



# PREVENCIÓN Y USO RESPONSABLE DE LAS TICS.



DTO. ORIENTACIÓN  
[s.arjonasanchez@edu.gva.es](mailto:s.arjonasanchez@edu.gva.es)



Sección IES Fernando III Jalance

# ¿Qué vamos a trabajar con los alumnos/as?

- Videojuegos
- Móviles
- Redes sociales
- Aplicaciones

PREVENCIÓN DE  
LA ADICCIÓN

BUEN USO

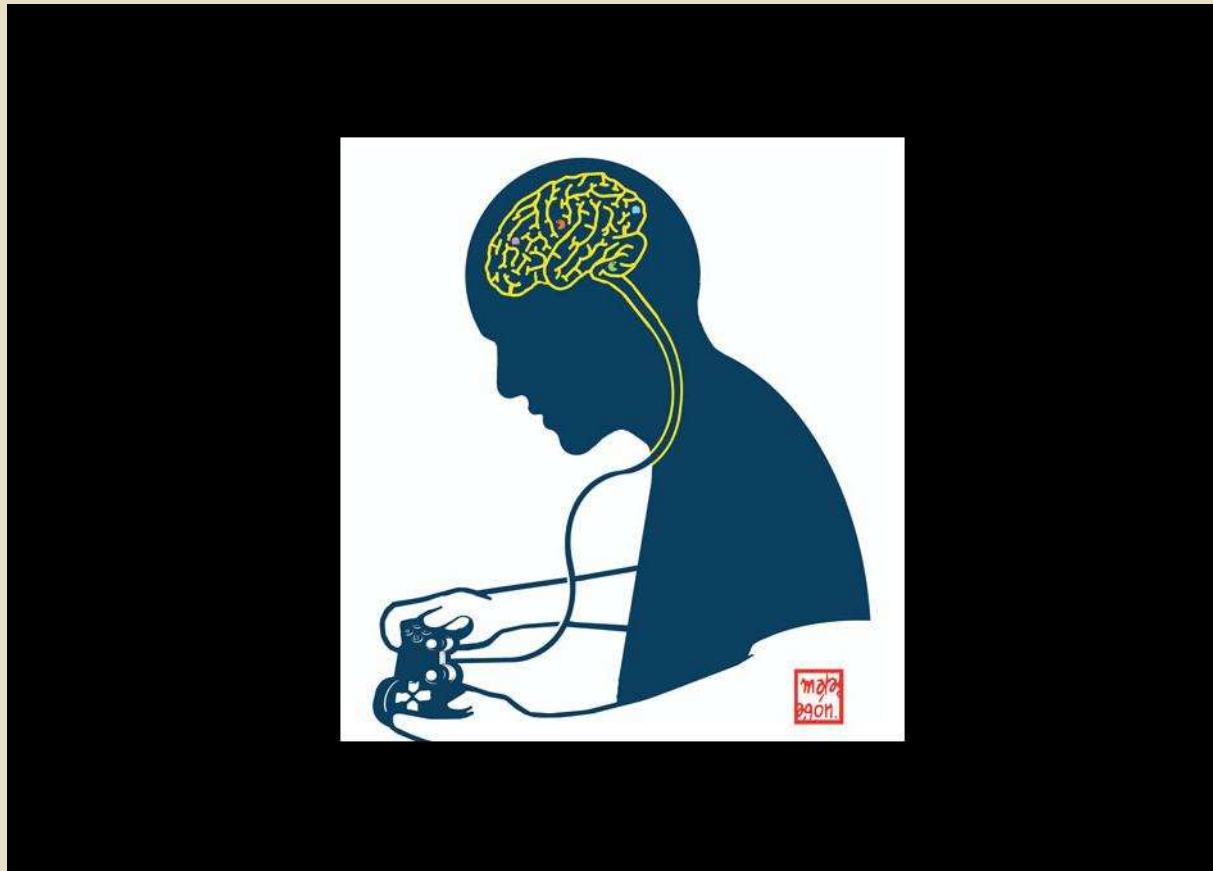
PRIVACIDAD

PREVENCIÓN  
RIESGOS



INFORMACIÓN Y  
FORMACIÓN

# VIDEOJUEGOS



# Videojuegos



- **Videojuegos MULTIJUGADOR ONLINE (MOG) →**  
puede ser jugado por medio de Internet, con jugadores de todas las partes del mundo. Ejemplos: *Warcraft 3*, *Starcraft* y *Call of Duty*.
- **Videojuegos de ROL MULTIJUGADOR MASIVOS EN LÍNEA (MMORPG) →** contienen un rol determinado y deben de funcionar constantemente. Ejemplos: *WOW* (World of Warcraft) y *GTA Online*.



