



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS

SISTEMA DE UNIVERSIDAD ABIERTA Y EDUCACIÓN A DISTANCIA

SUAYED UNAM

**MATERIAL DIDÁCTICO: PROPUESTA DE WEBQUEST
PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS EN EL USO DE LAS
REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES**

TESINA

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

P R E S E N T A

Erika Araceli Pacheco Ramírez

ASESORA: MTRA. ADRIANA LORENA GONZÁLEZ BOSCO



Ciudad Universitaria, CDMX 2023



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Dedicatoria

A mis hijos Josué Adán Flores Pacheco, Adolfo Emmanuel Flores Pacheco y Frida Antonella Flores Pacheco.

A mi esposo Adán Flores Torres

Agradecimientos

Le doy gracias a mi esposo Adán Flores Torres por estar siempre a mi lado, por escucharme, apoyarme y ayudarme, sobre todo en aquellos momentos que ya no podía más, porque sus palabras me devolvían la fuerza para seguir avanzando.

Gracias a mis hijos Josué Adán Flores Pacheco, Adolfo Emmanuel Flores Pacheco y Frida Antonella Flores Pacheco, por ser parte de este gran logro, pues fueron mi mayor motivación para continuar, les agradezco su paciencia y comprensión, ya que en muchas ocasiones sacrifiqué el tiempo que me correspondía estar con ustedes para lograr mi meta.

A mi mamá Rosa María Ramírez por darme la vida, por su cuidado y sabiduría, por guiarme para llegar a este momento, eres y serás un ejemplo a seguir, te quiero mamá.

A mis hermanos Mario Daniel Ramírez Ramírez, Marcos Ernesto Ramírez Ramírez y Claudia Jazmín Pacheco Ramírez, gracias hermano Dany por ayudarme a iniciar mi proceso en la universidad ese último día de la convocatoria, sin tu apoyo jamás habría comenzado este trayecto. A mi hermano Marcos, gracias por tu apoyo y ayuda emocional, moral e intelectual, eres una gran persona, te quiero mucho, a mi hermana Jazmín, gracias por tu ayuda en los trámites escolares.

Un enorme agradecimiento a la maestra Adriana Lorena González Bosco, por su apoyo, alegría y disposición para ayudarme en mi proceso, la admiro mucho, así como a la maestra Guadalupe Martínez de Jesús, por sus valiosas observaciones a mí trabajo, gracias a ambas porque me brindaron su acompañamiento durante este proceso de titulación, pues gracias a su orientación, estoy por finalizar una meta en mi vida.

Gracias a la educación pública, ya que a través de la UNAM en la modalidad SUAyED pude gozar de una educación humanista en la máxima casa de estudios, es un orgullo ser PUMA.

A aquellas personas que fueron parte de mi proceso académico, que aportaron su tiempo, su energía, sus palabras para alentarme a continuar este largo camino de aprendizaje, de lucha, de entrega, de esfuerzo, de alegrías, de llanto, sacrificios y cambios positivos en mi persona. A mi compañera y amiga de carrera Lisbeth Dalilia Martínez Ríos, por leerme y hacerme sus observaciones para mejorar mi trabajo, a mi compañera de titulación Sandra Moreno Paraguirre por su ayuda y acompañamiento en este largo proceso de titulación, a mis maestros y maestras que también han sido parte de este gran triunfo, pues son y serán una pieza importante y fundamental en la educación y mejora de nuestro país.

Agradezco al cambio que se vive en la actualidad en el país, a favor de quienes se encuentran en situación de vulnerabilidad, gracias por pensar en quienes más ayuda necesitan.

Índice.

Índice.	4
Introducción	6
1. Capítulo 1 Contribución a la transformación digital en México	8
1.1. ¿Qué es la brecha digital?	8
1.1.1. La brecha digital en México antes de la pandemia por COVID-19	10
1.1.2. Cómo combatir la brecha digital	14
1.2. Programa UNAMITA ¡Ciérrale a la Brecha Digital!	16
1.2.1. Servicio social la formación como promotor digital	18
2. Capítulo 2 Ciudadanía digital y riesgos en el uso de las redes sociales en adolescentes	21
2.1. Ciudadanía digital	21
2.1.1. ¿Qué es la ciudadanía?	22
2.1.2. Construcción de la ciudadanía digital	24
2.1.3. Derechos sexuales y derechos reproductivos	26
2.2. Riesgos en el uso de las redes sociales en adolescentes	29
2.2.1. Adolescencia	33
2.2.2. Educación sexual en los adolescentes	36
2.3. Redes Sociales	38
2.4. Tipos de riesgos más comunes en las redes sociales	40
3. Capítulo 3 Propuesta de webquest “Adolescente prevenido vale por dos”	52
3.1. John Dewey “Experiencia y educación”	52
3.2. ¿Qué es la webquest?	53
3.3. Perfil a quien se dirige el material	59
3.4. Acerca del material webquest, objetivo y estructura	60
3.5. Webquest “Adolescente prevenido vale por dos”	70
3.5.1. Introducción	71
3.5.2. Tarea	72
3.5.3. Proceso	73
3.5.4. Recursos	78
3.5.5. Evaluación	82
3.5.6. Conclusión	83
Conclusiones	84

Referencias Bibliográficas	86
Bibliografía	96
ANEXOS	98
Anexo A Hogares con internet 2015-2019	98
Anexo B Usuarios de internet 2015-2019	99
Anexo C Brecha digital por estados de la República Mexicana	100
Anexo D Usuarios de internet en zonas rurales y urbanas	101
Anexo E Uso que se le da a internet	102
Anexo F Distribución de usuarios de internet por grupos de edad 2019	103
Anexo G Recomendaciones para padres, madres y adolescentes.	104

Introducción

En el presente documento se aborda una problemática que está afectando a nuestra sociedad, se trata de los riesgos más comúnmente tipificados en el uso de las redes sociales, algunos son: uso excesivo de la tecnología, nomofobia, *vamping*, *phubbing*, acceso a contenidos inadecuados, *sexting*, acoso sexual o *grooming*, *phishing*, riesgos técnicos, *ciberbullying*, *doxing*, *gaslight*, *fake news*, *ciberbating*, *catfishing*, Momo, dame tu clave de face: “La nueva prueba de amor”, *phonbie*, *sharenting*, perfil falso, suplantación de identidad y las trampas, etc. y en la que la población adolescente está más expuesta a ser víctima, pues son quienes más utilizan la tecnología, ya que, en nuestro país la edad en la que más uso se le da a internet es entre los 18-24 años y el segundo grupo es de los 12-17 años según datos de ENDUTIH 2019.

Según Del Valle (2020) en animal político refiere que en los datos del 2019 del Módulo de ciberacoso del INEGI en el año 2016 de 1 millón 961 adolescentes de entre 12 y 19 años sufrieron violencia digital y para el 2019 pasó a 2 millones 731 mil 312 casos.

Antes de la Pandemia cada minuto 5 adolescentes eran atacadas, humilladas o acosadas en línea, en una hora 312 y al final del día 7 mil 483. Según el INEGI (2019) estas acciones tienen un componente psicológico y causan daño emocional significativo en los adolescentes en aspectos de la salud mental y física, ya que al ser a través de medios electrónicos puede suceder las 24 horas del día, los 7 días de la semana, convirtiéndose en viral, pues la información se comparte rápidamente a una gran audiencia en todo el mundo y una vez publicado es imposible detectar la fuente y muy difícil que desaparezca.

Hay casos en que los adolescentes víctimas de ciberacoso han tenido que huir de sus escuelas y en el peor de los escenarios han llegado a quitarse la vida, tal es el caso de la adolescente canadiense de 15 años de edad Amanda Todd quien en 2012 fue víctima de *bullying* y *ciberbullying*, además sufrió amenazas y extorsión, finalmente a través de un video en you tube, ella narró su sufrimiento antes de suicidarse. “Cerca del 60% de suicidios entre adolescentes en México están vinculados con diversos tipos de *bullying*, incluyendo el ciberacoso.” (Mckinsey & Company, 2018, p. 49) son desenlaces lamentables y alarmantes que requieren nuestra intervención como sociedad, es importante prevenir los riesgos en el uso de redes sociales.

En el primer capítulo del presente trabajo se aborda el concepto de la brecha digital, así

como los motivos por los que se genera este fenómeno, ya que es una nueva forma de desigualdad y pobreza, pues según Olarte, (2017) la diferencia que hay entre unos grupos y otros es que mientras que para algunos tener acceso y utilizar las TIC es parte de su vida diaria, para otros grupos no es posible, debido a diversas causas.

Dentro del mismo capítulo se analizan los datos recopilados referente al uso de internet antes de la Pandemia por COVID-19 o SARS-COV2 que arroja la encuesta especializada en TIC elaborada por ENDUTIH 2019.

Una de las estrategias para combatir la brecha digital es el Programa UNAMITA ¡Ciérrale a la Brecha Digital! ya que a través de un diplomado, capacita a promotores y tutores digitales para contribuir al cierre de la brecha digital, por ello, este trabajo es producto de recibir el Curso de Promotores Digitales 2020, un programa que además de permitirme realizar mi servicio social de una forma que fortalece la sensibilidad del servicio a la comunidad, también me orientó a la realización del presente trabajo recepcional para lograr la titulación.

Para llevar a cabo el combate a la brecha digital se establece como objetivo fomentar la ciudadanía digital responsable y sus nueve áreas, por ello en el segundo capítulo, se aborda el concepto de ciudadanía y cómo se construye la ciudadanía digital, al final del capítulo se encuentra el tema de los tipos de riesgos más comunes en las redes sociales, con el objetivo de conocerlos y evitar ser vulnerables a los riesgos.

En el tercer y último capítulo se aborda el tema de “Experiencia y Educación” desarrollado por John Dewey a partir de la Teoría de la Experiencia, ya que Dewey (1979) es de opinión, que para que los alumnos logren el aprendizaje se les debe proporcionar algo que hacer, es decir, que les genere reflexión, atención y estímulo, para que, a partir de un problema, sea por sí solos que logren una solución propia, por lo que se ha considerado este método para el diseño de la webquest como material didáctico. Dentro del mismo capítulo se presenta la webquest: “Adolescente prevenido vale por dos” la cual ha sido diseñada a partir de las experiencias personales de los adolescentes, es decir, del problema de los riesgos más comúnmente tipificados en las redes sociales, como experiencia se convertirán en youtubers con la finalidad de aprender del tema e informar a otras personas cómo protegerse en las redes sociales.

1. Capítulo 1 Contribución a la transformación digital en México

1.1. ¿Qué es la brecha digital?

Olarte, (2017) refiere que la difusión extensa de las TIC- Tecnologías de la Información y Comunicación- coinciden, según los estudios científicos desde diversos campos, en que se está dejando atrás la era industrial para dar paso a una nueva etapa histórica que se encuentra en construcción, la llamada sociedad posindustrial.

En opinión de Olarte, (2017) la revolución tecnológica surge en la segunda mitad del siglo pasado, en EE.UU, porque supo aprovechar su alejamiento de la Segunda Guerra Mundial, ya que se convirtió en el proveedor principal de los aliados, así como el más eficaz y con la mayor capacidad de organización para expandir la producción logrando ser el centro político, económico y militar, por lo que EE.UU se enfocó en la investigación computacional, comunicacional e informacional, lo cual mejoró la economía norteamericana en los años sesenta y setenta, pues más del 50 % de la fuerza laboral realizaba actividades de información convirtiendo a esta industria de la comunicación e información en una de las más fuertes, para 1995 esta industria ya era un sector que significaba un tercio del crecimiento total de la economía estadounidense.

Una de las características de la revolución tecnológica según Olarte, (2017) es la interrelación en los procesos de globalización económica, revolución tecnológica y deslocalización empresarial. Las cuales causan efectos desiguales y ambivalentes en las economías emergentes, generando problemas de empleo en los países industriales que están vinculados a la revolución tecnológica sin poder mencionar, por el momento, que la sociedad industrial ha dejado de existir por completo, pues nos encontramos en una etapa de transición o de encubrir ambos modelos. La sociedad postindustrial, que poco a poco hace a un lado al modelo industrial, tiene nuevos retos sociales, políticos y económicos, destacándose una nueva forma de desigualdad y pobreza a nivel interno en cada estado, la llamada brecha digital.

La “Brecha Digital” se refiere entonces a la separación entre grupos (por países y dentro de cada Estado) que tienen acceso y utilizan las TIC como parte de su rutina diaria (saben utilizarlas y obtener rentabilidad de ellas) y los grupos que no. (Olarte, 2017, p.290)

En 1998 las Naciones Unidas determinaron que la “Brecha Informacional y tecnológica” son las “desigualdades entre países industrializados y países en vías de desarrollo, que se estarían incrementando, dando lugar a un nuevo tipo de pobreza, la” la pobreza informacional”... hablando incluso de "inforicos¹" e "infopobres²". (Olarate, 2017, p.291)

Tener acceso o no acceso a las TIC determina la desigualdad de oportunidades de acceso a la información y al conocimiento. La revolución tecnológica es ambivalente, pues genera riqueza y bienestar, pero es negativa al perpetuar la pobreza y exclusión social. “Es considerada como la gran amenaza o riesgo de la sociedad de la información, en la medida en que puede incidir en un ensanchamiento de la brecha entre pobres y ricos.” (Olarate, 2017, p. 291)

Olarate, (2017) es de opinión que la incidencia de la brecha digital sobre la pobreza o exclusión es el reflejo de desigualdades sociales anteriores en las que profundiza una condición de subdesarrollo humano en donde los aspectos culturales y sociales trascienden a lo tecnológico y genera un nuevo factor el acceso, uso y aprovechamiento de las TIC. La brecha digital no es solo un concepto de acceso a internet sino también a las habilidades y competencias necesarias para saber usar las nuevas tecnologías (selección y discriminación de información y extracción de utilidad).

Es notable el impacto que la digitalización ha causado en la sociedad y cada vez se extiende más

El desarrollo acelerado de telecomunicaciones e informática...el surgimiento y proliferación de internet...digitalizaron a la sociedad...ahora no solo es importante reducir la separación entre “los que tienen y los que no tienen”, es fundamental reducir también la separación que internet acentúa entre los que saben y no saben. (Serrano & Martínez, 2003, p.1)

Fernández, (2012) señala que la “primera brecha digital” es la que se refiere al acceso o no

¹ Inforicos: Se refiere a las personas que poseen los conocimientos científicos y tecnológicos más modernos. (Asociación Educar para el Desarrollo Humano, 2008)

² Infopobres: Palabra nueva, se refiere a las personas que carecen de los conocimientos científicos y tecnológicos más modernos. (Asociación Educar para el Desarrollo Humano, 2008)

a las Tecnologías de la Información y Comunicación, es decir, a la oportunidad de tener conexión o no tener la posibilidad de conectarse a la red, ya que Olarte, (2017) refiere que acceder o no a las TIC no es solo cuestión de tecnología, también se debe a aspectos socioeconómicos como adquisición de equipos de cómputo, o que no se cuenta con la infraestructura necesaria (acceso a internet, electricidad) e incluso a la formación, es decir, esta se refiere a que, aunque se cuente con la infraestructura necesaria no se sabe cómo utilizar la tecnología.

Surgiendo entonces “el concepto de la “segunda brecha digital” para referirse a los excluidos por diferentes motivos a pesar de disponer de conexión (formación digital y actualización de esa formación, exclusión social o económica, emigración, desarraigo o incluso género).” (Fernández, 2012)

La “tercera brecha digital” según Fernández, (2012) es la distancia que existe entre el conocimiento experto y el conocimiento social, en aquel, existe más acercamiento a la verdad de las situaciones de la sociedad, es decir, a la realidad que se está viviendo en la actualidad, es lo que consultan los especialistas, también son los resultados que se obtienen de las investigaciones científicas y el segundo, el conocimiento social, es el que se encuentra en internet con más frecuencia y del que la mayoría de los usuarios hacen uso (para entretenimiento o redes sociales).

