEDADES POR EL MAL USO DE LAS TIC

El uso inadecuado o excesivo de las TIC puede generar enfermedades o trastornos. Normalmente esto ocurre cuando obviamos las recomendaciones e la sección anterior. El riesgo es mayor para niñas y niños, pues su comprensión sobre las implicaciones de la utilización inapropiada de las TIC es más limitada. Muchos juegos, por ejemplo, aprovechan los componentes potencialmente adictivos de las tecnologías digitales, lo que incrementa el peligro de incurrir en excesos y causar trastornos.

A continuación, se presentan algunas de las enfermedades o trastornos más frecuentes:



Enfermedades por campos electromagnéticos generadas por largos períodos de uso del celular o pantallas, como vértigo, pérdida de memoria, tumores. (OMS, 2014)



Afecciones del sueño cuando se usan dispositivos en la cama antes de dormir o cuando el sueño se limita por el uso excesivo de tecnología digital. (LeBourgeois, 2017)



Depresión y ansiedad infantil causadas por el uso excesivo de la tecnología digital. (UNICEF, 2017)



Dolores y malformaciones de la espalda por falta de soporte lumbar en los asientos y postura inadecuada. (Gobierno de La Rioja, 2019)



Daño en muñecas y manos por el uso excesivo de dispositivos digitales, como la nomofobia, la portalitis y la ciberadicción (ver glosario). (Ramírez, 2018)



Irritación y fatiga ocular por el uso excesivo sin descanso o demasiado cercano a pantallas. También pueden desarrollarse enfermedades oculares diverso tipo. (Gobierno de La Rioja, 2019)



Daños en la audición por escuchar música con audífonos y en volumen alto por largos períodos.



Adicciones por uso excesivo, por ejemplo, nomofobia, portalitis y ciberadicción. (ver glosario). (Ramírez, 2018).



Alteraciones emocionales o conductuales por la exposición a imágenes o situaciones inapropiadas para la edad.



¿Cómo evitar enfermedades?

Prevenir las enfermedades y los trastornos mencionados, entre otros, depende de una intervención responsable en los lugares donde se utilizan con mayor frecuencia las TIC. (Gobierno de La Rioja, 2019)

Docentes y familias deben trabajar en conjunto para que los/las estudiantes sigan las siguientes recomendaciones:

- **Controlar el tiempo de exposición a las pantallas y el uso del teléfono móvil.**
- **Quitar las alertas de mensaje que llaman la atención permanentemente.**
- **A la hora de dormir y comer, dejar de lado los dispositivos digitales.**
- **Realizar pausas y moverse frecuentemente si se deben utilizar los dispositivos por periodos prolongados.**
- **Hacer ejercicio físico de manera constante.**
- **Ajustar las condiciones del lugar donde se usan los dispositivos.**
- **No tener el teléfono móvil siempre en la mano y, principalmente, evitar un uso excesivo.**

Para obtener más información sobre los temas tratados, puede revisar la bibliografía en la sección final de esta guía.



RIESGOS AL USAR INTERNET

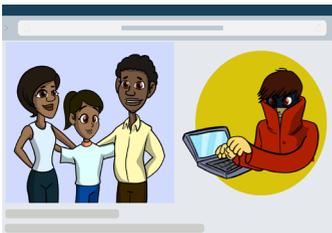
Navegar en Internet de manera descuidada puede generar situaciones incómodas y molestas, pero sobre todo riesgos. Por eso es importante tener información sobre los principales peligros que conlleva su uso y cómo prevenirlos, pues podemos transformarnos tanto en víctimas como en infractores/as accidentales.

Es importante que las y los estudiantes mantengan una actitud crítica ante encuentran y lo que publican en Internet. Al no poder evitar que otras personas sean agresoras o busquen hacer daño, su seguridad depende en gran medida de la información que posean, de su actitud responsable y de su atención para identificar malas prácticas. Es indispensable que exista confianza suficiente para niñas, niños o adolescentes no guarden silencio ante potenciales situaciones peligrosas.