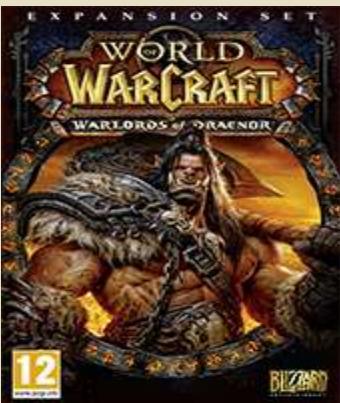
EL JUEGO SUELE  
CONTINUAR AUNQUE  
SE APAGUE

SE PUEDE JUGAR Y  
CHATEAR CON  
CUALQUIER PERSONA.

# Videojuegos



+ 18



+ 12



+ 16

# Videojuegos

- Los sistemas PEGI ofrecen a los padres/madres/cuidadores **recomendaciones detalladas** relacionadas con la edad adecuada del contenido de un juego, en forma de logotipos de clasificación por edades y descriptores de contenidos en los estuches de los juegos.



<http://www.pegi.info/es/index/id/955>

# Videojuegos

Cuando un pequeño juego en línea de un sitio Web lleva la etiqueta “**PEGI OK**”, querrá decir que los jugadores de todos los grupos de edades pueden jugar tranquilamente porque no incluye ningún contenido de juego potencialmente inapropiado.

La Etiqueta PEGI OK:

Para optar a la etiqueta PEGI OK, el juego **NO** puede contener ninguno de los elementos siguientes:

- violencia
- desnudos
- lenguaje soez
- juegos de apuestas
- fomento o consumo de drogas
- escenas de miedo



# ¿Qué problemáticas pueden aparecer?

- Exceso de tiempo dedicado a los videojuegos.
- Problemas rendimiento escolar.
- Aislamiento, pocas relaciones sociales.
- Inadecuada selección de contenidos (exponer a violencia, sexo, delitos, discriminación, etc) → vida real vs vida virtual.
- Compras integradas: gastos excesivos.
- Privacidad: facilitar datos personales, imágenes, información personal, etc.
- Adicción (cuestionario para madres y padres: evaluar problemas con el uso de los videojuegos).

# ¿Cómo darmel cuenta?

- CUESTIONARIO PARA PADRES. EVALUAR PROBLEMAS CON EL USO DE LOS VIDEOJUEGOS. (NIÑOS DE 12-18 AÑOS)

## CUESTIONARIO PARA PADRES. EVALUAR PROBLEMAS CON EL USO DE LOS VIDEOJUEGOS. (NIÑOS DE 12-18 AÑOS)

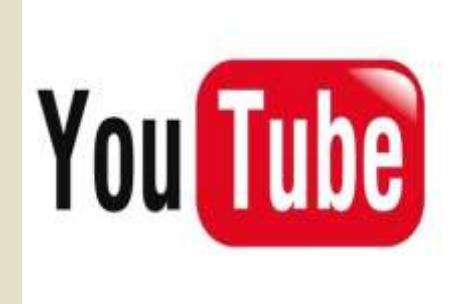
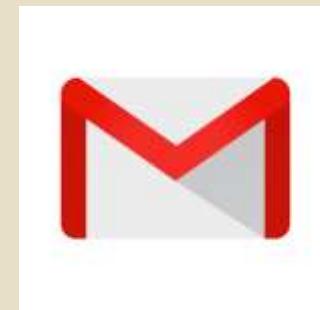
**Conteste SÍ ó NO, a los siguientes ítems. Su hijo/a:**

