

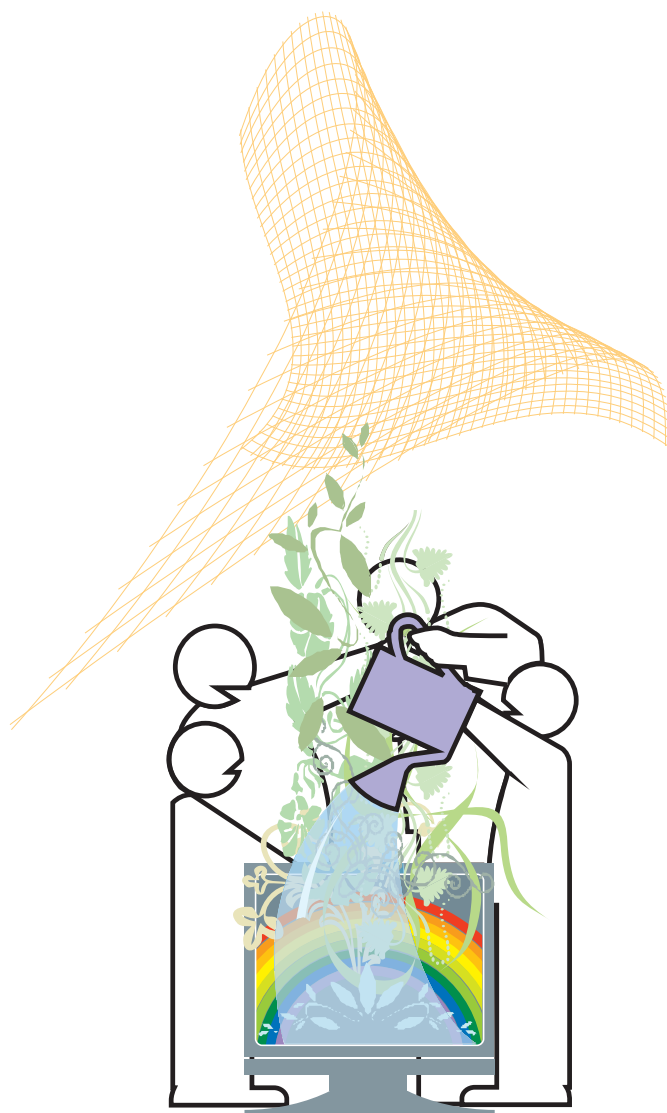
# Familia y nuevas tecnologías

“ *Cómo ayudar a los y las menores para  
que hagan un buen uso de la televisión,  
el teléfono móvil, los videojuegos e Internet* ”



# Familia y nuevas tecnologías

*Como ayudar a los y las menores para que hagan un buen uso de la televisión, el teléfono móvil, los videojuegos e Internet*



**Familia y nuevas tecnologías**

**Autor del contenido:** Javier Arza

**Edita:**

**Diseño y maquetación:** Javier Oyarzun

**Imprime:**

**Depósito Legal:** NA-0.000/2008

## Presentación

La televisión, Internet, los videojuegos, los teléfonos móviles... en definitiva, todas las *pantallas audiovisuales* que nos rodean son tecnologías que ya forman parte de nuestra vida cotidiana y familiar. Pero... ¿son buenas o malas?

No podemos responder con rotundidad a esta pregunta porque son recursos que nos ofrecen numerosas oportunidades y, a su vez, suponen algunos riesgos. Todo dependerá del uso, o del abuso, que se haga de ellos.

Esta situación se pone especialmente de manifiesto en el consumo adolescente de las pantallas audiovisuales. En este caso, son los padres y las madres quienes deben desempeñar un papel fundamental en la educación de sus hijos e hijas sobre el buen uso de estos recursos. Logrando así, que las aprovechen al máximo y minimicen los riesgos que puedan suponer.

El Consejo Audiovisual de Navarra (CoAN) y la Dirección General de Familia, Infancia y Consumo del Gobierno de Navarra, conscientes de esta situación y de las limitaciones que padecen, muchas veces, los padres y madres sobre las nuevas tecnologías, quieren ayudar a las familias en su labor educadora. Por ello hemos elaborado el presente material didáctico que se enmarca dentro de nuestra campaña "Familia y pantallas audiovisuales".

A través de estas páginas, buscamos, en primer lugar, identificar qué ventajas nos ofrecen las pantallas y qué riesgos presentan (**conocer**); animar a padres y madres a establecer normas que protejan a su familia de esos riesgos generados por un uso inadecuado de este tipo de recursos (**proteger**); y, finalmente, ayudar a crear hábitos que faciliten un uso responsable de los medios audiovisuales y las nuevas tecnologías de la comunicación (**educar**).

En concreto, en este manual encontrará distintos módulos monográficos sobre las tecnologías más habituales en su ocio: la televisión, el teléfono móvil, los videojuegos e Internet (incluyendo las redes sociales).

Desde el Consejo Audiovisual de Navarra (CoAN) y la Dirección General de Familia, Infancia y Consumo del Gobierno de Navarra creemos que con este material que les ofrecemos podremos ayudar a que desde las propias familias se construya una relación responsable, consciente y provechosa con las pantallas audiovisuales.



# Índice

<b>1. INTRODUCCIÓN: La familia ante el uso de las nuevas tecnologías por parte de los y las adolescentes.</b>	7
1.1. La importancia socializadora de la familia.	9
1.2. La importancia socializadora de la televisión y las nuevas tecnologías audiovisuales y de comunicación.	9
1.3. Potencialidades y riesgos de la televisión y las nuevas tecnologías audiovisuales y de comunicación.	9
1.4. Lo que podemos hacer desde la familia.	11
<b>2. TELEVISIÓN Y EDUCACIÓN FAMILIAR.</b>	15
2.1. La reina de los medios audiovisuales: la televisión.	17
2.2. Transformaciones en el mundo televisivo.	17
2.3. ¿Cómo influyen estas transformaciones en la relación de los y las adolescentes con la televisión?	18
2.4. ¿Qué podemos hacer padres y madres?	19
<b>3. TELÉFONOS MÓVILES Y EDUCACIÓN FAMILIAR.</b>	21
3.1. Los teléfonos móviles: cada vez <i>más móviles y menos teléfonos</i> .	23
3.2. ¿Por qué se ha extendido esta tecnología tanto entre la población juvenil, e incluso infantil?	23
3.3. ¿Cuáles son sus principales riesgos?	24
3.4. Algunas pautas de actuación para padres y madres.	25
<b>4. VIDEOJUEGOS Y EDUCACIÓN FAMILIAR.</b>	27
4.1. ¿Qué son los videojuegos?	29
4.2. ¿Son juegos para niños y niñas?	29
4.3. ¿Son todos sobre violencia?	29
4.4. ¿Por qué gustan tanto a nuestros hijos e hijas?	30
4.5. ¿Son desaconsejables para la educación de nuestros hijos e hijas?	30
4.6. ¿Cómo elegir el videojuego adecuado?	31
4.7. ¿Cuáles son esas pautas de buen uso?	31
4.8. ¿Y si no estamos presentes?	32
<b>5. INTERNET Y EDUCACIÓN FAMILIAR.</b>	33
5.1. Internet: un mundo repleto de posibilidades.	35
5.2. La incorporación de la población adolescente a Internet.	35
5.3. Principales herramientas de Internet: sus funcionalidades y sus riesgos.	36
5.4. ¿Qué podemos hacer padres y madres?	42





# 1

**INTRODUCCIÓN: La familia ante el uso de las nuevas tecnologías por parte de los y las adolescentes.**







### 1.1. La importancia socializadora de la familia.

La sociedad en la que vivimos es cada vez más compleja y, con ella, la educación familiar se ha complicado en la misma medida. No obstante, tan alejado de la realidad sería pensar que nuestros hijos e hijas pueden vivir *en una burbuja* aislada de influencias ajenas a la familia, como creer que padres y madres no tenemos nada que decir en su educación.

Es precisamente entre esos dos extremos donde debemos situarnos para ser más eficaces, siendo conscientes de que:

- *Compartimos la educación de hijos e hijas con otros agentes.*  
Si en los primeros años la influencia de la familia es prácticamente absoluta, poco a poco van incorporándose otros espacios y otras instituciones: la escuela, las amistades, los medios de comunicación,...
- *Cuanto más influencias externas existan, más sentido cobra la labor educativa de la familia.*  
Ante esta situación, se hace necesario que la familia ocupe una posición socializadora de referencia, mediando entre los diferentes espacios de influencia externa y los hijos e hijas.

### 1.2. La importancia socializadora de la televisión y las nuevas tecnologías audiovisuales y de comunicación.

Los medios audiovisuales y las nuevas tecnologías de la comunicación son precisamente uno de los canales de socialización más potentes en la actualidad. Y no lo son únicamente a través de los contenidos que transmiten, sino también a partir de las nuevas formas de establecer relaciones sociales, de acceder a informaciones, de crear contenidos, de comunicarse, en definitiva, de vivir en sociedad, que están contribuyendo a construir.

Refiriéndonos expresamente a la población adolescente, lo cierto es que han crecido rodeados de una oferta variada, inagotable y omnipresente de contenidos audiovisuales y tecnologías de la comunicación. Su pasado, su presente y, lo más importante, su futuro, está indisolublemente ligado al lenguaje, las herramientas y las funcionalidades de estas tecnologías. Que su relación presente y futura con la televisión, Internet, los teléfonos móviles y los videojuegos, sea beneficiosa o perjudicial, no dependerá de la tecnología en sí misma, sino de si como sociedad y como padres y madres somos capaces de facilitar que se conviertan en usuarios y usuarias responsables, con criterio propio.