Este crecimiento acelerado de la tecnología ha hecho más grande la separación entre lugares de progreso y retraso. “La brecha digital impulsada por un desarrollo vertiginoso amenaza con acentuar disparidad entre países ricos y pobres. Aún más, la brecha digital hace presencia también internamente en países, regiones, ciudades y vecindarios.” (Serrano & Martínez, 2003, p.11). Por ello diversos organismos en el mundo han concluido que uno de los mayores retos de la humanidad es dar solución al incremento de la pobreza. Enseguida un análisis de la brecha digital en nuestro país.

1.1.1. La brecha digital en México antes de la pandemia por COVID-19

El COVID-19 o SARS-COV 2 apareció en China en diciembre de 2019, según datos del Gobierno de México el COVID-19 es causante del coronavirus, una familia de virus que puede provocar desde un resfriado común hasta enfermedades respiratorias más graves, los portadores son los humanos y animales.

De acuerdo con *BBC News Mundo* (2021) La Organización Mundial de la Salud (OMS)

declaró al COVID-19 oficialmente una pandemia el 11 de marzo de 2020.

Es una enfermedad viral que es parte de los grupos de grandes brotes que han afectado la salud global, por ejemplo: la peste negra, la viruela, la gripe de 1918-9, el VIH/Sida y la influenza A(H1N1).

Durante la crisis del COVID-19 la tecnología ha sido una herramienta de gran utilidad y también necesaria para garantizar que los gobiernos sigan brindando servicios públicos esenciales, establecer restricciones, funcionamiento de los servicios, reglas referentes al distanciamiento físico, “para monitorear, anticipar e influir la propagación de la enfermedad, así como para proporcionar educación a los estudiantes...fomentar la cohesión social mientras se respeta el distanciamiento físico.” (*eng. briefing. technology*, 2020, p.2) En este tiempo de pandemia la tecnología se vuelve un medio a través del cual las personas tienen acceso a servicios de salud, información y comunicación con las autoridades competentes.

Eng. briefing. technology, (2020) refiere que para agotar el recurso de la tecnología que haga frente a la crisis por COVID-19, se debe usar la tecnología basada en los derechos humanos para proteger a los ciudadanos, continuar con servicios esenciales, informar para salvar vidas y el fomento socioeconómico para beneficio de todos.

En México el porcentaje de la población de comunidades y hogares con acceso limitado a internet se puede revisar en los datos más recientes que arroja la encuesta especializada en TIC elaborada por ENDUTIH 2019 en donde se obtuvo que solo el 56.4% cuenta con internet en casa, (véase anexo A).

Además, también dentro de la misma encuesta de ENDUTIH 2019 se encuentra que el 70.1% de la población es usuaria de internet, lo cual equivale a 80.6 millones de personas conectadas, pero no es suficiente, pues como se mencionó con anterioridad el porcentaje de personas que gozan de internet en sus hogares es solo del 56.40%. (véase anexo B)

Lloyd, (2019) refiere que en México existen desigualdades entre los estados del norte como Baja California que más del 80% de la población cuenta con internet en sus hogares y los estados del sur como Oaxaca que solo la mitad de la población tiene internet en casa, (véase anexo C).

También es preocupante la brecha en las zonas rurales, pues esta se abre aún más, ya que

según los datos de ENDUTIH 2019 los usuarios de internet en esta zona son de 47.7% comparado con el porcentaje de usuarios de internet en la zona urbana que equivale al 76.6 % (véase anexo D).

Otros datos importantes de la encuesta, son el tipo de uso que se le da a internet, pues en el 2019, el porcentaje más alto lo tiene el uso de internet para entretenimiento con un 91.5%, el porcentaje de uso para obtener información es de 90.7%, las personas que lo utilizan para comunicarse es de 90.6%, para acceder a redes sociales es el 87.8% y el más bajo es de 16.8% que es para realizar operaciones bancarias en línea, (véase anexo E).

Continuando con el análisis de la encuesta ENDUTIH 2019, se reflejan los porcentajes de usuarios de internet por edades, en donde indica que la etapa de la adolescencia, la cual sucede con una progresión que se produce en tres fases: “Primera adolescencia (12-15), adolescencia media (15-18) y adolescencia tardía (18-21).” (Cabello & Fernández, 2010, p.14) y los grupos que más utiliza internet, es decir, el grupo con el porcentaje más alto es el que se encuentra en una edad entre 18-24 años con el 91.2% y de los 12-17 años el segundo más alto con un 87.8% y finalmente el 59.7% en la edad de 6-11 años, lo cual muestra que los grupos que mayor uso le dan a internet se encuentran en la etapa de la adolescencia. (véase anexo F)

Por ello, es importante que los adolescentes aprendan las habilidades necesarias para prevenir estos riesgos, así como la búsqueda de “la adquisición de nuevas e importantes capacidades en la incorporación de nuevas vivencias y experiencias que suponen un salto cualitativo³ en el desarrollo de la personalidad a esta edad.” (Cabello & Fernández, 2010, p.14)

Según los datos de ENDUTIH 2019 un total de 40.4 millones de usuarios ha manifestado tener problemas de lentitud en la transferencia de la información, otro problema es que 16.4 millones de usuarios reciben mensajes de personas desconocidas, otros 10.6 millones de usuarios dice haber adquirido infección por virus en sus aparatos digitales, 3.2 millones de usuarios ha sufrido fraudes con información financiera y 2.5 millones de usuarios ha experimentado violaciones a la privacidad.

En tiempos normales tales diferencias son una pieza más del mosaico de las

³ Cualitativo: es un adjetivo que se emplea para nombrar a aquello vinculado a la cualidad (el modo de ser o las propiedades de algo). (Pérez, P. & Merino, M. 2014)

desigualdades en México, pero en tiempos de COVID-19, la brecha digital tiene consecuencias particularmente nocivas y de largo alcance, sobre todo por su incidencia en el sistema educativo. (Lloyd, M., 2020, p. 116-117)

La pandemia de COVID-19 ha hecho más notorias las desigualdades educativas en México, pues como medida preventiva se cerraron las escuelas durante la contingencia para evitar la propagación del virus, aunque la indicación del Gobierno de México es que los alumnos deben continuar aprendiendo desde sus hogares, ya que no son vacaciones.

Lloyd, M. (2020) es de opinión que la brecha digital que parecía estar encubierto sale a relucir, porque en tiempos de COVID-19 las consecuencias de la brecha digital son especialmente perjudiciales y a gran escala, ya que a diferencia de la educación presencial el acceso a las TIC para los estudiantes determina quienes pueden gozar de la educación en línea y quienes no, y aún más grave si tomamos en cuenta que tener acceso a las TIC no garantiza que se sepa aprovechar este recurso para el aprendizaje.

En Bradley Hospital, (s/f) se señala que ante la enfermedad por COVID-19 nuestra vida dejó de ser normal. Todos resultamos afectados por la pandemia, pero para los padres, las madres y cuidadores fue mucho más complicado. Algunos nuevos cambios son el “distanciamiento social” o “autoaislamiento”, así como el cierre de las escuelas, lo cual generó complicaciones del cuidado infantil y la educación en el hogar.

Los padres, las madres y cuidadores se están enfrentando a su propia ansiedad y saben que lo que define las reacciones de sus hijos/as es como ellos mismos sobrellevan esta situación tan compleja.

Hernández, (2020) es de opinión que el COVID-19 además de provocar preocupación de un contagio, también trajo consecuencias económicas para familias que se dedican al comercio, porque una de las medidas de los gobiernos como la de “Quédate en casa” para evitar contagios, ocasionó baja de tráfico en las calles, supermercados, restaurantes y mercados, lo cual para los comerciantes fue un problema, ya que disminuyeron sus ventas.

Según Hernández, (2020) conforme las actividades regresan a la normalidad, los negocios locales que lograron sobrevivir continúan en un proceso de recuperación económica, ya que

tuvieron que adaptarse a seguir las medidas sanitarias y brindar servicios a domicilio. También los mercados de barrio entregan carne fresca y productos de despensa.

Guy Ryder Director General de la OIT, (2020) señala que la pandemia del coronavirus además de ser una crisis sanitaria, también es una crisis social y económica, pues ha destapado las fallas de los mercados laborales, empresas de diversas características ya han cerrado, reducido horas de trabajo, y despedido al personal.

Otras empresas se encuentran a punto del colapso, conforme se fueron cerrando tiendas y restaurantes, se cancelaron vuelos y reservas de hoteles, lo que ha llevado a las empresas a elegir el trabajo a distancia. Por lo regular los primeros en quedar desempleados son quienes tenían un trabajo precario “vendedores, camareros, personal de cocina, limpiadores o los que ayudan con el equipaje.” (OIT, 2020)

OIT, (2020) refiere que algunos repartidores y cuidadores carecen de una licencia por enfermedad remunerada, por lo que se ven en la necesidad de seguir trabajando, aunque estén enfermos, otros con esta misma situación son los trabajadores a destajo, los jornaleros, los comerciantes informales, ya que tienen la necesidad de alimentar a sus familias.

Una de las medidas para evitar la pérdida de millones de puestos de trabajo es que los gobiernos apoyen a las empresas, impidan despidos y protejan a los trabajadores más vulnerables. “Estas medidas incluyen el apoyo a los ingresos, las subvenciones⁴ salariales y subvenciones para los despidos temporarios a quienes tienen un empleo más formal, créditos fiscales a los trabajadores autónomos, y ayuda financiera a las empresas.” (OIT, 2020). A continuación, se abordan algunos aspectos que contribuyen a combatir la brecha digital.

1.1.2. Cómo combatir la brecha digital

Las organizaciones internacionales concluyen que las TIC por sí solas no son la solución a las problemáticas sociales, sino que se pueden agravar las brechas sociales preexistentes. Por lo que el reto es originar:

Un marco jurídico e institucional que garantice...la seguridad fiabilidad y

⁴ Subvención: es una aportación económica que es recibida por una o varias personas desde algún organismo público...para favorecer el comienzo de nuevos negocios, contribuir en las empresas que están a punto de cerrar para que estas no quiebren, perseverar una economía estable, tener controlado la inflación en el país. (Billin, s/f)

privacidad y la no discriminación tecnológica, porque las TIC también tienen un potencial importante. (Olarte, 2017, p.288-289)

La brecha digital no es solo un problema de provisión de servicios tecnológicos. Su reducción no se va a lograr con proyectos aislados, “más bien la reducción depende de procesos en los que la población esté íntimamente relacionada y con la visión hacia un desarrollo sostenible, sin paternalismos y cuya evolución y progreso esté en manos de la sociedad misma.” (Serrano & Martínez, 2003, p. 8)

Olarte, (2017) es de opinión que combatir la brecha digital requiere de nuevas políticas públicas en el ámbito educativo que garanticen el acceso a la educación, contenidos y metodologías que contribuyan a la alfabetización digital y a la formación de ciudadanía digital.

Además, se requiere la adopción de medidas más amplias e integrales que resuelvan la causa originaria de la desigualdad, la causa de la pobreza.

Es urgente la intervención del estado social que fomente el desarrollo de las TIC en beneficio de los intereses de la sociedad dando prioridad a los menos favorecidos.

Serrano & Martínez, (2003) son de opinión que los gobiernos y las organizaciones no gubernamentales (ONG) saben las consecuencias del aumento de la brecha digital y buscan mejorar las condiciones de vida de la población, han estado trabajando en la construcción y fomento de proyectos tecnológicos que beneficien potencialmente a la población.

El Gobierno de México a través del Programa de Cobertura Social tiene el propósito de lograr uno de sus objetivos prioritarios, que es el de generar mayor bienestar para la población a través del acceso a internet a todo el país.

En conjunto con la empresa “CFE Telecomunicaciones e Internet para Todos” se identificaron las localidades sin servicio y sobre todo las zonas marginadas del país, para que todas las personas tengan acceso a las nuevas tecnologías, “buscando cerrar la brecha digital para lograr altos niveles de desarrollo social sin discriminación”. (GOBIERNO DE MÉXICO, 2019)

La reducción de la brecha digital y su relación directa al desarrollo comunitario sostenible se hace patente cuando todos los protagonistas adoptan una actitud de

aprendizaje que requiere de reflexión y acción en todas las etapas del proceso...no solo es responsabilidad de los países menos privilegiados, es responsabilidad de toda la sociedad humana para avanzar hacia un mundo más justo. (Serrano & Martínez, 2003, p. 2-3)

Serrano & Martínez, (2003) son de opinión que el problema de la reducción de la brecha digital es interdisciplinario en el que su objetivo fundamental es el desarrollo sostenible y no solo equipar de tecnología. La disminución de la brecha digital se verá reflejada en el desarrollo humano siempre y cuando se añadan a los proyectos iniciativas de educación moral, intelectual y material que garanticen su seguimiento y sostenibilidad. Enseguida se explica un proyecto educativo que tiene como objetivo el cierre de la brecha digital.

1.2. Programa UNAMITA ¡Ciérrale a la Brecha Digital!

El Programa UNAMITA ¡Ciérrale a la Brecha Digital! es un proyecto educativo que colabora en el cierre de la brecha digital a través de la formación de tutores y promotores digitales, aunque no siempre fue así, ya que en un inicio la capacitación se impartía únicamente a tutores tecnológicos, comenzaron con un apoyo de \$75,000 pesos a través del IMJUVE, “El proyecto surge en 2011 en el marco de Asociación de Scouts de México (ASMAC), con el apoyo de la Secretaría de Educación Pública (SEP), el Instituto Mexicano de la Juventud (IMJUVE), CISCO, Network Academy y Grupo Yeima.” (Casillas & González, 2018, p.430-431)

Casillas & González (2018) refieren que, en 2012, la ASMAC no le da continuidad al proyecto, por lo que queda suspendido por un tiempo, pero luego es retomado por estudiantes de pedagogía de la FFyL de la UNAM junto con el programa “UNAMITA digital” y desarrollan el proyecto Cibercafés en consumo responsable de internet, con el apoyo del IMJUVE, para este proyecto se elaboraron materiales e impartieron talleres en cibercafés de la Ciudad de México, recibiendo la información un total de 213 personas.

Casillas & González (2018) señalan que los primeros productos y contenidos digitales elaborados por los tutores tecnológicos fueron las webquest, que consistieron en el diseño de materiales didácticos que se llevaban a cabo a través de un sitio web. También se impartieron en cinco talleres con los siguientes temas:

1. Comercio electrónico
2. Seguridad
3. Ciudadanía digital
4. ¿Cómo estudiar en línea?
5. Publicación de contenidos

Casillas & González (2018) señalan que la metodología del programa se articulaba en dos momentos: 1) de formación, 2) de intervención a partir de la formación adquirida pero poco a poco se incluyó un tercero 3) acompañamiento para la realización de un documento recepcional.

La intención del programa se vinculó entre la brecha digital y sus consecuencias en el ámbito social, educativo, económico etc.

Para el programa su marco de actuación es la educación no formal, pero no menos importante o trascendente, ya que

El programa desde un inicio, siempre ha convocado a procesos educativos organizados, sistemáticos y planificados, teniendo entre sus objetivos la formación de tutores tecnológicos o digitales, pero donde no se otorga ningún grado o titulación. Se otorga el tipo de certificación que a la educación continua compete.

(Casillas & González, 2018, p. 435)

Por lo que la educación no formal es un apoyo para la educación formal porque la puede sustituir, suplir, reforzar o compensar, lo que la UNAM ha hecho a partir del 2015 es compensar en aspectos tecnológicos o de tutoría como el servicio social, tal es el caso del Programa UNAMITA ¡Ciérrale a la Brecha Digital!

En una entrevista hecha a la maestra Adriana Lorena González Boscó Licenciada en Ciencias de la Comunicación, maestra en Relaciones Internacionales con una trayectoria de veinte años dando clases en la UNAM en la Facultad de Ciencias Políticas, así como en la Facultad de Filosofía y Letras y Coordinadora del Programa UNAMITA ¡Ciérrale a la Brecha Digital! narró la historia del programa, comenzando por la cantidad de generaciones atendidas desde su inicio, en total son cinco generaciones de tutores, en los que se han formado cerca de 150 tutores.

