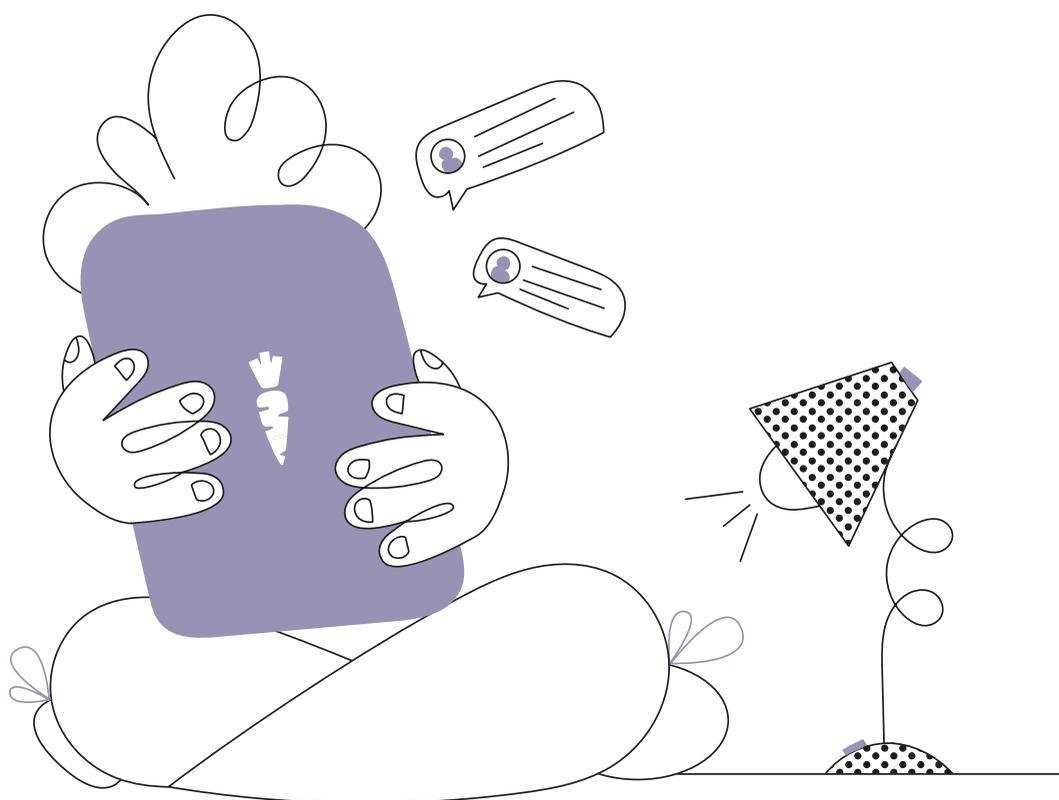


0-3 AÑOS

# Internet en familia: pautas para un uso seguro



Para madres, padres  
y otras personas adultas

**EUSKO JAURLARITZA**



**GOBIERNO VASCO**

BERDINTASUN, JUSTIZIA  
ETA GIZARTE POLITIKETAKO SAILA

DEPARTAMENTO DE IGUALDAD,  
JUSTICIA Y POLÍTICAS SOCIALES

Esta guía es una de las seis que componen la colección desarrollada por el Gobierno Vasco, para asistir a padres, madres, tutores y tutoras en la educación de niños, niñas y adolescentes en el uso seguro de Internet.

Cada una se enfoca en un grupo de edad específico y aborda su comportamiento, interacción con Internet, riesgos potenciales y estrategias de apoyo para las personas adultas.

Esta guía es la primera de la serie y pretende ayudar a quienes tengan a su cargo a niños y niñas de 0 a 3 años. También se puede encontrar información de interés en la siguiente guía (4-6 años), considerando que cada persona puede tener un ritmo diferente en el aprendizaje y uso de Internet.

Al final de cada guía aparece un resumen del contenido, información de interés y recursos para aprender y jugar en familia.

Además, tienes a tu disposición una serie de documentos comunes a todas las guías, entre los que encontrarás un glosario con la explicación de palabras técnicas, unos recursos de interés relacionados con la temática, y la bibliografía utilizada para elaborar estas guías.

# Índice de la colección

## **01.**

Internet en familia: pautas para un uso seguro de Internet por niños y niñas de 0 a 3 años.

## **02.**

Internet en familia: pautas para un uso seguro de Internet por niños y niñas de 4 a 6 años.

## **03.**

Internet en familia: pautas para un uso seguro de Internet por niños y niñas de 7 a 9 años.

## **04.**

Internet en familia: pautas para un uso seguro de Internet por niños y niñas de 10 a 12 años.

## **05.**

Internet en familia: pautas para un uso seguro de Internet por adolescentes de 13 a 15 años.

## **06.**

Internet en familia: pautas para un uso seguro de Internet por adolescentes de 16 a 18 años.

