



Las Redes Sociales:
información para jóvenes

Índice

Evolución de los medios de comunicación pag. 3

¿Qué son las redes sociales? pag. 4

- Redes Sociales Horizontales**
- Redes Sociales Verticales**
- Redes Sociales Verticales de Ocio**
- Redes Sociales Verticales Mixtas**
- Redes Sociales Humanas**
- Redes Sociales de Contenidos**
- Redes Sociales de Inertes**
- Redes Sociales Sedentarias**
- Redes Sociales Nómadas**
- Redes Sociales MMORPG**
- Redes Sociales Web**
- Redes Sociales Universitarias**

¿Cómo funcionan las redes sociales? pag. 6

- Mensajería Instantánea y Redes Sociales (chats)**

Riesgos en las redes sociales pag. 9

- Adicción o uso excesivo**
- Acceso a contenidos no apropiados**
- Suplantación de personalidad**
- Ser víctima de Bullying**
- Vulnerabilidad de los datos**
- Riesgos de tipo económico**

Prevenir riesgos pag. 14

- Prevención en la Red**
- Al realizar compras ten en cuenta**
- Utilizar una buena comunicación virtual**

Aspectos positivos de las redes sociales pag. 16

- En la educación y formación**
- En información general y opinión**
- En ocio y relaciones personales**

Textos elaborados por



FUNDACIÓN FORJA
ADICCIONES

Evolución de los medios de comunicación

Agendas electrónicas, MP3, MP4, ordenadores personales, Ipod, iPhone, Ipad... son palabras que oímos constantemente en estos últimos años. La mayoría de estos aparatos tienen funciones que, a nivel personal, nunca llegaremos a utilizar, pero la realidad es que, cada vez más, nos vemos necesitados ha hacer uso por razones sociales, laborales, estudios... Mientras tanto nos preguntamos: ¿Cómo es posible que hace unos pocos años se podía sobrevivir sin teléfono móvil? ¿Qué nos puede pasar si tenemos un percance en mitad de un viaje? ¿Cómo nos las arreglábamos si no llego a una cita a tiempo? Ahora nos parece difícil solucionar estos problemas sin el teléfono móvil.

Retrocediendo en el tiempo podemos hacer un examen de la evolución de los medios de comunicación, desde las señales ópticas como el humo, los faros..., las señales acústicas como los silbidos, son formas de comunicarse a distancia utilizadas por el ser humano desde tiempos ancestrales. Durante el siglo XIX y XX la evolución de los medios de comunicación ha sido muy rápida, desde el telégrafo, pasando por la radio, el teléfono, la televisión, los móviles y finalmente Internet.

El siglo XXI para las comunicaciones ha empezado por ser el siglo de Internet en todos los niveles: políticos, sociales, económicos. Supone una transformación radical que afecta a las relaciones familiares, sociales, estudios, laborales, de ocio y todos los ámbitos de la comunicación del ser humano.

¿Qué son las redes sociales?

Las redes sociales son estructuras sociales conformadas por personas enlazadas que comparten, se relacionan, interactúan, en un cruce de intereses que responden a diversos temas: ocio, compras, relaciones personales, aprendizaje, educación, difusión del conocimiento, etc. Podríamos afirmar que una red social es un grupo de personas que se relacionan entre si, que se comunican y que establecen unos vínculos basados en la transmisión de información sobre cualquier tema. En Internet las redes sociales han encontrado un espacio de desarrollo que no tiene precedentes.

Las redes sociales digitales, que se desarrollan en medios electrónicos, se pueden clasificar en diferentes tipos según el público y el tema:

Redes Sociales Horizontales

Están dirigidas a cualquier tipo de usuario, personas o grupos de personas, y no tienen una temática definida. Un ejemplo es **Facebook**. Su funcionamiento se basa en que cada usuario, una vez registrado, puede publicar notas, fotografías, hablar con sus amigos registrados, ver notas que ellos publican, etc. Es una manera de mantener relaciones con personas y que previamente has agregado a tu espacio personal. También lo son **Orkut**, **Identi.ca** y **Twitter**.