1. ¿Con frecuencia tiende a decir que sólo serán unos minutos cuando en realidad juega durante varias horas?
2. ¿Nada más levantarse juega con la videoconsola o con el ordenador?
3. ¿Se ha levantado antes de la mesa o ha dejado inacabada otras tareas para continuar la partida?
4. ¿Pierde horas de sueño por pasar las noches en vela ante el videojuego o el ordenador?
5. ¿Existe pérdida de interés por el trabajo escolar o incluso ha llegado a faltar a clase sin motivo justificable o ha fingido estar enfermo/a para jugar a las videoconsolas?
6. ¿El rendimiento en clase ha disminuido bajando notablemente sus notas?
7. ¿Prefiere no asistir a un importante evento familiar por estar jugando?
8. ¿Ha dejado de relacionarse con sus amistades de siempre?
9. ¿Pasa más de dos horas diarias delante de la videoconsola/ordenador jugando?

## Recomendaciones de uso adecuado de videojuegos:

- Conocer el **contenido** de los videojuegos.
- Controlar el **tiempo de utilización**.
- **No prohibir ni censurar** → las conductas muy restrictivas pueden lograr el efecto contrario al que se persigue.
- Fomentar el **diálogo** → no es recomendable extremar el uso de los videojuegos como arma de castigo o recompensa.
- Estar atento/a a los **cambios de comportamiento**.
- **Conocer las normas PEGI** para elegir junto a tus hijos los juegos que les gusten, teniendo en cuenta que se ajusten a sus intereses y nivel educativo.
- **Respetar las edades recomendadas** para cada videojuego.
- **Mostrar interés** por los videojuegos de tus hijos/as.
- Enseñar a tus hijos/as a **controlar el tiempo** que dedica a esta actividad.
- **Supervisa que tus hijos/as no dediquen todo su tiempo libre** a los videojuegos.
- **No es recomendable utilizar los videojuegos como recompensa o castigo**, ya que se les otorga más valor del que tienen.
- Si observas que tu hijo se está poniendo **nervioso o agresivo con un juego debes hacerle parar** y que realice otra actividad.
- Activa los **controles parentales de las videoconsolas** de última generación. (Xbox 360, Wii y PS3)

# Móvil y redes sociales.



# Privacidad e identidad digital:

- **Condiciones uso de las aplicaciones** → acceso de las aplicaciones a nuestro contenido privado.
- **Identidad digital** → permanencia del contenido que publicamos en la red (Facebook, Instagram, Twitter, etc)
- **La importancia de no publicar excesiva información personal.**
- **Configurar adecuadamente las opciones de privacidad en redes sociales.**
- Valorar cuándo tener activados **servicios de geolocalización**.
- **Ser respetuoso con la información de otras personas**, no publicando información de terceros sin su permiso.
- Entender los riesgos de enviar contenido de carácter sexual → **SEXTING**
- Peligros en la red → **GROOMING O CIBERBULLYING**.



# PELIGROS EN LA RED:

- **Ciberbullying:** tiene su origen en las redes sociales o aplicaciones de mensajería instantánea (comentarios ofensivos, mensajes amenazantes, robo de contraseñas, publicación de imágenes personales comprometidas, creación perfiles falsos, difusión de rumores, etc).
- **Exposición de excesiva información personal:** nombre, edad, colegio, fotografías, etc. Los datos personales subidos a la red pueden ser utilizados por cualquier usuario poniendo en peligro al menor. (Condiciones de uso de las aplicaciones, formularios, política de privacidad, etc).
- **Falta de protección ante desconocidos:** se produce porque en la red es muy sencillo que nos engañen usuarios que se hacen pasar por otras personas.
- **Grooming:** o acoso sexual a través de Internet. El adulto entra en páginas frecuentadas por adolescentes haciéndose pasar por uno de ellos y poco a poco va ganando confianza de los menores hasta que comienza el chantaje, intimidación o las amenazas.
- **Sexting:** envío de mensajes/fotos/vídeos/contenidos sexuales a través del teléfono móvil.

