

4-6 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 en particular pretende ayudar a quienes tengan a su cargo niños y niñas de 4 a 6 años. Si lo que se cuenta aquí no se ajusta a su realidad, se sugiere revisar la guía anterior (4 a 6 años) o la posterior (7 a 9 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. 08**  
**¿Cómo les  
podemos ayudar  
en su desarrollo?**

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

**Pág. 14**  
**En resumen**

**Pág. 14**  
**También te puede  
interesar**

**Pág. 15**  
**¿Jugamos  
en familia?**

**Pág. 16**  
**Glosario**

**Pág. 20**  
**Recursos  
de interés**

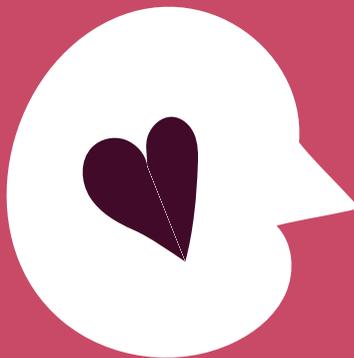
**Pág. 28**  
**Bibliografía**



# 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.**

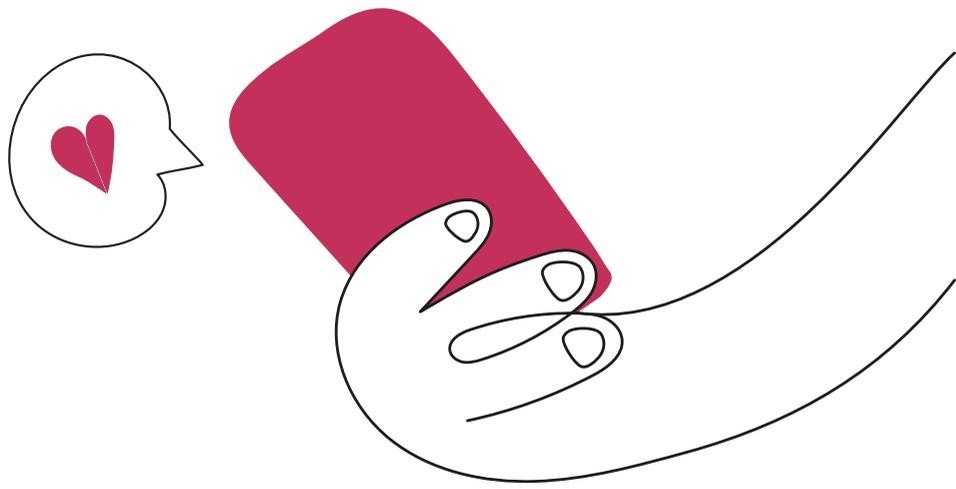
Los peligros existentes en el mundo digital también están presentes en el mundo físico (estafas, control obsesivo, abuso sexual, acoso entre iguales...), pero hay que saber reconocerlos para poder prevenirlos. Y, en ocasiones, las personas adultas no somos capaces de intuir los riesgos digitales porque 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?

**A esta edad, las niñas y niños muestran mayor coordinación en sus movimientos y su vocabulario se expande. Comunican sus estados de ánimo, deseos y necesidades y comprenden su identidad sexual.**

Sus principales referentes para construir su personalidad son las personas responsables de su crianza y quienes están a cargo en el entorno educativo. Aunque mantienen cierto egocentrismo, están más abiertos a compartir y entender a sus iguales y a reconocer emociones y sentimientos.

Aunque a veces muestran inseguridad frente a lo desconocido, en esta etapa ganan independencia.

Les gusta ser el centro de atención, asumir responsabilidades y esto refuerza su autoestima. Es un periodo en el que la fantasía y la realidad tienden a confundirse.

## ¿Cómo les podemos ayudar en su desarrollo?

**En este periodo de edad, la OMS recomienda para los niños y niñas**

- No más de una hora de uso de pantallas al día (tanto televisión como dispositivos).
- Al menos tres horas al día de actividad física de las que una hora debe ser de intensidad moderada a intensa.
- No pasar más de una hora sujetos y no estar sentados durante mucho tiempo.
- Dormir de 10 a 13 horas.

