

# Consejos para proteger tu seguridad en línea



El uso de grupos en línea, plataformas de redes sociales y sitios web, como WhatsApp, Facebook, Instagram, Twitter, TikTok, Imo, Telegraph o Snapchat, es una manera divertida de mantenerse en contacto con los amigos y la familia. Pero recuerda que necesitas proteger tu seguridad mientras los usas.

## No compartas demasiada información

Es importante no compartir demasiada información en línea, especialmente información personal como fotos, ya que no siempre se puede controlar lo que sucede con la información que se publica.



Nunca compartas información personal, como dónde vives, estudias o trabajas, con personas que no conoces. No le dirías a alguien que acabas de conocer en la parada de autobús dónde vives, así que no lo hagas en línea.



## Piensa antes de publicar

Antes de publicar la foto divertida de un amigo o hacer una broma sobre alguien en las redes sociales, hazte estas preguntas:

¿Lo que voy a publicar me parecería divertido si se tratara de mí?

¿Cómo se sentirá mi amigo cuando vea lo que he publicado?

Puede ser divertido, ¿pero es amable?

Hay una buena regla: no hagas en línea lo que no harías en la vida real.

La práctica del “sexting” (compartir imágenes de desnudos o de tipo sexual) presenta muchos riesgos y es ilegal en muchos países, incluso si se hace de manera privada entre enamorados. ¿Sabías que hasta 8 de cada 10 imágenes compartidas en línea acaban publicadas en otros sitios web? Esto puede ser una experiencia muy desagradable y puede dañar tu reputación en línea y en casa. Así que ten cuidado con lo que compartes hasta con un amigo o un grupo de amigos.



→ Para obtener más información, visita: [www.childnet.com/sexting](http://www.childnet.com/sexting)

**Recuerda: todo lo que publicas podría permanecer en línea para siempre.**

## Protege tu nombre y tu reputación

Escribe tu nombre en un buscador como Google y te sorprenderá ver cuánta información hay sobre ti. Esta información ayuda a crear tu 'reputación digital'.



Un día cuando te presentes a un trabajo, tu futuro jefe podría buscarte en Google. Asegúrate de que tu reputación digital no le impida contratarte.



**Recuerda:** los amigos y la familia también pueden buscarte en Google. ¿Estás a gusto con lo que verán sobre ti?



Si encuentras algo sobre ti en Internet que no te gusta, puedes pedirle al sitio web que lo borre; y si fue publicado en redes sociales puedes presentar una denuncia.



## Protege tu privacidad

Verifica la configuración de privacidad de tus cuentas de redes sociales, como Instagram o Snapchat, y asegúrate de saber con quiénes estás compartiendo información sobre ti.



Recuerda: la configuración de privacidad de tus amigos también puede afectar la información que sobre ti se hace pública desde sus cuentas.



**Recuerda:** la mayoría de las redes sociales te permiten decidir quién puede ver tus publicaciones y quién puede comentarlas. Asegúrate de estar feliz con quienes pueden ver lo que publicas. Mantén el círculo pequeño y sobre todo con amigos de confianza, especialmente para las fotos que compartes. Piensa en cuál es la mejor plataforma para compartir tus posts o fotos, y controla quién las puede ver y qué pueden hacer con ellas.



No compartas tus contraseñas y no utilices contraseñas fáciles de adivinar. Asegúrate de que otros no puedan ingresar a tu cuenta y hacerse pasar por ti.



Si necesitas ayuda para verificar tu configuración de privacidad, visita:  
[www.saferinternet.org.uk/advice-centre/young-people](http://www.saferinternet.org.uk/advice-centre/young-people)

## Cerrar o eliminar una cuenta

Esto significa que el contenido ha sido desactivado y no se puede buscar en línea.



También significa que hay menos riesgo de que las cuentas sean hackeadas (pirateadas) sin que lo sepas.



## No creas todo lo que ves en Internet

No puedes confiar en todo lo que ves ni en todos los que están en línea.

Pregúntate qué es lo que las personas en línea quieren de ti y por qué.

Nunca te reúnas en persona con desconocidos que encuentres en línea: pueden haberte mentido sobre quiénes son y podrían ser peligrosos.

Recuerda: en Internet no todos son quienes dicen ser.

Cuestiona lo que otros dicen o publican. ¿Es un mito o un rumor? ¿Es útil compartirlo?

## No creas todo lo que ves en Internet

Los sitios de redes sociales tienen herramientas que te permiten 'bloquear' a las personas con las que no quieres estar en contacto.



Esto significa que el contenido ha sido desactivado y no se puede buscar en línea.



Si encuentras algo en línea que te preocupa o molesta, o si te sientes acosado en línea, puedes denunciarlo. Cuéntaselo a un adulto en quien confíes, a tus papás o a un maestro, y deja de usar el sitio web.



Encuentra una línea de ayuda en tu país aquí: [www.childhelplineinternational.org](http://www.childhelplineinternational.org)

Obtén más información sobre el ciberacoso y cómo denunciar el acoso en línea aquí: <http://www.unicef.org/spanish/online-safety/>