### 1.3. Potencialidades y riesgos de la televisión y las nuevas tecnologías audiovisuales y de comunicación

La televisión y las nuevas tecnologías satisfacen necesidades informativas, culturales, relacionales y de entretenimiento. ¿Pretendemos entonces que nuestros hijos e hijas renuncien a estos recursos? Al contrario, nuestra propuesta debe consistir en que aprendan (y aprendamos) a aprovechar al máximo estos medios, evitando al mismo tiempo algunos riesgos e inconvenientes que se pueden derivar de su mal uso:

#### ■ El acceso a relaciones.

- Las nuevas tecnologías de la comunicación sirven para crear y mantener relaciones sociales (los móviles, Internet a través de los *chat*, los foros o el correo electrónico)



- Una de sus principales potencialidades consiste en la reducción de las distancias, en la ruptura de las fronteras, ya que nos podemos relacionar con personas de todo el mundo.
- Pero, al mismo tiempo que es una ventaja, esa característica se convierte en un riesgo, pues abre también las puertas a que los y las menores se comuniquen con personas que se puedan convertir en un riesgo para su adecuado proceso de maduración.

### ■ El acceso a contenidos.

- Las nuevas tecnologías y la televisión permiten un acceso sencillo y rápido a una cantidad de información inimaginable no hace muchos años.
- Muchos de estos contenidos suponen una gran oportunidad para la información, el entretenimiento y la educación. Sin embargo, también es cierto que otros contenidos pueden afectar negativamente a su proceso de maduración: por la inadecuación a su edad, por el tipo de valores que transmiten, etc.
- El caso de la violencia quizás sea uno de los más analizados. Aunque no exista unanimidad en torno a la traslación directa entre observación de escenas violentas en los medios y reproducción de esos actos en la vida real, sí que existe un mayor consenso en torno a dos consecuencias de la exposición de menores de edad a escenas violentas: la *desensibilización* (cada vez necesitan observar mayores dosis de violencia para sorprenderse) y el *cultivo* (la percepción exagerada del peligro existente en la vida real)

### ■ Uso/abuso.

- Abusar de estos medios puede tener repercusiones físicas: la obesidad causada por el sedentarismo, problemas posturales, problemas en la vista, etc.
- El abuso también reduce el tiempo dedicado a otras actividades tan importantes o más para el desarrollo y la maduración: la comunicación familiar, la lectura, las actividades al aire libre, el deporte, las relaciones sociales, las tareas escolares, etc.
- Estas tecnologías están basadas en la espectacularidad, en el ofrecimiento de un gran número de estímulos, en la inmediatez de las respuestas. Acostumbrados a ello, los y las menores con un uso abusivo pueden tener dificultades para concentrarse, por ejemplo, ante una explicación del profesorado o ante una lectura. Asimismo, puede incidir negativamente en la capacidad de implicarse en procesos que requieran esfuerzo, paciencia, perseverancia.

### ■ El riesgo de aislamiento social.

- El aislamiento social se produce cuando el aumento de horas dedicadas al consumo audiovisual va en detrimento del tiempo dedicado al cultivo de las relaciones sociales.
- En otros casos, las dificultades de relación son previas, convirtiéndose el consumo de televisión, videojuegos o Internet, en un *refugio* ante esas dificultades relacionales o de otro tipo. Un *refugio* que, lógicamente, no soluciona los problemas, sino que los oculta e incluso contribuye a incrementarlos.

Si en estos momentos hemos podido analizar potencialidades y riesgos de las *pantallas* en general, en siguientes apartados podremos referirnos a algunas especificidades de cada una de las tecnologías.

## ALGUNOS DATOS PARA LA REFLEXIÓN<sup>1</sup>

La televisión está presente en el 99,7% de los hogares españoles.

La mitad de la población menor de edad que se sienta delante de la televisión lo hace sin el acompañamiento de personas adultas.

Ver la televisión después de cenar es la actividad favorita de un 32% de la población escolar entrevistada frente al 21% que preferiría conectarse a Internet.

Más del 75% de la población escolar entrevistada tiene un móvil propio

El 44,2% de la población menor de edad consigue su primer móvil antes de los 10 años y sólo un 13% a los 15.

El 73,6% navega sin la compañía de una persona adulta y prácticamente la mitad (49,3%) afirma haber aprendido a moverse por la Red sin la orientación de una persona adulta. Sin embargo, sólo el 18,4% tiene instalado un filtro de contenidos, frente al 66,7% que posee un antivirus en su ordenador.

Un 62% de padres y madres de Navarra siente preocupación por el uso que sus hijos e hijas hacen de Internet, pero tan sólo 3 de cada 10 tiene normas de uso establecidas.

Sólo el 3,1% de la población escolar afirma no tener en casa al menos un ordenador. El 43% afirma que se conectó por primera vez a la Red cuando tenía 10 años o menos.

El uso que le dan a la Red:

- Un 52% para entrar en chats o servicios de Messenger
- Un 40% envía correos
- Un 33,7% se conecta para jugar en red

El 28,8% reconoce que se comunica con sus amistades mientras estudia con el ordenador y un 12,7% dice que hace los deberes en compañía de un televisor encendido.

El 66,6% de la población escolar entrevistada afirma que suele jugar con videojuegos.

### 1.4. Lo que podemos hacer desde la familia.

#### ■ Conocer.

Es necesario que conozcamos y entendamos los medios audiovisuales y las tecnologías de la comunicación que consumen y/o pueden llegar a consumir nuestros hijos e hijas. Es imprescindible si realmente queremos educarles en un uso responsable y protegerles de sus riesgos.

Esta labor se complica en la adolescencia. En este periodo es natural que tiendan a buscar sus propios espacios, su propia identidad, por eso suelen rechazar las *pantallas* familiares en pro de las que consideran propias. Debemos entenderlo y respetarlo, aunque sin renunciar a establecer

<sup>1</sup> Datos extraídos de la [investigación de la Facultad de Comunicación de la Universidad de Navarra](#) a cargo de Xabier Bringué y Teresa Sádaba sobre la Generación Interactiva y los datos publicados de la [encuesta de Cies sobre hábitos de uso de Internet en Navarra](#) para la asociación de Consumidores Irache.

ciertas normas que regulen su uso. No obstante, es fundamental que nos esforcemos en conocer cuáles son esas *pantallas* que consideran propias, qué buscan en ellas, qué encuentran, cómo funcionan, etc. Además, es positivo que les demostremos que *estamos al día*. De esta forma les estaremos demostrando que nos interesamos por *su mundo*. Posiblemente no nos lo reconocerán como algo positivo, pero en el fondo les llegará como una muestra de afecto y cercanía. Asimismo, les estaremos demostrando que estamos disponibles por si alguna vez tienen algún problema o dificultad con las *pantallas*. Finalmente, también es cierto que demostrar nuestros conocimientos puede incidir como una especie de necesaria limitación externa (“*no les puedo engañar tan fácilmente*”) que les haga modular sus hábitos en relación con el uso de las *pantallas*.

Para facilitar el cumplimiento de esta primera función (*conocer*), en las siguientes páginas ofrecemos información detallada sobre las diferentes *pantallas* utilizadas por la población adolescente, sus funciones, los beneficios que buscan y encuentran en ellas, sus principales riesgos, etc. Asimismo, ofrecemos diferentes direcciones de Internet en las que se puede profundizar y actualizar la información ofrecida.

## ■ Proteger.

Se trata de aplicar normas y utilizar medios tecnológicos que protejan a los hijos y las hijas de los riesgos vinculados al uso inadecuado de medios audiovisuales y tecnologías de la comunicación. Es importante que esta labor protectora comience en la infancia, con medidas como las siguientes:

- Delimitar el número de horas que pueden dedicar a la televisión y al resto de *pantallas*.
- Delimitar los horarios.
- Evitar que dispongan de televisión u ordenador en su habitación, ya que las posibilidades de supervisión se reducen.
- Delimitar la edad a la que pueden disponer de teléfono móvil.
- Definir con claridad normas respecto al tipo de programas de televisión que pueden ver o el tipo de páginas *web* a las que pueden acceder.
- Observar la clasificación de los videojuegos<sup>2</sup> antes de comprarlos.
- Poner *filtros* en Internet<sup>3</sup>.

En la medida que los hijos y las hijas van creciendo, se deben ir modificando y adaptando las normas. En la adolescencia, cuando irrumpe con especial fuerza la rebeldía, es especialmente importante que las normas sean razonadas y negociadas hasta donde sea posible. Cuando se trata con adolescentes, no debemos olvidar que, en ocasiones, la insistencia en una prohibición no hace más que incrementar el interés por traspasar ese límite que se intenta poner.

La adolescencia es también una época en la que se valora especialmente la intimidad. Por eso, antes de poner en marcha cualquier medida que la pueda invadir (por ejemplo, un programa informático que nos permita leer sus correos electrónicos o sus conversaciones de *chat*), debemos tener en cuenta que podría afectar muy negativamente a la comunicación y a la relación de confianza, tan delicada en este periodo evolutivo.

Insistimos de nuevo en que las normas deben seguir un proceso evolutivo desde la infancia. Si en la infancia, que es cuando más fácilmente podemos ejercer la autoridad, no hemos puesto ninguna norma, la negociación en la adolescencia será muchísimo más difícil.

<sup>2</sup> Ver en el apartado sobre *Videojuegos y educación familiar*.

<sup>3</sup> Ver en el apartado sobre *Internet y educación familiar*.

Finalmente, queremos recordar que la presencia, el acompañamiento y la supervisión de padres y madres, es una de las mejores estrategias de protección. Una presencia que debe amoldarse a las nuevas necesidades de intimidad y relación con el grupo de iguales que tiene el o la adolescente, pero que sigue siendo muy importante en esta fase.

En las siguientes páginas propondremos algunas pautas de protección específicas para cada una de las *pantallas* utilizadas por la población adolescente.

