



RECOMENDACIÓNS FAMILIAS SOBRE O USO DAS NOVAS TECNOLOXÍAS DA INFORMACIÓN E COMUNICACIÓN

Antes dos 10 anos un nen@ nunca debería navegar só na rede. Moitos adolescentes son “nativos dixitais” por iso séntense bastante seguros navegando case sen límites na rede. Esa seguridade en internet sempre é relativa. Os adolescentes son persoas en desenvolvemento, polo que non aprenderon aínda a controlar os límites e facilmente caen en adicións e malos hábitos. Se o teu fill@ pasa máis de dúas horas ao día co móbil, portátil ou tableta pode estar enganchado, consulta co pediatra.

Hai que establecer unhas regras e horario de uso claras dos aparellos dixitais, e as consecuencias de saltarse ditas regras. O mellor sitio para usar un aparato electrónico son as zonas comúns da casa como o salón. Se o teu fill@ apaga a pantalla cando pasas podes desconfiar. Para saber que visitou podes mirar o historial do seu navegador, e se está borrado tamén pode ser outro indicio de desconfianza.

Móviles e aparellos conectados á rede non deberían estar no dormitorio, en especial nas horas de estudo ou descanso. Tampouco deberían solicitar produtos nin descargar aplicacións sen a aprobación familiar. Axudarlles, na medida do posible, a realizar os seus traballos, estudos, procuras, etc, facendo así un bo uso das novas tecnoloxías da información. Nos buscadores de internet podemos activar filtros de idade. Por exemplo, nun dos máis usados como Google, a opción Filtro Seguro (SafeSearch) elimina das búsquedas toda páxina con contidos non axeitados para nen@s. As operadoras de internet (Movistar, Vodafone, Orange, R, etc) ofrecen os seus programas de filtrado, e aínda que non son gratuítos, poden ser unha opción para aquelas familias moi preocupadas ou sen coñecementos informáticos. O de Movistar por exemplo, chámase Canguro Net. Os sistemas operativos dos nosos computadores ofrecen tamén filtrado baixo a sección “Control Parental”.

Dille ó teu fill@ que acuda a ti se ve algo que lle parece ameazante ou incómodo sobre sí mesmo na rede. Se a familia se pon en contacto co administrador do sitio de internet onde aparece a foto do noso fill@, ten a obriga de retiralo e mesmo sancionar a quen o publicou, incluso anulando a súa conta. Comenta os efectos prexudiciais que causa revelar a intimidade ao facer uso da rede. Fálalles dos perigos do chat, onde se poden confundir, ao "chatear", con supostos amigos que non resultan tales, prestando especial atención a fotos que comparten en internet, aínda que sexa co mellor amig@. A ética debe guiar todo o que facemos, tamén en internet. Nunca deben usar a rede para difundir cotilleos, acosar ou ameazar a outros compañeiros.

Hai que educalos sobre as consecuencias de romper as leis. Poñer unha foto ou vídeo dunha persoa en internet sen o seu permiso por escrito, pode traer problemas, sobre



todo se é un menor de idade. Tamén insultar ou burlarse dun compañeir@ de clase. Nada do que se fai na rede é anónimo, incluso os hackers ou expertos informáticos máis listos, cando cometen delitos, son atopados polos corpos de seguridade do estado e acaban no cárcere.

A decisión de que os fill@s usen as redes sociais compete tamén aos pais.

Cada rede social establece nas condicións de uso a idade mínima, e máis concretamente, en España, segundo o artigo 13 do Real Decreto que desenvolve a Lei Orgánica de Protección de Datos, hai que ser maior de 14 anos para rexistrarse en calquera servizo de internet sen o consentimento dos pais,

A idade mínima establecida por cada rede social é: Facebook igual ou maior de 13, Instagram igual ou maior de 13 e Tuenti maior de 14.