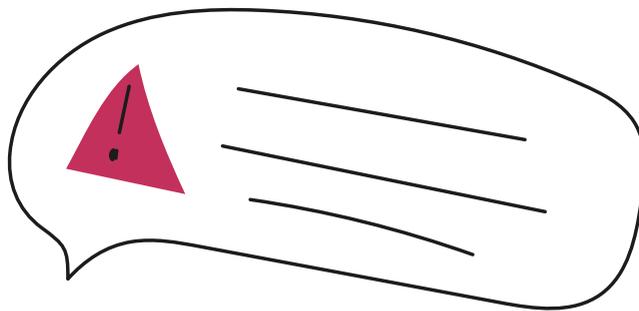
## Como responsables de la crianza es importante que en esta etapa

- **Fomentar la autonomía:** deja que hagan las cosas de manera autónoma, con el objetivo de fortalecer su autorregulación. Enséñales a controlar la impaciencia, evitar la sobreprotección y dejarles libertad para investigar y probar. Acompañarles siempre en sus tareas cotidianas, pero dejándoles hacer a ellos y ellas.
- **Evitar ponerles a prueba:** es una etapa de aprendizaje y equivocarse les provoca frustración, más aún cuando detectan decepción. Hay que evitar evaluar y hay que tratar siempre de empatizar con sus emociones. Elogiarles en exceso puede acabar provocando frustración cuando no logran los resultados. Es importante, que entiendan la necesidad de aprender y practicar para ir mejorando.
- **Trabajar la educación emocional y el optimismo:** enseñarles a percibir, comprender, expresar y regular las emociones propias. Eso les ayudará a identificar y entender las del resto. Enseñarle a nombrar las emociones e identificar su intensidad. La educación emocional les ayudará a:
  01. Valorarse, desarrollar una autoestima sana y una buena autonomía emocional.
  02. Tolerar la frustración.
  03. Regular sus emociones.
  04. Encontrar momentos de calma.
  05. Pensar en positivo.

## En esta etapa es importante

- **Facilitar la comunicación:** incorporar las nuevas tecnologías en las conversaciones en familia, y normalizarlas, para que las y los menores sepan que tienen una referencia a la que preguntar y las personas adultas tengan un canal por el que transmitir consejos y pautas seguras.
- **Mostrar cercanía:** mostrar que estamos disponibles siempre que surja un problema.
- **Fomentar las habilidades sociales y el pensamiento crítico:** darles herramientas que les faciliten tomar decisiones razonadas y responsables.
- **Supervisión y diálogo:** tanto los dispositivos como las aplicaciones tienen sistemas de control parental. En edades tempranas es conveniente activarlos e ir dando mayor libertad a medida que los y las menores van madurando.
- **Escuchar y orientar:** es importante que acompañemos y orientemos a los y las menores en su iniciación en el mundo de las nuevas tecnologías.

“ No es necesario dominar las nuevas tecnologías para poder transmitir a los y las menores pautas de navegación segura, pero sí es importante tener conocimientos básicos para poder entender mejor las herramientas que utilizan y compartir sus experiencias, aconsejándoles de un modo más preciso. Así mismo, es importante establecer unas normas y límites de uso. ”



## ¿Cómo les afectan las TRIC?

El uso de las Tecnologías de la Relación, Información y Comunicación (TRICs) puede tener diversos efectos en el desarrollo de los niños y niñas de entre 4 y 6 años. Un uso equilibrado y consciente de la tecnología es clave para minimizar los efectos adversos y aprovechar los beneficios.