### ■ Educar.

Las normas son imprescindibles para proteger a los y las menores. Sin embargo, resultan insuficientes si no logramos paralelamente que aprendan a controlar su propio consumo de televisión y otras *pantallas*. Realmente, la mejor manera de protegerles (especialmente en la adolescencia) consiste en ayudarles a que comprendan el funcionamiento de estas tecnologías, a que tengan criterio para seleccionar contenidos, para detectar las manipulaciones y otros riesgos, para ser capaces de apagar las *pantallas* cuando sea oportuno, ... En definitiva, para que se conviertan en personas que consumen de manera autónoma y responsable. Para ello debemos poner en marcha diversas estrategias educativas. Por ejemplo:

- Educar a través del propio modelo. Debemos lograr que el modelo que transmitimos (nuestro propio estilo de utilización de la televisión y de otros medios audiovisuales y de comunicación) sea coherente con los objetivos que queremos lograr en nuestros hijos e hijas.
- Explicarles el sentido de las normas que se aplican en la familia en relación con los medios audiovisuales y las nuevas tecnologías de la comunicación. Aunque se rebelen y protesten contra ellas, seguro que en el fondo entienden que son necesarias.
- Especialmente en la adolescencia, y como ya hemos comentado, también tiene un gran efecto educativo su participación en la determinación, modificación y/o negociación de las normas.
- El diálogo. Cualquier espacio de diálogo con el o la adolescente es *oro*, por breve que sea. Para ello debemos crear oportunidades y prestar atención para aprovecharlas. En relación con las *pantallas*, el visionado conjunto de un capítulo de su serie favorita, un rato de *navegación* por Internet o una partida con su videojuego preferido, pueden ser momentos clave para:
  - Conocer mejor sus opiniones, gustos y reacciones.
  - Transmitir nuestras propias opiniones y gustos. Debemos tener cuidado para expresarlas de manera respetuosa. Por otro lado, si las únicas opiniones que transmitimos son críticas con sus gustos, es posible que esto afecte negativamente a la relación educativa.
  - Debatir sobre el funcionamiento de las diversas tecnologías, sus aportaciones, sus ventajas, sus inconvenientes y sus riesgos.





# 2

TELEVISIÓN Y  
EDUCACIÓN FAMILIAR.







## 2.1. La reina de los medios audiovisuales: la televisión.

De todas las tecnologías a las que nos vamos a referir en este material didáctico, la televisión es prácticamente la única que los actuales padres y madres de adolescentes han podido utilizar en su propia infancia y adolescencia. Estamos hablando entonces de una tecnología que ya ha acompañado a varias generaciones a lo largo de su vida, de una tecnología que ya tenía una notabilísima importancia e influencia en la infancia y adolescencia de las personas a las que va dirigido este material didáctico, de una tecnología que aún hoy sigue influyendo en la creación de modelos y modas, en la transmisión de valores, en la generación de estereotipos, en la socialización.

Aunque actualmente la televisión debe competir duramente con otras tecnologías que consiguen atraer la atención de la población infantil y adolescente (Internet, videojuegos y teléfonos móviles), lo cierto es que aún se sigue manteniendo como *la reina* indiscutible de los medios audiovisuales.

- Es la tecnología a la que está expuesto un mayor porcentaje de población: en prácticamente el 100% de las casas se dispone de al menos un televisor.
- Es la tecnología con la que se entra en contacto a una edad más temprana: algunos estudios señalan que cerca del 50% de niños y niñas comienzan a sentarse de forma regular ante la televisión entre los dos y los tres años de edad.
- Es la tecnología con la que un mayor porcentaje de población infantil y adolescente está en contacto a diario: algunos estudios indican que aproximadamente el 80% de la población menor de 6 años la contempla diariamente, mientras que el porcentaje supera el 90% en el caso de la población mayor de 12 años.
- Es una tecnología que está presente en todas las clases sociales y en absolutamente todas las franjas de edad. De hecho, los estudios detectan que no es precisamente la población infantil y adolescente la que más consume televisión, sino que en la adolescencia se produce un ligero descenso y posteriormente el consumo se incrementa según aumenta la edad de la población.

## 2.2. Transformaciones en el mundo televisivo.

Aunque ya hemos comentado que la televisión ha influido en nuestra propia infancia y adolescencia, lo cierto es que la televisión de hoy en día no es la misma que la de hace 15 o 20 años, y la forma de consumirla tampoco. ¿Cuáles han sido las principales transformaciones?:

- El primer cambio que queremos resaltar estuvo motivado por la incorporación de las televisiones privadas a principios de los años 90, y de las autonómicas y locales posteriormente. A partir de entonces se inició una dura lucha entre las cadenas por conseguir un mayor porcentaje de audiencia, y de ingresos publicitarios como consecuencia. El famoso *share* o cuota de pantalla se convirtió entonces en el principal criterio a la hora de diseñar la programación televisiva. Una de las consecuencias ha sido la disminución paulatina de la presencia de programación infantil y juvenil en las cadenas, que prefieren emitir programas dirigidos a una audiencia más amplia y con capacidad adquisitiva.
- La tendencia a un consumo más individual de televisión es otra de las transformaciones más importantes. Actualmente es habitual que en las casas exista más de un televisor (e incluso uno en cada habitación de la casa) Como consecuencia, cada vez es menos habitual contemplar la escena de una familia viendo conjuntamente una emisión; sino que el padre o la

madre pueden estar viendo una película en su dormitorio, el niño de 10 años una serie de dibujos animados en el salón y la hija de 14 años un *reality show* en su habitación.

- La televisión escapa de la televisión. Aunque parezca un juego de palabras, esta frase resume a la perfección otra de las transformaciones que también redundan en un consumo más individualizado de televisión. ¿A qué nos referimos? Pues a que las emisiones de televisión ya no necesitan un televisor para ser contempladas, sino que pueden ser vistas a través del ordenador<sup>4</sup>, mediante Internet, e incluso en el teléfono móvil<sup>5</sup>. De hecho, la población adolescente y juvenil considera cada vez más atractivo seguir sus series favoritas o ver escenas de determinados programas de televisión a través de alguna de las posibilidades que les brinda Internet:
  - La mayor parte de las cadenas de televisión ofrecen contenidos audiovisuales propios a través de sus páginas *web* (por ejemplo [www.rtve.es](http://www.rtve.es))
  - En *Youtube*<sup>6</sup> se pueden encontrar fragmentos seleccionados de programas o series.
  - A través de los programas de *descargas*<sup>7</sup> se puede acceder a numerosos contenidos ya emitidos en las cadenas de televisión.
  - Existen páginas *web* que permiten contemplar determinadas emisoras de televisión.
- La aparición de nuevos formatos televisivos, y la transformación de los antiguos. Si la televisión siempre ha jugado con los límites entre ficción y realidad, si la televisión ha transformado en muchas ocasiones la realidad en espectáculo, lo cierto es que en los últimos años la programación televisiva se ha poblado de formatos que vienen a dar una nueva *vuelta de tuerca* a esa tendencia. Por un lado, se han reducido las fronteras entre los géneros: los programas de ficción incorporan la publicidad en sus tramas; los informativos refuerzan sus contenidos de entretenimiento y, en algunos casos, incorporan espacios de publicidad; algunos anuncios son emitidos utilizando el mismo formato que un informativo. Por otro lado, estamos viviendo la época dorada de los programas que utilizan historias cotidianas y supuestos testimonios realistas para hacer espectáculo: los denominados *talk shows*, basados en las entrevistas a personajes anónimos que cuentan aspectos de su vida; los denominados *reality shows*, que tratan de reflejar la convivencia de personajes anónimos que son grabados por “cámaras ocultas”. En definitiva, se trata de formatos televisivos que potencian y normalizan el exhibicionismo y el *voyeurismo*.

### 2.3. ¿Cómo influyen estas transformaciones en la relación de los y las adolescentes con la televisión?

- La primera consecuencia consiste en que, debido a la reducción de la programación infantil y juvenil en las emisoras de televisión, esta población contempla cada vez más programas dirigidos a población adulta, por lo que accede a contenidos que pueden ser inadecuados para su proceso de maduración.
- Otra de las consecuencias es que el consumo más individualizado dificulta que padres y madres puedan supervisar el tipo de contenidos que sus hijos e hijas contemplan en televisión.

<sup>4</sup> Mediante un sencillo aparato que, conectado al ordenador, permite acceder a emisoras TDT.

<sup>5</sup> Es necesario contratar este servicio.

<sup>6</sup> Ver en el apartado sobre Internet y educación familiar.

<sup>7</sup> Ver en el apartado sobre Internet y educación familiar.



- Asimismo, el consumo individualizado de televisión priva a padres y madres de su principal herramienta educativa: la comunicación. El acompañamiento en el visionado de contenidos televisivos, aunque se trate de un programa que no sea totalmente adecuado para el o la adolescente, puede transformarse en una oportunidad para la relación educativa.
- La falta de acompañamiento en el visionado de contenidos televisivos se convierte en especialmente perjudicial en un momento como el actual, tan cargado de emisiones en las que se confunde la realidad con la ficción.

## 2.4. ¿Qué podemos hacer padres y madres?

En primer lugar, es importante que *estemos al día* sobre la programación televisiva: la evolución en los formatos, los contenidos que muestran, los valores que transmiten, etc. Asimismo, conviene que conozcamos la legislación relacionada con la protección de la población menor de edad en la televisión y, en general, sobre los derechos de la audiencia televisiva.