Dentro dos perigos destas redes está que se o usuario ten o perfil como público, calquera persoa pode ver o que publique. Aínda que escollamos que só os amigos poidan ver o que publicas, un amigo pode compartir unha foto subida polo adolescente e que a vexan todos, por iso unha norma moi sinxela é “nunca publiques nada que non porías na porta do instituto nun cartel de tamaño cartolina”. Hai casos de pedófilos que buscan nas redes sociais vítimas, moitas veces facéndose pasar por adolescentes, para logo gañar a confianza dos nosos fill@s e abusar deles.

Hai que adicar especial atención aos xogos que adoitan recibir, intercambiar ou copiar. Non todos son divertidos, hainos perigosos e violentos, e son tan reais e adictivos que inflúen nos valores e nos comportamentos dos nosos rapaces e rapazas. Na portada teñen unha etiqueta que indica a idade recomendada, igual que as películas. Os sitios de descarga ilegal sempre tentan introducir virus e programas espía nos computadores, evita sempre que os rapaces acudan a estes sitios, proporcionándolles alternativas legais.

É positivo que os pais se interesen e aprendan de novidades informáticas dos seus fill@s. Animemos aos adolescentes que amosan un determina do interese pola informática a compartir eses coñecementos con outros irmáns, familiares, amigos, etc. Hai que prohibirilles o acceso a contidos que poidan ser prexudiciais para a súa educación e desenvolvemento (temas pornográficos, violentos, racistas, etc.) Os rapaces e rapazas adolescentes teñen curiosidade sobre a sexualidade, os pais e nais poden valorar falar diso con eles ou dirixilos a páxinas serias sobre saúde e sexualidade.



XUNTA DE GALICIA

CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA
CPI As Revoltas

A Carballa, nº 17 – Cesullas
15115 Cabana de Bergantiños (A Coruña)
Tfno.: 981754236 Fax: 981754243
cpi.asrevoltas@edu.xunta.es
<http://www.edu.xunta.es/centros/cpiasrevoltas/>

A Xunta de Galicia filtra e bloquea páxinas perigosas nos centros educativos, así que lémbrale ao teu fill@ que no centro educativo só se pode usar internet cun fin educativo, incluso no tempo de lecer. Incumprir esta normas pode conlevar graves sancións.

A tecnoloxía e o progreso van xunguidos. Discorren paralelamente ao desenvolvemento social e académico dos nosos fill@s. Non se trata de virarlle as costas ao mundo dixital, tan só hai que reflexionar con eles sobre os límites, e facelos madurar sobre as consecuencias do que fan en internet.

RECOMENDACIÓNS AO ALUMNADO SOBRE O USO DAS NOVAS TECNOLOXÍAS DA INFORMACIÓN E COMUNICACIÓN

Avisa, inmediatamente, aos adultos, se aprecias contidos que poidas considerar perigosos ou, simplemente, se os ves raros. Nunca deas os teus datos persoais, se non estás seguro do destinatario ou se consideras que non son necesarios. Para darte de alta nunha páxina web, nunha rede social ou nunha aplicación, non tes por que revelar o teu nome real, podes crear un *nick* ou alcume que non revele a túa identidade. Por exemplo, se queres practicar as cancións en internet na páxina web lyricstraining.com mentras aprendes idiomas estranxeiros, podes inventar un nome imaxinario para participar. Lembra que se fas algo ilegal, a Garda Civil sempre pode rastrexar o teu correo electrónico, aínda que sexa anónimo.

Imaxina que estás na praia no verán, e un señor se che achega a un metro, e se pon a sacar fotos de ti, ti qué farías? Pois iso mesmo fas ti cando publicas fotos na rede, nunca sabes a onde poden chegar! Nunca envías fotos de ti nin da túa familia, nin calquera información sobre eles, sen autorización dos teus pais. Unha foto de ti nunha festa pode parecerche simpática agora, pero pensa que di de ti esa imaxe se vas buscar un traballo máis adiante e un competidor che quere prexudicar dando a coñecer ese feito.