<http://www.facebook.com>



Redes Sociales Verticales

Son redes que se estructuran por temas o perfiles de población específicos. Se pueden clasificar en:

Redes Sociales Verticales Profesionales

Dirigidas a generar relaciones profesionales entre los usuarios. Un ejemplo es la red **Viadeo**. Su utilidad se basa en establecer relaciones entre profesionales ya sean conocidos o no. Desde Viadeo puedes ofrecer servicios, buscar de colaboraciones, buscar de clientes, buscar empleo... Se trata de una red de profesionales a través de la cual se establecen diversos tipos de relaciones laborales. También lo son **Xing** y **Linked In**.

<http://www.viadeo.com>



Redes Sociales Verticales de Ocio

Su principal objetivo es unir colectivos que desarrollen actividades comunes como deporte, fans de una actriz, cantante, jugadores de un videojuego... Un ejemplo puede ser **Last.fm**. Se trata de un sistema de recomendación de música que crea perfiles sobre gustos musicales en base a los usuarios registrados. También lo son **Wipley**, **Minube** y **Moterus**.

<http://www.lastfm.es>



Redes Sociales Verticales Mixtas

Ofrecen a los usuarios y más específicamente a las empresas un entorno para desarrollar actividades profesionales y al mismo tiempo de ocio, en función de sus perfiles. Un ejemplo es **Yuglo** desde donde puedes ofrecer un producto, comprar, anunciar eventos, acceder a noticias de culturales, compartir gustos... también lo son **Unience**, **PideCita** y **11870**.

<http://www.yuglo.com>



Redes Sociales Humanas

La función que tienen es fomentar las relaciones entre personas en función de su perfil. Se clasifican datos sociales, preferencias de ocio, aficiones, etc. La más conocida es la red social **Tuenti**. También lo son **Koornk**, **Dopplr** y **Youare**.

<http://www.tuenti.com>



Redes Sociales de Contenidos

Las relaciones se desarrolla uniendo perfiles a través de contenido publicado, los objetos que posee el usuario o los archivos que se encuentran en su ordenador. Los ejemplos más significativos son **Scribd**, **Flickr**, **Bebo**, **Friendster**, **Dipity**, **StumbleUpon** y **FileRide**.

<http://www.bebo.com>



Redes Sociales de Inertes

Su objetivo es relacionar objetos en función de marcas, coches, lugares. Se trata de redes que funcionan al revés, no relacionan directamente personas, sino que relacionan objetos o personas desaparecidas. Actualmente hay redes sociales de difuntos. Es un lugar donde recordar o conecta con nuestra nostalgia, dolor, etc. El ejemplo más representativo es **Respectance**.

<http://www.respectance.com>



Redes Sociales Sedentarias

Funcionan a partir de las relaciones entre usuarios, los contenidos compartidos o los acontecimientos creados. El usuario actualiza constantemente una página con aspectos de su propio interés y mantiene relación con usuarios con intereses similares. El ejemplo más claro es **Blogger**. Estas redes sociales mutan o se van transformando según los contenidos que se añaden. También lo son **Rejaw, Kwippy, Plaxo, Bitacoras.com** y **Plurk**.

<https://www.blogger.com>



Redes Sociales Nómadas

Son iguales a las sedentarias pero sumándole la característica de localización geográfica. La red muta o se transforma según el lugar donde te encuentres, mostrandote información de tu interés. Un ejemplo de red nómada es **Scout**. También los son **Latitud, Brighkite, Fire Eagle**.

<http://www.skout.com>



Redes Sociales MMORPG

Son redes construidas sobre una base técnica y normalmente son juegos. El usuario se registra y obtiene una cuenta y, en su propio espacio va construyendo alguna actividad en función de lo que trate el juego. Al mismo tiempo interacciona con otros usuarios. Un ejemplo es **Wild-guns** en donde has de mantener un pueblo y crear tropas para su defensa. Otras redes son **WOW**, **SecondLife**, **Lineage**, **Gladius**, **Travian** y **Habbo**.

<http://www.wildguns.es>



Redes Sociales Web

Creadas con una estructura de web donde puedes poner fotografías, música, acontecimientos... Recibes comentarios de otros usuarios. Un ejemplo es **Myspace**. De esta red ha nacido importantes grupos de música Pop o Rock. También lo son **Friendfeed** y **Hi5**.