## **Los tres documentos anexos informativos son los siguientes:**

### **Glosario de términos**

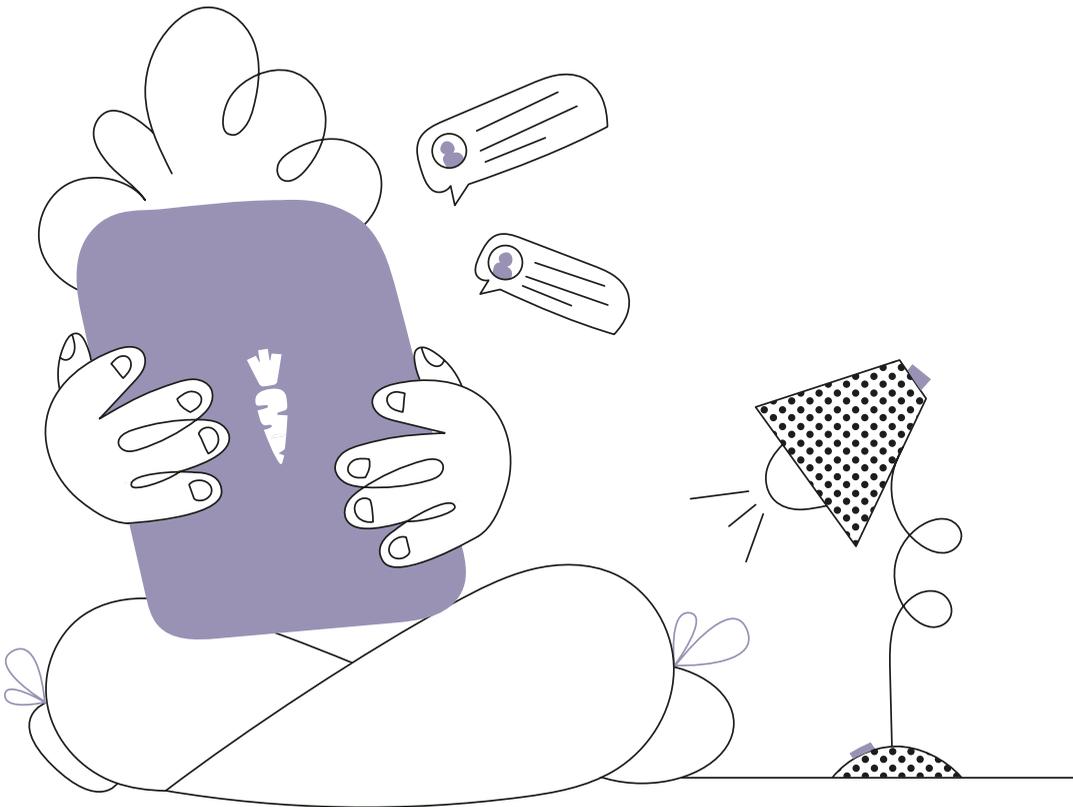
Busca la definición de los términos mencionados en estas guías.

### **Recursos de interés**

Links a diferentes sitios de internet relacionados.

### **Bibliografía**

Usada en la elaboración de esta colección.



# Índice

**Pág. 06**  
Introducción

**Pág. 08**  
¿Cómo son  
a esta edad?

**Pág. 09**  
¿Cómo les  
podemos ayudar  
en su desarrollo?

**Pág. 10**  
¿Cómo  
les afectan  
las TRIC?

**Pág. 12**  
En resumen

**Pág. 12**  
También te puede  
interesar

**Pág. 13**  
¿Jugamos  
en familia?

**Pág. 14**  
Glosario

**Pág. 18**  
Recursos  
de interés

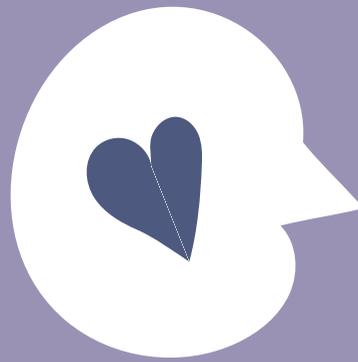
**Pág. 26**  
Bibliografía



# Introducción

**Las Tecnologías de la Relación, Información y Comunicación (TRIC) tienen una presencia cada vez mayor en todos los ámbitos de nuestra sociedad.**

**Utilizamos Internet** para múltiples actividades de nuestro día a día: enviamos y recibimos imágenes, vídeos y mensajes, leemos prensa online, vemos series desde plataformas digitales, compramos productos en tiendas online, gestionamos nuestras cuentas bancarias a través de aplicaciones, nos relacionamos con las administraciones públicas a través de teletramitación, descargamos aplicaciones para hacer deporte, instalamos videojuegos, etc.



**Internet es una gran plaza pública digital global, de la que también son partícipes los niños, niñas y adolescentes.** En ella aprenden, contrastan, construyen su identidad, conocen gente, experimentan, se exhiben y asumen riesgos. Es un espacio de grandes posibilidades que plantea también algunos riesgos. Es crucial que, como responsables de la crianza, ayudemos a nuestros y nuestras menores a prevenirlos.

Así como tenemos claro que es fundamental enseñarles a cuidarse en el mundo real (mirar a ambos lados antes de cruzar la calle, no fiarse de personas desconocidas, no dar información que pueda perjudicarnos, alejarnos de las personas que nos tratan mal, no ir con grupos de personas violentas o malintencionadas...), debemos ser conscientes de que **es preciso educarles también para que vivan de forma prudente su vida en el mundo virtual.**