- Las cadenas de televisión deben aplicar la clasificación por edades mediante señales acústicas y/u ópticas. Además, deben evitar la emisión de contenidos de sexo o de violencia expresa o incitación a conductas antisociales en horario de protección (entre las 06:00 y las 22:00 horas) y de especial protección (de lunes a viernes entre las 08:00 y las 09:00 horas y entre las 17:00 y las 20:00 horas; sábados, domingos y determinadas fiestas, entre las 09:00 y las 12:00 horas) En el siguiente enlace a Internet se puede consultar el *Código de autorregulación sobre contenidos televisivos e infancia*:  
**[www.tvinfancia.es](http://www.tvinfancia.es)**
- Para conocer otros derechos de los usuarios de medios audiovisuales se puede consultar una guía en la página web del Consejo Audiovisual de Navarra:  
**[www.consejoaudiovisualdenavarra.es](http://www.consejoaudiovisualdenavarra.es)**
- La Oficina de Defensa de la Audiencia (ODA), del Consejo Audiovisual de Navarra, es un servicio de atención a la ciudadanía que canaliza y tramita sus consultas, quejas y sugerencias acerca de los contenidos de publicidad y programación emitidos por radio y televisión. Se puede acceder a través del teléfono gratuito **900 841 014** o bien a través de la página web:  
**<http://www.consejoaudiovisualdenavarra.es/oficina/index.htm>**

En cuanto a la protección, es necesario que se mantengan y actualicen las normas familiares que desde la infancia deben estar presentes respecto a las horas máximas de consumo televisivo, los horarios en los que se puede ver televisión y el tipo de contenidos que pueden ser visionados. Queremos hacer especial referencia a los riesgos ya mencionados sobre el consumo individualizado de televisión. Por eso, creemos que es muy importante que padres y madres reflexionen sobre las ventajas e inconvenientes que la presencia en el hogar de varios aparatos de televisión puede tener (especialmente si alguno de ellos está en la habitación del o de la adolescente) Respecto al visionado de programas de televisión a través de Internet, remitimos al apartado sobre *Internet y educación familiar*.

Refiriéndonos a la necesaria labor educativa, volvemos a insistir en que la principal herramienta disponible es el diálogo, la comunicación, y eso no se puede lograr en una casa en la que cada habitación está presidida por una televisión que emite un programa diferente.



# 3

## TELÉFONOS MÓVILES Y EDUCACIÓN FAMILIAR.





### 3.1. Los teléfonos móviles: cada vez más móviles y menos teléfonos.

Los teléfonos móviles sirven para emitir y recibir llamadas ¿no? La respuesta a esta pregunta será muy diferente dependiendo del grado de incorporación a las nuevas tecnologías de la persona que responda y también de su edad. En el caso de la población adolescente, la pregunta quizás les haga reparar en que también sirven para eso, porque realmente es una de las opciones que menos les interesa. De hecho, hace tiempo que han dejado de utilizar el término “teléfono” para referirse a estos aparatos, limitándose a denominarlos “móviles”. ¿Para qué los utilizan entonces?

- Para enviar mensajes escritos breves a sus amistades (sms)
- Para enviar mensajes multimedia a sus amistades (mms)
- Para descargarse contenidos multimedia (fotos, canciones, tonos, pequeños videojuegos,...) gratuitos o de pago.
- Para hacer fotos o pequeñas grabaciones en video.
- Para intercambiar contenidos multimedia con sus amistades a través del *bluetooth*<sup>8</sup>.
- Para participar en concursos a través del envío de sms.
- Para escuchar música (con cascos e incluso con altavoces externos)
- Para otras utilidades cotidianas: reloj, despertador, agenda, etc.

Y lo cierto es que las utilidades no van a dejar de incrementarse. Poco a poco, los avances tecnológicos están permitiendo que el teléfono móvil se convierta en un aparato en el que pueden confluir todas las nuevas tecnologías de la comunicación y la información, ya que a través de él se puede (y aún se podrá más en el futuro):

- Ver la televisión.
- Navegar por Internet.
- Jugar a videojuegos.

### 3.2. ¿Por qué se ha extendido esta tecnología tanto entre la población juvenil, e incluso la infantil?

Si a finales de los años 90 la telefonía móvil estaba limitada al mundo adulto, y específicamente al ámbito profesional, en la actualidad la penetración de esta tecnología en el mundo juvenil e infantil está siendo espectacular. Algunos estudios plantean que más del 50% de la población de 10-14 años es usuaria de la telefonía móvil, situándose en el 75% el porcentaje para la población de 14 a 16 años. La estrategia publicitaria de las compañías telefónicas para incidir sobre esta población, una vez saturado el mercado adulto, puede explicar en parte estos datos. Sin embargo, lo cierto es que su oferta ha conectado fácilmente con algunas necesidades muy presentes en la población infantil y juvenil, pero también en los padres y las madres:

- Especialmente en la población adolescente, encaja como una herramienta que facilita la respuesta a tres de sus necesidades fundamentales:

<sup>8</sup> Una tecnología incorporada a la mayor parte de los teléfonos móviles y que permite el intercambio inalámbrico de datos entre móviles que se encuentren relativamente próximos y entre móviles y ordenadores.



- Las relaciones sociales. El móvil es una herramienta que las facilita, que permite estar en contacto permanentemente con las amistades de una manera rápida, sencilla y cómoda.
  - La identidad. El móvil se ha convertido en un instrumento que facilita la construcción de una identidad personal frente al grupo de iguales y ante las personas adultas. No se trata únicamente de la marca y el modelo de móvil (que también) sino de todos los complementos que se ofrecen actualmente (carcasas intercambiables, tonos de llamada y espera, fondos de pantalla, etc.)
  - La autonomía. El móvil permite disfrutar de las nuevas tecnologías de la comunicación y la información de una manera más independiente, sin tener que negociar con el resto de miembros de la familia (como ocurre con el ordenador o la televisión de casa) y pudiendo evitar más fácilmente la supervisión de padres y madres (como ocurre con la consola)
- Paradójicamente, para padres y madres cumple una función de control, porque piensan que pueden localizar más fácilmente a sus hijos e hijas. En un momento como el actual, en el que la presencia del padre y la madre en casa es menor y, por lo tanto, la supervisión presencial se complica, el móvil cumple una función desculpabilizadora y tranquilizadora. Algunos autores denominan a esta función *correa digital*.

### 3.3. ¿Cuáles son sus principales riesgos?

El teléfono móvil es una excelente herramienta de comunicación, información y entretenimiento. Sin embargo, un uso no adecuado puede conllevar importantes riesgos, especialmente cuando se trata de personas en proceso de maduración personal y social. La mayor parte de estos riesgos son comunes a la utilización de otro tipo de *pantallas*, y por lo tanto ya han sido comentados en un apartado anterior de esta guía. No obstante, debemos añadir que todos esos riesgos se ven incrementados por el carácter móvil de este aparato, que dificulta la supervisión por parte de padres y madres, a diferencia de otras pantallas que están localizadas fundamentalmente en el hogar.

Señalaremos a continuación algunos riesgos específicos relacionados con una mala utilización de los móviles:

- Su incidencia negativa en otro tipo de actividades.

Nos referimos en este caso a las molestias (involuntarias o voluntarias) que la presencia del móvil puede provocar en el aula, en un acto cultural o social, en una reunión familiar, etc.: timbre de llamada, timbre de recepción de *sms*, etc. También puede tener una incidencia negativa que en esos espacios se manden mensajes, se atiendan llamadas o se lean mensajes recibidos.

- Su utilización en actos de acoso entre iguales.

En este caso nos referimos a la utilización de las funciones de un móvil para fines inadecuados:

- Mandar mensajes anónimos amenazantes o insultantes.
- Realizar fotografías o grabaciones y distribuirlas sin el consentimiento de las personas que aparecen en ellas.
- Distribuir fotografías o grabaciones denigrantes para las personas que aparecen en ellas.

- El descontrol en los gastos económicos.

El descontrol en los gastos puede proceder de un exceso en el número o la duración de llamadas, pero muchas veces está provocado por el envío de *sms* o la descarga de contenidos multimedia. En algunas ocasiones el usuario no es consciente del gasto que está realizando, ya que se trata de los denominados *sms plus*, que cuentan con una tarificación especial.

### 3.4. Algunas pautas de actuación para padres y madres.

Utilizaremos el esquema de funciones que planteamos en la primera parte de esta guía: *conocer*, *proteger* y *educar*.

#### ■ Conocer.

En primer lugar, padres y madres deben conocer el mundo de la telefonía móvil, sus avances, las funcionalidades de los móviles actuales, el significado que para los y las adolescentes tiene esta tecnología, los principales riesgos relacionados con su mal uso, etc. En definitiva, los contenidos que en esta guía hemos tratado de mostrar. No obstante, como la tecnología no se detiene en su evolución, es necesario que padres y madres estén en disposición de actualizar su información permanentemente. Sugerimos una dirección en Internet especializada en esta temática:

- Protégeles. Página especializada en la protección de la infancia y adolescencia frente a las nuevas tecnologías. A través de este enlace se puede acceder a un estudio sobre el uso de la telefonía por parte de niños, niñas y adolescentes.

<http://www.protegeles.org/telefonía.asp>

#### ■ Proteger.

La primera regla de protección consiste en elegir el momento adecuado para que nuestro hijo o nuestra hija disponga de teléfono móvil. Es difícil delimitar una edad que sirva para todos los casos, por lo que en cada familia es preciso que se tome una decisión adaptada al estilo familiar y al grado de maduración y responsabilidad del o de la adolescente en concreto. No obstante, también debemos tener en cuenta que se puede poner en marcha un proceso evolutivo: en una primera fase puede utilizar un teléfono móvil familiar para determinadas situaciones (una excursión, una fiesta, etc.); posteriormente puede tener un teléfono propio, pero que sigue siendo utilizado únicamente en situaciones que lo requieran; etc. Si finalmente hemos decidido que nuestro hijo o nuestra hija disponga de teléfono móvil, es necesario que pongamos en marcha algunas medidas que le protejan de los riesgos relacionados con su mal uso.

- En relación con las horas de uso.

El tiempo que dedican a estar con el móvil en casa debe estar contabilizado dentro de las horas pactadas para el uso de *pantallas*.

- En relación con los espacios de uso.

Puede ser interesante declarar *espacios libres de pantallas* (en este caso de móviles) Por ejemplo: durante el espacio dedicado a las tareas escolares, durante las comidas o reuniones familiares, durante la noche, etc.

- En relación con las funcionalidades del móvil.

