

Guía para proteger nuestra seguridad y privacidad en internet y redes sociales

Esta guía tiene como finalidad enseñarnos cómo proteger nuestra seguridad y privacidad en internet y en las redes sociales así como promover el uso de las nuevas tecnologías de manera responsable y respetuosa.

Navega de forma segura por internet

Evita descargar archivos de sitios web sospechosos.

Utiliza una conexión segura (https) al navegar por sitios web de compras en línea.



Cuida tu privacidad en las redes sociales

Configura tu perfil como privado para que solo tus amigos puedan ver tus publicaciones.

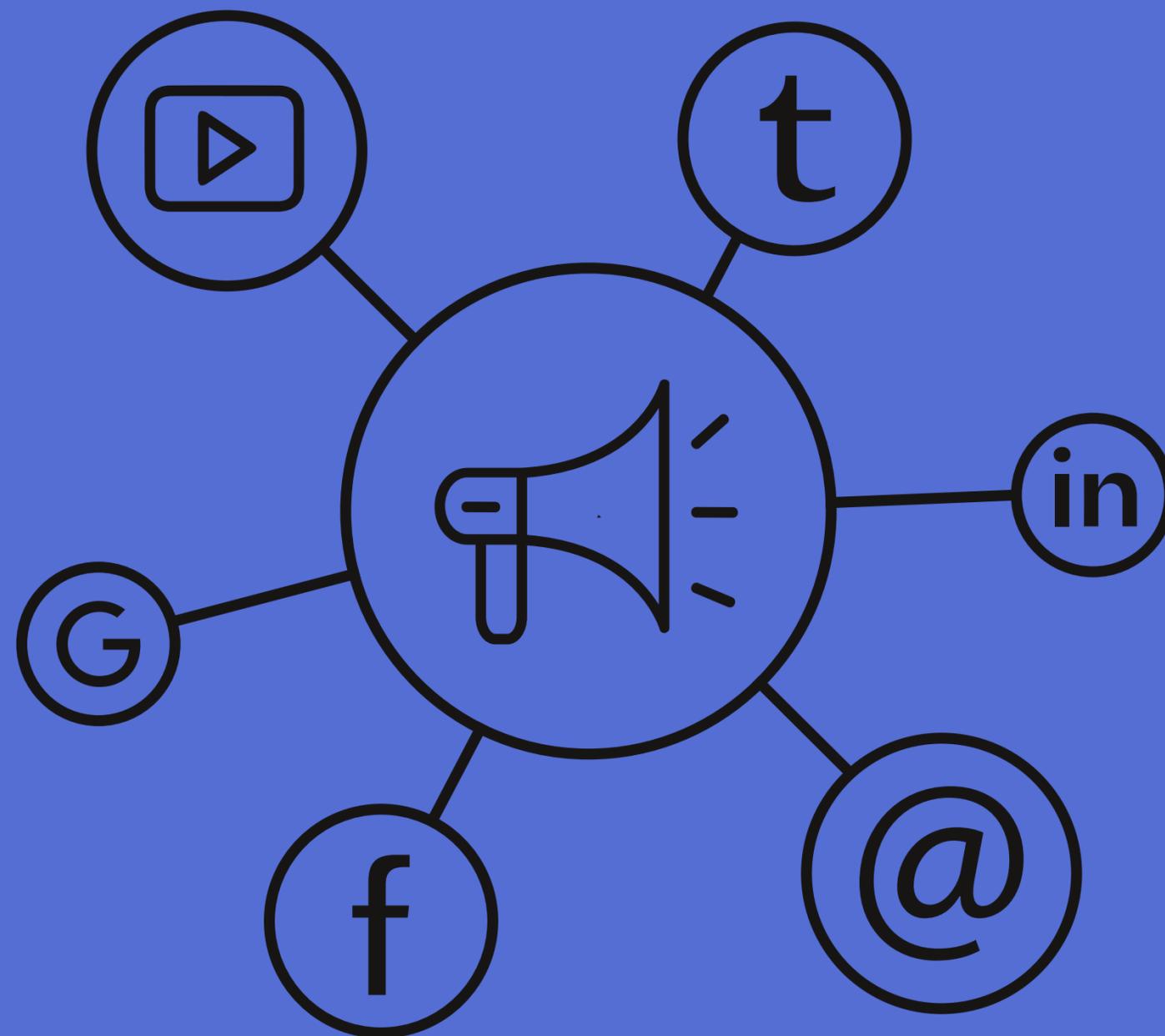
Limita la información que compartes en tu perfil de redes sociales, como tu dirección y número de teléfono.