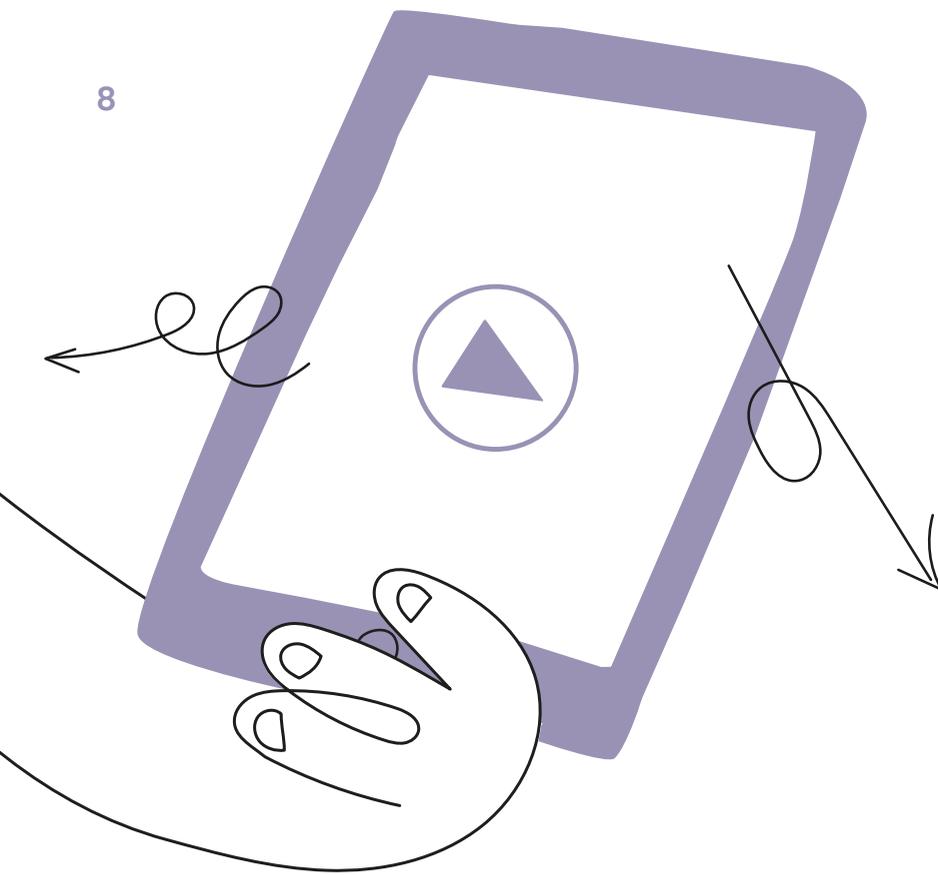
Los peligros existentes en el mundo digital también están presentes en el mundo físico (estafas, control obsesivo, abuso sexual, acoso entre iguales...), pero hay que saber reconocerlos para poder prevenirlos. Y, en ocasiones, las personas adultas no somos capaces de intuir los riesgos digitales porque no conocemos ni tenemos experiencia de uso de las plataformas y las aplicaciones online en las que se mueven nuestros chicos y chicas.

En estas guías vamos a tratar de aportar conocimiento sobre los riesgos aparejados al uso que hacen los y las menores de las TRIC, y ofrecer algunas pautas de actuación que ayuden a educarles digitalmente para un uso responsable y seguro.

---

**“ Ni los peligros ni los problemas son nuevos. Son los desafíos de siempre en un nuevo entorno, por lo tanto, como responsables de la crianza, es nuestro deber acercarnos y comprender este medio (las herramientas que utilizan) para poder ayudar a los y las menores. ”**

---



## ¿Cómo son a esta edad?

Durante los primeros meses de vida, el niño o la niña se enfrenta a conflictos que, inicialmente, son externos y dependen de las acciones de las personas responsables de su crianza, pero progresivamente los incorporan como propios. Día a día, se puede observar su desarrollo mental.

Hacia el octavo mes, empiezan a diferenciar a la persona responsable de su crianza y a otras cercanas. Durante este período, aparecen el lenguaje y la capacidad de desplazarse, brindándoles mayor autonomía. Se vuelven más activos y activas y comienzan a nombrar y solicitar cosas, muestran interés por su entorno y desean explorarlo a través del tacto.

En la última etapa, entre los 2 y 3 años, el niño o la niña es capaz de representar a la persona ausente y ya no necesita su presencia constante. Esto conduce a una mayor autonomía física y mental, avanzando en la autorregulación. Pueden entretenerse solos y jugar, empiezan a mostrar interés e interactuar con sus iguales. Este periodo marca el inicio de su independencia emocional y social.

También **debemos tener en cuenta que en esta franja de edad imitan a los padres y madres y se sientan las bases de la relación con ellos y ellas.** Además, se inicia el desarrollo de la capacidad de atención, de la personalidad propia y el desarrollo de las habilidades sociales. Por todas estas cuestiones es importante cuidar la relación que puedan tener con las TRICs, ya que les pueden afectar significativamente en su desarrollo.

# ¿Cómo les podemos ayudar en su desarrollo?

En esta etapa, el o la bebé depende completamente, tanto física como psicológicamente, de las personas responsables de su crianza. Estas deben organizar y atender sus necesidades básicas, como controlar las horas de sueño y la alimentación, para garantizar así su bienestar.

A medida que el niño o la niña avanza en esta etapa va haciendo más demandas, y surge la necesidad de establecer normas y de decidir qué permitirle hacer y qué no. La negativa puede dar lugar a rabietas, pero es necesario que trabajen la tolerancia a la frustración (no siempre se puede conseguir lo que se desea). A medida que van creciendo es crucial que quienes son responsables de su crianza comiencen a cederles cierta autonomía, y flexibilicen el contacto estrecho que tenían hasta ese momento. El objetivo es que el o la bebé avance en la autorregulación.

Las recomendaciones de la OMS son las siguientes:

## Para lactantes (menores de un año)

- **En esta edad se desaconseja totalmente el uso de pantallas.** Es esencial fomentar la actividad física y el juego interactivo en el suelo varias veces al día. En momentos de inactividad, se sugiere que los cuidadores les lean o cuenten cuentos. Se recomiendan al menos 30 minutos en posición boca abajo distribuidos a lo largo del día. Es importante evitar que permanezcan sujetos durante más de una hora seguida en carritos o sillitas. **Además, deben tener un total de 14 a 17 horas de sueño de buena calidad, incluyendo las siestas.**

## De 1 a 2 años

- **Se debe limitar el tiempo frente a pantallas a una hora o menos.** En momentos de inactividad, se recomienda la lectura de cuentos. Además, se debe priorizar la actividad física, con al menos 180 minutos de diversas formas de actividad física distribuidos a lo largo del día. Se debe evitar que estén sujetos por largos periodos. **El sueño de buena calidad debe ser de 11 a 14 horas, incluyendo siestas, con horarios regulares para dormirse y despertarse.**

## De 3 a 4 años

- **Se debe limitar el tiempo frente a pantallas a una hora o menos.** La lectura de cuentos sigue siendo recomendada en momentos de inactividad. Se mantiene la recomendación de la lectura de cuentos y la necesidad de actividad física, con al menos 180 minutos al día, que incluyan como mínimo, 60 minutos de intensidad moderada a elevada. **El sueño de buena calidad debe ser de 10 a 13 horas, incluyendo una siesta, con horarios regulares para dormirse y despertarse.**

# ¿Cómo les afectan las TRIC?

## ¿Son necesarias las nuevas tecnologías a esta edad?

Esta etapa de 0 a 3 años es crucial para el desarrollo del lenguaje, la atención y la psicomotricidad. Por ello, las nuevas tecnologías deben tener una presencia residual. Los dos primeros años son fundamentales, ya que se adquieren habilidades que sientan las bases para futuros aprendizajes, como caminar, hablar y manejar frustraciones.