La maestra González (2021) refiere que para 2018 se cambió el nombre de tutor tecnológico a tutor digital, la razón es porque se le da mayor interés a la formación de ciudadanía digital y sus nueve áreas, más que estar preocupados por enseñar a como operar los dispositivos, aunque se sigue haciendo, pero, comenta que hay más una preocupación por la formación en ciudadanía digital, “Concebimos al tutor digital como aquel que es capaz de orientar y alfabetizar en ciudadanía y tecnología digital, facilitando y promoviendo el acceso al uso responsable de internet.”(Casillas & González, 2018, p.435)

La maestra González (2021) opina que, en esta misma época, se crea la figura de promotor digital, el cual, a diferencia del tutor digital, este realiza cinco módulos mientras que aquel realiza tres módulos, otra diferencia es que el tutor digital atiende a una población en específico partiendo desde la necesidad de su propia comunidad y el promotor digital también elige el tipo de población, aunque su intervención llega a mayor número de personas, para la maestra González (2021) ambas figuras son igualmente importantes para el cierre de la brecha digital.

La maestra González (2021) considera que en el programa hay una gran fortaleza porque son los mismos prestadores de servicio social los que van definiendo cuales son las problemáticas de brecha digital en sus comunidades, esto ha permitido que el programa siga creciendo y tenga una base más fuerte del conocimiento sobre problemáticas muy específicas del cierre de brecha digital.

Al final de la entrevista la maestra González (2021) opinó que el programa a futuro tiene una posibilidad de seguir creciendo, quizás el modelo es el que se repite o se puede llegar a reproducir en otras universidades, es una expectativa que se tiene dentro del programa.

El programa UNAMITA inicia a través del servicio social, por lo cual es importante comprender la importancia de este como parte de la formación de los universitarios, a continuación, se expone una breve explicación del origen del servicio social en México.

1.2.1. Servicio social la formación como promotor digital

Según Guzmán & Valdez (2018) el servicio social en México tiene sus inicios en la época prehispánica con las comunidades que hacían trabajo colaborativo, fomentando asistencia y solidaridad. Después, durante la colonia, el servicio social se vuelve más asistencial con los misioneros, los cuales aminoraban las jornadas laborales de los indígenas al incluir actividades

que los sacara de la pobreza.

Algunos consideran que el servicio social toma sentido en los años 30 para atender a los sectores marginados que se originaron a partir de la Revolución Mexicana. Pero existe un antecedente “en 1886 se establece el servicio obligatorio al Estado durante tres años...Con ello se desarrolla el principio de una responsabilidad social pública.” (Guzmán & Valdez, 2018)

Justo Sierra fomentó la Reforma Integral de la Educación Mexicana, se enfocó en la relación entre las demandas sociales y la situación del país: requiriendo ayuda para los menos favorecidos y apoyo al desarrollo nacional. “El estado consideró que la educación sería el medio de transformación social, por ello en 1914 se establece el servicio social obligatorio para los universitarios, el cual inicia con la tarea de alfabetizar.” (Guzmán & Valdez, 2018)

Guzmán & Valdez (2018) señalan que en 1929 cuando se declara autónoma la Universidad Nacional, el servicio social se vuelve más relevante para el compromiso universitario y se fortalece un compromiso solidario con la sociedad para apoyar el crecimiento socioeconómico. Se convirtió en una obligación en la segunda década del siglo XXI para los estudiantes de educación media superior y superior que desean obtener un título.

En UNAM (2017) refiere que el servicio social es una actividad temporal - obligatoria que fomenta en el estudiante una continuidad:

En el ámbito formativo:

- Consolidar la formación académica.
- Poner en práctica los conocimientos adquiridos en las aulas.
- Adquirir nuevos conocimientos y habilidades profesionales.
- Aprender a actuar con solidaridad, reciprocidad y a trabajar en equipo.
- Conocer y tener la posibilidad de incorporarse al mercado de trabajo.

En el ámbito social:

- Tomar conciencia de la problemática nacional, en particular la de los sectores más desprotegidos del país.
- Extender a la sociedad los beneficios de la ciencia, la técnica y la cultura.
- Poner al servicio de la comunidad los conocimientos, habilidades y destrezas adquiridos.

En el ámbito retributivo:

- Reconocer el costo de la educación recibida y retribuir a la sociedad con acciones responsables.
- Privilegiar el compromiso adquirido con la sociedad, atendiendo las necesidades y problemas de los grupos vulnerables.
- Retribuir a la sociedad los recursos destinados a la educación pública.
- Poner en práctica las competencias adquiridas para realizar trabajo comunitario.

Dentro del Programa UNAMITA ¡Ciérrale a la Brecha Digital! tuve la oportunidad de participar como prestadora de servicio social para formarme como promotora digital, una experiencia que guía hacia el fortalecimiento de la solidaridad, sensibilidad y servicio a la comunidad.

El Curso de Formación de Promotores de Ciudadanía Digital 2020 contiene tres módulos titulados: Brecha y Ciudadanía Digital, Tecnología Digital, Promover la Alfabetización y Ciudadanía Digital.

Desde el comienzo del diplomado, los prestadores de servicio social nos encontramos inmersos en el planteamiento del problema y conforme van avanzando los módulos continuamos involucrados con el problema del conocimiento, haciéndose cada vez más interesante y atractivo, produciendo de acuerdo a Munguía & Salcedo, (1980) las siguientes características:

- Actitud crítica ante la realidad que lo rodea.
- Curiosidad intelectual.
- Inquietud ante la exposición endeble de conocimientos.
- Inconformidad ante las respuestas dadas a ciertas interrogantes.
- Voluntad y entusiasmo para llegar al fondo de los problemas de la ciencia.
- Perseverancia para no abandonar una investigación. (p. 10)

Dentro de la capacitación como promotores digitales según el Programa UNAMITA, ¡Ciérrale a la brecha digital! (2020) se abordan los siguientes conceptos: ¿Qué es ser un promotor?, ¿Cuál es el perfil del promotor digital? ya que se conforma de múltiples escenarios, los cuales son:

Se forma: El objetivo es promover, recibir una formación para adquirir elementos,

argumentos y justificación.

Investiga: Conocer las necesidades de la comunidad con base en la investigación.

Planea, organiza y coordina: Promover actividades para que la comunidad alcance el conocimiento, generando acciones para que lo logren. Contribuir a que se lleve a cabo lo planeado, organizar y coordinar, por ejemplo, una obra de teatro, una conferencia, etc.

Difunde y Divulga: Estas son algunas de las principales actividades del promotor, transmitiendo información veraz y de la manera más propicia.

Acerca: Es una de las características, acercar a los demás a reflexiones, conocimientos, dispositivos etc. Y además también a que puedan acceder a instituciones y servicios.

Motiva: El promotor debe motivar extrínsecamente a los demás para que deseen participar o aprender referente a lo que se les habla, informa o presenta.

Fortalece: El promotor fortalece otras acciones e iniciativas que ya se están realizando, las comparte para que otros las conozcan y las aprovechen.

En el Programa UNAMITA, ¡Ciérrale a la brecha digital!, 2020 obtuve las herramientas necesarias para desarrollar mis habilidades en promotoría digital que me permitieron fomentar una ciudadanía digital, así como sus nueve áreas, por lo que para darle promoción a la información de una de estas nueve áreas, la de riesgo, realizamos una conferencia en equipo a través de la página de Facebook del Programa UNAMITA, ¡Ciérrale a la brecha digital!: “Unamitadigital”, por lo que se inició con la investigación y elección de la población objetivo, dando como resultado el tema: “Riesgo en el uso de redes sociales en adolescentes” realizada el 11 de febrero de 2021, con un total, de 406 reproducciones hasta la fecha y 31 comentarios positivos apoyando el tema, algunas personas solicitando más temas como este. A partir de ello considero importante continuar con la investigación del presente trabajo, considerando como tema importante qué es la ciudadanía, por lo que, este se aborda en el siguiente capítulo.

2. Capítulo 2 Ciudadanía digital y riesgos en el uso de las redes sociales en adolescentes

2.1. Ciudadanía digital

De acuerdo con la revista Eduteka (2004):

La ciudadanía digital se entiende como las normas de comportamiento que los ciudadanos deben seguir al hacer uso de la tecnología. Se han detectado nueve áreas de comportamiento que lo conforman:

1. Netiqueta: (etiqueta) estándares de conducta o manera de proceder con medios electrónicos
2. Comunicación: intercambio electrónico de información
3. Educación: el proceso de enseñar y aprender sobre tecnología y su utilización
4. Acceso: participación electrónica plena en la sociedad
5. Comercio: compraventa electrónica de bienes y servicios
6. Responsabilidad: responsabilidad por hechos y acciones en los medios electrónicos
7. Derechos: las libertades que tienen todas las personas en el mundo digital
8. Ergonomía: bienestar físico en un mundo tecnológico digital
9. Riesgo: (autoprotección): precauciones para garantizar la seguridad en los medios electrónicos. (párr. 6)

Estas nueve áreas fomentan el comportamiento correcto y conforman la ciudadanía digital, ya que guían hacia la prevención de los problemas del uso, mal uso y abuso de la tecnología, por lo tanto, de acuerdo con la ONU (2015) es fundamental que actuemos con carácter moral y ético, para lograr, mantener y aumentar la dignidad, así como la capacidad y el bienestar de las personas en relación con los demás, con el medio ambiente, así como, ser partícipes en la construcción de la justicia social, mediante una educación humanista que integra múltiples dimensiones, como las sociales, éticas, económicas, culturales, cívicas y espirituales, (p.14). Estas acciones deben traspasar al mundo digital, por lo que es importante tener claro, qué es la ciudadanía, a continuación, su análisis.

2.1.1. ¿Qué es la ciudadanía?

En la ciudadanía se tiene que distinguir entre la ciudad de los hombres de la ciudad de Dios, lo privado de lo público, y se debe fomentar la creencia en la razón y la inteligibilidad⁵ del mundo, así como establecer la ley. La historia de la ciudadanía y la secularización⁶ de la moral guían hacia

⁵ Inteligibilidad: Lo racionalmente comprensible, lo pensable. (Ferrater, 1964, p.968)

⁶ Secularización: Proceso por el cual algo o alguien pierde su carácter religioso para pasar a ser laico. (*Word Reference*, 2021)

la laicidad. “La laicidad escolar consiste en ser independiente de todos los poderes o, entonces la enseñanza del civismo será la de la religión política del Estado.” (Antaki, 2000, p.124)

Para Antaki (2000) la ciudadanía se sujeta a tres condiciones:

1. La existencia de procedimientos que organizan la negociación.
2. La civilidad que permite manejar la tensión entre las diferencias sociales.
3. Las fuerzas de coherencia y de pertenencia. (p.111)

Antaki (2000) es de opinión que la virtud particular del ciudadano es el civismo porque encauza la relación del individuo a la cosa pública y postula las virtudes a la esfera privada. (p.121)

El civismo es una virtud que da origen a las demás virtudes, con una preferencia por el interés público, con un fondo de solidaridad colectiva. La ciudadanía se trata de los comportamientos cotidianos de negociación con uno mismo. “Los griegos decían que el ciudadano constituye la unidad del sujeto, que debe ser libre, para participar en la elaboración de la ley, y el individuo, que se somete y obedece a esta ley.” (Antaki, 2000, p.110)

La educación de la ciudadanía pasa por la educación de los derechos del hombre...la escuela debe transmitir el saber, las habilidades y las aptitudes, volverlos aptos para el ejercicio autónomo, el comportamiento responsable y la actividad creativa; educarlos para la libertad y la democracia, la tolerancia, el respeto de la dignidad del otro y el respeto de la convicción del otro; despertar en ellos una convicción pacífica que busca el entendimiento entre los pueblos, volver comprensibles las normas éticas y los valores culturales, alentar en ellos la disposición a la acción social y a la responsabilidad política, calificarlos para el ejercicio de los derechos y deberes en la sociedad, e informarlos sobre las condiciones del mundo del trabajo.(Antaki, 2000, p. 126)

Antaki (2000) refiere que, si se busca restaurar la ciudadanía por medio de la escuela, entonces la instrucción cívica debe convertirse en una disciplina seria, con programas que

relacionen todas las disciplinas escolares. La educación cívica y moral es una construcción progresiva de las civilizaciones. A los 18 años muchos alumnos se consideran ciudadanos. Para muchos estados la educación ciudadana pasa por la educación de los derechos del hombre que incluyen los derechos del niño.

De acuerdo con Antaki (2000) la enseñanza cívica tiene sus inicios con la práctica de la ciudadanía escolar, y continua en la educación secundaria, por medio de la enseñanza de las ciencias políticas y sociales, teniendo como objetivo la educación cívica nacional.

Para lograr una nación ciudadana se deben respetar dos exigencias, aceptar un campo público unificado y respetar las reglas de su funcionamiento. Por otra parte, la igualdad de la dignidad de cada quien. El civismo se compromete a lo colectivo, la mediación, el intercambio entre lo privado y lo público en el ejercicio de la ciudadanía. Las prácticas cívicas existen en el espacio público del “querer vivir juntos” compromisos, enfrentamientos, aceptar las leyes en nombre del interés general. Son nuestras propias negociaciones entre la relación de las situaciones individuales y las obligaciones. “El civismo es una actitud de adhesión que valora los aspectos del interés general, moviliza la capacidad de participación, de contribución, de reciprocidad de las personas...el deber confiere derechos, el derecho impone deberes y supone un compromiso positivo.” (Antaki, 2000, p. 110-111). Por lo tanto, es fundamental trascender la ciudadanía hacia lo digital, lo cual nos lleva a fomentar la construcción de la ciudadanía digital, a continuación, se aborda el tema.

2.1.2. Construcción de la ciudadanía digital

A inicios del siglo XIX se consideró a la educación cívica la base para el desarrollo democrático de las naciones, pues las sociedades liberales poco a poco las fueron incorporando. La formación ciudadana agregó los deberes y derechos de los ciudadanos. Por ello el concepto de educación cívica se ha ido sustituyendo por el de competencias ciudadanas “se reconoce como individuo cívicamente competente a aquel capaz de conocer, hacer y tener una actitud en un contexto determinado de actuación en los planos político, sociales y económicos.” (Gros. & Contreras, 2006, p.104)

Según Gros. & Contreras (2006) la OCDE y el Gobierno Español:

Reconocen la formación ciudadana como una competencia clave a ser desarrollada en la

educación. Habrán de considerarse los siguientes aspectos:

- Conocimiento y comprensión de la realidad social del mundo en que se vive y ejerce la ciudadanía democrática, a través de la incorporación de formas de comportamiento individual que capacitan a las personas para convivir en una sociedad cada vez más plural, relacionándose con los demás, cooperando, comprometiéndose y afrontando conflictos.

- Habilidades para la plena participación del ciudadano contemporáneo en aspectos fundamentales de la vida cívica, como la participación política, social y económica.

- Valoración de pluralidad, diversidad y participación del «otro». (p.105-106)

De acuerdo con Gros. & Contreras (2006) se busca la integración y participación de los ciudadanos en acciones democráticas en la propuesta de formación ciudadana:

- La educación sobre la ciudadanía. Pretende que los estudiantes tengan el conocimiento suficiente y comprensivo de la historia nacional, las estructuras y procesos del gobierno y la vida política. Esta mirada se acerca a los modos clásicos de educación cívica, donde los alumnos se involucran de manera vaga y tímida con sus compromisos ciudadanos.

- La educación a través de la ciudadanía. Sugiere que los estudiantes aprendan en forma activa, experimenten en la comunidad escolar, local y global.