<http://es.myspace.com>



Redes Sociales Universitarias

Son redes sociales pertenecientes a alguna universidad a través de las cuales los usuarios se relacionan por los estudios que realizan. Existen redes sociales en las que puedes cursar una carrera y te relacionas con compañeros y profesores de una forma virtual, similar a la realidad. También se emplean para el trabajo de investigación entre científicos que se encuentran en diferentes ciudades o países. Dos ejemplos de redes sociales para la formación universitaria son **UOC**, **UNIR**.



¿Cómo funcionan las Redes Sociales?

Su funcionamiento varía en función de que tipo de red social escogemos. Pero básicamente todas requieren que el usuario se registre introduciendo un nombre de usuario y contraseña. En algunos casos simplemente un correo electrónico y la contraseña. Toda la red social funciona por medio de las relaciones que se establecen entre los usuarios compartiendo algún tipo de información. Como hemos visto, cada red social tiene un objetivo diferente. Se establece un perfil público y se interactúa con el consentimiento de las dos partes.

En las redes sociales se interactúa con otros usuarios conocidos o no conocidos. Las redes sociales ofrecen la posibilidad de comunicarse, relacionarse,

compartir afinidades, realizar trabajos en grupo, organizar actividades, resolver problemas, pedir consejo, buscar pareja, conocer a nuevas personas en función de los intereses que cada usuario aporta.

La magnitud de las redes sociales es tal, que está al orden del día y son utilizadas como otro medio de información para otros medios de información como la radio o la televisión. Así pues, las redes sociales parecen no tener límites y podemos compartir todo lo que deseemos compartir y con quien queramos. Así que podemos aplicar la frase de que “El mundo es un pañuelo”, en este caso el mundo está en las redes sociales.

Mensajería Instantánea y Redes Sociales (chats)

La mayor parte de las redes sociales contienen un servicio de mensajería instantánea o chat con el que puedes comunicarte de forma instantánea y sincrónica con otro usuario. Dependiendo de la red social que se trate su acceso es inmediato y se puede hacer a través de un Nick, apodo o sobrenombre, o con tu propia cuenta de correo. De los chats los más famosos son **Messenger**, **Meebo**, **Terra** y **Yahoo**. Una característica de estos Chat es que muchos están vinculados a una cuenta de correo electrónico. Aportan servicios de compartir documentos como fotos o la posibilidad de comunicarse a través de web-cam. Las imágenes que se comparten a través de una web-cam pueden ser guardadas por el usuario que las recibe. En los chats acostumbra, por el anonimato que en ocasiones el usuario consigue, a incrementarse los riesgos que a continuación exponemos.

Riesgos en las Redes Sociales

Las redes sociales han entrado en nuestra vida y, sobretodo, en los adolescentes y jóvenes. En estos primeros años de su uso masivo por parte de la población juvenil han aparecido las primeras alarmas sobre los riesgos. Las noticias en los diferentes medios de información y, también, las “leyendas urbanas” se han puesto en funcionamiento para avisarnos de los posibles efectos negativos para las personas en los periodos de desarrollo de la adolescencia y juventud.

Si hablamos de la percepción de riesgo por parte de los jóvenes, según los datos de las estadísticas de La Fundación Pfizer en Septiembre del 2009 los jóvenes españoles tienen una percepción de riesgo baja generalizada:

“Al ser preguntados por ello, los jóvenes identifican de forma espontánea una amplia variedad de posibles riesgos o amenazas por la participación en las redes sociales online: sin embargo, un 11,5% afirma no conocer o no saber nada sobre esas posibles amenazas, destacando el grupo de los chicos de 17 a 20 años (17,8%); además, otro 8,3% dice, directamente, que no existe ningún peligro (en este caso, la respuesta es más numerosa también en el grupo de chicos, pero de 11 a 13 años, con un 16,4%)”.

A pesar de ello se observa un tanto por ciento importante y preocupante de jóvenes que creen que no existe ningún riesgo. Lo cierto que existen y, si los clasificamos, los principales riesgos del uso de las redes sociales son:

- Adicción o uso excesivo.
- Acceso a contenidos no apropiados.

- Suplantación de la personalidad.
- Ser víctima de “bullying”.
- Vulnerabilidad de los datos.
- Riesgos de tipo económico.