Gran parte de los móviles actuales tienen conexión a Internet, por lo que surge la posibilidad de que la población usuaria menor de edad acceda a contenidos inadecuados. Una posibilidad de protección consiste en solicitar a la operadora con la que se tenga el contrato el bloqueo del acceso a internet.

- En relación con los gastos.

Los operadores móviles disponen actualmente de diferentes servicios que facilitan el control de los gastos. Por ejemplo: restricción del acceso a servicios *sms plus*, restricción del acceso a números con tarificación especial, servicio de control de consumo (avisa cuando se haya realizado un consumo mínimo de 20 euros), etc.

## ■ Educar.

Algunos riesgos únicamente podrán ser evitados si logramos, a través de una labor educativa, que nuestros hijos e hijas interioricen algunas pautas de consumo responsable. Para ello es necesario que eduquemos a través de la transmisión de mensajes y orientaciones, pero también a través de nuestro propio modelo. Asimismo, es importante que les expliquemos el sentido de las normas de protección que hemos definido en casa en relación con el uso del móvil. De esta manera también les estaremos educando para cuando sean ellos y ellas quienes tengan que definir sus propias pautas de autoprotección.

¿Cuáles son los principales mensajes que les debemos transmitir en relación con la utilización responsable del móvil?

- Relacionados con la seguridad:
  - No utilizar el móvil cuando se está cruzando una calle o conduciendo una bici o una motocicleta.
  - No facilitar el número de móvil a personas desconocidas.
- Relacionados con el respeto:
  - Apagar el móvil (o dejarlo en *modo silencio*) cuando se está en lugares que puede molestar (el instituto, actos culturales o sociales, una reunión familiar, etc.)
  - No fotografiar ni grabar a nadie sin su permiso.
  - No distribuir fotografías o grabaciones sin el permiso de las personas que aparecen en ellas.
  - No distribuir fotografías ni grabaciones que denigren a las personas que aparecen en ellas.
  - Al mandar un mensaje o una imagen, pensar primero si nos gustaría que nos la mandasen a nosotros.

# 4

## VIDEOJUEGOS Y EDUCACIÓN FAMILIAR.





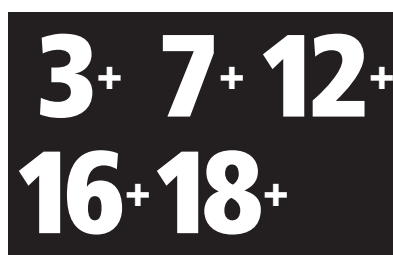
### 4.1. ¿Qué son los videojuegos?

Los videojuegos son programas informáticos de entretenimiento que pueden ser utilizados a través de diferentes canales:

- El ordenador. Pueden ser instalados a través de un CD o también se puede jugar a través de Internet<sup>9</sup>. En el caso de Internet, existe una modalidad de videojuego que permite la interacción simultánea con otras personas que estén conectadas en ese mismo momento.
- La videoconsola. Existen videoconsolas portátiles (las más conocidas son la *PSP* y la *Nintendo DS*) y de sobremesa (las más conocidas son la *Playstation*, la *Xbox* y la *Wii*) Las videoconsolas de sobremesa deben ser conectadas a una televisión.
- El teléfono móvil. En un principio se trataba de videojuegos muy sencillos, pero la ampliación en el tamaño de las pantallas y en la capacidad de almacenamiento de los nuevos aparatos está permitiendo una mayor complejidad en los juegos.

### 4.2. ¿Son juegos para niños y niñas?

No todos son para niños y niñas, como algunas personas creen. Por eso, en las cajas de los videojuegos podemos encontrar un icono en el que se indica la edad aconsejada.



Cualquier persona que acuda a una tienda de videojuegos podrá observar la gran cantidad de títulos dirigidos a mayores de 18 años que existe en el mercado.

### 4.3. ¿Son todos sobre violencia?

El mundo de los videojuegos es enormemente variado en temáticas y géneros. Analizando la siguiente tipología, podremos observar que no siempre la violencia se encuentra en el núcleo temático de los videojuegos:

- Deportes. Son juegos en los que se simula la práctica de un deporte (por ejemplo, *Fifa* o *Snowboard Supercross*) o se definen y ensayan tácticas y estrategias deportivas (por ejemplo, *Pc Fútbol*)

<sup>9</sup> Sobre este tipo de juegos *online* profundizamos en el apartado sobre *Internet y Educación Familiar*.

- Rol, estrategia y aventura. Los personajes tienen que ir tomando decisiones, asumiendo roles, definiendo estrategias, para lograr avanzar en el juego (por ejemplo, *Final Fantasy*, *Los Sims* o *Imperium*) En algunos casos, la violencia forma parte de las estrategias que se utilizan y de las decisiones que se pueden tomar en estos juegos.
- Combate. El planteamiento de estos juegos consiste en lograr vencer a los enemigos a través de diferentes técnicas de combate (por ejemplo, *Mortal Combat*)
- Plataforma. En estos juegos se debe lograr que un personaje o un objeto vaya salvando diferentes obstáculos. Según se avanza, la complejidad de las pruebas se incrementa (por ejemplo, *Mario Bros*)

#### 4.4. ¿Por qué gustan tanto a nuestros hijos e hijas?

Es evidente que el mundo de los videojuegos atrae cada día más a población infantil y adolescente. De hecho, en algunos estudios recientes se detecta un ligero descenso en el uso de la televisión, frente a un aumento en el consumo de videojuegos e Internet.

Las razones que se suelen señalar para explicar el interés por los videojuegos son las siguientes:

- Forman parte del mundo de las nuevas tecnologías, tan atractivo para la población infantil y juvenil.
- La interactividad hace que el papel de la persona que juega sea mucho más activo que en la televisión, donde el rol de espectador o espectadora es el único posible.
- A través de los dibujos, la música y las animaciones, los videojuegos logran recrear la realidad de una manera sumamente atractiva y creíble.
- Los y las guionistas logran conectar el argumento y los personajes con el mundo infantil, adolescente y juvenil.
- Los videojuegos ya se han incorporado a la cultura de niños, niñas y jóvenes, desarrollando códigos que les diferencian del mundo adulto.

#### 4.5. ¿Son desaconsejables para la educación de nuestros hijos e hijas?

En absoluto. Los videojuegos ofrecen importantes ventajas:

- Como fuente de entretenimiento.
- Como vía para establecer relaciones sociales, ya que también pueden ser practicados en compañía de amistades. Una opción puede ser que una persona juegue y las demás observen, pero también existen juegos que permiten la participación simultánea de varias personas.
- Para desarrollar habilidades manuales, de coordinación, de orientación espacial, etc.
- Para ejercitarse en la toma de decisiones y la resolución de problemas.
- Para familiarizarse con las nuevas tecnologías.

La clave está en elegir un videojuego adecuado a las características de nuestro hijo o hija y en tener presente una serie de pautas para su buen uso.



#### 4.6. ¿Cómo elegir el videojuego adecuado?

Si nos hemos planteado esta pregunta, es que vamos por el buen camino, ya que entendemos la necesidad de participar en la elección de los videojuegos que utilizan nuestros hijos e hijas.

Ya hemos comentado anteriormente que en las cajas de los videojuegos se incluye una clasificación por edades, por lo que éste debe ser un primer criterio a tener en cuenta. No obstante, también podremos encontrar en la misma caja una serie de iconos que nos informan sobre los contenidos que aparecen en el videojuego.



Si únicamente conocemos el título del videojuego, pero no disponemos de la caja, en los siguientes enlaces podemos encontrar buscadores que nos informarán sobre la clasificación de los mismos:

<http://www.aprendeyjuegaconea.com/buscador.asp>  
<http://www.pegi.info/pegi/search.do>

Otras estrategias que podemos adoptar son las siguientes:

- Solicitar el asesoramiento del personal de la tienda de videojuegos.
- Consultar algunas páginas web especializadas. Sugerimos las siguientes direcciones: [www.meristation.com](http://www.meristation.com) y [www.solojuegos.com](http://www.solojuegos.com)

Sin embargo, aunque utilicemos como referencia la información de la caja del videojuego, la opinión del personal de la tienda o la referencia de la web especializada, no debemos olvidar que el criterio más seguro para decidir qué videojuego es adecuado para nuestros hijos e hijas es el nuestro. Por ello debemos observar los contenidos reales (jugando previamente) para determinar si se transmiten valores o aparecen imágenes que sean contrarias al tipo de educación que deseamos transmitir.

#### 4.7. ¿Cuáles son esas pautas de buen uso?

Se trata de pautas que pueden ser comunes a otro tipo de pantallas:

- Evitar *automatismos*. Por ejemplo: evitar jugar en cuanto se tiene un momento libre, sin pensar en otras alternativas posibles.
- Definir espacios *libres de pantallas*. Por ejemplo: evitar que utilicen los videojuegos en espacios privados (su habitación), favoreciendo que lo hagan en espacios comunes que permitan la supervisión y el acompañamiento adulto.



- Evitar el abuso. El número de horas y el espacio temporal deben estar previamente pactados. De esta manera se podrá evitar el abuso y la interferencia en otras actividades importantes (estudio, relaciones sociales, comunicación familiar, etc.)
- Tener en cuenta una serie de medidas que eviten daños físicos: no estar más de una hora seguida delante de la pantalla; mantener una adecuada distancia respecto a la pantalla; adoptar una postura correcta para evitar daños en la espalda, etc.

#### **4.8. ¿Y si no estamos presentes?**

Es posible que en ocasiones no jueguen a videojuegos en casa. En algunos casos se tratará de espacios en los que existe la supervisión adulta y una serie de normas de protección. Por ejemplo:

- Bibliotecas.
- Centros de ocio infantil o juvenil.
- Casas de amistades en las que está presente una persona adulta que supervisa.

En otros casos puede que no exista esa supervisión:

- Ciber.
- Salas de recreativos.
- Casas de amistades en las que no está presente una persona adulta que supervisa.