- La educación para la ciudadanía. Incluye los enfoques precedentes al proponer que en los estudiantes se desarrolle un conjunto de herramientas (conocimiento-comprensión, habilidades y aptitudes, valores y disposiciones) que garantice su participación activa y sensible en roles y responsabilidades que asuman a futuro. (p.105)

Debe quedar claro que al hacer uso de la tecnología también es nuestra responsabilidad actuar con ciudadanía, con valores humanistas de la educación, los cuales son: “el respeto a la vida y a la dignidad humana, la igualdad de derechos y la justicia social, la diversidad cultural y social, y el sentido sentimiento de la solidaridad humana y la responsabilidad compartida de nuestro futuro común.” (ONU, 2015, p. 38)

Es importante abordar en estas páginas el tema de los derechos sexuales y derechos reproductivos que toda persona tiene, con el objetivo de que se ejerzan, ya que conocerlos nos permite respetarnos, defendernos y evitar ser vulnerables a los riesgos.

2.1.3. Derechos sexuales y derechos reproductivos

Para Avalos (2013) los derechos sexuales y reproductivos se refieren al derecho que tienen las personas a elegir sobre la reproducción y sexualidad de sí mismos, en el respeto a los demás.

Avalos (2013) es de opinión que los derechos reproductivos de toda persona, son el derecho a decidir libremente el número y esparcimiento de los hijos, también el derecho a tener acceso a los servicios de planificación familiar. Los derechos reproductivos han tenido buena aceptación ante la reivindicación de la maternidad por decisión y no como destino, por lo cual se decide entre tener o no hijos y acceder a métodos anticonceptivos.

En el artículo 4° de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos se establece que “toda persona tiene derecho a decidir de manera libre, responsable e informada sobre el número y esparcimiento de sus hijos.” (Avalos, 2013, p4) Pero son leyes que aún no incluyen la amplia gama de opciones de control de fecundidad, ni el derecho de la mujer a la posibilidad de decidir tener un aborto seguro.

Según el programa especial para CNDH (2017) menciona a Kate Millet pensadora feminista destacada quien opina que lo que sucede dentro del núcleo familiar trae consecuencias en lo social, ante las relaciones de poder que se encuentran en la base del resto de las estructuras de dominación.

A continuación, algunas cifras en las que basa sus afirmaciones Millet, recopiladas por Amnistía Internacional:

- 47 mil mujeres embarazadas mueren cada año por complicaciones derivadas de abortos en condiciones de riesgo.
- 14 millones de adolescentes dan a luz cada año, sobre todo, debido a relaciones sexuales forzadas y embarazos no deseados.
- Entre 100 y 140 millones de mujeres en África han sido sometidas a mutilación genital.
- Las mujeres y niñas de grupos marginados, tales como las de castas inferiores o que viven en la pobreza, las lesbianas y las mujeres trans-género enfrentan un enorme riesgo si tratan de ejercer sus derechos sexuales y reproductivos.
- El 30% de las adolescentes entre 15 y 19 años del mundo están casadas.
- En el mundo han sufrido agresión sexual cerca de 15 millones de niñas menores de 18 años.

- En la Unión Europea, una de cada tres mujeres ha sufrido agresiones o abusos sexuales desde los 15 años de edad.
- Nueve países en el mundo prohíben el aborto en todos los casos, incluso cuando éstos son espontáneos. Se obliga a dar a luz a niñas violadas y mujeres con enfermedades incompatibles con el embarazo tienen que elegir entre la posibilidad de morir y pasar años en la cárcel. (p.19)

Por ello los conceptos de salud sexual y salud reproductiva cobran relevancia, definidos por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como:

- **Salud Sexual:** “es un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad. Requiere un enfoque respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia.”
- **Salud Reproductiva:** “es un estado general de bienestar físico, mental y social, y no mera ausencia de enfermedades o dolencias, en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo, y sus funciones y proceso.” (CNDH, 2017, p. 19)

Según la CNDH (2017) en México el escenario de la violencia de género en contra de las mujeres es grave, pues algunos datos que arroja el INEGI e INMUJERES son:

- En México 47% de las mujeres de 15 años y más sufrió algún incidente de violencia por parte de su pareja durante su última relación.
- A 14 de cada 100 mujeres en México su pareja la ha golpeado, amarrado, pateado, tratado de ahorcar o asfixiar, o agredido con un arma.
- A 7.3% las han obligado a tener relaciones sexuales sus propias parejas.

Aunque se debe tener en cuenta que la violencia de género contra los hombres también es una realidad y no menos importante por ser menor numéricamente que la violencia contra la mujer. (pp.27-29). Para Avalos (2013) los derechos sexuales no solo se deben identificar como violación

de derechos, sino también definirse desde una perspectiva positiva, en la que se haga hincapié en el derecho a gozar plenamente de la sexualidad.

De acuerdo con la CNDH (2017) los derechos sexuales y reproductivos son:

- Derecho a la libertad y autonomía sexuales: incluye cualquier forma de expresión de la sexualidad que no afecte los derechos de otras personas y sea lícita.
- Derecho a la información y educación sobre sexualidad basada en evidencia científica.
- Derecho a la salud sexual, que no se refiere sólo a la ausencia de enfermedades o infecciones de transmisión sexual, sino a la posibilidad del disfrute pleno de la propia sexualidad, incluyendo los servicios de salud sexual y reproductiva y los insumos para su protección, como condones y los anticonceptivos, entre otros.
- Derecho a decidir libremente sobre ejercer o no la reproducción.
- Derecho a vivir conforme a la propia orientación sexual y a la libre expresión de la misma.
- Derecho a vivir conforme a la propia identidad de género y a la libre expresión de la misma.
- Derecho a la equidad sexual, libre de discriminación por sexo, género, orientación sexual, edad, origen étnico, clase social, discapacidad, etcétera.
- Derecho a la privacidad y la intimidad, incluyendo la relativa a la propia sexualidad.
- Derecho a procurar el placer sexual. Cualquier forma de obtener placer sexual es legítima, siempre y cuando no afecte los derechos de los demás y sea lícita. Además, es fuente de bienestar físico, psicológico, intelectual y espiritual.
- Derecho a la libre asociación sexual: la elección de pareja sexual, duradera o efímera es una cuestión individual y sólo está sujeta a la aprobación de la otra parte involucrada, incluyendo el matrimonio y el divorcio. (pp. 43-45)

Es importante ejercer nuestros derechos sexuales y reproductivos, para lograr una salud sexual y reproductiva, que toda persona merece.

A continuación, el tema de riesgos en el uso de las redes sociales en adolescentes, el cual nos corresponde a todos y todas conocer para contribuir a la prevención de estos riesgos en nuestra población adolescente.

2.2. Riesgos en el uso de las redes sociales en adolescentes

Flores (2008) es de opinión que se han incorporado en la vida cotidiana las nuevas Tecnologías de la Información y Comunicación en las que se pueden cometer acciones ilícitas con serias consecuencias para terceros esto puede ocurrir desde una habitación, un cyber o cualquier lugar y en cualquier momento miles de personas pueden cometer un delito contra la intimidad y el honor de otra persona.

Según Flores (2008) algunos ejemplos de conductas impropias son:

- Sensación de anonimato (“no pueden saber que soy yo”).
- Sensación de impunidad (“muchacha otra gente lo hace y no parece que les ocurra nada”).
- Contenidos de carácter audiovisual cada vez más fáciles y cómodos de crear, transmitir y publicar (ya se pueden subir desde el móvil sin pasar siquiera por el ordenador).
- Redes sociales crecientes en número, variedad y adeptos, con abundancia de datos y material gráfico, inviables para cualquier intento de supervisión estricta de las actividades de sus usuarios online.
- Herramientas o utilidades de “*hacking*” cada vez más sofisticadas y al alcance de un mayor número de internautas.
- Nuevas formas de delito que se expanden con suma celeridad y mutan incluso antes de que se hayan podido tomar medidas contra las mismas.
- Renovadas posibilidades de la Web 2.0, que hacen del internauta un protagonista cada vez más activo e influyente en la creación de contenidos de todo tipo. (p. 3)

En el 2014 fue aprobada la “Ley Olimpia” a nivel nacional, en la que se señala que se castiga con multas y sanciones específicas que van desde seis meses hasta doce años de prisión a quienes violen la intimidad sexual de otra persona y hasta nueve años “cuando el delito sea cometido por el cónyuge, concubinario o concubina, o por cualquier persona con la que la víctima tenga o haya tenido una relación sentimental, afectiva o de confianza.” (Robles, 2020)

Para Flores (2008) es deber de todos y todas prevenir situaciones como las siguientes:

⁷ *Hacking*: Es la actividad de usar una computadora para acceder a información almacenada en otro sistema informático sin permiso, o para propagar un virus informático. (*Cambridge Dictionary*, 2021)

- Delitos y transgresión de derechos
- Adultos con poca información y educación en temas de riesgo digital
- Adolescentes con poca o nula conciencia que se atreven a cruzar la línea
- Contextos en los que se facilita cometer delitos

Son situaciones en las que se dificulta una intervención, pero es imprescindible actuar cuanto antes, se puede comenzar con lo básico, es sencillo y puede dar resultados, se trata de informar, de promover la alfabetización y ciudadanía digital. (p.3)

De acuerdo con IkeepSafe (2018) los adolescentes deben ser capaces de lo siguiente:

- Pensar de forma crítica y evaluar sitios web, correos electrónicos y otros contenidos en línea.
- Protegerse a sí mismos de las amenazas en línea, como los hostigadores y las trampas.
- Reflexionar antes de compartir: qué, cuándo y con quién.
- Ser amables y considerados con otras personas en línea y respetar su privacidad.
- Pedir ayuda a los padres o a otros adultos de confianza si se encuentran en situaciones complicadas. (p.4)

A continuación, en la tabla 1 se publica el directorio de líneas telefónicas que brindan orientación y atención a personas en situación de violencia relacionada con la tecnología y en el próximo apartado se aborda el tema de adolescencia, para saber cuáles son los componentes durante esta etapa y realizar mejores intervenciones.

Tabla 1 Directorio de dependencias que ofrecen atención a víctimas de violencia en línea.

Dependencia	Numero de contacto	Redes sociales	Horarios
Línea de Ayuda en Ciberseguridad de INCIBE. (incibe, s/f)	017	WhatsApp: (900 116 117) Telegram: (@INCIBE017) Página web: https://www.incibe.es/linea-de-ayuda-en-ciberseguridad	De 9:00 a 21:00 hrs. durante todos los días del año (incluidos sábados, domingos y días festivos).
Policía Cibernética de la Comisión Nacional de Seguridad. (Secretaría de Seguridad, 2021)	088 Teléfono (conmutador de la SSEM): 2 75 83 00 Extensiones 12202, 12203, 12206 y 12207	Correo electrónico: cibernetica.edomex@ssedomex.gob.mx	Las 24 horas del día los 365 días del año
Comisión Nacional de Seguridad CNS. (Excélsior, 2019)	088	Twitter: @CEAC_CNS Email: ceac@cns.gob.mx App: PF Móvil	

<p>Para hacer una denuncia ante la Policía de Ciberdelincuencia Preventiva. (Excélsior, 2019)</p>	<p>Teléfono: 5242-5100 ext. 5086</p>	<p>Email: policia.cibernetica@ssp.df.gob.mx Twitter: @UCS_CDMX</p>	
<p>Instituto de Salud del Estado de México. (Instituto de Salud del Estado de México, 2018)</p>	<p>Teléfono: 800 10 84 053 (teléfonos privados, públicos o celulares, si se encuentra en cualquier parte de la República Mexicana.)</p>	<p>Página web: https://salud.edomex.gob.mx/istem/mujeres_situacion_violencia</p>	<p>Opera las 24 horas del día, los 365 días del año.</p>
<p>Instituto Nacional de las Mujeres INMUJERES. (GOBIERNO DE MÉXICO, s/f)</p>	<p>Teléfono directo: 01(55)53224260</p>	<p>Correo electrónico: contacto@inmujeres.gob.mx Página web: www.inmujeres.gob.mx</p>	<p>De lunes a viernes de 9:00 a 14:00 y de 15:00 a 18:00 hrs.</p>
<p>Comisión Nacional para prevenir y erradicar la violencia contra las mujeres CONAVIM. (GOBIERNO DE MÉXICO, 2022)</p>	<p>Línea háblalo: 01(800) 42 252 56</p>	<p>Correo electrónico: 01800hablalo@segob.gob.mx https://www.gob.mx/conavim#3970 Página web: www.conavim.gob.mx/</p>	<p>Las 24 horas del día, los 365 días del año.</p>

Nota. cuadro elaborado por el Autor.

2.2.1. Adolescencia

Para la mayoría de los autores que describen la adolescencia coinciden en “que los sistemas cognitivos (sistemas para el conocimiento) tienen un crecimiento por etapas y toman la teoría de J. Piaget como modelo. La idea central es que el pensamiento del niño cambia cualitativamente con la edad.” (Moreno, s/f, p.3)

Según Moreno (s/f) el concepto de etapa tiene 2 componentes:

- Un grupo de procesos psicológicos que surgen juntos durante períodos específicos del desarrollo.
- La secuencia de emergencia de cada uno de estos grupos es “fija” o “invariable”, esto es, en un orden constante. (p.3)

El desarrollo se da de la interacción entre el factor biológico de crecimiento genéticamente programado (maduración) y la experiencia con su alrededor. “Experiencia: todo suceso desde el medio intracelular hasta las interacciones del adolescente con su medio socio político. Este proceso es continuo durante toda la vida, aunque con cambios más marcados durante la infancia y la adolescencia.” (Moreno, s/f, p.3)

Moreno, (s/f) refiere que es un período que dura aproximadamente dos décadas, en el que se dan muchos procesos corporales, mentales y sociales que forman la unidad psicológica para que se dé el funcionamiento de la personalidad.

Es muy importante que los adolescentes gocen de salud mental, porque es un estado positivo y se le considera como la capacidad que tiene el individuo del grupo y del entorno de relacionarse entre sí para promover:

- Desarrollo óptimo para el empleo adecuado de las habilidades mentales.
- Bienestar subjetivo.
- El logro de metas individuales y colectivas que sean consistentes con la justicia y preservación de condiciones de igualdad fundamental. (Reporte sobre las Dimensiones Sociales de la Salud Mental, WHO, 1981, citado por Moreno, K. s/f)

De acuerdo con Moreno (s/f) la salud mental también se define como el desempeño exitoso del funcionamiento mental que culmina en:

- Actividades productivas.
- Relaciones satisfactorias con los demás.
- Capacidad de adaptación al cambio y de afrontar la adversidad; desde la infancia temprana hasta bien entrada la vida adulta.

La salud mental es la plataforma de despegue de las habilidades de pensamiento, comunicación, aprendizaje, crecimiento emocional, resiliencia y de la autoestima. (p.4-5)

La etapa de la adolescencia se define como el “desarrollo psicosocial que abarca de los 13 a los 19 años de edad, caracterizada por la repentina aparición de cambios biológicos y psicológicos, con objeto de lograr la individualidad y autonomía de la familia de origen para adaptarse a su rol como adulto en la sociedad donde vive. (Moreno, s/f, p.19)

Moreno (s/f) es de opinión que los cambios que se experimentan durante esta etapa son:

- Biológicos: pubertad, crecimiento físico, menarca (primera menstruación), desarrollo de caracteres secundarios.
- Psicológicos: paso del pensamiento concreto al abstracto, ideales, valores, principios y maduración de funciones mentales superiores. (p. 19)

Para Moreno (s/f) otra de las características durante la adolescencia son las principales tareas como:

- Desarrollar un sentido de productividad y competitividad.
- Contar con sólidos sentimientos de pertenencia con sus pares y con la sociedad.
- Desarrollar una firme creencia en el control de su destino en la vida mediante la seguridad y confianza básicas.
- El desarrollo de una personalidad estable.
- Lograr establecer una autonomía de su familia de origen aunado a un funcionamiento personal independiente. (p. 19)

“La estructura psíquica del adolescente tiene sus raíces en la niñez y de que muchas de las características que generalmente son consideradas típicas de la adolescencia aparecen y ya están

presentes durante la última fase de la niñez.” (Osterrieth, s/f, p. 1) El cambio sucede en algún momento entre los 11 y 14 años, aunque es imposible determinar el día preciso.