A continuación, se detallan los impactos potenciales en las distintas áreas del desarrollo infantil:

- **Desarrollo cognitivo:** el uso prolongado de pantallas puede limitar las oportunidades de exploración física y sensorial necesarias para el desarrollo de habilidades cognitivas como la atención, la memoria y el pensamiento crítico.
- **Regulación emocional:** el uso inadecuado de dispositivos tecnológicos puede afectar a la capacidad de los niños y niñas para regular sus emociones. Por ejemplo, usar dispositivos para calmar durante un berrinche puede impedir que aprendan a autorregularse emocional y conductualmente.
- **Impacto en emociones:** la exposición a contenido inadecuado en dispositivos puede generarles emociones negativas o confusión.
- **Habilidades sociales:** un uso excesivo de tecnología puede interferir en el desarrollo de habilidades sociales, limitando las interacciones con otras personas, lo que puede llevar a problemas de comunicación y dificultades para resolver conflictos en el futuro.
- **Calidad del sueño:** la exposición nocturna a dispositivos electrónicos puede afectar negativamente a la calidad y cantidad de sueño, lo que a su vez puede influir en la atención, irritabilidad y rendimiento académico.
- **Sedentarismo:** el uso prolongado de tecnología puede aumentar el riesgo de obesidad infantil y afectar el desarrollo muscular y la postura adecuada.
- **Vinculación familiar:** la presencia de padres y madres hiperconectados puede impactar negativamente en la vinculación y generar menos interacciones verbales, afectando el desarrollo socioemocional de los y las menores.

## ¿Qué es el control parental?

El control parental es un conjunto de herramientas y funciones diseñadas para ayudar a las personas responsables de la crianza a supervisar y regular el acceso de niños y niñas a los contenidos digitales, como sitios web, aplicaciones, juegos y otros medios en línea.

Estas herramientas están diseñadas para proteger a los niños y las niñas de contenidos inapropiados, limitar el tiempo de pantalla y establecer restricciones según la edad. Durante los limitados periodos de uso que hagan los niños y niñas de los dispositivos, es fundamental controlar los contenidos de los videos, los juegos, etc. que consumen. El control parental, especialmente en edades tempranas, es necesario para asegurar una experiencia segura.

Los dispositivos y servicios en los que se puede implementar el control parental, entre otros, son: dispositivos Android y Apple, Smart TV, videoconsolas, plataformas de streaming, etc. En las redes sociales existe la posibilidad de hacer cuentas privadas y restringir comentarios y contactos.

**El control parental es fundamental para garantizar un entorno digital seguro para los niños, niñas y adolescentes, ayudándoles a navegar por Internet de manera responsable y segura. Además, el uso correcto del mismo previene el acceso a contenido de alto nivel violento o sexual y protege contra riesgos como el bullying digital, la extorsión y el grooming.**

## ¿Dónde podemos encontrar las herramientas de control parental?



**INCIBE**

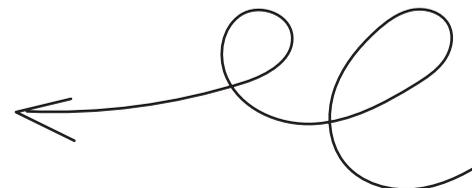


**EDUCACIÓN 3.0**



**PLAYSTATION**

Escanea el código QR o haz click en él.



## ¿Cómo gestionamos los contenidos inapropiados?

Al utilizar los dispositivos, los y las menores pueden acceder a contenidos inapropiados a través de la publicidad, fotografías, videos, etc. ...

Las consecuencias de la exposición de las y los menores a este tipo de información son tan variadas como los contenidos a su alcance. Algunos de esos posibles efectos en los niños y niñas son:

- **Daños psicológicos y emocionales:** tienen una madurez y una autoestima en desarrollo además de un nivel emocional vulnerable.
- **Desinformación:** pueden ser objeto de manipulación y acabar estableciendo falsas creencias, en temas como salud, seguridad, etc.
- **Conductas inapropiadas:** promoción del sexismo, machismo, homofobia, racismo, etc.
- **Daños para la salud:** anorexia, bulimia, autolesiones.
- **Acceder a grupos inadecuados:** extremistas, violentos y racistas.

