

## Peligros asociados al uso de tecnologías

**Acceso a contenidos inapropiados:** al estar solo en internet se puede encontrar contenido violento o dañino (ej. promover la anorexia).

**Grooming:** es recurrente que desconocidos con perfiles falsos intenten extorsionar a menores para pedirles imágenes con contenido sexual. Muchos los encaran o los eliminan, pero es necesario denunciar.

**Exposición de la intimidad:** Han aumentado los casos de jóvenes que envían voluntariamente imágenes sexuales y terminan filtrándose. El 87% de las veces las ven todo el curso.

**Bullying:** una dinámica en la que no sólo participa el agresor y la víctima, sino también todos los testigos. Es fundamental enseñarles a todos los escolares a vencer el bullying, aún sin estar involucrados.

El 80% de las veces los testigos no intervienen cuando ven cyberbullying. Cuando lo hacen, logran parar el bullying en más del 50% de los casos.

### ¿Qué pueden hacer los testigos del bullying?

Partir dando el ejemplo: si los amigos cercanos rechazan una agresión o defienden a la víctima, es probable otros sigan el ejemplo.

Mostrarse en desacuerdo: no apoyar las burlas en redes sociales ni reírse es un punto de partida.

Aprovechar los recursos: usar a las mismas redes sociales para evitar agresores (rechazar solicitudes, bloquear, eliminar, enviar denuncias al sitio, etc.).

Empatizar: Tratar de ponerse siempre en el lugar del otro, aunque no se lleven muy bien.

## Sobre grupos de WhatsApp del curso

Los sitios de chat, por ser comunicación escrita, son eficientes para ponerse de acuerdo y enviar información urgente: ayuda para recordar tareas entre compañeros y organizar eventos. Discutir temas personales en el grupo puede provocar peleas interminables y malentendidos, es mejor conversar cara a cara. También es preferible darles autonomía y no involucrar a profesores en temas de los niños.

### Grupos de WhatsApp entre apoderados

#### ¿Qué prácticas deberían evitarse?

**Ser “agenda” de los hijos:** Querer controlar todo sobre los quehaceres de los hijos y organizarse entre padres perjudica a los niños a hacerse cargo de sus propias responsabilidades.

**Usar el espacio para criticar:** Expresar disconformidad sobre profesores u otros apoderados dentro del grupo, aunque sin decirlo directamente, crea discusiones poco constructivas.

**Problemas por los rumores:** Comentar lo que se cree o se escucha tiende a confundir, dando información poco clara y creando malentendidos. En ocasiones pueden ser sobre los estudiantes y perjudicar la imagen de los niños.

**Denunciar problemas con el profesor:** Realizar quejas o críticas sobre situaciones que no se pueden solucionar dentro del grupo ensucia el ambiente y no llegan a nada. Es mejor trabajar los problemas que se tengan en persona conversando.

**Crear grupos nuevos:** Cuando se hacen subgrupos por afinidades o por distanciamientos se separa la relación y hay información a la que no acceden todos como curso.

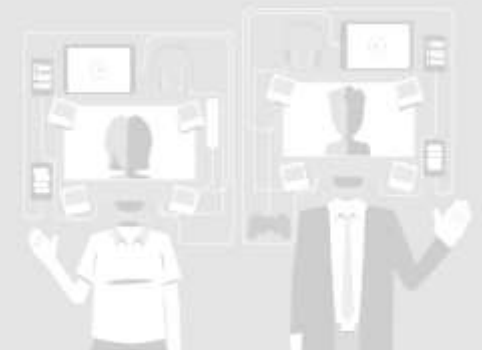


FACULTAD DE COMUNICACIONES  
PONTIFICIA UNIVERSIDAD  
CATÓLICA DE CHILE



## EL USO POSITIVO DE LAS TECNOLOGÍAS CONSEJOS PARA PADRES Y APODERADOS

Las nuevas tecnologías están transformando la vida de nuestros hijos. Puede tener efectos muy positivos cuando se emplean de forma adecuada, pero hay peligros que debemos prevenir como padres y es responsabilidad nuestra conocerlas y conversar sobre sus efectos con ellos. Este tríptico ofrece una serie de consejos para aprovechar las ventajas de las tecnologías y así evitar sus peligros.