Para las personas que han sufrido algunos de los anteriores riesgos destaca que son las chicas quienes se exponen a mayores riesgos, siendo el más numeroso el de adicción (7,3%), seguido por acceso a contenidos inapropiados (6,1%), suplantación de personalidad (4,2%), bullying (4,2%), vulnerabilidad de datos (3,6%) y riesgos de tipo económico (0,7%).

Adicción o uso excesivo

Es importante resaltar la posibilidad de caer en una adicción no química por parte de los jóvenes. Este tipo de adicción puede estar relacionada a diferentes actividades por Internet. Según los

estudios realizados por el Hospital Clínico de Barcelona se puede diagnosticar una ciberadicción si:

- Se dedica más de treinta horas de tiempo libre a la semana a navegar por Internet.
- Otras personas piensan que tiene un problema con Internet.
- Se manifiesta un sentimiento de gran satisfacción y euforia cuando se está delante del ordenador.
- Se piensa en Internet cuando se están haciendo otras cosas.
- Se miente sobre el tiempo real que pasa en la red.
- Intenta no conectarse, pero no lo consigue.
- Impulsividad para conectarse nada más llegar a casa.
- Se descuidan las relaciones personales y laborales.
- Se pierden horas de sueño.

- No puede controlar el tiempo que pasa en línea.

- Se sufre de ansiedad cuando apaga el ordenador.

- Ser joven incrementa el riesgo de adicción.

Desarrollar un problema de abuso adicción a las Redes Sociales o a Internet puede desembocar en un Trastorno de la Conducta. Se trata de una situación emocional en la que la persona que la padece va experimentando un deterioro a nivel familiar, social, en sus estudios. Cada vez se vuelve más irritable, hostil, abandona responsabilidades si centra su vida alrededor del uso de Internet. La consecuencia es una falta de desarrollo, ya que deja de experimentar otras situaciones no virtuales necesarias para adquirir su madurez emocional.

Acceso a contenidos no apropiados

El acceso a contenidos no apropiados está relacionado con los siguientes aspectos:

- Acceso a páginas Web, Chat y Redes Sociales de un contenido dirigido a adultos por parte de menores. Se trata de una actividad ilegal en la que se puede sancionar a los adultos que no tienen una actitud responsable con el menor. Antes de poder acceder a este tipo de contenidos en necesario que el joven se prepare y madure aspectos de la vida que conllevan riesgo para su salud psíquica, como pueda ser fomentar una sexualidad dirigida solamente a la obtención de satisfacción inmediata.

- Existen páginas Web en las que, desde la legalidad, se puede animar a los adolescentes a tener conductas ilegales, como por ejemplo, el consumo de

sustancias. Otras páginas donde se puede estimular un consumo irresponsable de alcohol.

- También existen páginas Web cuyo contenido es poco saludable y mucho menos para un menor. Se trata de Webs que pueden promover enfermedades como la anorexia, la bulimia, el consumo de sustancias tóxicas. En ellas los participantes explican sus experiencias y animan a los demás a practicar conductas no saludables. Algunas son ilegales pero consiguen eludir su control cambiando constantemente de enlace o dirección electrónica.

- Finalmente podemos encontrar otro tipo de páginas de contenido ideológico en las que se promueve la rabia, el odio, la desadaptación al medio, el racismo o conductas sectarias. No olvidemos que el adolescente es especialmente vulnerable delante de la frustración a ideologías radicales que no promueven una

educación de valores para la convivencia y la solución de los problemas.

Suplantación de personalidad

- Básicamente consiste en personas adultas que se hacen pasar por personas jóvenes o no, con fines o intenciones no honestas. Estos fines pueden ser simplemente un juego irresponsable con un menor que acaba por crearle confusión sobre temas importantes de la vida, como puede ser su relación con los padres, profesores, estudios, etc. Los menores se pueden encontrar desorientados debido a su vulnerabilidad y adoptar actitudes poco resolutivas delante de sus problemas. En casos más graves el acercamiento del que suplanta la personalidad puede ser con finalidades sexuales. Se trata de un fenómeno conocido por "Grooming" en Internet.