Se invita a las y los docentes a revisar el contenido adicional recomendado en esta guía, que explica con mayor detalle los posibles riesgos de Internet. Se ha creado material para cada tema específico, como contenido, videos, infografías y podcast, que deben revisar y usar para trabajar con los estudiantes y la comunidad educativa.

Se ha creado material específico para cada tema: documentos complementarios, videos, infografías y podcasts. Estos materiales deben ser revisados y utilizados en el trabajo con los/las estudiantes y la comunidad educativa. Los enlaces se encuentran al final de la guía.

La siguiente tabla define y resume los principales riesgos:



TRATA DE PERSONAS

Consiste en la explotación violenta de seres humanos para el beneficio/ lucro propio o de un tercero, mediante manipulación, coerción y limitación de la libertad individual.



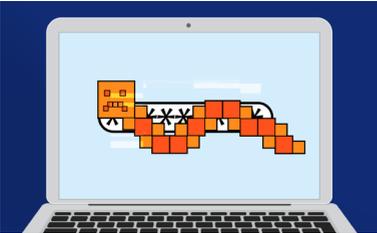
FLAMMING

Es una forma de ciberacoso a través de la utilización de un lenguaje intimidatorio, violento, vulgar o soez.



GROOMING

Ocurre cuando una persona adulta manipula a menores de edad con el fin de ganar su confianza y obtener videos o fotos de carácter sexual.



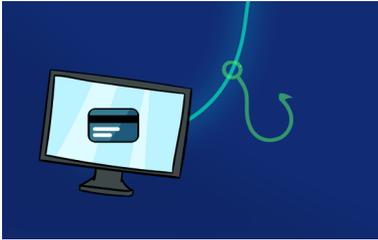
HACKING

Se trata de una intervención o alteración de sistemas informáticos, realizada con el objetivo de robar datos personales y/o financieros.



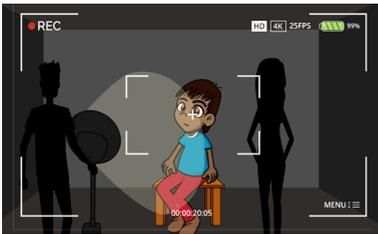
HARASSEMENT

Se define como la reiteración de amenazas, insultos, frases denigrantes y humillaciones mediante mensajes o llamadas. Incluye además la divulgación de fotos o rumores violentos en la red. También se conoce como ciberacoso o cyberbullying.



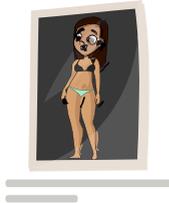
PHISHING

Se define como la difusión de mensajes falsos en Internet, diseñados para usurpar o robar datos de cualquier tipo.



PORNOGRAFÍA INFANTIL

Abarca cualquier representación o imagen de una niña o un niño involucrados en actividades o situaciones de carácter sexual, reales o simuladas.



SEXTING

Supone una forma de violencia en la que un remitente produce y envía mensajes, imágenes o videos con contenidos sexuales no deseados a la víctima.



SEXTORSION

Se define como una extorsión bajo la amenaza de publicar fotografías o videos sexuales de la víctima.



STALKING

Implica un acoso reiterado y agresivo, ejercido con la finalidad de amedrentar, intimidar y atemorizar a la víctima.



SUPLANTACIÓN DE IDENTIDAD

Supone la apropiación y suplantación de la identidad de una persona por parte de otra, con el fin de acceder a recursos y beneficios económicos, jurídicos, etc.



DELITOS POR MEDIOS DIGITALES

Resume las diferentes formas de apropiación y utilización de la imagen de una persona sin su consentimiento.



LOLICON / SHOTACON

Es un tipo de producción ilustrada/animada en formato manga o anime en la que niños (Shotacon) o niñas (Lolicon) son representados en relaciones implícita o explícitamente sexuales con adultos.



Riesgo por uso inadecuado de un teléfono móvil

Niños, niñas y adolescentes suelen tener acceso a teléfonos móviles, propios o de alguien cercano su entorno. Sin embargo, hay que tomar en cuenta que su uso implica la exposición a ciertos riesgos.