Medidas básicas de seguridad en redes sociales

Utiliza contraseñas seguras que combinen letras, números y símbolos.

No compartas información personal con extraños en las redes sociales.



No aceptes la violencia de género digital



No toleres comportamientos violentos o sexistas en línea y denuncia cualquier comportamiento inapropiado.

Si eres víctima de violencia de género digital, busca ayuda de una organización especializada o de las autoridades competentes.

Se responsable de tus dispositivos

Mantén tus dispositivos actualizados y utiliza software antivirus para protegerlos.

No conectes tus dispositivos a redes Wi-Fi públicas no seguras.



Ten cuidado a quién prestas tus dispositivos

No prestes tus dispositivos a extraños o personas que no conoces bien.

Configura una contraseña de inicio de sesión para evitar el acceso no autorizado.



Usa contraseñas seguras y no las compartas

Crea contraseñas únicas y complejas para cada cuenta que tengas en línea.

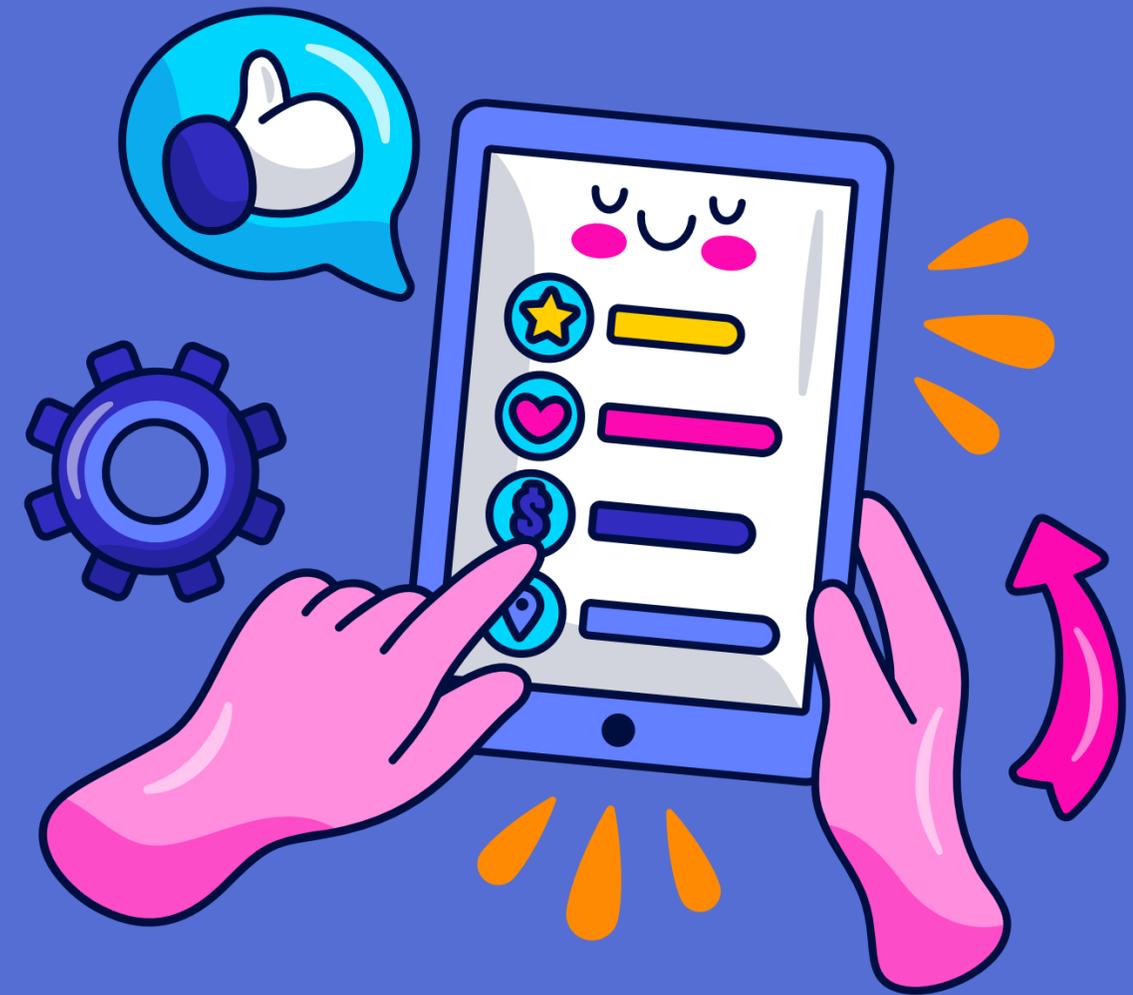
Utiliza un gestor de contraseñas para almacenar tus contraseñas de manera segura.