La adolescencia es un contexto armonioso que se produce entre los 11 y los 15 años, con profundas modificaciones afectando el equilibrio orgánico y la estructura intelectual, la integración social y afectiva, así como la imagen que el individuo tiene de sí mismo y del ambiente. “El adolescente vive dentro de sí mismo, tratando de encontrarse a través de los demás...y siendo su propia persona el principal centro de interés.” (Osterrieth, s/f, p. 2) El joven adolescente está cambiando y se mira así mismo cambiar, se encuentra atento a su transformación. No se conforma con sufrir los cambios, él mismo desea emprenderlos.

Según Osterrieth, (s/f) las transformaciones somáticas comienzan aproximadamente a los 10 años en la niña y a los 12 en el varón y en la mayoría de los casos se considera la principal característica de la entrada de la adolescencia y la motivación de los cambios propios de esta edad. Es importante señalar los enormes efectos psicológicos, un ejemplo de estos efectos psicológicos es el que se provoca por el cambio que experimentan los varones al duplicarse su fuerza muscular entre los 12 y 16 años, ya que cambia su conducta pues es más enérgica más expansiva, lo que genera más confianza en sí mismo.

Osterrieth, (s/f) es de opinión que en estas nuevas capacidades se aproxima la posibilidad de igualarse a su padre, y aún de superarlo en actividades físicas, por lo que modificará su propia imagen, pero también la que tiene de su padre, anteriormente de insuperable prestigio. Y a su vez el padre cambiará la idea que tiene de su hijo. Cambiará la imagen de sí mismo en relación con su hijo.

Cada característica de la pubertad de transformación orgánica, como el aumento de la estatura y del peso, de mayor sensibilidad del olfato, del gusto, tacto, de modificaciones en la estructura de la piel, de aparición de características sexuales secundarias o del desarrollo del aparato genital. Estos cambios tienen sus efectos en el nivel del comportamiento. (Osterrieth, s/f, p. 2)

Las transformaciones del individuo requieren de una actitud, y se las juzga e integra en relación al marco de referencia intelectual, social y moral. “Un buen ejemplo lo ofrece el frecuente

fenómeno de la masturbación, evidentemente asociado con la “resensualización” de la pubertad”. (Osterrieth, s/f, p. 3)

En la obra de Jean Piaget y sus colaboradores se demostró la profunda evolución en las estructuras intelectuales entre los 11 y los 15 años. Evolución que se caracteriza por la aparición de la lógica y por el paso de lo concreto a lo hipotético deductivo en los procesos de pensamiento. (Osterrieth, s/f)

La mayoría de los adultos...A menudo reaccionan con observaciones irónicas o con medidas coercitivas que solo pueden suscitar la agresividad y reforzar la oposición de los jóvenes. Estos comienzan a juzgar a los adultos con creciente perspicacia; tratan de sorprenderlos contradiciendo principios por ellos sostenidos o de desenmascarar sin empacho⁸ las hipocresías de la sociedad adulta... Si el adulto no es capaz de ser comprensivo y generoso y mantenerse sereno, pueden producirse violentas tensiones. (Osterrieth, s/f, p. 5)

El joven ve favorablemente a algunos adultos, aquellos que son capaces de escucharlo, de tomarlo en serio, quienes lo tranquilizan y representan nuevos valores, opuestos a los del contexto familiar, y que coinciden con sus propias preocupaciones. “No es posible exagerar la importancia de estas personas mayores cuya conducta y cuyas actitudes suscitan ecos en la conciencia del adolescente y cuyo ejemplo le permite aclarar sus propias aspiraciones.” (Osterrieth, s/f, p. 5)

En opinión de Osterrieth, (s/f) entre sus pares encuentra al *alter ego* que es su contraparte, también un espejo: el amigo preferido, se desarrolla un intenso apego a alguien del mismo sexo finalmente es en el amigo en quien encuentra a una persona que lo toma realmente en serio, quien lo comprende y a quien cree comprender. Enseguida se expone el tema de educación sexual.

2.2.2. Educación sexual en los adolescentes

Méndez (s/f) refiere que algunas personas utilizan internet como un recurso de alfabetización, otros, los más pequeños lo usan como una forma de socialización sin la reticencia

⁸ Empacho: Cortedad, vergüenza, turbación. (Real Academia Española, 2021)

adulta. Internet es una red de redes que permite a las personas entrar, buscar y encontrar lo que necesiten con la ventaja del anonimato, lo cual hace posible buscar las más íntimas curiosidades, como las sexuales. (Méndez, s/f)

La ley de la oferta y la demanda está en internet. “La industria del sexo copa⁹ uno de los primeros lugares en dominios y espacios, así como en tecnología software para su difusión. Es una de las áreas temáticas con más beneficios económicos del ciberespacio.” (Méndez, (s/f), p. 10) pues en un buscador al solicitar un sitio web con palabras de interés general se detecta que los espacios relacionados con el sexo son de los primeros lugares.

El sexo ocupa un lugar importante: buscadores, páginas, chats eróticos que informan, forman y conforman en esta ocasión una nueva forma de iniciación sexual para jóvenes y adultos a pesar de los sistemas de protección existentes en algunas webs que impiden la entrada a menores. (Méndez, (s/f), p. 10)

Méndez, (s/f) refiere que el ciberespacio hace posibles encuentros sexuales virtuales por medio de videocámaras.

Es una práctica elegida por algunos adultos, pero llega a trascender al mundo infantil y adolescente. “No se puede perder de vista que hay usuarios sin escrúpulos que, en entornos de chats juveniles, buscan y captan a jóvenes e ingenuos navegantes que, atraídos por la curiosidad, entran en círculos de pedófilos.” (Méndez, (s/f), p. 11) Los jóvenes socializan en internet, por ello es de gran importancia que los adultos los orienten en este ambiente social, “por muy virtual que pueda parecer y están obligados a salvar la brecha digital que les separa de las tecnologías y con ellas, de los nuevos lugares de socialización de sus hijos y/o alumnos.” (Méndez, (s/f), p. 11)

La educación sexual debe ir rompiendo tabúes y proporcionar información y elementos para integrar la sexualidad, el conocimiento de su cuerpo, respeto a la intimidad, valores, creencias, principios a las/los adolescentes.

Caricote (2008) refiere que hay relación entre nuestras actitudes sexuales y nuestras

⁹ Copa: Acaparar la atención o el interés. (*Word Reference.com*, 2021)

emociones, y cuando estas no se expresan apropiadamente se crea una barrera entre los miembros de una pareja que interfiere en las actitudes sexuales positivas, por ello es importante que los/las madres/padres antes de iniciar una educación sexual hacia sus hijos/as deben autoevaluarse y preguntarse ¿Me siento bien con mi propia sexualidad? Ya que nuestras actitudes, creencias, miedos de nuestra propia sexualidad influyen en lo que enseñamos a nuestros hijos/as sobre sexo y sexualidad.

El concepto sobre salud sexual dado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), la define como la integración de los aspectos somáticos, emocionales, intelectuales y sociales del ser sexual en formas que enriquecen positivamente y que mejoran la personalidad, comunicación y el amor. (Caricote, 2008, p. 9)

Según Caricote, (2008) es importante llevar a cabo las siguientes recomendaciones:

- Que a través de la educación sexual se combata los mitos, tabúes y supersticiones y la actitud represiva que aún se cultiva en lo referente al sexo.
- La participación de todos/as en el diseño y la puesta en práctica de los programas de educación sexual del Sistema Educativo y Salud.
- Alfabetizar a los padres/madres en temas de sexualidad, a través de talleres con discusión grupal.
- El apoyo del Estado para disminuir los factores de riesgo en las/los jóvenes como la violencia, embarazo en adolescentes, abortos, ITS, etc. (pp. 9-10)

Ahora que sabemos la importancia de dar inicio con la educación sexual es fundamental involucrarse en los espacios virtuales, como lo son las redes sociales, las cuales se describen a continuación.

2.3. Redes Sociales

Cancelo, S. & Gonzales, M. (2015) citan a Elison (2007) ya que define a las redes sociales en línea como servicios basados en la web que permiten a los individuos:

- Construir un perfil público o semipúblico dentro de un sistema delimitado.
- Articular una lista de otros usuarios con quienes comparten una conexión.

- Ver y recorrer su lista de conexiones y las hechas por otros dentro del sistema. La naturaleza y la nomenclatura de estas conexiones pueden variar de un sitio a otro.

Cancelo, S. & González, M. (2015) refieren que las redes sociales son parte de nuestra rutina y las personas han hecho su propio espacio en la red, las redes sociales en la internet hacen posible un acceso directo entre usuarios. Las actividades en las redes sociales y sus usos son:

- Vías de comunicación directa: con cualquier usuario, a cualquier hora, sin necesidad de la intervención de un tercero.

- Cooperación: los ejemplos más significativos de esta clase de transmisión de información son los terremotos en Chile y en Haití, pues a través de las redes sociales, hubo comunicación entre ellos y el mundo, debido a la magnitud del temblor, medios como el teléfono e incluso las televisoras locales dejaron de funcionar. Asimismo, también se utilizan como medios para divulgar información acerca de eventos colectivos, como el ejemplo de la manifestación masiva en apoyo a los padres de los niños fallecidos en la guardería ABC.

- Comunidad: en cuanto a su alcance a usuarios y miembros. (Orihuela, 2008, citado por Cancelo, S. & Gonzales, M. 2015)

Arellano, (2017) opina que hacer uso de las redes sociales tiene muchos beneficios como la búsqueda de información e interacción entre los estudiantes, pero también tiene desventajas como ser víctimas de acoso. El uso de facebook la red social más popular, aumenta los riesgos a los que se exponen.

Las redes sociales más conocidas son:

- Facebook
- You tube
- Facebook messenger
- Twitter
- Google+
- Whats app
- Instagram
- LinkedIn

- Pinterest, etc. (Forbes, 2016, citado por Arellano, 2017)

En el siguiente apartado veremos cuáles son los tipos de riesgos más comunes a los que se enfrenta la población adolescente en las redes sociales.

2.4. Tipos de riesgos más comunes en las redes sociales

El uso de las tecnologías de la información desencadenó nuevos riesgos para individuos y comunidades. En el ciberespacio se generan grupos e individuos con malas intenciones que atentan contra personas vulnerables, un ejemplo es el *ciberbullying* (o ciberacoso) que perjudica en mayor medida a niños y adolescentes. “Los resultados psicológicos y emocionales son parecidos a los del acoso escolar tradicional. Sin embargo, éste suele terminar cuando el alumno regresa a su casa; mientras que el ciberacoso puede continuar todo el día.” (Mckinsey & Company, 2018, p. 49)

Según Mckinsey & Company, (2018) en los datos estadísticos del INEGI más del 25% de mexicanos entre 12 y 19 años reportan haber sufrido ciberacoso y aun mayor el riesgo se incrementa en las niñas y mujeres en el mismo rango de edad, porque el 28% han sido víctimas.

Es un fenómeno en México que se incrementa en múltiples formas: llamadas, mensajes, contenido multimedia, robo de identidad y publicación de información personal, una de las características comunes de estos ataques son el anonimato, pues casi el 80 % de los jóvenes que han padecido ciberacoso reportan no saber la identidad del atacante. “El impacto de este delito no debe ser subestimado; cerca del 60% de suicidios entre adolescentes en México están vinculados con diversos tipos de bullying, incluyendo el ciberacoso.” (Mckinsey & Company, 2018, p. 49)

En GOBIERNO DE MÉXICO (2019) se mencionan algunos tipos de riesgo en la red:

- Momo: Es un personaje con un perfil de números desconocidos que solicita información personal y propone retos que pueden poner en riesgo a niñas, niños y adolescentes.
- Los riesgos detrás de este tipo de juegos pueden ser:
 - Incitar a la violencia
 - Extorsión
 - Ciberacoso
 - Trastornos físicos y psicológicos

- Dame tu clave de Face “La Nueva Prueba de Amor”:
- Celos
- Maltrato
- Violencia
- *Sexting*: Es el envío de mensajes de tipo sexual o eróticos por medio de dispositivos móviles.
- *Grooming*: Es una práctica de acoso que una persona adulta desarrolla para ganarse la confianza de una niña, niño o adolescente, a través de internet para obtener concesiones de índole sexual voluntarias o forzadas.
- Uso excesivo: Según is4k Internet Segura *For Kids* (s/f) el uso excesivo ocurre cuando se da una inclinación desmedida al usar la tecnología, causa dependencia y limita la libertad.

Las características de los hábitos excesivos son:

- Intenso deseo, ansia o necesidad incontrolable de estar conectado a la red.
- Malestar e irritabilidad ante la falta de conexión con las TIC.
- Negación de padecer uso excesivo.
- Dependencia de la acción placentera (necesidad de gratificación y aprobación social).
- Perdida o descuido de los intereses y las actividades habituales.
- Descontrol progresivo sobre la propia conducta.

Algunas medidas preventivas son:

- Evitar la ansiedad.
 - ❖ Cambiar por actividades deportivas o al aire libre, además permitirá descansar la vista y la postura.
- Gestionar adecuadamente el tiempo.
 - ❖ Hacer uso de pactos familiares o herramientas de control parental.
- Priorizar las actividades diarias básicas.
 - ❖ Respetar los horarios para cubrir las necesidades como comer o dormir, no supeditarlos al uso no justificado de internet y dispositivos.
- No distraerse y fijar objetivos
 - ❖ Al utilizar internet para cuestiones escolares no distraerse con el uso de redes

sociales concentrarse en el objetivo.

- Mantener el contacto real con los demás.
 - ❖ Cuidar las relaciones sociales no solo en internet sino también en persona, es importante no perder su entorno social real.
- Dar el ejemplo.
 - ❖ Actuar de forma coherente de autocontrol con los dispositivos.

Para mayores recomendaciones consultar el anexo G.

El nivel de dependencia al móvil está en incremento, en Hacerfamilia (2022) se menciona que han surgido nuevas formas de adicción, como las siguientes:

- *Nomofobia*: es la angustia o fobia a estar alejado del celular o quedarse sin batería, “es el control continuo del teléfono para verificar si hay notificaciones, mantenerlo encendido las 24 horas del día, llevarlo a la cama, usarlo en la mesa o en el trabajo”. (Hacerfamilia, 2022)
- *Vamping*: es el uso del móvil durante la noche, haciendo uso del chat o juegos, ya que permanecen conectados a altas horas de la noche o toda la noche, actuando como vampiros, de ahí el nombre, porque se activan por la noche y durante el día se encuentran sin energía. Es un riesgo que afecta la salud, ya que quienes lo padecen no logran conciliar el sueño de acuerdo a los hábitos adecuados para descansar bien.
- *Phubbing*: es la actitud de ignorar a las personas que se encuentran alrededor por pasar demasiado tiempo ocupados con el control obsesivo del móvil, quienes resultan mayormente afectados por este fenómeno es la pareja, porque se llega al punto de excluir a la otra persona, provocando frustración e insatisfacción, convirtiéndose en problemas importantes.
- *Phonbie*: es un concepto que fusiona los términos “*phone*” (teléfono) y zombi, porque algunos de los comportamientos y actitudes son “no levantar la mirada del móvil, pasar de un dispositivo a otro, no prestar atención a lo que ocurre en nuestro alrededor, ignorar a otras personas.” (Aguayo, L. 2019) ya que, refleja la posible dependencia que los dispositivos móviles pueden crear.
- *Sharenting*: según Aguayo, (2019) es un término entre las palabras en inglés *share* (compartir) y *parenting* (crianza) lo cual significa que es la práctica de compartir

públicamente la vida de los hijos e hijas en la red, pues es cada vez más habitual que madres, padres y hasta los abuelos pongan en riesgo la imagen de los menores.