# Recomendaciones para **prevenir ciberbullying/grooming:**

- **Involucrarse en el uso** que los menores hacen de Internet.
- Instalar los **ordenadores en lugares comunes de la casa**.
- Establecer un **horario al uso de Internet** y del ordenador → contratos de uso
- Impulsar el **uso responsable de la cámara web**.
- Uso de imágenes: es fundamental plantearles que **no deben enviar fotos ni vídeos personales a ningún desconocido**, ya que pueden darle un mal uso en la Red.
- Supervisión: **control sobre el ordenador, cuentas, historial de búsquedas**, etc.
- Comunicación sobre los **riesgos de las TIC**.

# Características de DETECCIÓN: Posible adicción a las TICs.

- ❑ **TOLERANCIA**: necesidad de utilizarlo cada vez más tiempo.
- ❑ **ABSTINENCIA**: malestar o irritabilidad cuando no se puede jugar o utilizar el dispositivo.
- ❑ **DIFICULTAD** para controlar su uso o para parar de utilizarlo cuando se le pide que lo haga.
- ❑ **INTERFERENCIA** con otras actividades saludables (alimentación, sueño, etc).
- ❑ **PROBLEMAS** con familiares, profesores, etc. por usarlo demasiado y **BAJO RENDIMIENTO** escolar.
- ❑ **PÉRDIDA** de interés por otras actividades gratificantes que antes le interesaban.



# Recomendaciones generales:

- **Establecer un horario de utilización y conexión** y buscar un equilibrio en sus diferentes actividades: deberes, deporte, amigos, lectura, etc.
- Tener el ordenador en un **lugar común** de la casa.
- Instalar un **control parental**.
- Recuérdale a tus hijos que **una vez coloquen fotos, vídeos o información personal en la red, ya nunca más podrán quitarla**.
- Informar sobre la **importancia de mantener activada la privacidad en las redes sociales** (P.ej en Instagram, Facebook, Twitter, etc) → supervisarlo.
- Explícales la importancia de leer las **“Condiciones de Uso”** de cada aplicación que descargan en su teléfono móvil
- **No dormir con el móvil en la habitación**, para ello es recomendable utilizar un lugar de la casa como **“parking de móviles”** (por ejemplo, la mesa del comedor).
- **Alternativas de ocio**.
- Dar un **buen ejemplo** haciendo un uso razonable de las TIC .
- Recuerda que **educar siempre es mejor que prohibir**. ¡Pero los límites existen!



# CONTROL PARENTAL

# Programas de CONTROL PARENTAL

- **LOCATEGY** → Esta herramienta permite proteger y gestionar la actividad de un menor en Internet desde su dispositivo móvil o tablet, con el fin de mantenerle alejado de riesgos derivados de su posible uso incorrecto. Además, permite obtener la localización en tiempo real del dispositivo.



# Programas de CONTROL PARENTAL

- SECURE KIDS → Herramienta para dispositivos **móviles Android**, que protege y gestiona la actividad de un menor en Internet, con el fin de mantenerlos exentos de riesgos derivados de su posible uso incorrecto.



## Funcionalidades de supervisión:

- *Internet*: control de páginas web a las que se puede acceder, bien sea activando la opción listas blancas de webs permitidas, o utilizando filtros web por categorías. Además permite activar búsquedas seguras en Google.
- *Aplicaciones*: decide qué aplicaciones y cuándo podrán ejecutarse en el dispositivo.
- *Llamadas*: permite el bloqueo o desbloqueo de los números de la agenda y bloquear llamadas desconocidas o internacionales.
- *Alarmas*: permite establecer alarmas programadas y alarmas instantáneas que se enviarán al dispositivo.
- *Descansos*: control de tiempo que permite bloqueos del dispositivo por horas y días.
- *Emergencias*: permite establecer un *widget*, en modo botón de alarma, que indicará la posición en el momento junto con la captura de una foto.
- *Geolocalización*: localización precisa del dispositivo.
- *Multiuso*: Uso desde cualquier otro dispositivo, ya que a la consola de monitorización y configuración se accede a través del navegador web.
- *Control multidispositivo*: se pueden agregar a la cuenta varios menores y varios dispositivos para cada menor.
- *Estadísticas*: permite recopilar información sobre el uso que se está haciendo del dispositivo, y aplicaciones más utilizadas.