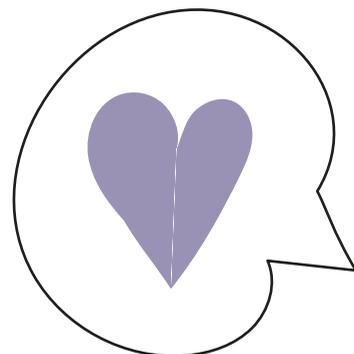
Las nuevas tecnologías en la etapa 0-3 no les aportan conocimiento ni les educan, simplemente les mantienen entretenidos, funcionando, en muchas ocasiones, como «pantallas cuidadoras». Es conveniente limitar ese uso al máximo y se deben agotar otras alternativas antes de recurrir a ellas.

Es esencial que las personas responsables de la crianza estén disponibles para cubrir sus necesidades básicas, para generar interacción, brindar afecto y participar en el juego.

## ¿Qué ocurre cuando usan las pantallas?

Existen diferentes tipos de pantallas. La televisión es completamente pasiva, sin interacción, ya que se limita a emitir imágenes y sonidos continuos que los niños y niñas no pueden procesar.

Los smartphones y las tabletas posibilitan que las personas adultas seleccionen contenidos para que los niños y niñas puedan interactuar con el dispositivo, pero a esta edad tan solo imitan movimientos sin comprender lo que están haciendo.



Al usar pantallas, tanto la televisión (totalmente pasiva) como los dispositivos móviles (interactivos), hay que tener en cuenta que:

- Los niños y las niñas pasan tiempo frente a ellas en lugar de interactuar con quienes los crían y cuidan.
- No se les permite aprender lo necesario en esta etapa crucial.
- Se puede crear una dependencia del uso de las pantallas como una forma de calmar a los niños y niñas.
- No se les permite aprender a manejar sus tiempos, frustraciones y desarrollar su potencial, aspectos esenciales en los dos primeros años.
- Se pueden acostumar a estímulos potentes y rápidos, muy contrapuestos a los del mundo real. Esto puede provocar que el niño o la niña pierda la capacidad de prestar atención y no desarrolle adecuadamente la tolerancia a la frustración.

## ¿Si las usan, qué es recomendable?

Existen aplicaciones que, sin ser sustitutivas, pueden ayudar o reforzar tanto el desarrollo infantil como la interacción familiar.

### Contenidos apropiados para usar en esta franja de edad (juegos)

Se considera que los siguientes juegos o contenidos pueden resultar de ayuda en el desarrollo infantil:

- Aplicaciones para pintar, aprender música o identificar sonidos.
- Juegos con imágenes en dobles paneles para desarrollar la capacidad de procesado y recuerdo de las mismas.
- Existen aplicaciones que pueden reforzar la interacción familiar.
- Juegos para entrenar la coordinación y el equilibrio.

### Procurando siempre...

- Limitar el tiempo de uso de dispositivos y pantallas.
- Acompañarles e interactuar mientras usan los dispositivos y pantallas.
- Usar aplicaciones adecuadas a su edad y con fines educativos.
- No sustituir el juego tradicional o las actividades deportivas por los juegos digitales y aplicaciones.
- Instalar antivirus y controlar los contenidos inadecuados.



## En resumen

Cuestiones clave que deben tener en cuenta los padres y madres en esta franja de edad:

### 01.

Las pantallas no son recomendables en esta franja de edad.

### 02.

Promover alternativas a las pantallas: juegos físicos, lectura, dibujos, cuentos, juguetes que pueda tocar, oír, etc.

### 03.

En el caso de utilizar pantallas, limitar el tiempo, acompañarles en su uso y buscar aplicaciones adecuadas para su edad.

### 04.

Conviene fomentar la autorregulación del bebé, la socialización con su entorno más cercano y con sus iguales.

 YouTube



En el caso de utilizar pantallas; limita el tiempo, acompáñales, y busca aplicaciones adecuadas para su edad.

Escanea el código QR o haz click en él.

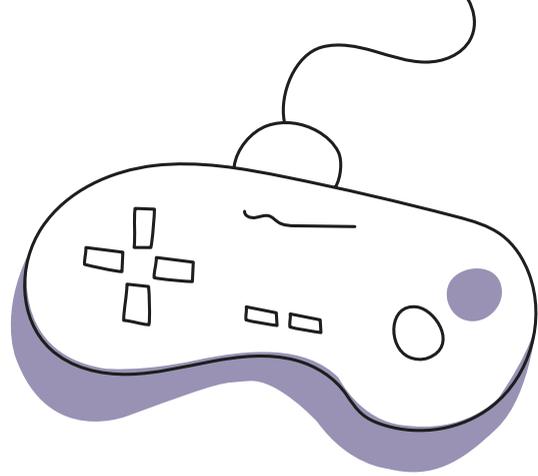
## También te puede interesar

Guía 4-6 años

¿Qué es el control parental?

¿Cómo gestionamos los contenidos inapropiados?

¿Cuánto tiempo es suficiente?



## ¿Jugamos en familia?



### Hitziki

Aplicación para aprender vocabulario en euskera, adecuada para niñas y niños de hasta 6 años (y para personas adultas que estén aprendiendo euskera).

---



### Pulee

Juego educativo en euskera para niñas y niños de entre 1 y 2 años.