Entre los peligros a considerarse están el contacto con personas desconocidas, la compra accidental de productos a través de juegos, manipulaciones para la obtención y robo de información personal o la exposición a contenidos inadecuados para su edad.

Las personas menores de edad y sus familias deben conocer con claridad los diferentes riesgos y prevenirlos mediante las acciones adecuadas.



Riesgo de adicción por el uso excesivo de videojuegos o dispositivos tecnológicos

El acceso de niñas, niños y adolescentes a los videojuegos, en consolas o dispositivos digitales, debe ser regulado y supervisado según la edad. Una vez más, el diálogo y la confianza son fundamentales para generar actitudes críticas, ordenadas y reflexivas.



La adicción a los dispositivos tecnológicos ha ido en aumento durante los últimos años, y con frecuencia las personas afectadas son los niños, niñas y adolescentes. El uso normal de los dispositivos puede aumentar paulatinamente hasta transformarse en una adicción tan intensa como la que provoca cualquier otra droga. (Labrador et al., 2015) Las consecuencias de este tipo de adicción incluyen la falta de desarrollo social y el aumento de accidentes al reducir drásticamente la concentración. (Sense Media, 2019)

¿Por qué los juegos de video y las computadoras con Internet no son muy recomendables a edades tempranas?

La adicción a los videojuegos ha sido catalogada como un trastorno por la OMS. Actualmente los videojuegos, en consolas, computadoras o teléfonos móviles, tienen un alto componente adictivo para los niños, niñas y adolescentes. La autorregulación resulta complicada y es fácil incurrir en el uso excesivo de las tecnologías digitales. (OMS, 2017)

Por ello, autorregularse es difícil y se puede caer fácilmente en el uso irracional de estas tecnologías (OMS, 2017).

Existen códigos diseñados para regular los contenidos de los videojuegos, como el PEGI (Pan European Game Information, 2019) o el ESRB (Entertainment Software Rating Board, 2019). Sin embargo, muchas personas desconocen o toman en cuenta las recomendaciones de estos códigos. Por lo tanto, personas menores de edad se ven expuestas a contenidos inapropiados para sus edades.

A continuación, se exponen las etiquetas oficiales de los códigos ESRB Y PEGI, en las que se indican las edades apropiadas para los distintos juegos, así como los contenidos presentes en los mismos. (Labrador et. al, 2015)



Puede encontrar más información sobre el etiquetado de juegos en los siguientes enlaces:

<https://pegi.info/es>

<https://www.esrb.org/ratings-guide/>

Es recomendable evitar los juegos en línea durante las edades tempranas, pues en ellos no puede restringirse el contacto con personas adultas. Estos juegos se presentan como una opción de interacción y aceptación social, elemento que las empresas creadoras manipulan para incrementar los componentes adictivos.



Acciones concretas que las niñas, niños y adolescentes pueden realizar para evitar situaciones de riesgo:

1. **Hablar con sus familiares y docentes sobre el uso adecuado de la tecnología digital y los riesgos, además de sus necesidades e intereses.**
2. **Aprender cómo instalar y usar programas de protección como antivirus y bloqueadores.**
3. **Reconocer que contactar a personas desconocidas en Internet y redes sociales es un riesgo. Por lo tanto, es necesario conocer personalmente a quienes establecen una comunicación virtual a través de redes, juegos u otro medio.**
4. **Controlar el tiempo de uso de Internet, redes sociales y videojuegos. Establecer un horario diario y semanal.**
5. **Si un mensaje o una persona parece sospechosa, averiguar antes de actuar.**
6. **Evitar páginas con contenido inapropiado.**
7. **No responder a mensajes agresivos o inapropiados.**
8. **Evitar publicar contenido íntimo o muy personal.**
9. **Si se presenta un problema, pedir ayuda inmediatamente a sus familiares y docentes, no solo a sus amigos/os.**
10. **Enfrentar y eliminar las amenazas o chantajes hablando con una persona adulta al respecto.**
11. **Evitar acciones riesgosas como las mencionadas anteriormente. Es indispensable no ser parte del problema.**
12. **Pensar antes de actuar, fijarse bien en las páginas, las direcciones y la información que se pide.**
13. **Ignorar ofertas muy llamativas. Antes de comprar cualquier cosa consultar previamente a su familia.**
14. **Bloquear a personas violentas, riesgosas y desconocidas.**