A determinadas edades deberemos poner normas dirigidas a evitar la segunda opción. Sin embargo, y según se hagan mayores, la mera prohibición puede hacer aún más atractivos esos espacios. Las opciones que tenemos son las siguientes:

- Coordinación.

Contactar con las personas adultas responsables de esos espacios para conocer su opinión sobre la relación entre menores y videojuegos y transmitirles nuestra preocupación y posición ante este tema.

- Comunicación.

Mantener el diálogo con nuestro hijo o hija y tener confianza en que la educación y el modelo que le hemos transmitido le facilitará que tome las opciones más adecuadas.



# 5

## INTERNET Y EDUCACIÓN FAMILIAR.





### 5.1. Internet: un mundo repleto de posibilidades.

Internet se ha incorporado a nuestras vidas con una rapidez e intensidad espectaculares. Ha transformado (y seguirá transformando en el futuro) nuestra manera de trabajar, de estudiar, de acceder a informaciones, de comunicarnos, de realizar gestiones y de entretenernos. En el caso de la población infantil y adolescente, no se puede decir que Internet se haya incorporado a sus vidas, sino que han nacido en un mundo en el que esta tecnología ya estaba presente. En ese sentido, ya no podrían entender su vida sin la presencia de Internet.

En la medida que se han ido incorporando nuevas poblaciones usuarias a Internet, se han incrementado sus funcionalidades (o al revés) Si en sus inicios esta tecnología estaba limitada al ámbito universitario y servía únicamente para intercambiar información, en la actualidad la variedad de funciones que busca la población usuaria en Internet es enormemente variada: desde encontrar información científica, hasta entablar nuevas relaciones personales, pasando por descargar-se contenidos audiovisuales, buscar una receta de cocina, consultar la previsión meteorológica o comprar un billete de tren. En el caso de la población adolescente, y según un estudio realizado por la asociación *Protégeles* en personas usuarias de entre 10 y 17 años, la mayoría de los y las que se conectan a Internet (el 66%) lo concibe como una herramienta de ocio (para *chatear*, jugar o buscar música)

### 5.2. La incorporación de la población adolescente a Internet.

Según un estudio realizado por el INE, el 80% de la población española de entre 15 y 24 años es usuaria de Internet. En otro estudio de la asociación *Protégeles* se afirma que lo es el 60% de la población de 11 a 13 años. Por lo tanto, es indudable que la penetración de esta tecnología en la población adolescente y juvenil está siendo enorme. Pero ¿a qué puede deberse?

- En una etapa, como la adolescente, caracterizada por el descubrimiento (casi diario) de nuevas aficiones, de nuevos intereses, Internet es una herramienta que permite acceder fácilmente a contenidos e informaciones relacionadas con su nueva pasión. Además, pueden encontrar y comunicarse con personas que compartan su misma afición.
- En un periodo en el que pueden querer hacer *mil cosas a la vez*, Internet está orientado cada vez más hacia la multitarea. Por lo tanto, pueden estar simultáneamente escuchando música, jugando a un videojuego y esperando a que les contesten en un *chat*.
- La adolescencia es también una etapa en la que se priorizan las relaciones sociales. Para ello, Internet es una herramienta muy útil, ya que permite la comunicación rápida, cómoda y sencilla con el grupo más cercano de amistades, pero también con personas de cualquier parte del mundo.
- Los cambios, las transformaciones que se producen en la adolescencia, provocan muchos momentos de inseguridad y desconcierto. Las relaciones virtuales que se establecen en Internet sirven a muchos adolescentes como vía para afrontar sus miedos y sus inseguridades.
- Internet les ayuda a construirse una identidad diferenciada del mundo adulto. Por ejemplo, disfrutan cuando pueden hablar en términos incomprensibles para muchas personas adultas: "*cliké en el link de un blog y entré en un tutorial para rippear dvd,s, con lo que podré subir el archivo en divx a facebook*", podría escucharse en una conversación entre adolescentes.
- Además, Internet ha llegado a nuestras vidas en un momento caracterizado por: la existencia de familias más pequeñas y con menos tiempo para la interacción entre sus miembros;

por la reducción en la intensidad de la vida comunitaria; y por la aparición de mayores dificultades para que la población adolescente se relacione en el espacio público. Internet ha venido a ocupar este espacio ofreciendo una ventana (desde casa) al mundo de la información, del ocio y de las relaciones sociales.

### **5.3. Principales herramientas de Internet: sus funcionalidades y sus riesgos.**

Analizaremos a continuación las funcionalidades y riesgos de las herramientas de Internet más utilizadas por la población adolescente.

#### **■ Buscadores.**

##### **Sus funcionalidades.**

Es una herramienta fundamental de Internet, puesto que permite buscar y seleccionar información dentro de las miles de millones de páginas existentes en la Red. La búsqueda es realizada a partir de una palabra o frase que introducimos en el buscador (por ejemplo: "Osasuna", para poder acceder a un listado de páginas que existen en Internet relacionadas con este equipo de fútbol)

El buscador más utilizado es el denominado *google*. A través del siguiente enlace se puede acceder a su versión en castellano: [www.google.es](http://www.google.es)

##### **Sus riesgos.**

Puede ser una vía para el acceso a información inadecuada para el proceso de maduración del o de la adolescente. Este acceso puede ser voluntario o involuntario, ya que el buscador rastrea todas las páginas *web* que hagan referencia a la palabra o frase que hemos introducido. Por ello, y siguiendo con el ejemplo anterior, nos presentará el enlace a páginas *web* directamente relacionadas con el equipo de fútbol Osasuna, pero también es posible que esta palabra aparezca en páginas relacionadas con otros contenidos que consideremos inadecuados.

Otro de los riesgos reside en el acceso a información errónea. No toda la información que aparece en Internet es veraz, ya que en muchos casos no pasa por ningún filtro que garantice su rigor y calidad.

#### **■ Correo electrónico.**

##### **Sus funcionalidades.**

El correo electrónico o *e-mail*, es una herramienta que permite enviar y recibir mensajes escritos de manera inmediata. Además, si se cuenta con una conexión de banda ancha a Internet, se pueden adjuntar grandes documentos al mensaje. Para que una persona pueda enviar un correo a otra, ambas deben tener una dirección de correo electrónico. Normalmente la dirección es facilitada por el proveedor de Internet que se tenga contratado. De esta forma, una dirección habitual puede estar compuesta por el nombre de la persona y el nombre de la empresa proveedora, conectados por el símbolo @ (por ejemplo [fulano@mundoweb.es](mailto:fulano@mundoweb.es)) Lo más habitual es que el correo electrónico sea gestionado a través de algún programa informático destinado a este fin. El más frecuente es el denominado *Outlook Express* que viene incorporado con el sistema ope-



rativo *Windows* (el más extendido actualmente) También existen las denominadas direcciones de correo electrónico gratuitas. Estas direcciones no están vinculadas a un contrato con una empresa proveedora y cuentan con algunas limitaciones respecto a las anteriores (reducción en la cantidad de información que se puede mandar o recibir, el correo sólo puede ser gestionado a través de la *web* propia del proveedor, etc.) La mayoría de los y las adolescentes utilizan direcciones de correo gratuitas. Las más habituales son las denominadas *hotmail* (<http://es.msn.com/>) y *gmail* ([www.google.es](http://www.google.es))

### **Sus riesgos.**

La posibilidad de recibir correos *spam* (correos *basura*) Se trata de correos masivos que, en muchos casos, publicitan productos o servicios ilegales y/o fraudulentos.

El correo electrónico puede ser utilizado como una vía para el acoso, enviando mensajes amenazantes o insultantes.

### ■ **Foros.**

#### **Sus funcionalidades.**

Es una herramienta que permite el debate y el intercambio de información en la Red. Normalmente cada foro está especializado en una temática, que puede ser amplia (la música, el deporte, la política, etc.) o muy específica (un grupo de música determinado, un videojuego en concreto, una serie de televisión, etc.) En los foros se puede participar como *invitado* o como *usuario registrado*. En el segundo caso es necesario facilitar algunos datos personales (como mínimo el correo electrónico) En ambas modalidades, en el foro no aparece ningún dato personal, sino que cada persona usuaria se asigna un seudónimo o *nick* que le identifique.

Cada foro suele tener sus normas de funcionamiento (respecto a los temas que se pueden tratar, el lenguaje a utilizar, etc.) y cuenta con varias figuras que regulan su funcionamiento:

- **Administrador.** Es la única persona que puede eliminar o modificar mensajes que incumplan las normas de funcionamiento del foro. También puede bloquear el acceso a personas que estén realizando un uso inadecuado del foro: los denominados *trol*, que son personas que entran en foros para molestar e interrumpir su funcionamiento, las personas que se registran varias veces con *nick* distintos para reforzar sus planteamientos, etc.
- **Moderador.** Es la persona que se encarga de animar y reconducir el debate.

Los foros funcionan como una especie de *tablón* en el que se van *colgando* mensajes. Para facilitar el seguimiento del debate, los mensajes están organizados por temas. Por ejemplo, si el foro es sobre el Osasuna, podría haber los siguientes temas: *los nuevos fichajes*, *la pretemporada*, *¿te gusta la nueva camiseta?*, etc. Los temas suelen ser abiertos por el administrador o el moderador, pero en algunos foros también pueden ser abiertos por usuarios.

En el siguiente enlace se puede acceder a un foro sobre Internet para padres y madres:  
<http://www.ciberfamilias.com/foro/viewforum.php?f=1&sid=ab264d09ce9ea87e8111dcb7ac308953>

### **Sus riesgos.**

Los foros suelen informar sobre su temática y acerca de la población a la que se dirigen, pero no cuentan con restricciones eficaces de acceso. En ese sentido, es fácil que una persona menor de



edad entre en foros para población adulta (presentándose como mayor de edad ante el resto de personas usuarias) y es sencillo que una persona adulta pueda acceder a un foro para menores de edad (presentándose como un adolescente ante el resto de usuarios y usuarias) Esta circunstancia se agrava en aquellos foros que no disponen de moderadores que velen por el cumplimiento de sus normas y administradores que expulsen a las personas que las incumplan. Por ello, el principal riesgo de los foros reside en la posibilidad de acceder a contenidos y a relaciones inadecuadas para el proceso de maduración del o de la adolescente.

