

Punto 3: Riesgos comunes en Internet y cómo prevenirlos

1. Introducción

A diferencia del mundo físico, donde los peligros se reconocen visualmente (una calle sin semáforo, un extraño en la plaza), los riesgos en Internet son invisibles para el ojo inexperto. Se camuflan de juegos, amistades, likes, retos y entretenimiento.

Lo que a un adulto le parecería una señal de alerta, para un niño puede ser simplemente “divertido”, “normal” o “algo que todos hacen”.

Por eso, la clave no está en prohibir, sino en acompañar, educar y prevenir con información, presencia emocional y herramientas prácticas. Este punto busca mapear los riesgos más frecuentes y entregar estrategias para actuar con oportunidad y coherencia.

No todos los riesgos son evidentes. Pero todos pueden prevenirse si hay una cultura de cuidado y confianza.

2. ¿Por qué los menores son más vulnerables en el entorno digital?

La infancia y adolescencia son etapas de exploración, búsqueda de identidad y validación externa. Esto hace que los menores se expongan más fácilmente, sin comprender la dimensión de sus acciones ni las intenciones de quienes los rodean, especialmente en entornos virtuales.

Factores que aumentan su vulnerabilidad:

- Inmadurez neurocognitiva
- Falta de experiencia previa
- Baja tolerancia a la frustración

- Confusión entre el mundo real y virtual
- Normalización de la exposición

Proteger no significa controlar todo. Significa ayudar a que desarrollen criterio, y acompañar hasta que tengan la madurez suficiente para cuidarse solos.

3.1. Grooming

El grooming es uno de los delitos más graves y sutiles del entorno digital. Se refiere al conjunto de estrategias utilizadas por un adulto para ganarse la confianza de un menor con fines sexuales, generalmente a través de plataformas digitales.

Fases típicas:

1. Contacto inicial
2. Conexión emocional
3. Rompe la barrera de la privacidad
4. Solicita contenido íntimo
5. Chantaje emocional o amenazas

Dónde ocurre: Instagram, TikTok, Discord, Roblox, Fortnite

Cómo prevenir:

- Enseñar que un amigo de verdad no pide secretos
- Revisar contactos y seguidores
- Hablar sobre límites
- Identificar perfiles sospechosos
- Usar herramientas de control parental que alerten frases peligrosas

3.2. Ciberacoso

El ciberacoso es el acoso reiterado hacia un menor a través de medios digitales. Puede incluir insultos, burlas, exclusión social, difusión de rumores, amenazas o humillaciones.

Formas comunes:

- Publicaciones humillantes
- Exclusión de grupos
- Capturas burlonas
- Cuentas falsas

Consecuencias emocionales:

- Ansiedad, baja autoestima, aislamiento, depresión

Cómo prevenir:

- Fomentar respeto digital
- Supervisar grupos escolares
- Crear canales de confianza
- Denunciar en plataformas y escuelas
- Enseñar a no compartir contenido ofensivo

3.3. Exposición a contenido inadecuado

Niñas y niños están a solo dos clics de contenido no apto para su edad. Algoritmos priorizan viralidad sobre calidad.

Tipos de contenido riesgoso:

- Violencia, sexualización, retos peligrosos, apología de trastornos, fake news

Cómo llegan:

- Recomendaciones, enlaces, búsquedas inocentes

Qué hacer:

- Activar filtros
- Navegar juntos
- Conversar sobre lo que ven
- Denunciar y bloquear contenido inapropiado

3.4. Sexting

El sexting ha aumentado entre adolescentes, dentro de relaciones afectivas. Aunque algunos lo ven como “normal”, es una práctica de alto riesgo.

Riesgos:

- Reenvío de imágenes
- Extorsión
- Humillación
- Consecuencias legales

Motivos:

- Presión, búsqueda de afecto, manipulación, falta de educación

Qué enseñar:

- Nadie tiene derecho a pedir una imagen íntima
- Una imagen no desaparece
- Hablar sobre consentimiento
- Reforzar la confianza para pedir ayuda

3.5. Adicción digital

El uso excesivo de pantallas puede derivar en adicción digital, especialmente cuando el celular se convierte en refugio emocional.

Causas:

- Recompensas inmediatas, falta de límites, carencias afectivas

Síntomas:

- Ansiedad sin conexión, irritabilidad, trastornos del sueño, aislamiento, dificultad para concentrarse

Qué hacer:

- Establecer rutinas sin pantallas
- Desconexión real
- Modelar hábitos adultos
- No usar pantallas como premio o castigo
- Identificar necesidades emocionales

3.6. Estafas y robo de datos

Muchos niños creen que lo que aparece en pantalla es real. Son presa fácil de fraudes.

Ejemplos:

- Concursos falsos
- Enlaces sospechosos
- Apps que roban datos

Riesgos:

- Robo de cuentas, suplantación, venta de datos

Prevención:

- No entregar datos sin permiso
- Verificación en dos pasos

- Revisar permisos de apps
- Educar sobre phishing
- Usar contraseñas seguras

4. Señales de alerta

Indicadores:

- Cambios de ánimo tras usar el celular
- Aislamiento
- Insomnio
- Uso compulsivo
- Ocultar el historial
- Sentimientos de culpa

Consejo:

Si algo cambió y no sabes por qué, comienza por preguntar con calma y estar presente.

5. Estrategias concretas de prevención

Desde el hogar:

- Contrato digital
- Apps de control parental
- Supervisión afectiva
- Conversación frecuente
- Enseñar pensamiento crítico

Desde la escuela:

- Campañas visuales
- Formación en ciudadanía digital

- Talleres para todos los actores escolares
- Protocolos de acción

6. ¿Qué hacer si ya ocurrió un daño?

Pasos:

1. Escuchar sin juzgar
2. No castigar impulsivamente
3. Reunir evidencias
4. Reportar en plataformas
5. Bloquear
6. Buscar apoyo psicológico
7. Denunciar si corresponde

7. Recursos de ayuda

- PDI Chile: <https://denunciaweb.pdichile.cl>
- Fundación para la Confianza: Línea 147
- INCIBE España: <https://www.incibe.es/menores>
- Pantallas Amigas: <https://www.pantallasamigas.net>
- Google Safety Center: <https://safety.google/families>

8. Conclusión

Hoy nuestros hijos e hijas navegan más en línea que en las calles. Pero seguimos más preocupados por el tránsito que por los algoritmos.

No se trata de controlar todo. Se trata de:

- Estar informados
- Estar disponibles

- Estar atentos
- Estar involucrados

La protección digital se construye con confianza, diálogo y acompañamiento. Todos los días.