- Este es un problema que, según los resultados de la Encuesta Pfizer, tiene una incidencia un 0,7% de menores que acepta haber tenido algún tipo de acoso sexual por parte de algún adulto. De ellos un 57% lo ha solucionado bloqueando o desconectando a la persona, un 30% afirma haberlo solucionado sin especificar como y un 13% no contesta a la pregunta sobre como han actuado. A pesar de ello se trata de un aspecto muy delicado y es necesario tener un cuidado especial puesto que, en algunos casos, puede llevar a graves daños psicológicos para el niño, adolescente o joven.

- Si entramos en MySpace, Facebook, Hi5 y Tuenti para comprobar sus políticas de privacidad y ponemos un nombre falso, a pesar de que sus condiciones de uso no lo permiten, y nos da acceso.

• Según las Encuesta Pfizer, la mayoría de los menores que han tenido esta experiencia han sabido detectarla y cortarla. También hemos de lamentar la minoría que ha padecido un mal aprendizaje en aspectos importantes como la relación con los padres, profesores o su sexualidad.

Ser víctima de Bullying

Se trata de personas identificadas, que conocen su entorno y que por motivos poco maduros hacen uso de las redes sociales para descargar su ira y frustración o sus ganas de destacar en el grupo mediante amenazas, insultos, mentiras... Se trata de una extensión del bullying que ya se da en los patios de los colegios y que pasa a las redes sociales. Estas situaciones producen en el adolescente síndromes de ansiedad, disminución de la autoestima, depresión...

Vulnerabilidad de los datos

La responsabilidad de los datos introducidos en Internet pertenece a la persona que los introduce. Los datos no son solamente tus datos personales como nombre, apellidos, teléfonos, direcciones etc... Se incluyen también los comentarios que puedas hacer, por ejemplo, sobre terceras personas, experiencias que has tenido, opiniones expresadas de forma poco adecuada sobre cualquier tema, fotografías atrevidas, videos de contenido privado, etc... Cualquier contenido que añades a tu red social sin limitaciones puede ser utilizada por personas con fines no honestos.

Es cierto que las redes sociales no facilitan información a quienes no conocen los riesgos de no mantener privacidad de los datos expuestos. Algunos jóvenes pueden realizar un "strip-tease" sobre sus vidas de forma

inconsciente. Al poner una información en Internet, ésta deja de ser privada. Además los datos pueden pasar a terceras empresas o personas, escapando del poco control de la red social a la que el joven se ha adherido. Los casos más habituales son la utilización, por ejemplo de una fotografía para publicitar a otros usuarios una red social de contactos o relaciones.

Otro riesgo es el de robo de identidad, que consiste en que una persona usa tu nombre, apellidos, D.N.I. y otros datos que se puedan dejar desprotegidos para actividades poco honestas. Acostumbran a ser personas del entorno de la víctima que realizan compras u otras actividades como Bullying.

En un experimento realizado por Sophos, empresa de seguridad informática y medios de control, abrió una página en Facebook para "Freddie Staur" (anagrama de "ID Fraudster", "identidad fraudulen-

ta”), con la foto de una pequeña rana verde de plástico, que divulgó mínima información sobre ella misma. Sophos envió 200 peticiones de amistad para observar cuánta gente respondería y cuánta información personal podría ser extraída de aquellos que contestaran. Resultados de la experiencia de Sophos:

- Contestaron a Freddy 87 de 200 usuarios de Facebook, de los cuales 82 facilitaron información personal, es decir, el 41%.
- El 72% de los que contestaron divulgaron una o más direcciones de correo electrónico.
- El 84% ofrecieron detalles sobre su educación o lugar de trabajo.
- El 87% facilitaron su actual dirección o localización.
- El 23 % desvelaron a Freddy su número de teléfono sin problemas.
- El 26% facilitaron sus nombres de usuario en la mensajería instantánea.

En la mayoría de los casos, Freddy pudo tener acceso a fotos familiares o amigos de los que respondieron, información sobre gustos, aversiones, hobbies, detalles del empleado u otras facetas personales. Todo ello a un usuario que apenas se había identificado y que fue aceptado sin ningún tipo de problema por parte de los demás usuarios. En la situación actual debemos ser conscientes de que la responsabilidad de la información es tan solo de quien la introduce. Afirma Graham Cluley, Consultor Senior de Tecnología de Sophos:

“Freddy puede parecer una rana verde feliz que sólo busca amigos, pero en realidad él es feliz porque acaba de animar a 82 usuarios a facilitar detalles personales. Con sólo aceptar esta petición de amistad es poco probable que derive directamente en robo, pero sí es un activador, dando a los ciberdelincuentes muchos componentes básicos

necesarios para burlar identidades y conseguir el acceso online, o potencialmente, infiltrarse en la red de ordenadores de sus usuarios”.