## ■ Chat.

### Sus funcionalidades.

*Chat* o *cibercharla* es una herramienta que permite la comunicación en tiempo real entre dos o más personas que se encuentren conectadas en ese mismo momento a Internet en cualquier parte del mundo. Al igual que en los foros, se utilizan seudónimos o *nick* para identificarse en el *chat*.

Una modalidad de *chat* son los asociados a páginas *web*. Están abiertos a que cualquier persona que lo desee participe. No obstante, la temática de la *web* en la que esté alojado delimita en cierta medida las edades, estilo y gustos de las personas que participan. Además, en algunos *chat* existen normas de funcionamiento y administradores que vigilan su cumplimiento. En este tipo de *chat* se puede participar en una conversación general con todas las personas que estén conectadas en el momento que accedemos, pero también existe la opción de invitar a alguna de estas personas a una conversación privada de *chat*.

Existe otro tipo de *chat* con una mayor limitación en cuanto a las personas que pueden participar. En este caso, únicamente pueden acceder a la línea de conversación personas a las que el usuario o usuaria invite expresamente y que acepten la invitación. El más utilizado es el denominado *Messenger*. Para utilizarlo es necesario descargar en el ordenador un programa informático gratuito desde la siguiente página web: <http://es.msn.com/> Asimismo, es preciso disponer de una dirección de correo electrónico *hotmail* y que también la tengan las personas con las que se va a *chatear*.

Si se dispone de una cámara de video conectada al ordenador, también se puede acceder a *video-chat*.

En el siguiente enlace se puede acceder a un *chat* sobre Internet para padres y madres: <http://www.ciberfamilias.com/contchat.php>

### Sus riesgos.

El principal riesgo de los *chat* consiste en la posibilidad de acceso a conversaciones y relaciones inadecuadas para el proceso de maduración del o de la adolescente. Al igual que ocurre con los foros, las dificultades para comprobar quién está realmente detrás del seudónimo o *nick*, es una de las principales causas de sus riesgos. Por eso, aquellos *chat* en los que la persona usuaria autoriza quién entra en la conversación (*Messenger*, por ejemplo), son los más seguros.

## ■ Blogs.

### Sus funcionalidades.

Es una página web en la que su administrador o administradores (*blogueros*) van incorporando textos o artículos. Los textos aparecen en el blog de manera cronológica, desde el más reciente al más antiguo.

Algunos *blog* están diseñados como si fueran un diario personal en el que el *bloguero* va relatando aspectos sobre su vida. Otros están orientados a recoger las opiniones del *bloguero* sobre diferentes aspectos de la sociedad. En otros casos los textos están centrados en una temática específica. También existen *blog* que no se limitan a recoger textos del autor o autora, sino que ofrecen artículos extraídos de otras fuentes.

Los *blog* permiten que lectores y lectoras escriban comentarios sobre cada artículo, por lo que se puede entablar un diálogo entre el *bloguero* y el público lector.

Los programas para diseñar y mantener *blog* se han simplificado y abaratado hasta tal punto que cualquier persona con unos conocimientos básicos sobre informática puede editar hoy en día su propio *blog*.

En el siguiente enlace se puede acceder a un buscador de *blog*: <http://www.google.com/blogsearch?hl=es> Como ejemplo de *blog* podemos visitar *Microsiervos* (<http://www.microsiervos.com/>) Es el *blog* en castellano considerado más influyente en el mundo. Es editado por 3 amigos y está centrado fundamentalmente en ciencia y nuevas tecnologías.

### Sus riesgos.

Actualmente existen en la Red millones de *blog* sobre todos los temas que se puedan imaginar. De nuevo, la facilidad para acceder a ellos, implica que la población adolescente pueda ponerse en contacto con contenidos que sean perjudiciales para su proceso de maduración.

## ■ YouTube.

### Sus funcionalidades.

Es una página *web* que permite el intercambio gratuito de vídeos digitales breves. Pueden ser vídeos realizados por la propia persona que introduce la grabación en *YouTube*, o vídeos copiados de la televisión o de un DVD (videoclips musicales, extractos de programas de televisión, anuncios, secuencias de películas, etc.) En cuanto a la primera modalidad, la calidad de la grabación puede ser muy variada: desde un vídeo casero grabado incluso con el teléfono móvil, hasta una grabación profesional realizada por un grupo musical que se quiere promocionar e incluso por un partido político que quiere difundir su mensaje.

En *YouTube* está limitada la inclusión de vídeos pornográficos. Asimismo, existen unas normas sobre el tipo de contenidos que se pueden introducir y una herramienta para la denuncia de estas infracciones por parte de las personas usuarias del servicio. Si se detecta alguna infracción (por parte de los administradores o a partir de una denuncia) el vídeo puede ser retirado.

A los vídeos de *YouTube* se puede acceder a través de su página *web* (<http://es.youtube.com/>), en la que se puede encontrar una serie de vídeos seleccionados y un buscador para acceder a grabaciones a través de su título o de palabras clave. No obstante, otra vía de acceso cada vez



más frecuente son los enlaces que aparecen en diferentes *blog* y páginas *web* que recomiendan determinados vídeos.

### **Sus riesgos.**

Aunque *YouTube* limite la inclusión de vídeos claramente pornográficos o disponga de medidas para la eliminación de grabaciones que incumplan sus normas, lo cierto es que aún se pueden encontrar contenidos inadecuados para el proceso de maduración de un o una adolescente.

## ■ **Redes sociales.**

### **Sus funcionalidades.**

Son sitios *web* que permiten la creación de grandes comunidades virtuales (por ejemplo, la red *facebook* cuenta con 70 millones de personas usuarias y *myspace* con 200 millones) Para crearlas, un número inicial de participantes envía mensajes de correo electrónico a miembros de su propia red social invitándoles a unirse a la comunidad. Los nuevos participantes repiten el proceso, creciendo el número total de miembros.

Las páginas *web* de las redes sociales ofrecen diferentes funciones:

- **Buscar personas.** Se pueden buscar antiguas amistades con las que se perdió el contacto o personas con características similares para establecer nuevas relaciones.
- **Crear grupos virtuales** dentro de la red social con personas que tengan intereses similares. Estos grupos pueden servir para comunicarse, intercambiar información, desarrollar tareas conjuntamente, etc.
- **Perfil.** Cada persona usuaria puede ofrecer información sobre sus características personales, aficiones, intereses, etc. Además puede *colgar* fotos, vídeos o documentos para ponerlos a disposición de todos los miembros de la red social o únicamente de las personas que dispongan de un determinado perfil. Las personas que visitan nuestro perfil pueden incorporar mensajes a modo de libro de visitas.

Resumiremos a continuación las características básicas de las redes sociales más visitadas en la actualidad:

- **Facebook.** Comenzó como una red social para estudiantes de enseñanzas superiores de Estados Unidos, pero actualmente se ha abierto a cualquier tipo de usuario de Internet y cuenta con una versión en castellano. <http://es.facebook.com/>
- **Tuenti.** Es considerada el *facebook* español. Es una red social a la que sólo se accede mediante la invitación de un miembro anteriormente registrado. Llega a una población más joven que *facebook*. [www.tuenti.com](http://www.tuenti.com)
- **Flickr.** Especializada en el intercambio de fotos y vídeos. [www.flickr.com](http://www.flickr.com)
- **Hi 5 (hi-five)** Es una red social especialmente extendida en América Latina. <http://hi5.com/>
- **Fotolog.** En este tipo de red cada usuario incorpora fotos que el resto de usuarios puede comentar. Una versión muy utilizada actualmente por adolescentes es *metroflog*: [www.metroflog.com](http://www.metroflog.com)
- **Myspace.** Comenzó siendo una red social utilizada sobre todo por artistas que deseaban dar a conocer su obra, pero en la actualidad su público y funcionalidades se han ampliado notablemente. [www.myspace.com](http://www.myspace.com)

### **Sus riesgos.**

De nuevo las potencialidades de esta herramienta (facilitar el establecimiento de relaciones sociales y el intercambio de información) se pueden convertir también en un riesgo para personas en proceso de maduración personal y social, puesto que pueden no saber seleccionar y gestionar adecuadamente la información y las relaciones. Asimismo, se suele señalar que un manejo no adecuado del *perfil* puede implicar la difusión de datos confidenciales que podrían ser utilizados de manera inapropiada por otras personas.

### ■ **Juegos en línea.**

#### **Sus funcionalidades.**

Podemos distinguir cuatro tipos de juegos en línea:

- Minijuegos. Son sencillos videojuegos gratuitos disponibles en páginas *web* especializadas: [www.videojuegos.com](http://www.videojuegos.com), [www.minijuegos.com](http://www.minijuegos.com) o [www.minijuegos.es](http://www.minijuegos.es)
- Juegos publicitarios o *advergames*. Son sencillos videojuegos gratuitos dirigidos a promocionar una marca o un producto. Suelen estar presentes en los sitios *web* de la empresa.
- Juegos en red. Cada vez es más habitual que los videojuegos (tanto para ordenador como para videoconsola) tengan la opción de juego a través de Internet. En la mayor parte de los casos se trata de juegos de combate, aunque también son muy populares los de deportes.
- Juegos masivos multijugador. Dos son las características diferenciadoras de este tipo de juegos: participan miles de personas en un sólo juego (por ejemplo, el *World of Warcraft* cuenta con 6 millones de personas suscriptoras en el mundo) y el juego es persistente, es decir, continúa aunque un determinado jugador lo deje. Suelen ser juegos de estrategia y de *rol*.