<https://securekids.es/>

# Programas de CONTROL PARENTAL

- **FAMILY LINK →**

## Funcionalidades de supervisión:

- Filtrado de contenidos: permite restringir las aplicaciones aprobando o bloqueando las que quiera descargar de Google Play Store.
- Control de tiempo: puedes establecer límites de tiempo diarios y configurar una hora de dormir en el dispositivo.
- Supervisión: permite consultar cuánto tiempo usa cada aplicación mediante informes de actividad semanales o mensuales.
- Protección de la configuración: permite restringir la modificación de los ajustes de control parental en el sistema Android.
- Geolocalización: permite ver la ubicación del dispositivo móvil de tu hijo/a





**Privacidad y ajustes**

**Desintoxicación digital**

**GESTIÓN DEL TIEMPO EN PANTALLA**

**Gestión del tiempo en pantalla:** Desactivado

**Modo restringido:** Desactivado

**Gestión del tiempo en pantalla:** Gestiona tu tiempo en pantalla

**Una vez alcanzado el límite de tiempo,** se requiere un código de acceso para poder continuar usando TikTok

**También puedes establecer un código de acceso para seguir usando TikTok o activar la Gestión del tiempo en pantalla en el futuro.**

**Límite de tiempo:** 60 min

**Activar Gestión del tiempo en pantalla**

**GENERAL**

- Notificaciones push
- Idioma
- Desintoxicación digital**
- Accesibilidad
- Ahorro de datos

**AYUDA**

- Informar de un problema
- Centro de ayuda
- Centro de seguridad



Configuración

- Seguir e invitar a amigos
- Tu actividad
- Notificaciones
- Privacidad
- Seguridad**
- Pagos
- Anuncios
- Cuenta
- Ayuda
- Información

Inicios de sesión

Información de inicio de sesión

Seguridad

- Seguridad de inicio de sesión
- Contraseña
- Actividad de inicio de sesión
- ...acción de inicio de sesión guardada
- Autenticación en dos pasos
- Correos electrónicos de Instagram

Datos e historial

- Acceder a datos**
- Descargar datos
- Aplicaciones y sitios web
- Borrar historial de búsqueda

Actividad de la cuenta

- Inicios de sesión
- Ver todo
- Cierres de sesión
- Ver todo
- Historial de búsqueda
- Ver todo

Historias con las que has interactuado

- Encuestas
- Ver todo
- Emoticonos deslizantes
- Ver todo
- Preguntas
- Ver todo
- Music Questions
- Ver todo
- Cuentas atrás

# Programas de CONTROL PARENTAL

- FAMILY LINK → Herramienta de **Google** que puede ser instalada tanto en **Android como en IOS** en el dispositivo que ejerce la supervisión, mientras que el dispositivo controlado únicamente acepta **Android**.

**Las principales funcionalidades que nos ofrece Family Link, son las siguientes:**

- Gestiona las aplicaciones que puede usar tu hijo: aprueba o bloquea las que quiera descargar de Google Play Store.
- Controla el tiempo de conexión: consulta cuánto tiempo usa tu hijo sus aplicaciones favoritas mediante los informes de actividad semanal o mensual, y configura límites de tiempo de conexión diarios.
- Configura una hora de dormir en el dispositivo: con esta función puedes bloquear los dispositivos de manera remota cuando sea la hora de dormir o de hacer un descanso.

Información importante

- Revisa detenidamente las aplicaciones del dispositivo de tu hijo e inhabilita aquellas que no quieras que use. Es posible que no puedas inhabilitar algunas aplicaciones preinstaladas.



<https://families.google.com/familylink/>

# Programas de CONTROL PARENTAL

- QUSTODIO → Herramienta que permite **proteger y gestionar la actividad de un menor en Internet, tanto en dispositivos móviles como en ordenadores de mesa**, con el fin de mantenerlos exentos de riesgos derivados de su posible uso incorrecto.