---



### Baby puzzles

Aplicación que genera diferentes puzles con distinta dificultades.

---



### Pinta con dedos

Aplicación para la práctica del dibujo.

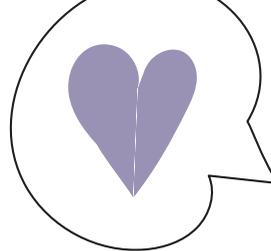
---



### Bebé instrumentos musicales

Aplicación musical que presenta varias opciones de instrumentos musicales y divertidos sonidos producidos por diferentes animales.

Escanea el código QR o haz click en él.



# Glosario

## a

### Aplicacion/App

Programa o conjunto de programas informáticos que realizan un trabajo específico, para smartphones y tablets, caracterizados por ser útiles, dinámicas y fáciles de instalar y manejar. Hoy en día existen aplicaciones de todo tipo: noticias, juegos, redes sociales, mensajería instantánea, deportes, idiomas y un largo etcétera.

### Apple pay

Es un sistema de pago de Apple utilizando el móvil.

### Avatar

Representación gráfica de la identidad virtual de un usuario en entornos digitales.

## b

### Bing

Es el motor de búsqueda lanzado por la compañía Microsoft en junio de 2009. Como cualquier otro buscador funciona mediante una consulta realizada por un usuario, a la que responde con anuncios, resultados orgánicos, imágenes, vídeos y noticias.

### Bio

Espacio situado en el perfil de una red social (por ejemplo Instagram o Twitter) y que está dedicado a ofrecer información,

generalmente de uno mismo, a los otros.

### Blog

Un blog es un tipo de sitio web muy popular donde, a modo de revista, su autor (muchas veces un particular) publica periódicamente contenidos (llamados «posts», «entradas» o «artículos») a los que los lectores pueden añadir comentarios.

### Bluetooth

El Bluetooth es un estándar de conectividad inalámbrica presente en nuestros dispositivos electrónicos del día a día. Se trata de un estándar inalámbrico que pretende permitir la transmisión de datos entre dispositivos a corto alcance, facilitando las comunicaciones entre ambos, eliminando la presencia de cables o conectores o permitiendo una interacción sencilla y rápida entre los aparatos.

## c

### Cámara digital

Una cámara digital es una cámara fotográfica que, en vez de captar y almacenar fotografías en película química como las cámaras de película fotográfica, recurre a la fotografía digital para generar y almacenar imágenes.

### Chat

Un tipo de comunicación digital que se da a través de la red de Internet entre dos o más personas o usuarios. Los chats son conversaciones que se llevan

a cabo al instante gracias al uso de un software conectado a una red de Internet y se diferencian por ser chats públicos, grupos de conversación en los cuales puede participar cualquier persona o, chats privados, que solo pueden participar usuarios autorizados.

### Ciberacoso

También denominado acoso virtual, es el uso de medios digitales para molestar o acosar a una persona o grupo de personas mediante ataques personales, divulgación de información personal o falsa entre otros medios. Los actos de ciberagresión, poseen unas características concretas que son el anonimato del agresor, su velocidad y su alcance.

## d

### Descarga

Una descarga implica la transmisión de información hacia un equipo o dispositivo. En la actualidad, a través de la Red, se puede llevar a cabo la descarga no solo de libros sino también de documentos de diversa índole, de plantillas, de música, de vídeos, de películas y de series de televisión, de videojuegos, de programas informáticos...

## e

### Email

El correo electrónico, o e-mail, es un método para crear, enviar y recibir mensajes a través de

sistemas de comunicación electrónica. La mayoría de los sistemas de correo electrónico de hoy en día utilizan Internet, siendo el correo electrónico uno de los usos más populares de Internet.

### Etiquetar

Acción con la que identificar una persona en una publicación (fotografía, vídeo, etc.), al enlazar su perfil en la red social a dicha publicación.

## f

### Followers

Seguidores o personas que son usuarios de tu red social y reciben las actualizaciones que llevas a cabo.

### Foro

El Foro virtual es un centro de discusión acerca de un tema en particular, que concentra opiniones de muchas personas de distintos lugares, en forma asincrónica. Esto último significa que la comunicación entre las personas se da sin necesidad de que éstas se encuentren usando la plataforma de manera simultánea.

### Fraping

Práctica en línea que implica acceder a la cuenta de alguien en redes sociales sin su permiso y publicar contenido o realizar acciones en su nombre. A menudo, esto ocurre cuando alguien deja su sesión abierta en un dispositivo compartido y otra persona aprovecha la oportunidad para realizar bromas o acciones indebidas en su cuenta.

## g

### Geolocalización

La geolocalización es la capacidad para obtener la ubicación geográfica real de un objeto, como un radar, un teléfono móvil o un ordenador conectado a Internet.

### Google

El epicentro de toda la actividad de Google es el buscador web, por lo que tiene el motor de búsqueda más importante en internet, y el portal al que todo usuario se conecta para realizar cualquier tipo de búsqueda. Cuando un usuario quiere acceder a una página web de la que no conoce su dominio, le basta con hacer una búsqueda a través de Google, lo mismo si quiere un grupo de página web con algún interés en particular. Además del mentado buscador, Google LLC ofrece también una serie de aplicaciones en línea que van desde el [correo electrónico \(Gmail\)](#), la reproducción de videos ([YouTube](#)) y la búsqueda de direcciones postales en un mapa mundi ([Google Earth](#) y [Google Maps](#)), hasta un [navegador](#) propio de Internet ([Google Chrome](#)) y una [red social \(Google+\)](#), [entre muchos otros.](#)

### Google Play

[O Play Store, como también se conoce, es la tienda de aplicaciones creada por Google donde puedes encontrar juegos, películas, música, libros y más. Está disponible para cualquier dispositivo móvil que cuente con sistema operativo Android.](#)

### Grooming

[Estrategias que una persona adulta desarrolla para ganarse la confianza de otra persona menor, a través de Internet, con el fin último de obtener concesiones de índole sexual \(abusos sexuales\).](#)

## h

### Happy slapping

Grabación de una agresión física, verbal o sexual y su difusión online mediante las tecnologías digitales.