## ¿A qué edad tener un celular con internet?

Si bien hay diversas opiniones, los especialistas recomiendan:

- No antes de los 12 años, preferentemente desde los 14
- Desde que andan solos en la calle
- Mejor postergar ese momento lo más posible

### Qué aspectos deben considerarse para entregarle a un niño su propio Smartphone:

- ¿Tiene sentido de responsabilidad?
- ¿Necesita estar comunicado por temas de seguridad?
- ¿Sus relaciones sociales se verán beneficiadas por este contacto permanente?
- ¿Le dará un uso serio y responsable? Como no usarlo durante clases...
- ¿Seguirá las reglas sobre cantidad de uso y tipo de contenido que bajan?
- ¿Lo usarán para fomentar relaciones positivas o para dañar al otro?
- ¿Cuida sus pertenencias o las pierde constantemente?

La exposición excesiva (llegan a ser más de 6 horas al día) puede traer consecuencias como ansiedad, falta de sueño, desórdenes alimenticios, etc. Por eso preguntamos a diversos expertos:

### ¿Hasta cuánto tiempo se recomienda el uso de las tecnologías en un día?

- Hasta 2 años: No recomendable.
- Entre 2 y 7 años: Hasta 1 hora.
- Entre 7 y 12 años: 1 hora.
- Entre 12 y 15 años: 1 ½ horas.
- 16 años y más: 2 horas.

## ¿Qué ventajas y desventajas tienen el uso de las tecnologías?

**Rendimiento académico:** Usar tecnologías con moderación puede servir al estudiar, realizar tareas y comunicarse entre compañeros. En exceso podría afectar negativamente el promedio de notas.

**Sensación de soledad:** Estar en redes sociales puede ayudar a conectarse con los amigos, pero debe haber un balance entre la realidad virtual y pasar tiempo socializando cara a cara.

**Autoestima:** Socializar en redes sociales sirve al recibir comentarios de apoyo en momentos difíciles, pero hay que poner ojo a la adicción que generan los “Me gusta” y las consecuencias de los comentarios negativos.

**Dependencia:** Pasar mucho tiempo pegado al celular o computador puede generar ansiedad y temor al desconectarse. No hay que querer saber todo lo que pasa en internet todo el tiempo.

## Uso de redes sociales

### ¿Qué debemos saber sobre las redes sociales?

- Se puede crear una cuenta a los 13 o 14 años.
- Si no se definen las condiciones de privacidad, los perfiles son de libre acceso.
- Los jóvenes pueden causar daño fácilmente (anonimato, pantallazos...).
- En los sitios de “Confesiones” se envían mensajes anónimos, los que en su mayoría son burlas o insultos.
- Los sitios como Facebook tienen manuales de ayuda en que aconsejan usos apropiados para padres.

## ¿Cuáles son las redes sociales más usadas?

- WhatsApp: mensajería instantánea online
- Facebook: redes sociales masivas
- Instagram: Sitio para compartir imágenes
- Snapchat: Envío de fotografías por chat
- YouTube: Portal de videos
- Ask y Kiwi: Sitio de preguntas anónimas
- Twitter: publicar mensajes cortos
- Tumblr y Pinterest: para compartir gustos
- Skype y Omegle: Sitios de video chat
- Wattpad: Sitios para compartir literatura
- Videojuegos online



Es fundamental saber qué sitios usan los escolares, de qué se tratan y a qué peligros pueden estar expuestos (muchas veces ellos mismos lo saben). Mostrar interés y conversar sobre lo bueno y lo malo es importante en la supervisión.

### Qué conductas pueden ser peligrosas en redes sociales:

- Publicar datos de contacto personales
- Subir o enviar material íntimo/provocativo
- Tener el material personal para todo público
- Etiquetar los sitios en los que se encuentra (dirección de la casa)
- Dejar que todo el público comente, revise y suba material al muro
- Aceptar a desconocidos
- Dar información a desconocidos
- Entrar en grupos para molestar
- Entrar a grupos con desconocidos
- Seguir a desconocidos con contenido inapropiado.
- Entrar en discusiones con desconocidos
- Involucrarse en discusiones agresivas

### Referencias:

Sedentary behaviour and screen-time: [1.usa.gov/20YtfkR](http://1.usa.gov/20YtfkR)  
10 consideraciones para comprar un celular a tu hijo: [abt.cm/1r1GTTs](http://abt.cm/1r1GTTs)  
Grupo de Whatsapp de madres y padres: ¿oportunidad o peligro?: [bit.ly/1T05uTL](http://bit.ly/1T05uTL) PDI Chile: No más bullying: [bit.ly/1VCFX9U](http://bit.ly/1VCFX9U)  
[www.common sense media.org](http://www.common sense media.org)