- *El Cyberbullying o ciberacoso*: De acuerdo con Serrano (2015) es el acoso e intimidación entre pares con agresiones frecuentes para excluir a la víctima, se da a través de medios electrónicos como el correo electrónico, mensajería instantánea, teléfonos móviles y redes sociales. Las agresiones contra la víctima son insultos, amenazas, uso de lenguaje soez, calumnia y el rumor para humillar y denigrar, con el agravante de que llega a una gran audiencia. “Para que se de cualquier forma de acoso, debe repetirse en el tiempo, haber una diferencia de poder, intención y percepción de daño”. (Aguayo, L. 2019)

Las recomendaciones en caso de que un menor sea víctima de *ciberbullying* son:

- No responder los mensajes, ignorarlos.
- Sacar inmediatamente capturas de pantalla de la agresión.
- Buscar ayuda de padres, amigos, profesor/a o un adulto de confianza.
- Bloquear al agresor.
- Ser discreto con los contenidos que sube a internet.
- Apoyar a la víctima ofreciendo respeto, confianza y seguridad.

Lo mejor es:

- No responder
- Bloquear a la persona
- Denunciar al hostigador: contarles a los padres, al profesor o hermano, o a cualquier persona de confianza, y usar las herramientas del servicio o la app para denunciar la publicación, el comentario o la foto agresiva.
- No contraatacar al agresor
- Denunciar el acoso. (IkeepSafe, 2018)

- *Doxing*: Es la práctica de investigación y publicación de la información de una persona, hacen uso de buscadores, bases de datos, redes sociales o métodos de ingeniería social su propósito es intimidar, humillar o amenazar, “Cuando se hace pública la información, en ocasiones la persona comienza a recibir mensajes a su número telefónico, perfiles en redes sociales, amenazas en el domicilio o lugar de trabajo, escraches o agresiones sexuales y,

por tanto, puede convertirse en una situación de ciberacoso”. (Aguayo, L. 2019)

- *Gaslight* o luz de gas: según Aguayo, (2019) sucede cuando se busca hacer dudar a una persona de su propia realidad, memoria, percepción y/o cordura, a través de manipular su autopercepción.
- *Fake news*: para Aguayo, (2019) es la creación de noticias falsas para desinformar o manipular a la población.
- *Cyberbating* (ciberhumillación): este es un fenómeno que practican los jóvenes, ya que consiste en grabar o fotografiar a sus profesores para difundir las imágenes y burlarse de ellos. (Aguayo, L. 2019)
- Perfil falso: existen muchos en la red, con la intención de distribuir publicidad o robar información de los usuarios (Iniseg.es, 2020). Lo más seguro es no responder, si se decide responder lo más conveniente es ver primero qué se puede averiguar sobre esa persona. (IkeepSafe, 2018)
- *Phishing*: los ciberdelincuentes que ponen en circulación el *phishing*, utilizan la ingeniería social para obtener información personal y bancaria de los usuarios suplantando a una entidad legítima como puede ser un banco, una red social, una entidad pública, etc. (Aepd, incibe & OSI., 2019) Lo mejor es no hacer clic en enlaces que se reciben a través de un mensaje para acceder a un sitio web en el que se tiene que identificar o facilitar información personal. (Aepd, incibe & OSI., 2019)
- Suplantación de identidad y las trampas: “ocurre cuando una persona finge ser alguien de confianza en un correo electrónico, un mensaje de texto o cualquier otro medio de comunicación en línea para intentar robar información, como tus datos de acceso o tu cuenta, también pueden infectar tu computadora con virus.” (IkeepSafe, 2018, p.25) ya que buscan cometer algún tipo de fraude, cyberbullying o Grooming.

Lo que se debe hacer es:

- No entrar en pánico.
- Contarles inmediatamente a los padres de familia, maestros o a cualquier adulto de

confianza.

- Si se cae en una trampa, se debe avisar a amigos y contactos de inmediato, ya que ellos podrían ser los próximos objetivos.
- Si es posible, usar las opciones de configuración para denunciar el mensaje como spam.
- Cambiar las contraseñas de las cuentas en línea.
- *Catfishing*: se refiere a la creación de una cuenta o identidad falsa en redes sociales con la intención de engañar a las personas para lograr adquirir información personal, haciéndoles creer que conversan con una persona o cuenta real. (Aguayo, L. 2019)

Estos son algunos de los riesgos más comúnmente tipificados, para conocer más sobre el tema se debe consultar el diccionario de términos relacionados con el ciberacoso y otros riesgos en internet de Aguayo, L. (2019).

Otro de los temas de preocupación pública es el de violencia a través de las tecnologías contra las mujeres en México, ya que según Barrera & Rodríguez (2017) está tomando fuerza y se ha incrementado, lo que ha llevado a la construcción de campañas, propuestas y modificaciones legislativas.

La violencia contra las mujeres relacionada con la tecnología se define como:

Actos de violencia de género cometidos, instigados o agravados, en parte o totalmente, por el uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC), plataformas de redes sociales y correo electrónico; y causan daño psicológico y emocional, refuerzan los prejuicios, dañan la reputación, causan pérdidas económicas y plantean barreras a la participación y pueden conducir a formas de violencia sexual y otras formas de violencia física. (Asociación para el progreso de las Comunicaciones, p. 11, citado por Barrera & Rodríguez, 2017)

Barrera & Rodríguez (2017) señalan que Social TIC, Luchadoras y la Asociación por el Progreso de las Comunidades presentan la tipología de trece tipos de ataques de violencia en línea contra las mujeres, elaborado a partir de la documentación y acompañamiento de mujeres víctimas de violencia relacionada con la tecnología:

1. Acceso no autorizado (intervención) y control de acceso.
2. Control y manipulación de la información.
3. Suplantación y robo de identidad.

4. Monitoreo y acecho.
5. Expresiones discriminatorias.
6. Acoso.
7. Amenaza.
8. Difusión de información personal o íntima sin consentimiento.
9. Extorsión.
10. Desprestigio.
11. Abuso y explotación sexual relacionada con las tecnologías.
12. Afectaciones a canales de expresión.
13. Omisiones por parte de actores con poder regulatorio.

A continuación, en la tabla 2, se presenta la herramienta de privacidad y seguridad.

Tabla 2 Cómo hacer uso de la privacidad y seguridad.

PRIVACIDAD Y SEGURIDAD	SITUACIÓN DE RIESGO	USO DE LA PRIVACIDAD Y SEGURIDAD
“Piensa antes de publicar”	<p>-La publicación</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Puede ser vista por terceras personas ● Siempre puede haber una pérdida de control. <p>-El perfil en una red social no debería ser una puerta abierta a la intimidad personal.</p> <p>-La Reputación digital es importante para mantener una presencia positiva.</p> <p>-Empresas, compañeros de trabajo, amigos, etc. se crean una imagen de acuerdo a la información personal</p>	<p>-Cuando se utilice una app o un sitio web, buscar una opción similar a “Mi cuenta” o “Configuración”. Allí se encuentra la configuración de privacidad y seguridad que permitirá decidir:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Qué información se puede ver en el perfil. ● Quién puede ver las publicaciones, las fotos, los videos o cualquier otro contenido que se comparta. ● Recibir alertas si alguien intenta acceder a la cuenta desde un dispositivo desconocido. ● Habilitar la verificación de dos factores y la verificación en dos pasos. ● Configurar la información de recuperación en caso de que pierdan el acceso a su cuenta. ● Conocer quién tiene acceso a las publicaciones. ● Saber quién te puede etiquetar. ● Si tu perfil está visible a los buscadores de Internet. ● Conocer la geolocalización de las publicaciones, etc. <p>-La reputación personal o social y la reputación digital van unidas. (Aepd, incibe & OSI., 2019)</p>

publicada en internet. (Aepd, incibe & OSI., 2019)

Aprender a realizar trámites online de manera segura. El desconocimiento de ciertos aspectos de seguridad provoca que se cometan errores, ser víctima de algún fraude o simplemente no hacer nada por miedo. (Aepd, incibe & OSI., 2019)

-Preparar el dispositivo para realizar distintos trámites:

- Instalar un antivirus.
- Actualizarlo para detectar las últimas amenazas que circulan por la red.
- Mantener actualizados y configurados el equipo, programas y navegador.
- Cada usuario debe tener su propia cuenta.

-Para realizar trámites online:

- NO utilizar redes wifi públicas.
- Mejor utilizar el 3G/4G del móvil o la wifi de casa.
- Comprobar que la red wifi está correctamente configurada para evitar que desconocidos se conecten a ella.

-Asegurarse que se está en la web que se quiere estar:

- Fijarse en la URL, ésta empezará por https y mostrará un candado en la barra de direcciones.
- Cuando se haga clic sobre dicho candado, la URL también deberá estar bien escrita.

-Gestiones con la banca online o la administración pública

-
- Mantener en secreto las contraseñas de acceso. No guardarlas escritas ni compartirlas con nadie.
 - No responder nunca a correos que soliciten datos personales y/o bancarios.
 - Ante cualquier duda, contactar directamente con el banco o el servicio público para solucionar el problema.

-Compras online

- Comprobar si el precio mostrado es el final o si hay que sumarle otros impuestos o cargos adicionales.
- Averiguar las formas de pago permitidas.
- Consultar las opiniones que otros usuarios tienen sobre la página web o el vendedor mediante búsquedas en la red.
- Revisar las condiciones de envío e identifica la política de devoluciones. (Aepd, incibe & OSI., 2019)

Realizar copias de seguridad

-Algunas causas de la pérdida de información son:

- El borrado accidental.
- Acción de algún virus.
- Pérdida, accidente o robo del dispositivo.

-Consejos y recomendaciones:

- Seleccionar la información que bajo ningún concepto le gustaría perder.
- Elegir los soportes donde se almacena la información.
- Hacer la copia de seguridad.
- Repetir las copias periódicamente. (Aepd, incibe & OSI., 2019)

- Que el dispositivo deje de funcionar correctamente. (Aepd, incibe & OSI., 2019)

Decidir sobre los datos personales ¿Conoces tus derechos?

Cualquier información que te identifique o permita que alguien lo haga es un dato personal, como son el nombre y apellidos, DNI, correo electrónico o dirección IP. (Aepd, incibe & OSI., 2019)

Se recomienda consultar la guía para el ciudadano sobre el derecho fundamental a la protección de datos elaborada por la AEPD <https://www.aepd.es/sites/default/files/2020-05/guia-ciudadano.pdf> o visitar el canal del ciudadano disponible en su *web*: www.agpd.es. (Aepd, incibe & OSI., 2019)

Proteger adecuadamente los dispositivos

-El riesgo de pérdida o robo siempre va a existir.

-Apps maliciosas: Elimina o utiliza los datos sin que se sepa.

-Redes wifi públicas: pueden no ser seguras, o no cifran la información, además se desconoce quién está

- En caso de Robo/extravío:

- Bloqueo de pantalla
- Cifrar la información: Es un método para convertir en ilegible determinada información o mensaje, haciendo uso de una contraseña, código o PIN necesario para descifrarlo. Se puede utilizar:
 - ❖ Descargar de Internet aplicaciones externas y gratuitas.
 - ❖ Existen aplicaciones para los teléfonos móviles y tabletas.
- Herramientas de seguridad: Te ayudan a:

conectado a esa misma red y con qué fines. (Aepd, incibe & OSI., 2019)

- ❖ Localizar el dispositivo
- ❖ Bloquearlo
- ❖ Eliminar información almacenada.

-Apps maliciosas; Realizar solo descargas seguras:

- Utilizar tiendas de apps oficiales
- Valoración y los comentarios que los usuarios han hecho de la app.
- Herramienta antivirus detecta posibles apps maliciosas.

-Redes wifi públicas; Si se usan:

- No intercambiar información privada o confidencial.
- No conectarse al servicio de banca online.
- No realizar compras. (Aepd, incibe & OSI., 2019)

Nota. cuadro elaborado por el Autor.

IkeepSafe (2018) refiere que es importante que los adolescentes adquieran las habilidades necesarias para garantizar su seguridad en el ambiente digital. El uso inteligente y seguro de la tecnología permitirá a los adolescentes lograr su propio aprendizaje, explorar y prevenir los riesgos digitales. En el próximo capítulo se analiza el tema de experiencia y educación desarrollado por John Dewey, ya que es un excelente método de aprendizaje, para dar a conocer el problema de los riesgos en el uso de redes sociales.

3. Capítulo 3 Propuesta de webquest “Adolescente prevenido vale por dos”

3.1. John Dewey “Experiencia y educación”

En el siglo XX surge la dimensión psicológica de una teoría de la experiencia, la cual señala que, es de gran importancia la experiencia en el desarrollo del aprendizaje, para John Dewey citado por Díaz Barriga (2005) la perspectiva de la experiencia es que esta debe “provocar la curiosidad, fortalecer la iniciativa, crear deseos y propósitos suficientemente intensos para elevar a la persona sobre puntos muertos del futuro. Cada experiencia es una fuerza en movimiento”. (p. 115)

John Dewey refiere que el proceso experiencial de cada quien debe ser utilizado para anclar nuevas experiencias, a través de un método de enseñanza indirecto, de descubrimiento, reflexivo y experimental. Las actividades que diseñe el docente deben basarse en las situaciones de vida, que fomente el sentido de identidad de cada persona para que contribuyan y participen en una comunidad de vida que también sea cooperativa, que adquieran la responsabilidad de actuar, para una mejor sociedad. (Beltrán, F. 2000)

Al inicio de la experiencia en desarrollo, se le llama pensamiento y este es la experiencia, “pensar es el método del aprendizaje inteligente...el pensamiento es método, el método de la experiencia inteligente”. (Dewey, 1979, p 213) Por lo que es necesario generar una situación empírica real para dar inicio al pensamiento. La experiencia se define como: “tratar de hacer algo y percibir que la cosa le haga a uno algo a cambio”. (Dewey, 1979, p 213)

Según Dewey (1979) se les debe proporcionar algo que hacer a los alumnos en lugar de algo que aprender, y ese hacer exige reflexión o atención intencional a las conexiones, por lo que el resultado es el aprendizaje. Además, ese hacer debe partir de situaciones o experiencias personales, es decir de un problema.

Es en este momento que surge el estímulo y “dirige la observación de las conexiones que comporta y que conduce a la deducción y a su comprobación”. (Dewey, 1979, p 215)

En opinión de Dewey se continúa entonces con la necesidad de búsqueda activa, por lo que se hace uso de material para lograrlo, por ello en el presente trabajo se diseña la webquest como material didáctico basado en un problema, el de los riesgos en redes sociales en adolescentes, con la intención de generar un análisis reflexivo.

Solo peleando con las condiciones de un problema desde el principio, buscando y averiguando cual es el camino, consigue pensar...el goce que experimentan es la alegría de la constructividad intelectual...sino puede idear una solución propia...y encontrar el camino por sí solo no aprenderá por más que pueda recitar alguna respuesta correcta con una precisión del cien por ciento. (Dewey, 1979, p 219).

Para Fajardo (2014) la educación del siglo XXI debe hacer uso de los recursos tecnológicos para la construcción del aprendizaje, ya que este, se logra a través de actividades ligadas al medio cultural, además también debe fomentar el desarrollo de habilidades comprensivas, y procesos superiores de pensamiento. Una actividad que contribuye a lograr la construcción de aprendizajes a través del uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación son las webquest, por lo que en el siguiente tema se desarrolla su definición, ya que más adelante se presenta la propuesta.

3.2. ¿Qué es la webquest?

En (1995) Dodge define a la webquest de la siguiente manera:

Una webquest es una actividad orientada a la investigación en la que parte o toda la información con la que interactúan los alumnos proviene de recursos en Internet, opcionalmente complementados con videoconferencias (p.1).

March, (2004) la define como:

Una webquest es una estructura de aprendizaje que utiliza enlaces de recursos esenciales en la *World Wide Web* y una tarea auténtica para motivar a los estudiantes a investigar una pregunta abierta, desarrollar la experiencia individual

y participar en un proceso grupal que transforma la información recién adquirida en una comprensión más sofisticada. Las mejores webquest inspiran a los estudiantes a ver relaciones temáticas más ricas, a contribuir al mundo real del aprendizaje, y a reflexionar sobre sus propios procesos metacognitivos.