Riesgos de tipo económico

Los riesgos de tipo económico son los que menos incidencia tienen en los adolescentes y jóvenes. Ya sea por que los pagos deben hacerse con tarjeta y en estas edades no hay demasiado acceso a las mismas. El principal riesgo es responder a correos que piden un número de cuenta, tarjeta o contraseña. Acostumbran a estar camuflados en correos falsos, que parecen de entidades bancarias o de organizaciones. La mejor prevención es limitar la disponibilidad de hacer pagos a través de Internet y, por supuesto, informar al joven del riesgo de dar números de tarjeta o de cuentas.

Prevenir riesgos

La mejor prevención es la comunicación y confianza con tus padres o tutores. Las personas jóvenes son de especial vulnerabilidad a los riesgos en las Redes Sociales. Una buena relación con padres o tutores, en la que se fomente la comunicación y la confianza, favorece que preguntes, pidas ayuda para cualquier situación que pueda darse ya en el mundo real como virtual.

En el caso concreto de Internet podemos establecer una serie de medidas en casa que reducen el riesgo.

EN CUANTO A LA COMUNICACIÓN:

Comparte con tus padres o tutores tus aficiones, gustos, intereses...en Internet.

- Desde tu posición de hijo/a,

trata de formar parte de las actividades y problemas del día a día en casa. Aporta soluciones a los problemas y asume las decisiones familiares para el buen funcionamiento de la convivencia.

- Informar de cualquier contratiempo o conducta inusual, molesta o sospechosa que pueda encontrar con el resto de usuarios de Internet y en la vida en general.

- Denuncia al dueño de la página o red y las autoridades pertinentes cualquier incidencia extraña.

EN CUANTO A LAS LIMITACIONES EN CASA:

- Establece unos horarios de Internet. Evita horarios nocturnos.

- Antes de usar el ordenador para el ocio asegúrate que no dejas ninguna responsabilidad doméstica de lado.

- Habla y participa en las normas y limitaciones que existen en casa para la convivencia y tu formación para llegar a ser adulto.

Prevención en la Red

- Suministra sólo información necesaria y a limitar a los amigos el acceso a los datos en las redes sociales.

- Usar un Nick y mantener la privacidad sobre la información personal. No introducir datos como número de teléfono, dirección, contraseñas o datos bancarios.

- Controlar la publicación de fotografías y videos. Mantener fotos y videos en privado y también los de la familia y amigos. Jamás enviarlas a personas desconocidas.

- No poner fotos o vídeos comprometidos, ni propios, ni de familiares, ni de amigos. Tener en cuenta que algunas redes sociales obligan a aceptar la cesión de la gestión de este material. Si se hace, no olvidar restringir el acceso a las mismas.

- Si se decide incluir información sobre gustos, aficiones o preferencias sin limitaciones, tener en cuenta que se puede sufrir un bombardeo de publicidad no deseada relacionada con los datos suministrados (correos spam).

- Las amistades “on-line” deben quedarse en el mundo virtual. No quedar con personas desconocidas y, si se plantea hacerlo, informar a tus padres de que persona se trata.

- Antes de añadir un nuevo contacto a la lista de amigos, tratar de informarse bien sobre el mismo y valora si se debe incluir o

no. Se puede preguntar al grupo de amigos más cercanos.

- No dar información sobre lugar de estudios, situación laboral, familiar o futuros planes y viajes, si no se tienen plena confianza con el otro usuario. Es preferiblemente conocerlo personalmente.

- Leer la letra pequeña de las diferentes redes sociales sobre su tratamiento de los datos privados.

- Crear cuentas de usuario específicas o limitadas por actividades que desees encontrar.

- Acostumbrarse a cerrar el navegador al finalizar.

- No automatizar el recuerdo de contraseñas en el navegador.

- Idear contraseñas de ocho caracteres como mínimo que alternen letras con números y mayúsculas con minúsculas.