IDENTIFICAR, PREVENIR Y MANEJAR SITUACIONES DE RIESGO

En esta sección se reflexiona sobre el rol de las personas adultas en los diferentes aspectos de la prevención de riesgos y el uso adecuado de las tecnologías digitales.

¿Quiénes están en riesgo?

Existen personas más proclives a desarrollar conductas de riesgo. Esta proclividad surge en la familia, donde tiene lugar la socialización primaria. (Labrador et al., 2015) Si este proceso es inadecuado, la niña, niño o adolescente puede ser atraído fácilmente por personas malintencionadas que ponen en riesgo su integridad a través de interacciones digitales retorcidas y peligrosas. Los valores, las formas adecuadas de comportamiento y las actitudes seguras se aprenden en casa, y se refuerzan en la escuela.



Las personas que pasan mucho tiempo solas, sin supervisión ni actividades alternativas, deportes o hobbies, tienen mayor propensión a interactuar en la red de formas inadecuadas o riesgosas.



¿Cuándo preocuparse?

En general, es importante observar las conductas de las niñas, niños y adolescentes para conocer cómo actúan en su día a día en su relación con los demás. Los cambios drásticos en su comportamiento pueden ser señal de alarma. A continuación, se enlistan algunas posibles señales de alerta:

- **Necesidad de usar los dispositivos tecnológicos con más frecuencia.**
- **Resistencia para dejar de lado los dispositivos, de forma irascible y violenta.**
- **Utilización solitaria y oculta de los dispositivos digitales.**
- **Cambios de comportamiento fuertes como aislamiento, depresión, ansiedad.**
- **Abandono de otras actividades, alejamiento de sus amigos/os.**
- **Síndrome de abstinencia y ansiedad al separarse de aparatos y juegos. (Larador et al., 2015)**
- **Gasto incontrolado de su dinero o del dinero de la familia en la compra de tecnología digital, servicios, juegos, aplicaciones, etc.**
- **Comportamiento cargado de violencia verbal o física.**

Prevención primaria para familiares y docentes

BUENA COMUNICACIÓN

Genere ambientes de comunicación y afecto. Fomente actividades productivas.

EJEMPLO

Ambientes con comunicación y afecto. Fomente actividades productivas.

INSTRUCCIÓN

Hable sobre los peligros, cómo protegerse y qué hacer en situaciones conflictivas.

REFLEXIÓN

Dialogue sobre conductas apropiadas y reglas a seguir.

SUPERVISIÓN

Supervise y acompañe el tiempo de uso y las relaciones entabladas a través de las tecnologías digitales, así como la seguridad y las posibles conductas inapropiadas.

Acciones concretas que pueden realizar las familias:

- Evite dejar a sus hijos sin supervisión y por períodos largos.
- Ponga seguridades en las redes e instale programas de control parental. Evite que se conecten a redes abiertas. Haga lo mismo en el teléfono móvil del menor.
- Reflexione con los niños, niñas o adolescentes sobre sobre el contenido que publican y las personas que contactan en sus redes.
- Establezca horarios para el uso de los dispositivos, que deben ser cumplidos por toda la familia.
- Converse abiertamente sobre los peligros y construya espacios de confianza para ayudar los/las menores en caso de que lo requieran.
- Asegúrese de que los videojuegos y dispositivos tecnológicos a los que accede su hijo/a sean apropiados para su edad.

Prevención de seguimiento para familiares y docentes

OBSERVAR

Acompañe las actividades de la/el menor. Esfuércese por conocer sus inquietudes y necesidades.