Recientemente se ha creado el código PEGI<sup>10</sup> *online* para clasificar por contenidos y edades los juegos *en línea*. El código se ha generalizado en los *juegos en red*, pero todavía es escasa su presencia en los *juegos masivos multijugador* y prácticamente inexistente en los *minijuegos*.

### **Sus riesgos.**

En relación con los *minijuegos*, el principal riesgo consiste en que algunas páginas *web* que los contienen presentan los juegos sin ningún tipo de clasificación por edades. Así, se puede encontrar un inocente juego de cartas junto a otro que te propone convertirte en traficante de drogas, armas y mujeres.

Los *juegos en red* y *multijugador* conllevan el riesgo de abrir las puertas a relaciones que podrían ser inadecuadas para el proceso madurativo del o de la adolescente.

### ■ **Descargas.**

#### **Sus funcionalidades.**

Una de las funciones de Internet más apreciadas por la población adolescente es la *descarga* de contenidos audiovisuales y programas informáticos. Estas descargas pueden ser de pago o gratuitas. En el primer caso, la página más utilizada es *iTunes*, la tienda virtual de la compañía *Apple*.

<sup>10</sup> Ver en el apartado *Videojuegos y educación familiar*.



Para acceder a ella es necesario descargarse un programa gratuito en la siguiente dirección:

<http://www.apple.com/es/itunes/download/>

En la tienda virtual *iTunes* se pueden comprar (facilitando un número de tarjeta de crédito) canciones, discos, juegos, aplicaciones informáticas y, próximamente, películas. Estos contenidos audiovisuales son descargados inmediatamente en el ordenador personal. En el caso de las descargas gratuitas, existen en Internet numerosos programas informáticos que utilizan la denominada tecnología *P2P* (*Peer to Peer*, en inglés) Esta tecnología permite el intercambio de todo tipo de contenidos audiovisuales y programas informáticos a través de la creación de amplias redes de ordenadores personales conectados a Internet a través de la banda ancha. Para conectarse es necesario descargarse de Internet el programa informático que deseemos utilizar (los más utilizados son los denominados *bittorrent*, *kazaa* y *emule*) Una vez instalado, se puede acceder gratuitamente a todas las películas, canciones, discos, vídeos y programas informáticos presentes en esa red. A la vez, se pone a disposición del resto de usuarios y usuarias los archivos que se desee compartir. Cuantas más personas participen en la red, mayor cantidad de contenidos se pueden compartir y mayor será la velocidad de intercambio. En la actualidad existe cierta polémica sobre la legalidad de estos programas de intercambio. Mientras que en algunos países se han puesto en marcha medidas para limitarlos, ya que se cree atentan contra la propiedad intelectual, en nuestro país son legales mientras se trate del intercambio de copias privadas sin fin de lucro.

### **Sus riesgos.**

El principal riesgo consiste en el acceso a contenidos inadecuados. Aunque se han incorporado algunas medidas para dificultar el acceso de menores a contenidos pornográficos (es necesario facilitar la numeración de una tarjeta de crédito para acceder a ellos), lo cierto es que circulan por estas redes contenidos inadecuados para menores de edad e incluso contenidos ilegales. Lo más grave es que, en muchos casos, estos contenidos aparecen bajo el título de películas de estreno o series famosas, con lo que pueden ser descargados por error. Por otro lado, el acceso a películas clasificadas para mayores de 18 años (y que no sean pornográficas) no cuenta con ninguna limitación en estos programas de intercambio.

## ***5.4. ¿Qué podemos hacer padres y madres?***

Utilizaremos el esquema de funciones que planteamos en la primera parte de esta guía: conocer, proteger y educar.

### **■ Conocer.**

En el anterior apartado hemos incorporado abundante información que puede permitir a padres y madres conocer las funcionalidades, y también los riesgos, de las principales herramientas utilizadas en Internet por la población adolescente. No obstante, para ampliar y mantener actualizada la información, facilitamos las siguientes direcciones web:

<http://www.ciberfamilias.com/index.htm>

<http://www.Internetsegura.net/>

<http://www.menorenlared.com>

### **■ Proteger.**

#### ***Definición y negociación de normas protectoras.***

Afirmamos con claridad la necesidad de implantar normas protectoras en la etapa de la adolescencia. No obstante, creemos que no es posible definir normas universales, normas que sirvan

para todos los casos. La concreción de la norma en cada familia, en cada adolescente, dependerá de diferentes factores:

- Los valores propios de cada familia.
- La edad del o de la adolescente.
- El grado de maduración, autocontrol y responsabilidad del o de la adolescente.
- El tipo de normas que se hayan ido estableciendo anteriormente en relación con las *pantallas*.

Teniendo en cuenta todos esos factores, será necesario definir y negociar normas relacionadas fundamentalmente con los siguientes aspectos:

- El número de horas que se pueden emplear diariamente o semanalmente en Internet. No olvidemos que al definirlo debemos tener en cuenta también el número de horas que se dedican al resto de *pantallas*.
- El espacio en el que se ubica el ordenador con conexión a Internet. Si es situado en la habitación del o de la adolescente, las posibilidades de supervisión disminuyen. Además, será más complicado que podamos compartir con él o ella la navegación y, asimismo, impedimos que se ejercite en una importante capacidad: la negociación con el resto de miembros de la familia en torno a la utilización de Internet. Si debe ser situado en la habitación, una posibilidad que se puede contemplar es la de colocar la pantalla de manera que pueda ser observada nada más entrar en la misma.

Al tratarse de adolescentes, es fundamental que nos esforcemos en explicar el sentido de las normas. La descripción que hemos hecho al inicio de este material didáctico sobre los riesgos de las *pantallas*, podría servirnos para argumentar la necesidad de las normas protectoras.

### ***Incorporación de tecnología protectora.***

Actualmente existen programas informáticos que sirven para poner diferentes límites en el funcionamiento de Internet. El tipo y la intensidad de los límites que pongamos tendrá que ser definida a partir del análisis de los mismos factores a los que ya hemos hecho referencia en el anterior apartado. Analizaremos a continuación dos de estos programas:

- Los *antivirus*. Son programas que evitan la entrada de programas *maliciosos* (también denominados *virus*) que podrían afectar muy negativamente al funcionamiento del ordenador. También pueden bloquear la entrada de correos *spam* y la activación de los denominados *pop-ups*, ventanas que se abren en nuestro ordenador para publicitar páginas *web* (en algunos casos relacionadas con servicios para adultos) Lo más adecuado es instalar en nuestro ordenador un antivirus que se actualice automáticamente a través de Internet.
- Los *filtros*. Son programas que nos permiten definir el tipo de contenidos cuyo acceso deseamos bloquear (por ejemplo, páginas *web* sobre pornografía) También pueden bloquear el acceso a *chat* o correo electrónico. En algunos casos permiten limitar el tiempo de *navegación*. A través de estos programas podemos configurar varias cuentas de acceso a Internet (con sus respectivas contraseñas): una puede ser para las personas adultas (sin bloqueo de contenidos); otra para un niño de 6 años (con el bloqueo de los contenidos que hayamos definido); otra para un adolescente de 16 años (con otro tipo de bloqueo de contenidos) Actualmente existe una amplia oferta en el mercado. Señalaremos los enlaces a alguna de ellas:
  - Microsoft. <http://join.msn.com/premium/FAQ>
  - Optenet. <http://www.optenet.com/es/pcsolutions.asp>
  - Telefónica. [http://www.telefonicaonline.com/qx/faq/faqscanguro\\_generales.htm](http://www.telefonicaonline.com/qx/faq/faqscanguro_generales.htm)

Asimismo, muchos programas antivirus cuentan también con un sistema de filtrado incorporado.

En este caso también será necesario que nos esforcemos en explicar las razones por las que es necesario instalar estos programas informáticos.

### ■ Educar.

Como hemos venido insistiendo en este material didáctico, las mejores herramientas que tenemos para favorecer un consumo de *pantallas* autónomo y responsable son las siguientes: nuestro propio ejemplo, la negociación y el razonamiento de las normas y el diálogo. En relación con el diálogo, debemos crear ocasiones, oportunidades para establecer conversaciones sobre Internet. Por ejemplo: ¿por qué no nos abrimos una cuenta de *Messenger* y *chateamos* con nuestro hijo o nuestra hija?, ¿por qué no nos creamos un perfil en *facebook* y conversamos sobre lo que encontramos en la Red?, ¿por qué no le pedimos que nos busque en *YouTube* un vídeo sobre nuestro grupo de música favorito? En el marco de esas conversaciones, es importante que incorporemos algunos mensajes que les ayudarán a saber desenvolverse con mayor seguridad en la Red:

- Tomar medidas para preservar la intimidad. Por ejemplo: utilizar una dirección de correo gratuita para registrarse en páginas o para facilitarla a personas que no sean de confianza; no responder a *correos cadena* (tipo: "envía este correo a otras 10 personas para conseguir un portátil gratuito"), puesto que suelen ser un fraude dirigido a apropiarse de direcciones con fines publicitarios; no facilitar datos personales en un *chat* o en un foro; en los *chat* y foros, utilizar *nick* que resulten difíciles de relacionar con nuestra identidad; no facilitar fotografías ni utilizar la *webcam* en los *chat* abiertos y en los foros.
- Tomar medidas para preservar la seguridad personal. Por ejemplo: que nunca concierte una cita con alguien que ha conocido en la Red, y si lo hace, que sea con el conocimiento del padre o la madre y vaya acompañado de alguna otra persona; que utilice únicamente *chat* y foros en los que existan administradores y moderadores; que comunique inmediatamente si es objeto de algún tipo de acoso a través de Internet o si detecta páginas con contenidos ilegales. En este último caso, tanto si es detectado por el o la adolescente, como si lo hace el padre o la madre, existen diferentes vías de denuncia: por ejemplo, la asociación *Protégelos* <http://www.protegeles.com/>