### Hater

Personas que de forma sistemática muestran actitudes hostiles o negativas hacia cualquier tema, asunto o persona.

## i

### Instagram stories

Las «Stories» o historias de Instagram son contenidos audiovisuales de esta plataforma que, a diferencia de las publicaciones normales, son volátiles, es decir, tienen una duración determinada y, tras ese período, desaparecen. En este caso, éstas podrán verse durante 24 horas desde su publicación.

### Ipod

Es una línea de reproductores de audio digital portátiles diseñados y comercializados por Apple.

### Ivoox

Es una plataforma online en la que se pueden reproducir, descargar y compartir audios de todo tipo, no solo podcasts, pueden ser también programas de radio, audiolibros, conferencias, etc.

# m

## Malware

El malware, palabra compuesta por «malicioso» y «software», es un programa o aplicación informática que se ejecuta en los equipos de los usuarios con la intención de robar información o tomar el control del sistema. Su principal característica reside en que se instala sin el conocimiento del propietario del equipo y realiza funciones sin que este se dé cuenta. El software malicioso puede llevar a cabo multitud de acciones perjudiciales para los usuarios, como robar información, cifrarla, borrar datos alterar funciones informáticas básicas o monitorizar su actividad.

## Meme

Texto, imagen, vídeo u otro elemento que se difunde rápidamente por internet, y que a menudo se modifica con fines humorísticos.

## Multijugador

Multijugador hablamos de todos aquellos videojuegos en los que como mínimo participarán dos jugadores, y, la modalidad en la que estos desarrollen el juego podrá variar. Es decir, un juego basado en el modo multijugador puede implicar que los jugadores trabajen de manera cooperativa o por el contrario sean rivales y contrincantes.

# n

## Navegar

Se le denomina al hecho de usar internet e ir consultando información y utilizando las diferentes aplicaciones que esta ofrece.

## Nick

Nick no es otra cosa que un Apodo o Alias que decidimos adoptar para realizar nuestras operaciones en la red. Este Nick o «nombre de usuario» con que decidiremos «bautizarnos» en Internet nos servirá para acceder o registrarnos en Blogs, Webs, Foros, Chats, Comunidades virtuales, etc.

# p

## Phishing

Mediante identidades falsas, correos electrónicos o sitios web falsos, intentan engañar a las personas para que compartan información confidencial, como contraseñas, datos bancarios o información personal.

## Podcast

Emisión de radio o de televisión que un usuario puede descargar de internet mediante una suscripción previa y escucharla tanto en una computadora como en un reproductor portátil.

# r

## Red

Una red de computadoras es un conjunto de equipos nodos y software conectados entre sí por medio de dispositivos físicos que envían y reciben impulsos eléctricos, ondas electromagnéticas o cualquier otro medio para el transporte de datos, con la finalidad de compartir información, recursos y ofrecer servicios.

## Reproductor Mp3/Mp4

Mp3 es un dispositivo que almacena, organiza y reproduce archivos de audio digital. Mp4 permite reproducir, almacenar y borrar archivos de video, imagen y audio..

# S

## Sexting

El envío de contenidos de carácter sexual (principalmente fotografías o vídeos) a otras personas por medio de dispositivos móviles.

## Software

Conjunto de programas de cómputo, así como datos, procedimientos y pautas que permiten realizar distintas tareas en un sistema informático.

## Smartphone

Es un dispositivo móvil que combina las funciones de un teléfono celular y de una computadora u ordenador de bolsillo. Estos dispositivos funcionan sobre una plataforma informática móvil, con mayor capacidad de almacenar y capaz de realizar tareas simultáneamente, tareas que realiza una computadora, y con una mayor conectividad que un teléfono convencional.

## SMS

Mensaje corto de texto que se puede enviar entre teléfonos celulares o móviles.

## Streamer

Un Streamer es una persona con la capacidad comunicativa y tecnológica para realizar transmisiones en vivo a una audiencia específica, los streamers se dedican a mostrar contenido en tiempo real a través de plataformas como Youtube, Twitch o Facebook y son cada vez más relevantes para la industria del entretenimiento digital.

## Streaming

Tecnología que permite ver y oír contenidos que se transmiten en directo en internet u otra red sin tener que descargar previamente los datos al dispositivo.

**Sextorsión**

La sextorsión o extorsión sexual es una forma de explotación sexual, en la cual una persona es inducida o chantajeada —generalmente por aplicaciones de mensajería por Internet— con una imagen o vídeo de sí misma desnuda o realizando actos sexuales, mediante sexting.

**SoundCloud**

Es una plataforma de distribución de audio en línea en la que sus usuarios pueden colaborar, promocionar y distribuir sus proyectos musicales.

**Spotify**

Es un servicio digital de música, podcasts y vídeos que te da acceso a millones de canciones y a otro contenido de creadores de todo el mundo.

**Skype**

Es una aplicación o programa que puedes instalar en tu computador, ordenador o teléfono móvil para comunicarte con personas de cualquier parte del mundo por medio de llamadas, video conferencias y mensajería instantánea.

**t****Tableta digital**

Es un tipo de computadora portátil, de mayor tamaño que un smartphone o una PDA, integrado en una pantalla táctil (sencilla o multitáctil) con la que se interactúa primariamente con los dedos, sin necesidad de teclado físico ni ratón.

**Trending topic**

El trending topic o tema del momento es una palabra, una frase o un tema que se mencionan en la red social a un ritmo mayor que otros. Estos temas de actualidad se hacen populares

en poco tiempo, ya sea de forma espontánea, a través de un esfuerzo concertado por los usuarios o debido a un evento que impulsa a las personas a hablar sobre este tema específico.

