

## **CONSEJOS PARA EL BUEN USO DE LAS REDES SOCIALES**

Seguro que tienes cuenta en Tuenti, Facebook o Twitter y que ahí publicas todo lo que piensas, todo lo que te sucede y lo que te gusta, subes imágenes del fin de semana y quedas con los colegas. ¿Alguna vez has pensado cómo utilizar todas estas cosas de una forma segura?

1. Ten cuidado con la información que proporcionas en tu perfil. No sabes lo que van a hacer con tu información personal.
2. Deberías utilizar un alias o tus iniciales en lugar de tu nombre. Considera cambiar tu foto por una imagen gráfica o de tu grupo favorito, para que los extraños no tengan manera de acceder a una imagen de ti.
3. No es una gran idea poner dónde estás en cada momento en tu perfil, o dónde vives. Aunque parezca una información inofensiva, hay gente que puede utilizar esta información de forma maliciosa.
4. Piensa que cuando compartes pensamientos personales que deseas que todos puedan ver, tienes que ser responsable con lo que publicas ya que Internet es un sitio público y lo puede ver todo el mundo.
5. Acepta como amigos en la red social únicamente a quienes son tus amigos en la vida real
6. Si alguien te está intimidando a través de la red social, ponte en contacto con un adulto de tu confianza. Además comenta la situación a los administradores de la red social.
7. Ajusta la configuración de privacidad de tu cuenta de modo que sólo tus amigos accedan a tus datos.
8. Cuidado con los comentarios, fotos y vídeos que subes a tu perfil, lo que hoy puede parecer gracioso, mañana puede que no lo sea.

## **CONSEJOS PARA EL BUEN USO DEL TELÉFONO MÓVIL**

Posiblemente ya tienes un teléfono móvil que te permite hacer un montón de cosas, y aunque parezca muy divertido e inofensivo, puede traerte muchos problemas si no haces un uso responsable de él. Sigue las siguientes recomendaciones que te ayudarán:

1. Da tu número de teléfono sólo a los amigos que conoces en el mundo real. Si se lo das a desconocidos podría ser perjudicial para ti ya que podría utilizarlo para hacerte daño. Por eso tampoco es aconsejable poner tu número en el perfil de redes sociales.
2. A pesar de que tener un teléfono con cámara es muy útil, ten cuidado si compartes tus fotos con otros. Las imágenes pueden ser cambiadas o compartidas con personas que no deseas, así que piénsalo antes de pulsar enviar.
3. Mediante el Bluetooth puedes compartir cosas como fotos, archivos y música. Es importante tener en cuenta de que debes bloquear el Bluetooth cuando no lo estés utilizando para que nadie acceda a las cosas de tu teléfono, como tus contactos. Además puede ayudar a reducir el riesgo de contraer el virus o spam en tu móvil.
4. Si recibes textos no deseados o insultantes, puedes comunicárselo a tu proveedor de servicios.
5. Cuidado con los servicios a los que te apuntas para recibir alguna imagen o sonido que te gustan, en muchos casos aprovechan para engañarte y apuntarte a servicios especiales sin tu autorización, por los que te cobrarán un precio desorbitante.
6. Muchos concursos que se promocionan en páginas y diferentes canales de TV son falsos y lo único que pretenden es obtener dinero a través de los usuarios que envían mensajes o realizan llamadas a números de tarificación adicional
7. Bloquea tu móvil cuando no lo estés usando para evitar que si lo pierdes o te lo roban, puedan llamar, acceder a Internet o enviar mensajes desde tu número.
8. Haz una copia de seguridad de toda la información que tienes en tu móvil, te será útil si pierdes o te roban el móvil.