## Funcionalidades de supervisión:

- *Búsqueda segura*: activando esta opción se limitarán los resultados de búsqueda, eliminando contenido potencialmente inseguro.
- *Lista de aplicaciones utilizadas y por cuanto tiempo*: visible desde el resumen de la actividad y cronología de actividad, muestra un listado de los programas que el dispositivo monitorizado ha utilizado y el tiempo transcurrido en uso de cada uno.
- *Vista de actividad web por página y tiempo*: visible desde las mismas opciones que el anterior, configurable para que muestre sitios de actividad cuestionable (vigilados o restringidos).
- *Control de tiempo*: permite bloqueos tanto en el uso total del dispositivo como en uso de aplicaciones.
- *Seguimiento de localización*: únicamente disponible en versión Premium y dispositivos Android.
- *Supervisa llamadas y SMS*: únicamente disponible para dispositivos Android.
- *Historial de uso*: permite conocer su utilización minuto a minuto.
- *Uso desde cualquier dispositivo*: a la consola de monitorización y configuración se accede a través del navegador web.

## Controles de protección:

- *Filtrado de páginas web por categorías*: permite restringir determinados tipos de sitios web, recibiendo alertas cuando se acceda a una categoría marcada (juegos, contenido adulto, violencia, etc.).
- *Controles de acceso a Internet*: permite limitar el uso de los navegadores por tiempo o en su totalidad.
- *Filtrado de páginas web*: permite restricciones de sitios web específicos

<https://www.qustodio.com>

# Programas de CONTROL PARENTAL

- **Herramienta para dispositivos móviles Android** cuyo objetivo es evitar que los menores accedan a contenido inapropiado, compartan datos personales o contenidos que les pueda perjudicar hoy o en el futuro. También proporciona mecanismos para obtener pruebas procesalmente legítimas de hechos ocurridos, obtenidas respetando los derechos fundamentales.
- **Las funcionalidades que nos ofrece Parental Click de manera gratuita, son las siguientes:**
  - Participar en los debates que se generen en la plataforma de manera anónima.
  - Realizar consultas al equipo de Parental Click.
  - Acceder a través de la web ([www.parentalclic.com](http://www.parentalclic.com)) al perfil del menor en Facebook e Instagram (se recomienda disponer de autorización previa del menor para hacer uso de esta opción).

