



LOS RIESGOS DE LAS REDES SOCIALES

Usa las redes sociales con responsabilidad y seguridad



Las redes sociales pueden ser divertidas, pero también tienen riesgos.
Es importante conocerlos y protegernos.

1 PRIVACIDAD

Compartir información personal puede poner en riesgo nuestra seguridad.



Ejemplos:

- Dirección de casa.
- Teléfono.
- Fotos personales.

2 CIBERACOSO

Algunas personas pueden usar las redes para insultar, molestar o hacer daño.



Ejemplos:

- Burlas o insultos.
- Mensajes ofensivos.
- Exclusión de grupos.

3 CONTACTO CON DESCONOCIDOS

No todas las personas son quienes dicen ser. Pueden engañarnos.



Ejemplos:

- Falsos perfiles.
- Pedir información.
- Proponer encuentros.

4 CONTENIDO INAPROPIADO

Podemos encontrar imágenes, videos o mensajes que nos hagan sentir mal.



Ejemplos:

- Violencia.
- Contenidos para adultos.
- Lenguaje ofensivo.

5 ADICCIÓN Y DEPENDENCIA

Pasar demasiado tiempo en las redes puede afectar nuestra salud y estudios.



Ejemplos:

- Falta de sueño.
- Menos tiempo para estudiar.
- Aislamiento.

6 CÓMO PROTEGERNOS

- ✓ No compartas información personal.
- ✓ Usa contraseñas seguras.
- ✓ Acepta solo a personas que conoces.
- ✓ Pide ayuda a un adulto si algo te incomoda.
- ✓ Respeta a los demás en la red.
- ✓ Usa las redes con moderación.



7 RECUERDA SIEMPRE

- ★ Piensa antes de publicar.
- ★ Lo que subes a internet puede quedarse para siempre.
- ★ No hagas a otros lo que no te gustaría que te hicieran a ti.
- ★ Habla con tus padres o profesores si necesitas ayuda.



8 SEÑALES DE ALERTA

- ! Te insultan o te hacen sentir mal.
- ! Alguien desconocido te escribe cosas extrañas.
- ! Ves imágenes o videos que te asustan.
- ! Sientes que pasas demasiado tiempo en redes.
- ! Te sientes triste o nervioso/a después de usarlas.



Consejos para usar las redes de forma segura

- ✓ Piensa antes de publicar o compartir.
- ✓ Cuida tu privacidad.
- ✓ Usa ajustes de seguridad.
- ✓ No respondas a desconocidos.
- ✓ Pide ayuda si tienes un problema.
- ✓ ¡La seguridad es lo primero!



Ideas para recordar

- 💡 Tu información es valiosa: ¡protégela!
- 🛡️ Bloquea y denuncia si es necesario.
- 👤 Comparte buenos mensajes.
- ❤️ Usa las redes para aprender y divertirse.
- 🔒 La seguridad empieza por ti.



Actividades de Infantil y Primaria



Errores que debemos evitar

- ✗ Compartir datos personales.
- ✗ Aceptar a desconocidos.
- ✗ Publicar sin pensar.
- ✗ Usar las redes demasiado tiempo.
- ✗ No pedir ayuda cuando la necesitamos.



¡Tú puedes!



Usa las redes sociales con responsabilidad, respeto y seguridad.
¡Protege tu bienestar y el de los demás!



Usa las redes sociales de forma segura y responsable. ¡Cuidate, respeta y protege a los demás!

