

SALUD DIGITAL

Uso saludable, seguro y responsable de la tecnología

1 CUIDA TU CUERPO; ESPALDA, VISTA Y DEDOS

Sitúa el monitor a la altura de los ojos, coloca los dispositivos a una distancia prudencial, baja la intensidad del brillo de la pantalla y descansa las horas necesarias.

2 HAZ UN USO ADECUADO DE INTERNET

Esto tiene lugar si conectarte a la red no te crea ninguna consecuencia negativa.

3 EL 99% DE LA INFORMACIÓN SE PUBLICA EN INTERNET

Es muy importante hacer unas búsquedas adecuadas y en páginas fiables.

4 NADA EN INTERNET ES GRATUITO. ¡CUIDADO CON LA DESCARGA DE APLICACIONES!

Hay que leer los permisos que concedemos, para que no accedan a nuestra intimidad. Además, hay muchas aplicaciones maliciosas que no debemos descargar.

5 NUESTRA IDENTIDAD DIGITAL DEJA UNA HUELLA DIGITAL

Es importante controlar nuestra identidad digital para tener una óptima reputación online.

6 LA PRIVACIDAD EN LAS REDES SOCIALES

Es importante configurar adecuadamente nuestro perfil en redes sociales, para que no haya en internet información que no queramos compartir o sea inadecuado que la sociedad conozca.

7 SOY RESPONSABLE DE LO QUE PUBLICO EN INTERNET

Somos responsables de lo que publicamos sobre nosotros y sobre los demás. Si se realiza algo incorrecto, hasta los 14 años la responsabilidad recaerá sobre los padres y madres.

8 ¿QUÉ PUEDEN HACER CON LOS DATOS PERSONALES PUBLICADOS EN INTERNET?

Hay empresas que les sirve de información para mandarnos publicidad o anuncios. También pueden obtener datos personales que no somos conscientes que estamos dando.