No chatees con desconocidos ni agregues a nadie en redes sociales que no conozcas en persona

Evita aceptar solicitudes de amistad o mensajes de desconocidos en las redes sociales.

No compartas información personal con extraños en línea.



Configura tu perfil como privado

Configura tu perfil de redes sociales como privado para que solo tus amigos puedan ver tus publicaciones.

Utiliza las opciones de privacidad para controlar quién puede ver tu perfil y tus publicaciones.



No permitas que tu pareja te espíe

Establece límites claros con tu pareja sobre la privacidad en línea.

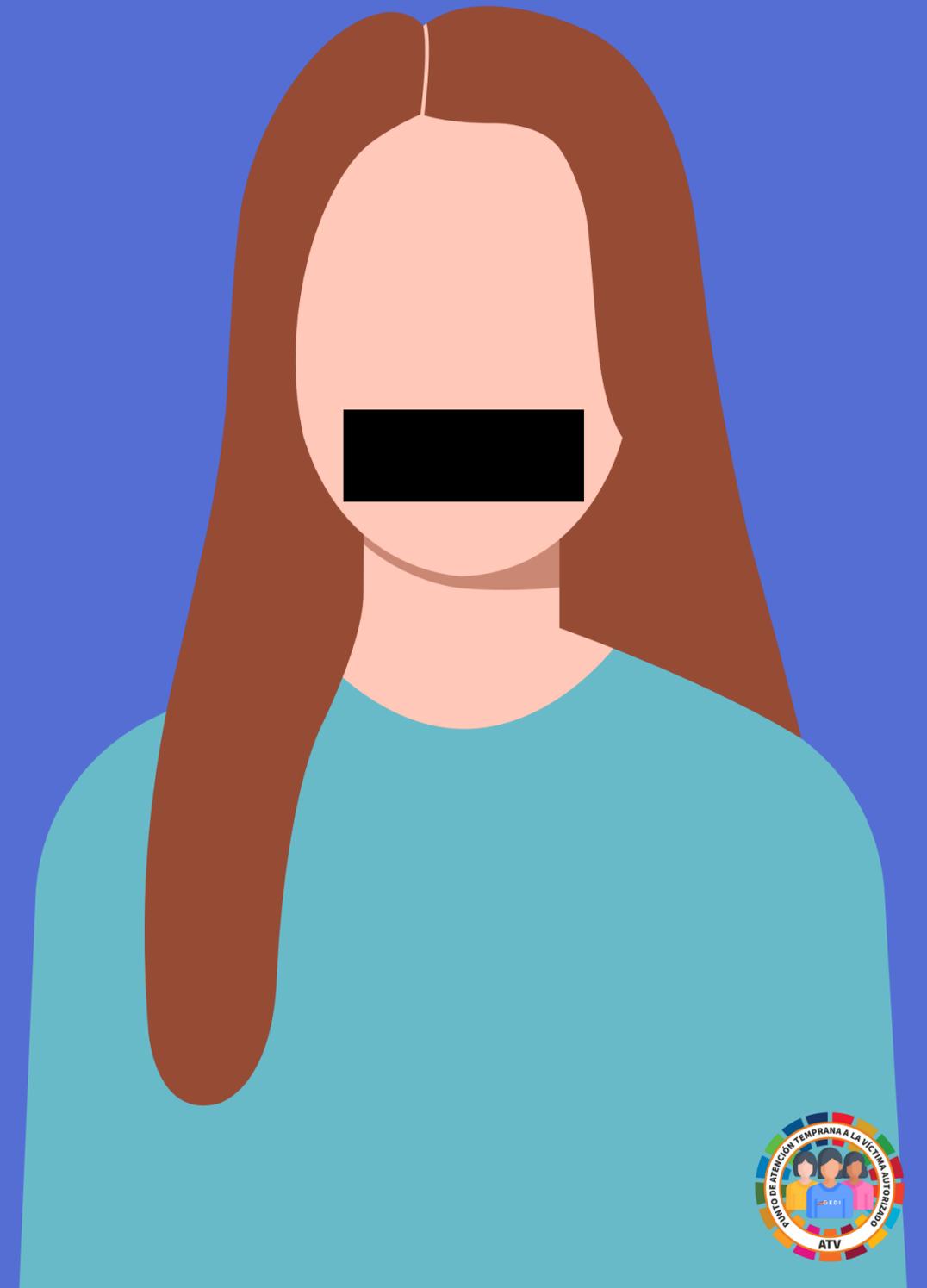
Si sospechas que tu pareja te está espiando en línea, habla con ella y busca ayuda si es necesario.



