

Decálogo - Guía de uso responsable - TDE

Diviértete, relaciónate y aprende
de forma segura

1



2

Cuida tu privacidad. Cuidado con lo que compartes. Establece contraseñas seguras, que sean robustas, secretas y únicas

Respeto a los demás. Al otro lado hay una persona. El ciberacoso y el sexting (envío de material erótico o pornográfico) pueden tener serias repercusiones: sociales y emocionales para quienes lo sufren, y legales para quienes lo realizan

3



4

Márcate límites de uso. Un abuso puede generar problemas físicos (dolor de espalda, fatiga ocular, problemas del sueño, ...), académicos (menor concentración o rendimiento...), psíquicos (adicción, estrés...) y sociales (aislamiento, pérdida de interés...)

Establece contacto solo con personas que conoces personalmente. El grooming se produce cuando un adulto se hace pasar por menor, para chantajearle y abusar sexualmente de él.

5



6

Deja una huella positiva en la Red. En Internet nada se borra. Piensa antes de publicar.

Sé crítico. No todo lo que hay en Internet es cierto. Piensa antes de compartir

7



8

Comparte con tu familia. Tanto lo que te preocupa como lo que te interesa del mundo virtual.

Pregunta y alerta. Si ves algo que no te gusta, habla con personas de confianza. Busca apoyo y no te calles.

9



10

Dirigido a los padres. Establezca normas y ponga límites. Tenga una buena comunicación con su hijo o hija. Preste atención a cambios físicos, emocionales o del comportamiento.