- No guardar las contraseñas, números de D.N.I., números de tarjetas bancarias... en papeles o documentos que estén cerca o en el mismo ordenador.

- Cuando el remitente de un correo es una persona desconocida es mejor no abrir el correo. Puede contener virus que dañen al ordenador.

- Algunas redes ofrecen la posibilidad de utilizar tu cuenta de correo electrónico para localizar a amigos basándose en tu lista de contactos. Tener en cuenta que, si aceptas esta opción, algunas redes piden suministrar la contraseña de acceso a tu cuenta, por lo que se puede acceder a tus mensajes.

- No confiar siempre en toda la información que se encuentra en la red y especialmente en temas comprometidos. No tiene garantía de veracidad y puede tratarse de un anzuelo para captar tu interés y confianza.

- Denunciar cualquier hecho, como Bullying o suplantación de personalidad, robo de identidad, etc...tanto al dueño de la página o red social, como a las autoridades.

Al realizar compras ten en cuenta:

- No comprar en webs o páginas que no merezcan una confianza total. Siempre el enlace debe empezar por las siglas <http://>, y aparecer un candado en la parte inferior derecha del navegador.
- Es necesario verificar la acreditación comercial y bancaria (dirección web, dirección electrónica, dirección física, teléfono de contacto...) de la página donde introducimos los datos.
- Es conveniente asegurar la validez de los certificados.

Pulsando el candado, los datos que aparecen deben coincidir con la entidad solicitada.

- No hacer transacciones en ordenadores públicos o en ordenadores que no son de tu plena privacidad y confianza.
- Desactivar la opción auto-completar, sobretodo si se hace en un ordenador que no es el tuyo.
- Siempre cerrar el navegador al terminar la operación y eliminar el historial.

Utilizar una buena comunicación virtual:

- Utilizar siempre un lenguaje correcto, pero no excesivamente formal. No utilizar un argot especial, abreviaciones, ni palabrotas. Recurre a ejemplos sobre el tema que tratas. Eso añade realismo a la comu-

nicación y aumenta la intensidad y la comprensión.

- Escribir un mensaje por cada idea o tema: Los mensajes han de ser claros y breves. Evitar oraciones largas o llenas de subjuntivos, paréntesis o adjunciones. Respetar siempre los hilos de conversación. Incluir el tema del mensaje y añadirlos de forma coherente. No desviar a temas periféricos. Si quieres puedes abrir un nuevo hilo de conversación.
- Tener cuidado con los signos de puntuación. Pueden dificultar la comprensión del texto. No utilizar sólo letras mayúsculas. PARECE QUE ESTÉS CHILLANDO. Ni letras demasiado grandes. Ni quieres remarcar algo, utilizar el subrayado para una idea de partida y la negrita para una conclusión.

- Nombrar a las personas a quien contestas, argumentando en contra o a favor de sus ideas. De no hacerlo tu mensaje se convierte en monólogo. Puedes citar fragmentos de sus mensajes. Esto provoca unos vínculos más activos.
- Mantener el máximo respeto por las opiniones de los demás participantes. Argumentar siempre a favor o en contra de las ideas u opiniones, nunca de las personas, y menos, descalificar a nadie. No opinar sobre otras personas. Sí puedes hacerlo sobre sus ideas de forma constructiva. Tener mucho cuidado con las ironías. Las escritas son más difíciles de entender.
- Utilizar referencias externas como noticias u opiniones que han sido publicadas en otros medios, etc...
- Evitar repeticiones. No contestar repitiendo lo mismo que te han explicado.
- Puede ser útil tomar notas aparte de las ideas que aparecen en una conversación, para usarlas en tu contestación.
- Responder de una forma rápida, no dejar que pase demasiado tiempo sin comunicación.
- Siempre firmar al final del mensaje para indicar que se ha acabado de escribir y enmarcar el contenido del mensaje.

Aspectos positivos de las redes sociales

En la educación y formación

- Información sobre otras realidades, sobre otras personas, culturas, etc. Permite la comunicación con iguales, con personas expertas, con instituciones, etc.
- Aprendizaje de la introspección y elaboración de respuestas personales.
- Aprender a relacionarse de forma respetuosa con los demás.
- Aprendizaje de valores para la vida desde la práctica: respeto, comunicación, solidaridad, la responsabilidad, mantener límites, etc.