**Troll**

Persona con identidad desconocida que publica mensajes provocadores, irrelevantes o fuera de tema en una comunidad en línea, como pueden ser un foro de discusión, sala de chat, comentarios de blog, o similar, con la principal intención de molestar o provocar.

**u****Usuario/a**

Es una persona que utiliza una computadora o un servicio de red.

**v****Videoconsola**

Aparato electrónico que se conecta a un monitor de televisión y en el cual se introducen cartuchos de distintos videojuegos que se controlan mediante un mando conectado al aparato.

**Vimeo**

Es una red social de Internet basada en videos, lanzada en noviembre de 2004 por la compañía InterActiveCorp. Es una plataforma de vídeo sin publicidad con sede en la ciudad de Nueva York, que proporciona servicios de visualización de vídeo libres.

**W****Web**

Una página web, página electrónica, página digital o ciberpágina, es un documento información

electrónica capaz de contener texto, sonido, vídeo, programas, enlaces, imágenes, hipervínculos y muchas otras cosas, adaptada para la llamada World Wide Web, y que puede ser accedida mediante un navegador web.

**Webinar**

Conferencia online, normalmente en directo y que permite la interacción con el público que lo visiona.

**Wikipedia**

Wikipedia es una enciclopedia libre, políglota y editada de manera colaborativa. Es un proyecto de crear una enciclopedia libre en la red. Cada uno puede aportar sus conocimientos sobre cualquier tema para crear una base de datos con toda la sabiduría humana. Es administrada por la Fundación Wikimedia, una organización sin ánimo de lucro cuya financiación está basada en donaciones.

**y****Yahoo**

Es una de las principales empresas del sector de internet que dispone de un portal propio, buscador y otros servicios relacionados como correo electrónico, noticias, tiempo, etc. Se le considera una de las compañías pioneras en el desarrollo de la Red a nivel global por la importancia que llegó a adquirir antes de la explosión de Google y todos sus productos relacionados.

**Youtuber**

Persona que cuelga contenido audiovisual en su propio canal dentro de la web de videos YouTube. También realiza emisiones en directo a través de dicho canal.

# Recursos de interés

## Internet. Espacio de aprendizaje

### Competencias digitales

**01** Proyecto Ikanos del Gobierno Vasco



**02** Recursos educativos IS4k



## Control parental

**03** Incibe



**04** Educación 3.0



**05** Playstation



## Fake News

**06** Newtral



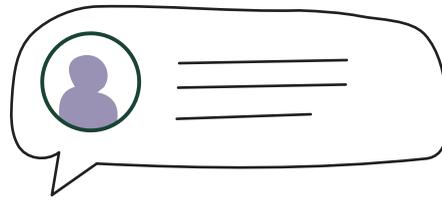
**07** Maldita.es



**08** Herramienta de Google para verificar datos y hechos



Escanea el código QR o haz click en él.



## Violencia de género

**09** Mi novio me controla Blogspot



**10** Delegación del Gobierno Contra la Violencia de Género. Ministerio de Igualdad



## Redes Sociales

### Facebook

**11** Facebook



**12** Como empezar a usar Facebook



**13** Guía de uso



X

**14** X



**15** Manuales de uso



**16** Manual para principiantes



Instagram

**17** Instagram



**18** Manual de uso



LinkedIn

**19** LinkedIn



**20** Manual de uso



Skype

**21** Skype



**22** ¿Cómo me instalo Skype?



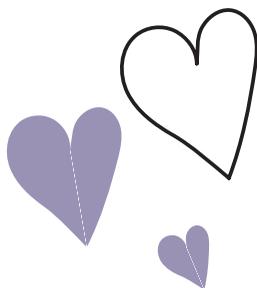
YouTube

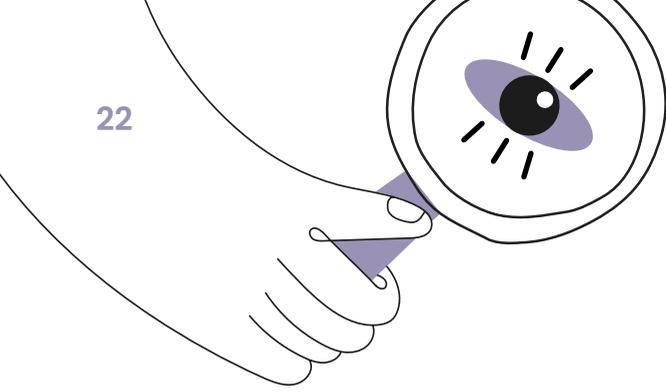
**23** YouTube



**24** Manual de uso



**TikTok****25** TikTok**26** Manual de uso**Snapchat****27** Snapchat**28** Manual de uso**WhatsApp****29** WhatsApp**30** Manual de uso**Telegram****31** Telegram**32** Manual de uso



## Identidad digital y reputación on line

**33** ¿Qué es la identidad digital?



## Seguridad en páginas web

**34** Centro de Seguridad en Internet para menores de Incibe



**35** Protección contra Phishing y software malicioso para Google Chrome



**36** Evitar la suplantación de identidad en Safari



## Amenazas en internet

### Bulling

**37** Guía de actuación en los centros educativos ante el maltrato entre iguales. Gobierno Vasco



### Ciberbullying

**38** Protocolo de actuación escolar ante el ciberbullying, de EMICI con la colaboración del Departamento de Educación del Gobierno Vasco



## Grooming

**39** Decálogo para combatir el Grooming



**40** Ciberacoso sexual a niños/as y adolescentes y su prevención



**41** Internet segura



## Sexting

**42** Información sobre Sexting



**43** Sexting: ¡no lo produzcas!



## Sextorsión

**44** Incibe



**43** Pantallas amigas



## Internet. Espacio de confianza

**44** EU kids online. Informe sobre uso de internet (UPV/EHU)



## Internet. Espacio privado

45 Centro de seguridad y protección de Microsoft



46 La influencia que tienen y tenemos sobre nuestros amigos en la red. El poder de las Redes Sociales



47 Redes Sociales y Privacidad (1)



48 Redes Sociales y Privacidad (2)



## Otras web de referencia

49 GAZTEAUKERA. Información, actividades y servicios para personas jóvenes del Gobierno Vasco



50 116111 ZEUK ESAN. Servicio telefónico y online de ayuda a la infancia y la adolescencia del Gobierno Vasco. Gratuito y anónimo