CONVERSAR

Pregunte y dialogue frecuentemente con el/la menor. Si detecta alguna señal alarmante, comuníquese con el/la docente o pida la ayuda de otra persona de la familia.

ACTUAR

Establezca horarios, normas, filtros y mecanismos de seguridad para el uso de dispositivos digitales.

FRENAR

Detenga inmediatamente cualquier conducta inadecuada o riesgosa durante la utilización de las tecnologías digitales.

INTERVENIR

No juzgue ni intimide a la/el menor ante una situación de riesgo. Es fundamental que usted se transforme en una persona de confianza para ellos/as.



CÓMO MANEJAR SITUACIONES RIESGOSAS, ACTITUDES INAPROPIADAS Y DELICTIVAS

Persista en el acompañamiento: es importante que, más allá de la complejidad de las situaciones, los niños, niñas y adolescentes sientan un apoyo y respaldo permanentes por parte de sus familias y docentes.

No avergüence ni juzgue a la/el menor: conseguir una relación ordenada y segura con las tecnologías digitales requiere de paciencia y constancia en el acompañamiento. Juzgar y castigar, en lugar de escuchar y respaldar, puede ser absolutamente contraproducente.

Evalúe claramente el problema: no actúe antes de tener clara la situación. Es necesario averiguar todos los detalles de las circunstancias antes de intervenir y plantear una solución: qué, cómo, cuándo y dónde sucedieron las cosas, así como quiénes son las personas involucradas.

Busque soluciones, no culpables: es común buscar un culpable para no asumir las propias responsabilidades. Enfóquese en las soluciones y no en los culpables.

Evite generalizaciones o soluciones radicales: la solución debe ser realista y no radical. No aumente el problema con generalizaciones, ni intente bloquear todo acceso a dispositivos. Esto no solucionará el problema y es probable que la/el menor decida actuar a escondidas, dejando de confiar en la persona adulta.

Pida ayuda rápidamente: no podemos solucionar todas las situaciones o cuenta propia. Tanto en los hogares como en las instituciones educativas es necesario trabajar en conjunto y buscar el apoyo pertinente para cada situación lo más rápido posible, con el fin de evitar el agravamiento de cualquier problema.

Denuncie en caso de detectar cualquier delito: en caso de reconocer una acción delictiva, como hackeos, chantajes, trata, etc., no basta con suspender el contacto y reflexionar al respecto. Es necesario hacer la denuncia y el seguimiento del caso. Los protocolos para denunciar estas situaciones pueden encontrarse en el siguiente enlace:
<https://educacion.gob.ec/rutas-y-protocolos/>



ENLACES IMPORTANTES

Puede encontrar más información en cada uno de estos enlaces:

RESPUESTAS A PREGUNTAS DE LOS PADRES

https://recursos2.educacion.gob.ec/eugenia/#eu_familias

CONTENIDO DE CADA RIESGO

https://recursos2.educacion.gob.ec/eugenia/#eu_docentes

VIDEO DE CADA RIESGO

https://recursos2.educacion.gob.ec/eugenia/#eu_docentes

INFOGRAFÍA DE CADA RIESGO

https://recursos2.educacion.gob.ec/eugenia/#eu_docentes

PODCAST DE CADA RIESGO

https://recursos2.educacion.gob.ec/eugenia/#eu_docentes

OTROS ENLACES:

Videos tú decides en internet:

<http://www.tudecideseninternet.es/aepd/index.php/videos/tu-controlas-en-internet>

Hackersvscybercrook-juegayaprendeciberseguridad:

<https://www.osi.es/es/actualidad/blog/2016/12/01/hackers-vs-cybercrook-juega-y-aprende-ciberseguridad>

Juegocybescouts:

<https://www.is4k.es/de-utilidad/cyberscouts?origen=tipOSI>



BIBLIOGRAFÍA

Bilbao, Á. (2016, 06 de mayo). 10 reglas para introducir y educar a tus hijos en el uso de nuevas tecnologías. <https://alvarobilbao.com/decalogo-para-introducir-y-educar-a-los-ninos-en-el-uso-de-las-nuevas-tecnologias>.