- Aprender a ejercer un control sobre nuestra intimidad y la de nuestras personas cercanas.
- Permite manifestar y practicar ilusiones, deseos saludables, etc.

• Fuente de información muy importante para la realización de tareas escolares o universitarias. A través de las redes sociales puedes acceder a bibliotecas, profesores, compañeros...

- Oportunidad de poder participar de una manera activa en actividades virtuales o no virtuales, trabajos...
- Practicar idiomas.
- Posibilidad de divulgar trabajos, creaciones de interés para otras personas.

• Favorecer la prevención de cualquier aspecto que pueda deteriorar nuestra calidad de vida.

- Acceder a un amplio abanico de aplicaciones educativas, información y recursos necesarios para el desarrollo de las personas.

En información general y opinión

- Obtención de información sobre temas sin desplazamientos. Las personas están mejor informadas de lo que ocurre en el mundo.
- Posibilidad de comparar informaciones sobre un mismo tema en diversas fuentes y adquirir un criterio propio. Incrementar el sentido crítico.

En ocio y relaciones personales

- Mantener relaciones que se debilitarían por causas diversas.

- Espacio de comunicación, cooperación y de formación de una comunidad con algún interés afín.

- Es una fuente de rápida, cómoda, fácil e inmediata de información de las personas con quien mantienes una relación cercana.

- Lugares para encontrar entretenimiento virtual (videos, juegos...) como no virtual (viajes, acontecimientos...)

- Posibilidad de divulgar y promocionar aspectos personales útiles socialmente.

- Posibilidad de favorecer a ciertos colectivos con riesgo de exclusión social ya sea por dificultades físicas de los usuarios, como por crear un espacio donde divulgar ideas, actividades...

- Evitar la fractura social.

- Las redes sociales ponen de manifiesto la globalidad y la complejidad del mundo actual. A

través de ellas podemos aprender a convivir en la diversidad.

La percepción de los jóvenes, según la encuesta de la Fundación Pfizer, es muy favorable al uso de las redes sociales:

“El balance de opiniones de los jóvenes españoles, de 11 a 20 años, a este respecto, es nitidamente favorable: la inmensa mayoría, nueve de cada diez, valora estas redes sociales de forma positiva (77%) o muy positiva (14%), frente a un muy reducido 3,7% que tiene una opinión negativa sobre ellas. La valoración media ponderada (en una escala de 1, equivalente a la peor valoración posible, a 5, la mejor posible), entre el conjunto de jóvenes encuestados, es de 4,01 puntos. Una media muy similar entre chicos y chicas, y algo más favorable, en general, entre los jóvenes de 14 a 20 años que entre los de 11 a 13 años”.

La valoración que podemos hacer de este nuevo modelo de comunicación es muy positiva básicamente porque rompe con muchas fronteras físicas y promueve un tipo de comunicación democrática, en la que todo el mundo tiene cabida. Acorta distancias y permite una mejor integración de las personas que pueden tener dificultades.

Lo que está claro es que Internet es como el mundo, o como las sociedades. Tiene aspectos positivos y otros negativos. Esta dualidad es la que nos puede llevar a entender que es necesario un aprendizaje, no solo para Internet, sino para la vida en general. Aprender a rechazar aquellas ofertas que no van a fomentar un desarrollo saludable. Aprender a establecer criterios sobre las actitudes que te van a beneficiar y fomentarlas, ya sea en Internet, las redes sociales, o la vida misma.

SEDES DE LAS PALMAS DE GC

SEDE INSTITUCIONAL

c/ Juan de Quesada, 10

TFNO. 928 310 333 / 928 311 471 - FAX. 928 319 458

EDIFICIO CULTURAL PONCE DE LEÓN

c/ Castillo, 6

TFNO. 928 310 333 / 928 311 471 - FAX. 928 319 458

SEDE DE ARUCAS

c/ León y Castillo, 6

TFNO. / FAX. 928 604 867

SEDE DE LA LAGUNA

Plaza de San Cristóbal, 20 2º

TFNO. 922 254 704 / 922 252 176 - FAX. 922 258 766

FUNDACIÓN **MAPFRE**
guanarteme