Otra definición es la que ofrece Gros y Contreras, (2006):

Es una herramienta procedimental y metodológica que permite que el alumno desarrolle la tarea de búsqueda o investigación, con supervisión en los pasos a seguir. (Paralelamente, gozan de autonomía para visitar algunas páginas y para la elección de la forma de resolver ciertas situaciones.) En ella se estructura la actividad a partir de ciertas secuencias que el alumno debe ir completando y resolviendo, al tiempo que se entregan los recursos y herramientas necesarias para completar dicha actividad. (p.121)

Para Dodge (1995) existen dos tipos:

- Webquest a corto plazo: “El objetivo...es la adquisición e integración de conocimientos...al final...un alumno habrá lidiado con una cantidad significativa de información nueva y le habrá dado sentido...está diseñada para completarse en uno o tres períodos de clase.” (Dodge, 1995)

- Webquest a más largo plazo:

El objetivo de la instrucción...es lo que Marzano llama Dimensión 3: ampliar y perfeccionar el conocimiento. Después de completar una webquest a más largo plazo, un alumno habría analizado un conjunto de conocimientos en profundidad, lo habría transformado de alguna manera y habría demostrado una comprensión del material al crear algo a lo que otros pueden responder, en línea o fuera de

línea...generalmente tomará entre una semana y un mes en un salón de clases (p.1).

Son una forma creativa de enseñar, pues le permiten al profesorado integrar las TIC, así como desarrollar y utilizar sus propias ideas, ya que hace uso de un contexto imaginario, es decir el alumno puede convertirse en periodista, investigador, científico o viajero en el tiempo, etc. Con ello fomenta el interés y la motivación en el alumnado en su proceso de aprendizaje. “La utilización de este recurso permite la interacción del alumnado, lo que fomentará las relaciones vivenciales, el intercambio de ideas y el trabajo en grupo (aunque por supuesto, la webquest puede estar diseñada para realizarse de manera individual).” (Romero, 2012, p.4)

Romero (2012) refiere que aporta a los alumnos el desarrollo de capacidades como las siguientes:

- Comparar, identificar, establecer diferencias y semejanzas: en hechos, situaciones, elementos de origen afín o de diferentes orígenes, pero confluyentes en el resultado.
- Clasificar: Agrupar elementos en categorías preestablecidas o no, basándose en sus características o partes constituyentes.
- Inducir: Extraer una generalización o un principio atendiendo a la observación o análisis de diversos elementos.
- Deducción: Desprender consecuencias o posibles resultados de un principio o generalización.
- Analizar errores: Identificar, buscar y ofrecer soluciones a errores propios o ajenos.
- Abstracción: Extraer el tema principal subyacente en una o varias cuestiones concretas o de una información dada.
- Analizar perspectivas: Realizar un análisis crítico de diferentes puntos de vista o perspectivas personales. (p.4-5)

B. Dodge (1995) refiere que las webquest se componen de seis partes:

1. Introducción: Prepara el escenario y proporciona algunos antecedentes, como la problemática que se va a trabajar. Romero (2012) es de opinión que una introducción creativa, atrayente y estimulante, debe provocar el interés y estar relacionada con los gustos, metas, temas de interés a quien va dirigida, con una forma visual y textual atrayente, dándole al aprendiz un

papel activo, interesante y divertido.

2. Tarea: Debe ser factible e interesante. Es el producto que los alumnos deben realizar al término de la webquest “la tarea puede consistir en la contestación a una serie de preguntas, una exposición verbal, realización de una presentación oral o multimedia, escribir un artículo periodístico... adaptándose siempre al nivel educativo del alumnado.” (Romero, 2012, p.5)

3. Proceso: Es la descripción de los pasos que se van a llevar a cabo y que deben atravesar los alumnos para realizar la tarea. Romero (2012) refiere que se debe dividir en pasos claramente explicados, deben incluir los enlaces para su logro, en caso de que sea para un grupo los pasos se deben subdividir para dejar clara la diversificación de papeles de los miembros del grupo, dividiendo las actividades para cada rol o dividiendo las actividades entre los alumnos/as, aunque no haya roles.

4. Recursos: Es una lista de sitios web para completar la tarea. Según Romero (2012) el autor/a previamente ha seleccionado la lista en función de su utilidad y así lograr una tarea eficiente que evite que el alumno/a no se pierda en sesiones interminables de navegación. Para Dodge esta parte es llamada: Fuentes de información: necesarias para completar la tarea. Muchos de los recursos están en el documento de la webquest y apuntan a información de la *World Wide Web*. Por ejemplo “documentos web, expertos disponibles por correo electrónico o conferencias en tiempo real, bases de datos con capacidad de búsqueda en la red y libros y otros documentos disponibles físicamente en el entorno del alumno. Debido a que se incluyen indicadores de recursos, el alumno no se deja vagar por el espacio web completamente a la deriva.” (Dodge, 1995)

5. Evaluación: Son los criterios evaluativos y deben ser claros, precisos, consistentes y específicos, así como la consecución de objetivos conceptuales, procedimentales y actitudinales para Dodge esta parte es llamada: Orientaciones y se refiere a cómo organizan la información adquirida. (Dodge 1995)

6. Conclusión: Se cierra la búsqueda, es un recordatorio de lo aprendido y los alienta a extender la experiencia. Para Romero (2012) se trata de un resumen de la experiencia e invitación a la reflexión del proceso y contenidos, además sirve para que el alumnado proponga otras perspectivas de realización y opciones de mejora.

B. Dodge (1995) es de opinión que las webquest también incluyen:

- Mayor probabilidad de que sean actividades grupales.
- Elementos motivacionales dándole a los alumnos un papel que desempeñar (científico, reportero, detective)
- De una sola disciplina o interdisciplinaria (p.1).

Quintana & Higuera (2009) refieren que el primer andamio es el de localización guiada de información por la red, se refiere a que el alumnado selecciona la información más pertinente y entre las páginas preestablecidas por los docentes o los creadores, el segundo es la tarea que se realiza en colaboración con los compañeros/as es decir de interacción entre iguales, el tercero es el producto de contenidos logrados por parte del alumnado, y el cuarto son el uso de herramientas y recursos tecnológicos.

Existen tres tipos de andamios:

1. Los de recepción, acceso o entrada.
2. Los de transformación o gestión.
3. Los de producción, uso y aplicación o salida. (p.11)

Quintana & Higuera (2009) consideran que la aplicación de ayudas como las siguientes pueden ser un buen recurso de tipo de andamios:

- Preguntas sobre los contenidos y el proceso, sobre qué se ha hecho y cómo, sobre lo que se está haciendo y lo que falta hacer, sobre qué y cómo se ha aprendido, etc.
- Proponer el uso de recursos de representación del conocimiento como diagramas de flujo, redes semánticas, mapas conceptuales, etc.
- Plantear actividades que impliquen organizar, comparar, clasificar, ordenar, asociar y sintetizar la información, entre otras. (p.11)

La revista Eduteka (2002) traduce a Bernie Dodge:

La tarea se constituye en la parte más importante de una Webquest. Le ofrece al estudiante una meta y un enfoque, y concreta las intenciones curriculares del diseñador. Una tarea bien diseñada es atractiva, posible de realizar y fomenta entre los estudiantes el pensamiento más allá de la comprensión mecánica...Suministra

un lenguaje común para la discusión de las tareas...que debería además mejorar nuestra habilidad para diseñarlas bien. (párr. 1-2)

A continuación, un listado de algunos tipos de tareas según Romero, (2012) aunque no se encuentran en un orden determinado:

- Tareas de repetición (o exposición): Es propuesta por Bernie Dodge y consiste en buscar determinada información de acuerdo al tema, con una posterior demostración para comprobar que el alumno/a ha comprendido y asimilado la información.

Las actividades pueden ser “la redacción de un informe escrito, la contestación en el cuaderno de determinadas preguntas, una exposición oral en clase o un trabajo de PowerPoint, entre otras posibles opciones que permitan una demostración de la adquisición de los conocimientos propuestos.” (Romero, 2012, p. 7)

Puede llegar a ser una tarea que no fomente la motivación para el alumnado, sino es atractivo, se puede evitar, al utilizarse en conjunto con otro tipo de tarea como la periodística o creativa.

- Tareas de recopilación: Se reúne información de fuentes diferenciadas y se adecua a un formato común. “Implica la búsqueda de información, el análisis crítico de dicha información y el establecimiento de una serie de criterios personales en los que basar el análisis y la posterior reelaboración de la información inicial para conseguir el producto requerido.” (Romero, 2012, p. 7) Por lo que una mayor complejidad del proceso puede incrementar su interés y su implicación.
- Tareas de misterio: Consiste en presentar de acuerdo a la temática un acertijo, enigma, misterio o investigación detectivesca. Es un formato atractivo que despierta interés y motivación del alumnado.
- Tareas periodísticas: Lo que se busca es el rol de un reportero o periodista en los estudiantes y que realice un artículo sobre un hecho determinado del tema. Es una tarea que permite que el estudiante descubra la diversidad de opiniones y puntos de vista sobre un hecho o acontecimiento específico y que la propia percepción puede llegar a afectar la información que recibimos.
- Tareas de diseño: Se refiere a la creación de un producto o elaboración de una planificación para lograr un objeto predeterminado siempre respetando los límites especificados previamente.

- Tareas creativas: Estas tareas deben asimilar determinada información y la reelaboración de esta información. Como producto final puede ser un cuento, poema, dibujo, si es el caso de música puede ser una canción, una secuencia rítmica o un ejercicio armónico.
- Tareas de búsqueda de consenso: Es “la consideración y acomodación de diversos puntos de vista divergentes para crear un informe o propuesta común.” (Romero, 2012, p. 9) En esta tarea se realiza el estudio de diferentes tipos de fuentes, así como buscar hechos y opiniones reales fuera del aula.
- Tareas de persuasión: Es la que se encarga de asimilar una cierta información y desarrollar un caso que tenga como objetivo convencer a una determinada audiencia de cierto punto de vista.
- Tareas de autoconocimiento: Es una tarea que fomenta al alumnado a lograr el mayor conocimiento sobre sí mismo en temas como orientación profesional, gustos personales, conocimiento de las propias actuaciones, reconocimiento artístico. Es un tipo de tarea poco común.
- Tareas analíticas: A través de estas tareas el alumnado debe observar diversos elementos y búsqueda de similitudes y diferencias, también a que estudie la relación causa y efecto, para lograr deducir dicho comportamiento.
- Tareas de juicio: “La ventaja de este tipo de tarea es que para que el alumno/a emita un juicio, forzosamente debe alcanzar antes un determinado grado de conocimiento para poder emitir una valoración, que puede estar fundamentada en criterios propios o ajenos.” (Romero, 2012, p. 10)
- Tareas científicas: En esta tarea el alumnado se familiariza con el trabajo científico, creando hipótesis a base de determinada información, contrastando dichas hipótesis verificando sus resultados y describiéndolos en un informe. (p. 10)

A continuación, se presenta el diseño de una webquest dando inicio con la descripción del perfil a quien se dirige el material y continuando con el objetivo y estructura de la misma.

3.3. Perfil a quien se dirige el material

Esta propuesta didáctica está dirigida para la población adolescente, según Cabello & Fernández, (2010) esta abarca de entre los 12-21 años de edad siendo la población que más utiliza la tecnología, pues la edad en la que más uso se le da a internet es entre los 18-24 años y el segundo grupo es de los 12-17 años según datos de ENDUTIH, 2019 edad que coincide con la etapa adolescente. La población adolescente navega en internet principalmente para entretenimiento, búsqueda de información, para estar comunicado y hacer uso de redes sociales (ENDUTIH, 2019).

3.4. Acerca del material webquest, objetivo y estructura

Esta propuesta de webquest ha sido creada para prevenir los riesgos en el uso de las redes sociales en adolescentes y aprendan a navegar en un ambiente digital sano y seguro.

Las webquest es una metodología que fomenta la investigación, la curiosidad, así como la construcción del propio aprendizaje en el alumno, por lo que son atractivas, creativas y despiertan el espíritu crítico. La información que adquieren los alumnos la obtienen de recursos previamente seleccionados de internet, aunque también se pueden utilizar recursos que no se encuentren en la red.

- Objetivo general de la webquest.

El objetivo de la propuesta de webquest es que los adolescentes reconozcan los riesgos en el uso de sus redes sociales para que a partir de la información que obtengan logren apropiarse de las medidas preventivas necesarias que les permita navegar en un ambiente digital sano y seguro.

- Objetivos específicos.

Que la población adolescente identifique los tipos de riesgos en el uso de sus redes sociales para que puedan prevenir los peligros a los que están expuestos y así evitarlos o regenerarlos si es el caso.

Que los adolescentes expliquen entre sus pares la información obtenida de los recursos de la webquest para que juntos combatan los riesgos en el uso de sus redes sociales.

La webquest está estructurada de las siguientes seis partes:

1. Introducción.

A través de la introducción se planteará la problemática a trabajar en la webquest, la cual se refiere a la concientización de los tipos de riesgos a los que están expuestos los adolescentes al hacer uso de las redes sociales, y hasta qué grado pueden llegar a afectar su propia vida, así como la importancia de prevenir estos riesgos, provocando el deseo e interés de los adolescentes para aprender del tema, por lo cual debe ser atractivo y motivante, en el que realicen un papel activo, interesante y divertido, puede ser la de un reportero, científico, periodista, viajero, detective, etc.

2. Tarea.

En este paso se refleja el producto que los adolescentes deben llevar a cabo al finalizar la webquest.

3. Proceso.

En esta sección se describen los pasos a seguir en la webquest para llevar a cabo la tarea, deben ser claros y bien explicados.

4. Recursos.

Los recursos es un paso en el que se encuentra la lista de los sitios web para llevar a cabo la tarea, los enlaces están previamente seleccionados para aprovechar el tiempo de navegación de los adolescentes, pues se evitan distracciones de otros sitios web que no proporcionan información sobre el tema.

A continuación, las direcciones electrónicas dirigidas a la población adolescente en las que se proporciona información referente a los riesgos en el uso de las redes sociales y cómo prevenir estos.

Los recursos seleccionados son con base en los cinco criterios para evaluar las páginas web según Kapoun, J. (1998).

1. Uso excesivo de las TIC
2. Nomofobia, *vamping* y *phubbing*: del problema a la cura
3. Enfermedades por uso incorrecto de la tecnología
4. Contenido inadecuado y filtros de Internet, ¿cómo proteger a los menores?
5. *Sexting*
6. *Sexting*: una modalidad cada vez más extendida de violencia sexual entre jóvenes
7. 10 razones para no realizar *Sexting*: ¡tú decides!
8. Decálogo para el *Sexting* seguro
9. *GROOMING*: ACOSO SEXUAL POR INTERNET Qué es el *Grooming* y cómo prevenir y evitar depredadores sexuales

10. 8 Indicadores para detectar el ciberbullying
11. *Ciberbullying ¿Qué Es y Qué Hacer?*
12. Cómo Grabar Videos Con El Celular Para YouTube
13. Aprende a compartir tus vídeos en redes sociales
14. Perfiles Falsos en Internet: cobardes que no dan la cara
15. *Phishing*: Qué es *Phishing* y cómo evitar ser víctima
16. Pasé de ser la “gordibuená” del video sexual que criticaba todo el pueblo a que 11 estados de México aprobaran una ley con mi nombre
17. México-Modulo sobre ciberacoso 2019
18. Pasos para realizar una Entrevista
19. Peligros de las redes sociales: Cómo educar a nuestros hijos e hijas en ciberseguridad
20. Diccionario de términos relacionados con el ciberacoso y otros riesgos en internet

5. Evaluación

En este apartado se llevará a cabo la evaluación considerando criterios evaluativos claros, precisos, consistentes y específicos.

6. Conclusión

Es el último paso de la webquest aquí es donde se encuentra un resumen de lo aprendido al realizar la experiencia webquest para que los adolescentes reflexionen los contenidos y propongan otras perspectivas y opciones de mejora.

La evaluación de los recursos se visualiza en la tabla 3, los cuales corresponden a cada criterio para evaluar las páginas web según Kapoun, J. (1998). Después, se presenta el diseño de la webquest titulada: “Adolescente prevenido vale por dos”.

Tabla 3 Evaluación de recursos basado en los cinco criterios para evaluar las páginas web según Kapoun, J. (1998).