Evita entrar en páxinas de contidos non aptos para a túa idade. Se vas quedar con alguén que coñeceches na rede, consúltao antes, cos teus pais ou titores. Non contestes a mensaxes estranas no correo nin nas redes sociais, sobre todo, se che achegan ficheiros, que poden destruír o teu computador. Elimínaos e punto.

Non accedas a zonas que solicitan diñeiro, números de tarxetas de crédito, investimentos, apostas, etc. Nunca merques nada con cartón de crédito sen a autorización dos pais. Se unha páxina che pide que metas o teu teléfono móbil pode ser para suscribírchelo a mensaxes de pago, nunca reveles o teu número sen avisar aos teus pais. As páxinas que empezan con <https://> normalmente mandan os datos encriptados e son máis seguras.

O correo electrónico noso é algo privado protexido pola Lei de Protección de Datos. Revelar correos doutras persoas vai contra a lei. Cando envíes un correo a varios destinatarios, usa a liña CCO ou copia oculta que está debaixo do destinatario na parte superior da pantalla, así, un que recibe o correo non ve os enderezos dos outros.

Ter activado, constantemente, un antivirus, é moi positivo. Hainos gratis en internet. Coidado, algúns só son gratis por un tempo, logo quedas sen protección. Para desinstalar un antivirus caducado podes usar o programa gratuíto Revo Uninstaller. Tamén hai programas antiespías para instalar no computador. Visita páxinas especializadas, ou simplemente busca en internet vídeos sobre “seguridade informática”. O mellor consello de seguridade: usar programas legais, non pirata, actualizar seguido os teus programas e non instalar nada dende páxinas que non parecen seguras.

Non reveles o teu contrasinal a ninguén que non sexan os teus pais ou titores, e ten coidado, se o pos na axenda ou nunha libreta onde algún compañeir@ indiscreto poida velo. Quen teña o teu contrasinal pode facer cousas indebidas en internet e tí serías responsable. Cando consultes o correo nun computador público sempre pecha a sesión antes de marchar, para que ninguén vexa os teus correos, e nunca elixas “recordar o meu contrasinal” cando poñas os datos. Se descargas algo privado como un documento importante, coidado, que non che quede na carpeta de descargas, bórrao do equipo despois de descargalo. En xeral, ten coidado coas fotos e vídeos que tes no móbil ou na tableta, alguén pode acceder a elas por algún medio ilegal (roubo, manipulación, etc.) e prexudicarte. Protexe os teus aparatos con contrasinais por se os perdes ou chos rouban. Podes confiar nos teus pais para compartir con eles estes contrasinais. Coidado con poñer cousas doadas de adiviñar como contrasinal, como o teu ano de nacemento.

Lembra, todo o que fas na rede deixa rastro. Ademáis, os computadores do centro educativo teñen un enderezo ip fixo, que rexistra todas as páxinas visitadas por cada



XUNTA DE GALICIA

CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA
CPI As Revoltas

A Carballa, nº 17 – Cesullas
15115 Cabana de Bergantiños (A Coruña)
Tfno.: 981754236 Fax: 981754243
cpi.asrevoltas@edu.xunta.es
<http://www.edu.xunta.es/centros/cpiasrevoltas/>

usuario. Todos os computadores son ademáis filtrados pola Rede Corporativa da Xunta de Galicia. Visitar páxinas de redes sociais e en xeral usar un computador do centro para un fin NON ACADÉMICO sen permiso previo do profesor ou profesora presente, está considerado falta grave no NOF. Tamén traer un móbil ao centro. Se ademáis se utiliza un equipo do centro para acosar ou prexudicar a un compañeiro a falta é moi grave. Fai da páxina <http://www.edu.xunta.es/centros/cpiasrevoltas/> un referente para ti e consúltaa con frecuencia.