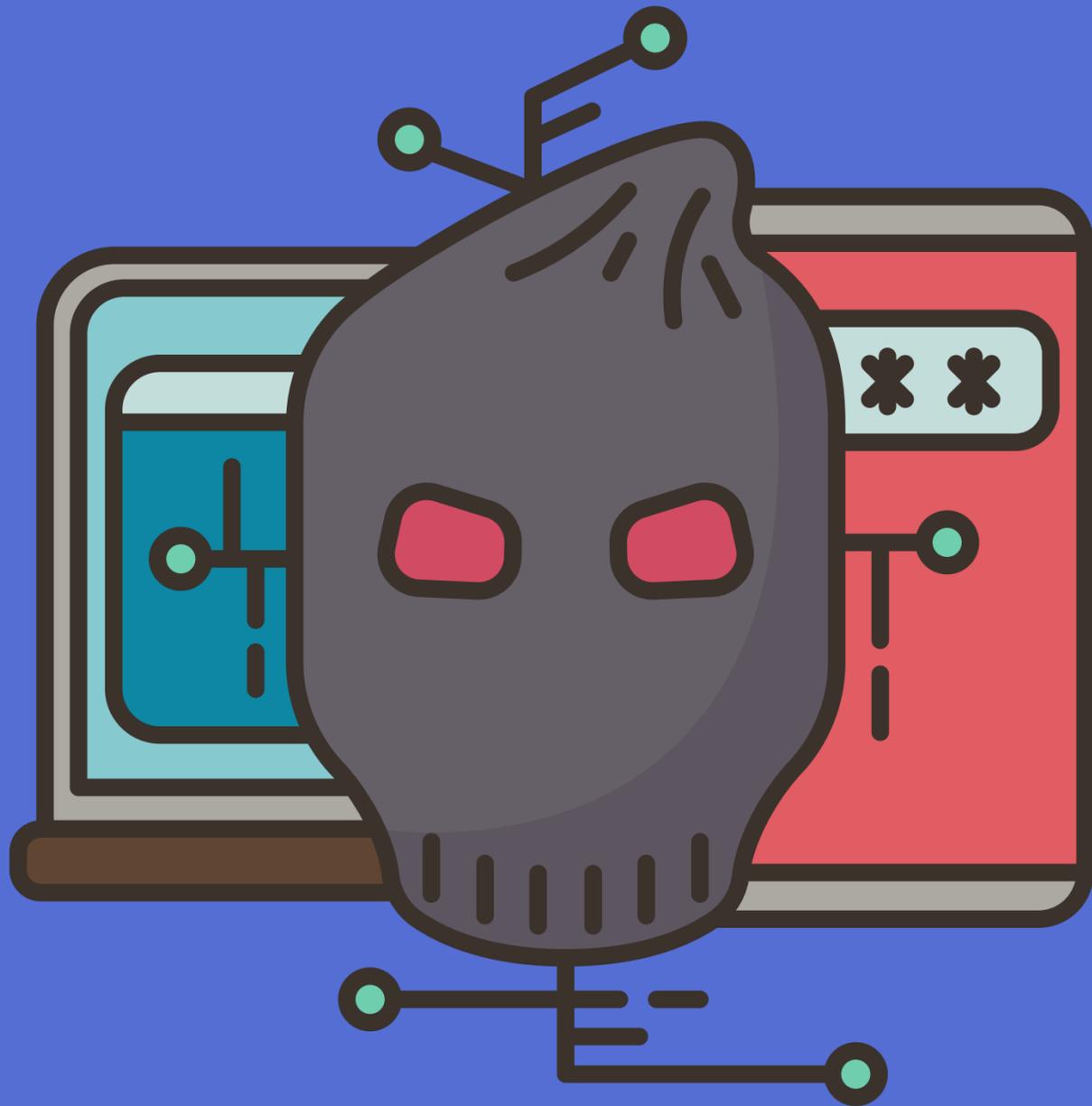
Pide ayuda si eres víctima de delitos digitales

Contacta a la policía o a una organización especializada si eres víctima de violencia de género digital (amenazas, acoso ...)

Utiliza aplicaciones de denuncia en línea (Policía, 016) para denunciar cualquier comportamiento inapropiado en las redes sociales.



No instales aplicaciones móviles desconocidas



Descarga aplicaciones solo de tiendas de aplicaciones confiables como Google Play o la App Store de Apple.

Lee las reseñas y calificaciones de la aplicación antes de descargarla para asegurarte de que es segura y confiable.

No toleres faltas de respeto y amenazas por redes sociales

Denuncia cualquier comportamiento inapropiado en las redes sociales como faltas de respeto y amenazas.

Bloquea a los usuarios que te estén molestando o acosando en línea.



