

## 7 de febreiro, Día da Internet Segura 2023

O **7 de febreiro** conmemórase a vixésima edición do **Día da Internet Segura**. Este evento internacional organizado polas redes de Centros de Seguridade na Internet en Europa, co apoio da Comisión Europea, ten o **obxectivo de promover o uso seguro e positivo da tecnoloxía, especialmente entre nenos, nenas e as súas contornas máis próximas**. A continuación repasamos algunhas recomendacións e boas prácticas neste eido:

- **Manter unha comunicación fluída** pode resultar determinante para que os nenos e nenas comprendan que o uso da Internet non está exento de riscos e débese utilizar seguindo unhas normas. Como adultos, deberíamos fomentar que nos alerten, pidan axuda ou consello cando teñan calquera dúbida ou atopen algunha cousa que lles resulte preocupante.



- **Instruír aos menores en boas prácticas básicas para o uso da Internet** é fundamental para seu uso seguro. Como elementos destacados destas boas prácticas podemos resaltar:
  - **Emprego de contrasinais robustos.** O uso de contrasinais difíciles de adiviñar, e a importancia de non repetilas nin compartilas, resulta un aspecto clave para protexer os nosos dispositivos e contas en liña.
    - **Coñecer os riscos presentes nas redes sociais, é o primeiro paso para garantir a súa protección.** Inculcar sobre a importancia da información que compartimos e como e con quen debemos interactuar, permite facer fronte a ameazas como a suplantación de identidade, grooming, ciberacoso, fraudes, discursos de odio, contidos inapropiados, etc.
    - **Precaución coas redes WiFi públicas.** As redes gratuítas non teñen as mesmas garantías de seguridade que as privadas. Poden facilitar accesos non desexados aos datos ou ao dispositivo. Recordar aos menores que se non teñen acceso á Internet, é mellor esperar a chegar a casa.
    - **Acceso á Internet con equipos e aplicacións sempre actualizados.** Un



dispositivo actualizado está mellor protexido contra as ciberameazas.

- **Os programas de control parental**, poden ser útiles a medida que o menor aprende a desenvolverse na internet, regulando aspectos que deberíamos ter en conta para propiciar o seu uso seguro e responsable, permitindo, entre outros aspectos:
  - Establecer límites no horario e tempo de uso.

- Bloquear o acceso a contidos inapropiados.
- Supervisar a actividade (navegación, procuras, aplicacións, redes sociais, etc.)
- Protexer as configuracións do dispositivo e as aplicacións.



- Por último, facer referencia a que na internet existen numerosos recursos que nos axudan a favorecer un uso seguro e responsable da internet por parte dos menores, por exemplo, na web [IS4K \(Internet Segura For Kids\)](#) ofrécense numerosas guías, materiais didácticos, ferramentas e outros materiais que nos poden resultar moi útiles.