



DEPARTAMENTO  
DE  
PSICORIENTACIÓN

USO DE LAS REDES  
SOCIALES

Las redes sociales se han convertido en una verdadera necesidad para mantenernos comunicados e interactuar, no solo a nivel laboral si no también en la escuela.

El problema radica en el uso y riesgos al que nuestros hijos pueden estar expuesto si no se les orienta y supervisa para que hagan un buen uso de estas herramientas.



## VEAMOS ALGUNOS RIESGOS



1. Desconexión del mundo real: Abusar de las redes sociales puede llevarlos a desconectarse del mundo real. Los trastornos de adicción a las redes sociales son cada vez más frecuentes.
2. Uso indebido de fotos: En cuanto se publica una imagen en las redes sociales, ésta escapa de nuestro control. Eso quiere decir que, si no tienen cuidado, cualquiera puede verlas y usarlas.
3. Suplantación de identidad: Cualquiera puede coger la foto de perfil, el nombre y hacerse pasar por otra persona sin su consentimiento. Ha habido casos de pederastas que se hacen pasar por niños para contactar con otros niños.
4. Cyberbullying: Los acosadores aprovechan todo lo que ofrece Internet para hacerles la vida imposible a sus víctimas. Afecta a gente de todas las edades, no solo a los más pequeños.

# RECOMENDACIONES PARA DIALOGAR CON SUS HIJOS Y PREVENIR LOS RIESGOS

- LIMITA EL TIEMPO QUE PASA CONECTADO A LAS REDES SOCIALES. HAY MOMENTOS QUE DEBEN RESPETARSE SOBRE TODO A LA HORA DE ESTAR EN FAMILIA.
- AUNQUE CASI TODAS LAS REDES PIDEN UNA EDAD MÍNIMA DE ENTRADA, NO ES NINGÚN SECRETO QUE LOS NIÑOS MANEJAN LAS REDES SOCIALES. ELLOS SON LOS MÁS VULNERABLES EN INTERNET, ASÍ QUE ES NECESARIO QUE ESTÉS ATENTO Y SEPAS A QUE ESTÁ EXPUESTO TU HIJO.
- NO ACEPTAR PERSONAS QUE NO CONOCEN.
- EVITAR SUBIR IMÁGENES DEMASIADO PERSONALES O COMPROMETIDAS.
- LA SUPLANTACIÓN DE IDENTIDAD ES UN DELITO. SE DEBE DENUNCIAR LA CUENTA QUE TE ESTÉ SUPLANTANDO Y NO SOLO ANTE LA PLATAFORMA, SINO TAMBIÉN ANTE LAS AUTORIDADES.
- SI ALGUIEN LES ESTÁ ESCRIBIENDO Y ACOSANDO , LO MEJOR ES QUE LO COMUNIQUEN A SUS PADRES O ADULTO Y DEPENDIENDO DEL NIVEL DEL ACOSO DENUNCIAR.
- NO COMPARTIR CONTRASEÑAS CON SUS AMIGOS, PUEDE QUE ESA PERSONA USE SU CUENTA PARA OTROS FINES.



PERO LO MÁS IMPORTANTE ES QUE FORTALEZCAS LA COMUNICACIÓN CON TU HIJO Y ESO SE LOGRA A TRAVÉS DEL DIALOGO CONTINUO.  
DILE CUANTO LO QUIERES Y LO IMPORTANTE QUE ES PARA TI.