Recuerda que la violencia de género digital y el ciberacoso son delitos



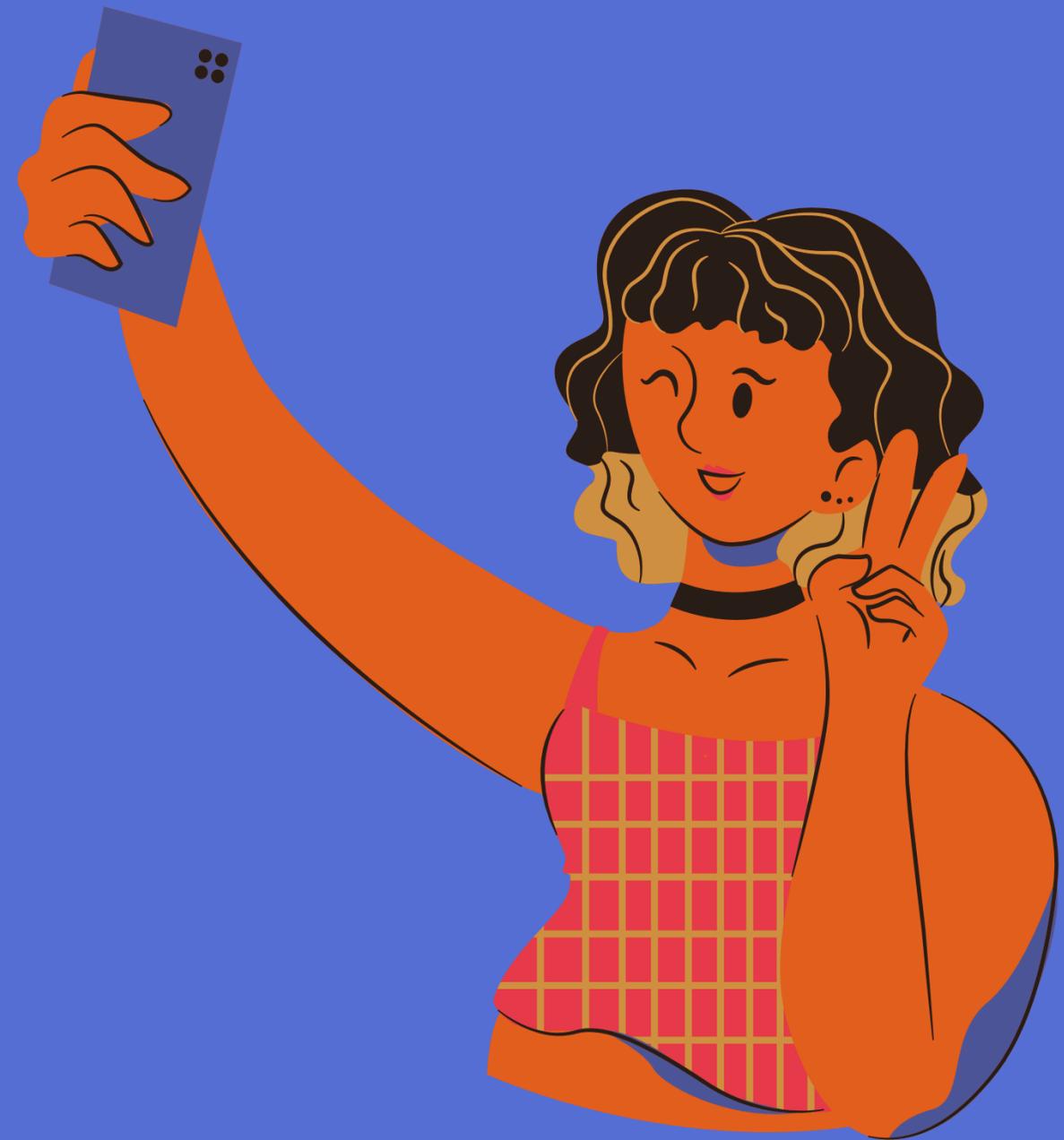
Infórmate sobre las leyes que protegen a las víctimas de violencia de género digital y ciberacoso.

Si eres víctima de violencia de género digital o ciberacoso denuncia el comportamiento y busca ayuda.

Cuando compartes una fotografía en internet pierdes el control sobre ella.

Piensa dos veces antes de publicar una foto y considera quién puede verla.

Configura la privacidad de tus redes sociales para controlar quién puede ver tus fotos.



En internet y redes sociales, RESPECTO E IGUALDAD



Evita publicar comentarios ofensivos o discriminatorios en internet y redes sociales.

Promueve la igualdad y el respeto y denuncia cualquier comportamiento inapropiado.

Si eres víctima de violencia de género digital, podemos ayudarte



653 948 651