Common Sense Media. (2019). LA NUEVA REALIDAD: PADRES, ADOLESCENTES Y DISPOSITIVOS MÓVILES EN MÉXICO. https://www.common sense media.org/sites/default/files/uploads/research/2019_the_new_normal_mexico-final-release_spn_092519_web.pdf

Díaz, J. (15 de julio de 2015). Niños y redes sociales: 5 principios básicos de uso responsable. El Tiempo blogs. <http://blogs.eltiempo.com/padres-del-hoy/2015/07/15/ninos-y-redes-sociales-5-principios-basicos-de-uso-responsable/>

EDUCIMA. (2019). Generador de sopa de letras [sitio web]. <https://www.educima.com/wordsearch/spa/index.html>

Enrriquez, S. C. (2016, 22 de febrero). Luego de las TIC, las TAC. [https://web.archive.org/web/20160222063326/http://www.unlp.edu.ar/uploads/docs/ponencia_ead_enriquez_silvia_cecilia.luego%20de%20las%20TIC,%20las%20TAC%20\(1\).pdf](https://web.archive.org/web/20160222063326/http://www.unlp.edu.ar/uploads/docs/ponencia_ead_enriquez_silvia_cecilia.luego%20de%20las%20TIC,%20las%20TAC%20(1).pdf)

Entertainment Software Rating Board. (2019). Guía de clasificaciones. <https://www.esrb.org/ratings-guide/es/>

Esteban, E. (2017, 2 de febrero). La regla 3-6-9-12 para el uso de la tecnología en los niños. Guía Infantil. Consultado en agosto de 2019. <https://www.guiainfantil.com/blog/educacion/nuevas-tecnologias/la-regla-3-6-9-12-para-el-uso-de-la-tecnologia-en-los-ninos/>

Fundación Omar Dengo. (2006). Educación y Tecnologías Digitales. Cómo valorar su impacto social y sus contribuciones a la equidad. Consultado en octubre de 2019. <https://idl-bnc-idrc.dspacedirect.org/bitstream/handle/10625/29508/122238.pdf?sequence=1>

Gobierno de La Rioja. (2019). Posturas correctas ante el ordenador. La Rioja Salud. Consultado en octubre de 2019. <https://www.riojasalud.es/ciudadanos/catalogo-multimedia/prevencion-de-riesgos-laborales/higiene-postural>



Google, Co. (2018, junio). Inteligente, Alerta, Seguro, Amable, Valiente, se genial en Internet. Plan de estudios de ciudadanía y seguridad digital. Consultado en agosto de 2019. https://storage.googleapis.com/gweb-interland.appspot.com/es-419-all/hub/pdfs/Google_SeGenialEnInternet_EIPlanDeEstudios.pdf

INEC. (2017, diciembre). Tecnologías de la Información y Comunicación, ENEMDU-TIC 2017.

Consultado el 20 de julio de 2019.

https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/TIC/2017/Tics%202017_270718.pdf

Instituto Iberoamericano del Niño, la Niña y Adolescentes. (2018). Módulo 3: Derechos Online- Offline.

<http://www.iin.oea.org/publicaciones>.

Jensen, C., & Jensen, J. (2013). The teacher's corner. Generador de crucigramas. Consultado el 20 de julio de 2019.

<https://worksheets.theteacherscorner.net/make-your-own/crossword/lang-es/>

Labrador, F., Requesens, A., & Mayte, H. (2015, 22 de marzo). Guía para padres y educadores sobre el uso seguro de Internet, móviles y videojuegos. Obtenido de Establecer junto a tus hijos reglas consensuadas para navegar por Internet.

LeBourgeois, M. K. (2017,19 de abril). Digital Media and Sleep in Childhood and Adolescence. *pediatrics*. aapublications.org. Consultado el 14 de noviembre de 2019.

https://pediatrics.aapublications.org/content/pediatrics/140/Supplement_2/S92.full.pdf



@MinisterioEducacionEcuador



@Educacion_Ec

Ministerio de Educación



República
del Ecuador