### En el caso de que hayan accedido a contenidos inapropiados

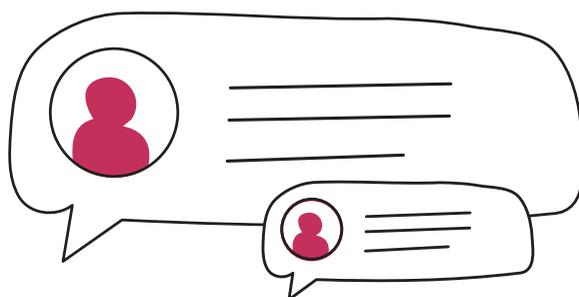
- 01. Mantén la calma:** puede haber accedido sin querer o intencionadamente. En cualquier caso, es importante buscar la comunicación y construir canales de confianza. Los y las menores deben sentir que cuentan con vuestra ayuda y no hacerles sentir culpables.
- 02. Reporta el contenido inadecuado al proveedor de servicios:** la mayoría de las publicaciones y redes sociales cuentan con un apartado para reportar o denunciar contenido. Solo hay que hacer clic en las opciones de la publicación, seleccionar reportar o denunciar y marcar la opción que describa el problema.
- 03. También existe una línea de denuncia de contenido de abuso sexual infantil:** a través de la línea de denuncia de contenido de abuso sexual infantil (CSMA).
- 04.** En los casos más graves, como comunidades peligrosas tales como sectas, grupos violentos, fraudes, etc. **puedes ponerte en contacto con las Fuerzas de Seguridad.**



**INCIBE**



**ERTZAINTZA**



Escanea el código QR o haz click en él.



## ¿Cuánto tiempo es suficiente?

Es fundamental que los niños y las niñas den sus primeros pasos en el mundo de las nuevas tecnologías acompañados por personas adultas. La iniciación debe ser gradual, considerando la etapa de madurez del menor o la menor. Es esencial establecer límites de tiempo (según la OMS no más de una hora diaria hasta los 3 años) y fomentar actividades alternativas a las pantallas para toda la familia, como actividades al aire libre, juegos físicos y encuentros con amigos y amigas.

«Las personas adultas debemos dar ejemplo, no podemos exigir menos tiempo con el móvil o el ordenador si nosotros o nosotras estamos todo el día utilizándolos».

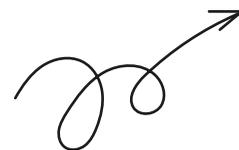
Lo ideal sería **llegar a un pacto** con los y las menores y explicarles el motivo por el cual, pasar tantas horas ante una pantalla, puede ser perjudicial porque se puede traducir en:

- Pérdida de visión.
- Tienen a ser niños y niñas más nerviosas.
- Produce sedentarismo y, a veces, sobrepeso.
- Produce dolores de cabeza.
- Propensión a sufrir enfermedades psicológicas.

### Por ello es necesario que:

- Se limite el tiempo de exposición a pantallas.
- Se les avise 10 minutos antes de quitarles el dispositivo.
- Se les ofrezca otras alternativas (juegos de mesa, pintar).
- Se juegue con los y las menores.
- Se realicen actividades al aire libre y en familia.
- Se les proponga actividades deportivas.





# En resumen

- 01. Predicar con el ejemplo:** es una etapa en la que las y los menores buscan la referencia de la persona responsable de la crianza para construir su personalidad.
- «Es importante predicar con el ejemplo. Ser responsables en su presencia y evitar aquellas conductas que puedan influenciarles negativamente.»**
- 02. Control parental:** establecer y configurar el control parental para proteger a los y las menores de contenidos inapropiados, limitar el tiempo de pantalla y establecer restricciones según la edad, en esta etapa.
- 03. Selección de contenidos:** elige los contenidos (videos, juegos, etc.) que van a utilizar y verifica que son adecuados. Esta selección siempre la debe hacer una persona adulta.
- 04. Acompañamiento:** es importante enseñarles, ayudarles y acompañarles mientras usan los dispositivos. Hay que mostrarles los posibles riesgos, y enseñarles qué hacer para evitarlos. Si en algún momento van a utilizar un dispositivo sin supervisión directa conviene que el aparato éste desconectado de Internet.
- 05. Normas:** es importante establecer tiempos y momentos para el uso de los dispositivos, establecer normas (implicarles en el establecimiento de dichas normas) y recordarlas con regularidad.