<https://www.parentalclick.com/faqsf.html>



# Programas de CONTROL PARENTAL

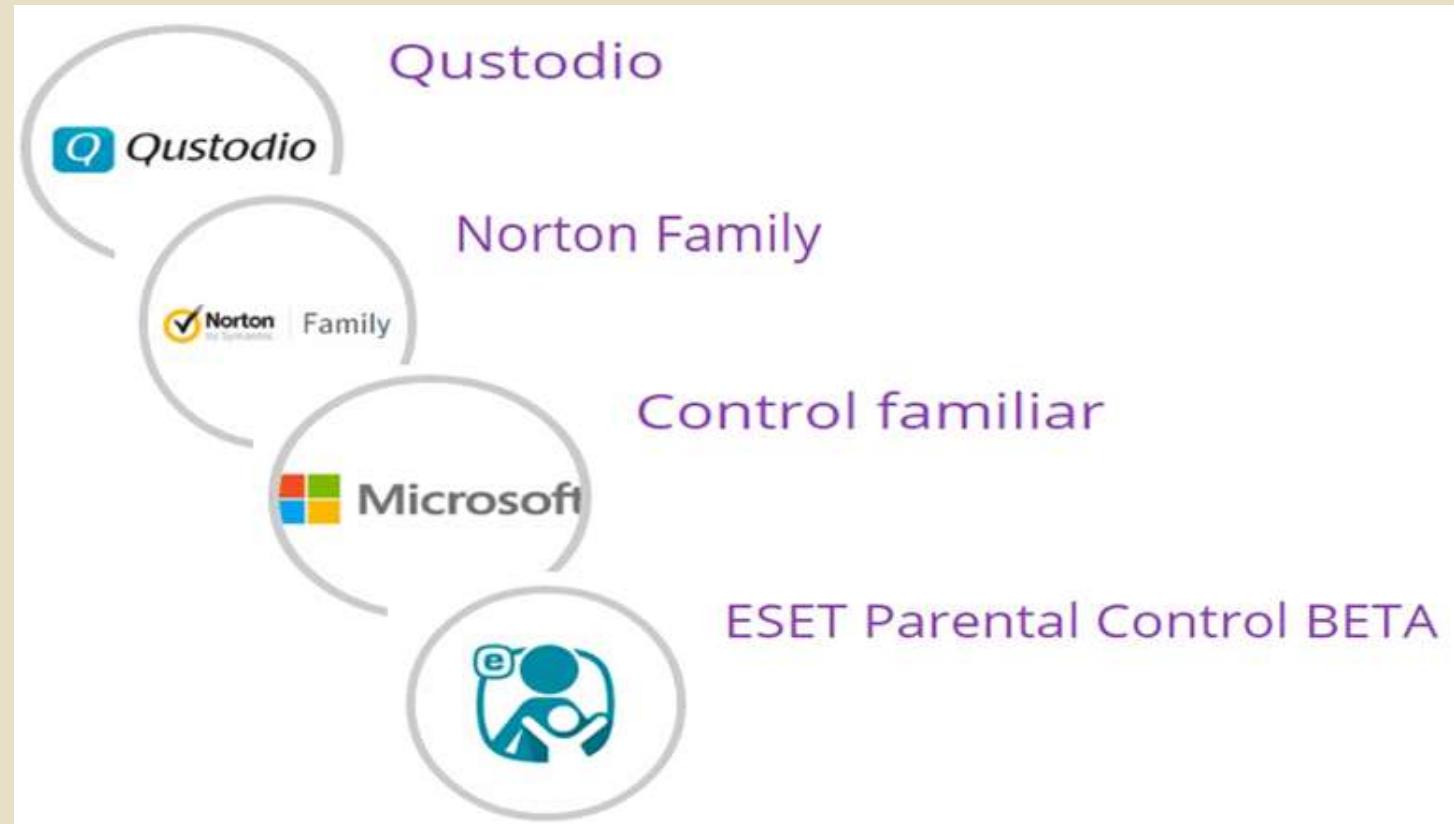
- Herramienta para dispositivos móviles Android, iOS y Kindle que permite a los padres mantenerse informados sobre la ubicación de sus hijos, así como administrar el tiempo de uso del dispositivo, bloquear aplicaciones que no les parezcan adecuadas, conocer quiénes son sus contactos y con qué números intercambian llamadas, entre otras muchas funcionalidades. Destacar que la app permite a los menores ponerse en contacto con los padres de forma instantánea con la funcionalidad de alertas de pánico en caso de verse en una situación de peligro.
- CONTROL DE TIEMPO
- BLOQUEO DE APLICACIONES
- SEGUIMIENTO DE ACTIVIDAD
- ALERTAS Y NOTIFICACIONES
- GEOLOCALIZACIÓN

<https://familytime.io/es/support.html>



FamilyTime

# Programas de CONTROL PARENTAL



# Más información sobre controles parentales:

<https://www.is4k.es/de-utilidad/herramientas>



# Recursos para la educación digital:

- Decálogo TIC para madres y padres.
- Cuestionario para padres/madres. Evaluar problemas con el uso de videojuegos.
- Contrato FAMILIAR para compartir el uso de los dispositivos tecnológicos.
- Contrato FAMILIAR para el buen uso de tu móvil.
- Contrato FAMILIAR para el BUEN USO de una TABLET.

# Más recursos:

- **Guía para el uso seguro y responsable de Internet por los menores. Itinerario de Mediación Parental.** [Internet Segura for Kids](#).
- **Monográfico sobre Mediación Parental** [Red.es](#)
- **Artículo “Orden en casa, cada miembro de la familia con su cuenta de usuario”.** [Oficina de Seguridad del Internauta](#)
- <https://kidsandteensonline.com/>
- **Decálogo para padres sobre grupos de Whatsapp:**
- <https://kidsandteensonline.com/2016/11/09/decalogopadreswhatsapp>

MUCHAS GRACIAS POR  
VUESTRA ATENCIÓN ☺