51 Oficina de Seguridad del Internauta (OSI) / INCIBE (Instituto Nacional de Ciberseguridad). Iniciativa para proporcionar contenidos adaptados a usuarios menores



**52** Ikasnova. Gobierno De Navarra



**53** Childnet international



**54** Autoridad Vasca de Protección de Datos



**55** Guía para una internet segura y productiva



**56** Página de Panda software dedicada a menores e internet



**57** Asociación de Internautas (AI)



**58** Pantallas amigas



**59** Gobierno de España. Ministerio de Industria, Energía y Turismo



**60** Korapilatzen.com  
Consultoría, formación y coaching



# Bibliografía

- AFTAB, PARRY (2006). *Ciberbullying. Guía práctica para madres, padres y personal docente*. EDEX - PantallasAmigas.
- ALFARO, ADREA (2020). *Manual de supervivencia para madres y padres en tecnologías y redes sociales*.
- ARRANZ FREIJO, E. B., GARCÍA GARCÍA M. D., ITSAMENDI-TXURRUKA, A., ACHA MORCILLO, J., BARRETO ZARZA, F. B., ETXANIZ ARANZETA, A., OLABARRIETA ARTETXE, F. Y RONCALLO ANDRADE, P. (2021). *Bebés y pantallas digitales: una propuesta educativa audiovisual desde la parentalidad positiva*.
- AVILES, ANGEL-PABLO (2013). *Por una red más Segura. Informando y Educando*.
- AYUNTAMIENTO DE VITORIA-GASTEIZ (2018). *El plan local de infancia y adolescencia de Vitoria-Gasteiz*.
- BLOCK, J. (2008). *Issues for DSM-V: Internet Addiction*. Am J Psychiatry.
- CASAS, J.A. (2010). *Adicción a Internet, de la químera a la intervención terapéutica*. Trabajo presentado en el Máster de Intervención e Investigación Psicológica en Justicia, Salud y Bienestar Social. Córdoba: Universidad de Córdoba.
- CONSELL COMARCAL DEL BAIX LLOBREGAT (2020). *Guía de apoyo a madres y padres con hijas adolescentes víctimas de la violencia machistas*.
- DOLORS REIG; VILCHEZ LUIS F. (2013) *Los jóvenes en la era de la hiperconectividad: tendencia, claves y miradas*. Fundación Telefónica; Fundación Encuentro.
- EJIMÉNEZ IGLESIAS, M GARMENDIA LARRAÑAGA, MÁ CASADO DEL RÍO (2015). *Percepción de los y las menores de la mediación parental respecto a los riesgos en Internet*. Revista Latina de Comunicación Social
- EMICI, Equipo Multidisciplinar de Investigación sobre Ciberbullying. Editado por Gobierno Vasco (2011). *Protocolo de actuación escolar ante el Ciberbullying*.
- FUNDACIÓN ATRESMEDIA; Colegio de Psicólogos de Madrid; Luengo Latorre Jose Antonio (2014). *Ciberbullying, Prevenir y Actuar*.
- GOBIERNO DE CANARIAS (2018). *Guía para el buen uso de las nuevas tecnologías para familias y profesionales en el ámbito de la infancia*.
- GOBIERNO VASCO (2014). *Guía Egonline para trabajar la educación en las Nuevas Tecnologías*.
- GONZÁLEZ TARDÓN, CARLOS (2014) *Videojuegos para la transformación social*.
- HERNANDEZ PRADOS, MARÍA DE LOS ÁNGELES. *Ciberbullying, una auténtica realidad*. III Congreso Online.
- INTECO. *Guía S.O.S contra el Grooming*.
- LEDERACH, JEAN PAUL. (2000) *El abecé de la paz y los conflictos. Educación para la paz*. Los libros de la catarata. Madrid.
- LIVINGSTONE, SONIA (2009) *Children and the Internet: great expectations, challenging realities*. Polity Press, Oxford, UK. ISBN 9780745631943
- MASCHERONI, G., PONTE, C., GARMENDIA, M., GARITAONANDIA, C. AND MURRU, M. F. (2010). *Comparing on-line risks for children in south-western European Countries: Italy, Portugal and Spain*. International Journal of Media and Cultural Politics
- MASCHERONI, G., & CUMAN, A. (2014). *Net Children Go Mobile: Final Report*.
- MASON, K. L. (2008). *Cyberbullying: A preliminary assessment for school personnel*. Psychology in the Schools.
- ORANGE; INTECO (2011). *Estudio sobre hábitos seguros en el uso de smartphones por los niños y adolescentes españoles*.
- PANTALLAS AMIGAS. *Guía tiktok para padres y madres*.
- PÉREZ ÁLVAREZ, SALVADOR; BURGUERA AMEAVE, LEYRE; LARRAÑAGA, KEPA PAUL (2013). *Menores e Internet*. Thomson Reuters Aranzadi.
- SAVE THE CHILDREN (2020). *Tenemos que hablar de porno. Guía para familias sobre el consumo de porno en la adolescencia*.
- TEJEDOR SANTIAGO; PULIDO CRISTINA (2012). *Retos y riesgos del uso de Internet por parte de los menores. ¿Cómo empoderarlos?*
- TEJERINA, O.; FLORES J. (2008). e-legales. *Guía para la gente "legal" de Internet*. EDEX PantallasAmigas.
- UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID (2017). *Guía de prevención y detección del acoso sexual, acoso sexista y acoso por orientación sexual e identidad o expresión de género*.