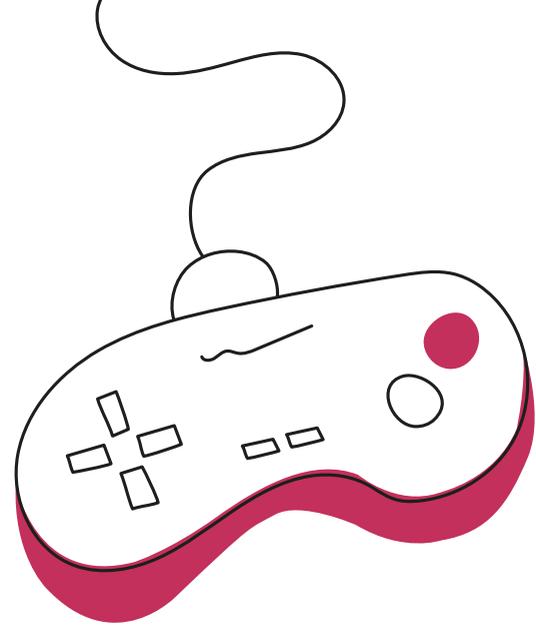
## También te puede interesar

### Guía 0-3 años

- ¿Son necesarias o prescindibles las nuevas tecnologías a esta edad?
- ¿Debemos evitar las pantallas?

### Guía 7-9 años

- ¿A que juegan los y las menores?, ¿Dónde están los riesgos?
- ¿Qué es YouTube?, ¿Qué es un influencer?



# ¿Jugamos en familia?



## **Ikasikusi**

Aplicación para ayudar a las niñas y niños a trabajar el euskera a través del juego.

---



## **Esanbaki**

Esanbaki es un juego para el aprendizaje de vocabulario y gramática en euskera diseñado para niños y niñas de 0 a 6+ años.

---



## **Sorgin Txiki magia eskolan**

Juegos y aprendizaje con la magia como tema central.

---



## **Leo con Grin: aprender a leer**

Actividades para iniciarse en la lectura.

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.

**Wikear**

Subir o modificar contenido en la red.

**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



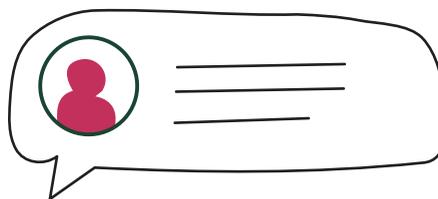
**07** Maldita.es



**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?



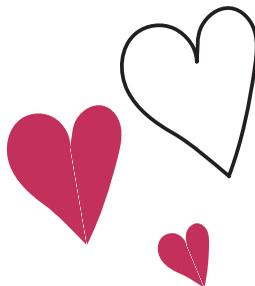
YouTube

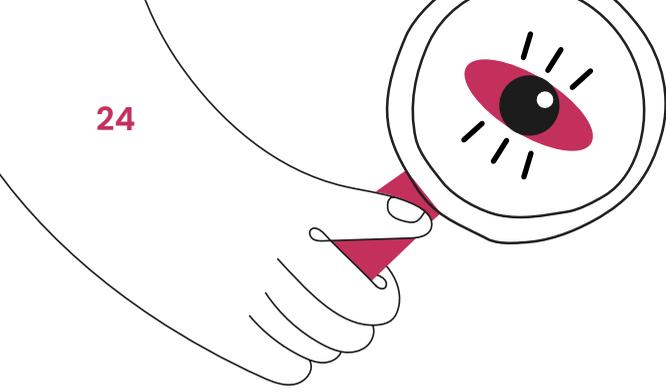
**23** YouTube



**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



### Ciberbulling

**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 quimera 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 con ictos. 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*.