RECURSO	EXCACTITUD	AUTORIDAD	OBJETIVIDAD	ACTUALIDAD	CUBRIMIENTO
Uso excesivo de las TIC	<p>Incibe Instituto Nacional de Ciberseguridad</p> <p>Página web: https://www.is4k.es/necesitas-saber/uso-excesivo-de-las-tic</p> <p>Línea de Ayuda en Ciberseguridad de INCIBE, 017</p> <p>WhatsApp 900 116 117 Telegram @INCIBE017</p> <p>Línea de ayuda: https://www.incibe.es/linea-de-ayuda-en-ciberseguridad</p>	<p>Es una página con dominio .es</p>	<p>Información objetiva y precisa.</p>	<p>Páginas y enlaces Actualizados</p>	<p>Acceso sin restricciones</p>
Enfermedades por uso incorrecto de la tecnología.	<p>UNAD Universidad Nacional Abierta y a Distancia</p> <p>https://noticias.unad.edu.co/index.php/gidt/3065-enfermedades-por-uso-incorrecto-de-la-tecnologia-2</p> <p>En Bogotá D.C. (Colombia) Tel: (+57) (1)375 9500</p> <p>Línea gratuita nacional: 01 8000 115223</p> <p>Buzón de notificaciones judiciales anticorruption@unad.edu.co</p>	<p>Dominio .edu</p>	<p>Información objetiva y precisa.</p>	<p>Página actualizada en 2021</p>	<p>Acceso sin restricciones</p>
Contenido inadecuado y filtros de Internet, ¿cómo	<p>Gaptain Proyecto de impacto social que tiene como misión educar y proteger a los menores en el ámbito digital.</p> <p>https://gaptain.com/blog/contenido-inadecuado-y-filtros-de-internet-como-protger-a-los-menores/</p> <p>Correo electrónico: segureskola@gaptain.com</p>	<p>Es una página con dominio .com</p>	<p>Información objetiva y precisa.</p>	<p>Página actualizada en 2021</p>	<p>Acceso sin restricciones</p>

proteger a los menores?
Teléfono de contacto:(+34) 946 777 259

Sexting Incibe: Instituto Nacional de Ciberseguridad
Página web: <https://www.is4k.es/necesitas-saber/sexting>
Línea de Ayuda en Ciberseguridad de INCIBE, 017
WhatsApp 900 116 117 Telegram @INCIBE017
Línea de ayuda:
<https://www.incibe.es/linea-de-ayuda-en-ciberseguridad>

Es una página con dominio .es
Información objetiva y precisa.
Páginas y enlaces Actualizados
Acceso sin restricciones

Sexting: una modalidad cada vez más extendida de violencia sexual entre jóvenes.
SciELO Todo el contenido de esta revista, excepto dónde está identificado, está bajo una Licencia *Creative Commons*.
Página web:
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-53372014000400007
Correspondencia: Dra. Guillermina Mejía Soto
E-mail: guille@adolescentes.mx
Teléfono de contacto: (52-55)5520-9900 ext. 198
Correo electrónico: rfd102@gmail.com

Tiene dominio .org
Información objetiva y precisa.
Actualizado en agosto de 2014
Acceso sin restricciones

	Este artículo puede ser consultado en versión completa en: http://www.medigraphic.com/inper					
10 razones para no realizar <i>Sexting</i> : ¿tú decides!	You tube Video: https://youtu.be/LFbnamm_ePk Pantallas Amigas Twitter: https://twitter.com/PantallasAmigas Facebook: https://www.facebook.com/PantallasAmigas Para más información: http://www.pensarantesdesextear.mx/	Tiene dominio .com	Información objetiva y precisa.	Video: 12 de julio 2016	Acceso restricciones	sin
Decálogo para el <i>Sexting</i> seguro	Pantallas Amigas https://www.sextingseguro.com/consejos-sextear-nudes-con-menos-riesgos/ Correo electrónico: info@pantallasamigas.net	Tiene dominio .com	Información objetiva y precisa.	Actualizado en 2021	Acceso restricciones	sin
<i>GROOMING</i> : ACOSO SEXUAL POR INTERNET Qué es el <i>Grooming</i> y cómo prevenir y evitar	Gaptain Proyecto de impacto social que tiene como misión educar y proteger a los menores en el ámbito digital. Página web: https://gaptain.com/grooming-acoso-sexual-internet/ Teléfono de contacto: (+34) 946 777 259 Correo electrónico: info@gaptain.com	Es una página con dominio .com	Información objetiva y precisa.	Página actualizada	Acceso restricciones	sin

depredadores

sexuales.

Perfiles Falsos en Internet: cobardes que no dan la cara	Iniseg. https://www.iniseg.es/blog/ciberseguridad/perfiles-falsos-en-internet/ Teléfono: 912 141 426 Correo electrónico: Información@iniseg.es	Página web:	Tiene dominio .es	Información objetiva y precisa.	Actualizado en 2020	Acceso restringido	sin
8 indicadores para detectar el ciberbullying	Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir https://online.ucv.es/resolucion/detectar-el-ciberbullying/ Ángela Serrano Directora del Máster en Resolución de Conflictos en el Aula Facebook: https://www.facebook.com/universidadcatolicadevalencia	Página web:	Tiene dominio .es	Información objetiva y precisa.	Actualizado en 2015	Acceso restringido	sin
<i>Ciberbullying</i> ¿Qué Es y Qué Hacer?	You tube Video https://youtu.be/Gfsuj6wlg8Y Canal: Actitud Triunfante		Tiene dominio .com	Información objetiva y precisa.	Video: 12 de diciembre 2017	Acceso restringido	sin
<i>Phishing</i> : Qué es <i>Phishing</i> y cómo evitar ser víctima.	You tube Video https://youtu.be/UtGZqltfBEs Canal: Dell Soporte		Tiene dominio .com	Información objetiva y precisa.	Video: 13 de febrero 2017	Acceso restringido	sin

<p>Cómo Grabar You tube Video Videos Con El https://youtu.be/xwX9SIPxsi4 Celular Para canal: <i>The FigCo</i> español YouTube Instagram: @laura_figuroab</p>		<p>Tiene dominio .com</p>	<p>Información objetiva y precisa.</p>	<p>Video: 04 de marzo 2020</p>	<p>Acceso sin restricciones</p>
<p>Aprende a You tube Video: compartir tus https://youtu.be/sLkIW4WERw8 vídeos en redes Canal: Tutorial you tube sociales Blogs: http://tutorialyoutube2014.blogspot.com/</p>		<p>Tiene dominio .com</p>	<p>Información objetiva y precisa.</p>	<p>Video: 08 de febrero 2015</p>	<p>Acceso sin restricciones</p>
<p>Pasé de ser la BBC NEWS Mundo Página web: “gordibuen” https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-49763560 del video 49763560 sexual que Ana Gabriela Rojas criticaba todo Corresponsal de BBC Mundo en México. el pueblo a que 11 estados de México aprobaran una ley con mi nombre.</p>		<p>Tiene dominio .com</p>	<p>Información objetiva y precisa.</p>	<p>Actualizado el 06 de noviembre de 2020</p>	<p>Acceso sin restricciones</p>

México- Modulo sobre ciberacoso 2019	INEGI Página web: https://www.inegi.org.mx/rnm/index.php/catalog/589 contacto: 800 111 46 34 Correo electrónico: Atención.usuarios@inegi.org.mx	Tiene dominio .org	Información objetiva y precisa.	Actualizado el 28 de abril de 2020	Acceso sin restricciones
Pasos para realizar una Entrevista	You tube Video https://youtu.be/0SpgDo87cck Canal: Krissel Núñez	Tiene dominio .com	Información objetiva y precisa.	Video: 15 de octubre 2020	Acceso sin restricciones
Peligros de las redes sociales: Cómo educar a nuestros hijos e hijas en ciberseguridad	SciELO Revista Electrónica Educare Página web https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext &pid=S1409-42582019000300339 Cristel Astorga-Aguilar http://orcid.org/0000-0002-1151-9954 Ileana Schmidt-Fonseca http://orcid.org/0000-0001- 6227-3299	Tiene dominio .org	Información objetiva y precisa.	Actualizado el 15 de octubre 2020	Acceso sin restricciones
Nomofobia, <i>vamping</i> y <i>phubbing</i> : del	Revista Hacer familia Página web: https://www.hacerfamilia.com/psicologia/nomofobia	Tiene dominio .com	Información objetiva y precisa.	Actualizado el 22 de junio de 2022	Acceso sin restricciones

problema a la cura.	bia-vamping-phubbing-problema-cura-20191003143502.html Claudia Loiacono. Mundopsicólogos.com					
Diccionario de términos relacionados con el ciberacoso y otros riesgos en internet.	Blog Te pongo un reto Página web: http://www.tepongounreto.org/2019/07/diccionario-de-terminos-relacionados-con-el-ciberacoso-y-otros-riesgos-en-internet/ Adrián Aguayo Llanos www.tepongounreto.org	Tiene dominio .org	Información objetiva y precisa.	Actualizado el 23 de julio de 2019	Acceso sin restricciones	

Nota. cuadro elaborado por el Autor

UNAMITA
¡Ciérrale a la Brecha Digital!



3.5. Webquest “Adolescente prevenido vale por dos”

INTRODUCCIÓN

EVALUACIÓN

CONCLUSIONES

RECURSOS

TAREA

PROCESO

3.5.1. Introducción

Conviértete en youtuber

Cuando usas tus redes sociales estás expuesto a diversos riesgos como: Uso excesivo de la tecnología, Acceso a contenidos inadecuados, *Sexting*, Acoso sexual o *Grooming*, *Phishing*, Riesgos técnicos, *Cyberbullying*, etc. Quizá seas víctima y no te has dado cuenta. ¿Sientes malestar, ansiedad o irritabilidad si no estás conectado a la red? ¿Has manifestado descontrol progresivo sobre tu propia conducta? ¿Has entrado en contacto con contenido ilícito o nocivo? ¿Has fomentado el *Sexting* o participado en su difusión? ¿Has sufrido extorsión o sextorsión? ¿Sufriste episodios de acoso en tus redes sociales o en el centro escolar?

A través de esta experiencia te convertirás en youtuber capaz de transmitir valiosa información que puede llegar a salvar vidas.

¿Te gustaría prevenir riesgos al usar tus redes sociales y construir un ambiente digital sano, seguro y que además también otros adolescentes como tú lo logren?

Entonces es momento de comenzar a preparar un video en you tube.



3.5.2. Tarea

La tarea de esta webquest es individual, lo primero es reunir información para realizar un video en you tube referente a los riesgos en el uso de las redes sociales en adolescentes, compartirlo en tus redes sociales, incluir un ejemplo de alguna experiencia de la vida real del tema o realizar una entrevista a una víctima de riesgo o a un padre/madre de familia sobre su opinión referente al tema de riesgos en el uso de las redes sociales en adolescentes.

Para realizar la tarea deben consultar el listado de sitios web que encontrarás en la sección de *Recursos*, es indispensable consultarlas todas para obtener una investigación más completa.

3.5.3. Proceso

1. A continuación, en la tabla 5 se te presenta un test para saber si has sido víctima de algún riesgo en el uso de tus redes sociales, así como la frecuencia con la que has estado expuesto/a, para que te auto protejas y a partir de ahora comiences a prevenirlos.

Tabla 4 Test: descubre si has sido o eres víctima de algún riesgo en el uso de tus redes sociales

¿Señala si has experimentado alguna de las siguientes situaciones?	A	B	C
	No nunca	A veces	Siempre
1. Intenso deseo, ansia o necesidad incontrolable de estar conectado a la red.			
2. Sientes malestar e irritabilidad ante la falta de conexión con las TIC.			
3. Negación de padecer uso excesivo, te pones a la defensiva cuando tu familia te advierte del problema.			
4. Dependencia de la acción placentera (necesidad de gratificación y aprobación social) por parte de los usuarios con los que interactúas.			
5. Pérdida o descuido de los intereses y las actividades habituales, ya sea escolares o personales.			
6. Descontrol progresivo sobre la propia conducta, aunque quieras dejar de estar conectado no puedes. (is4K Internet Segura <i>For Kids</i> , s/f)			
7. Contacto con contenido ilícito, como actividades delictivas por ejemplo: pornografía con menores y contenidos pedófilos, racistas o xenófobos, apología de terrorismo, fabricación de artefactos explosivos, drogas, armas, asociaciones ilícitas, etc.			

-
8. Contacto con contenido nocivo, peligroso o poco saludable (pornografía, juegos online, apuestas, juegos de azar online, comunidades de fomento a la anorexia, bulimia e incluso el suicidio). (De Pedro, 2018)
 9. Fomentado el *Sexting* (envío de contenido producido por ti mismo de connotación sexual a través de un dispositivo electrónico) o participado en su difusión.
 10. Recibido mensajes de carácter sexual, desnudez o semi-desnudez, así como muestra o descripción de actividades sexuales. (is4K Internet Segura *For Kids*, s/f)
 11. Sufrir *phishing*, es decir, proporcionado tus datos personales o confidenciales como números de tarjetas de crédito, datos bancarios o contraseñas, en una página web falsa. (Dell Soporte, 2017)
 12. Sufrir extorsión, sextorsión o ciberacoso sexual (te han chantajeado, u obligado para que compartas imágenes de contenido sexual y pornográfico o un encuentro sexual directo). (Gaptain, s/f)
 13. Desmotivado para asistir al centro escolar.
 14. Deterioro repentino de las relaciones sociales.
 15. Ansiedad e irritabilidad frente al ordenador.
 16. Triste, deprimido o nervioso al consultar redes sociales.
 17. Obsesionado por consultar el ordenador solo.
 18. Sufriste episodios de acoso en el centro escolar y continúa el acoso durante todo el día a través de tus redes sociales. (Serrano, 2014)
-

-
19. Cambio en tus hábitos (tiempo y forma de uso de tus dispositivos, altibajos en tu rendimiento escolar, cambio en tus actividades de ocio habituales, modificación de tus hábitos alimenticios, falta de concentración, te ocultas para revisar internet).
 20. Cambio en tu estado de ánimo (cambios de humor repentino, momentos de tristeza, apatía e indiferencia).
 21. Cambio en tus relaciones (cambios extraños en tus amistades o ausencia de ellas, no te defiendes o reaccionas exageradamente a bromas o comentarios, miedo o negativa a salir de casa, falta de comunicación, cambios en la relación con los adultos, cambio en los referentes o modelos a seguir)
 22. Manifestación de síntomas físicos o psicosomáticos (cambio en tu lenguaje corporal ante la presencia de determinadas personas, buscas rincones, paredes o espacios que puedes controlar para sentirte protegido, frecuentemente te quejas de dolores, enfermedades, dolores de cabeza, de estómago, mareos, diarreas, que no te permiten realizar actividades normales como ir a la escuela, te has autolesionado) (Gaptain, s/f)
-

Nota. cuadro elaborado por el Autor.

2. Ahora analiza tus respuestas a través de la tabla 5 para saber si has sido víctima de riesgo al usar tus redes sociales y con qué frecuencia.

Tabla 5 Respuestas del test para descubrir has sido o eres víctima de algún riesgo en el uso de tus redes sociales

RESPUESTAS	RESULTADOS
Mayoría de A No nunca	Si la mayoría de tus respuestas son A, las situaciones de riesgos a las que te has enfrentado son pocas, pero no menos grave, pues hay experiencias en las que las consecuencias pueden llegar a ser fatales, ¡Ten mucho cuidado! Y si todas tus respuestas son A muy bien has logrado navegar con seguridad en internet en el uso tus redes sociales, sería estupendo que fomentes en otros adolescentes el uso responsable de las TIC.
Mayoría de B A veces	Si tus respuestas para B son más, debes estar alerta, ya que te has puesto en riesgo en más ocasiones, por lo que es importante que inicies en la construcción de un ambiente digital sano y seguro. Recuerda que las consecuencias de algunos riesgos pueden empeorar gradualmente hasta llegar a ser irreparables ¡Pon manos a la obra para prevenir riesgos en el uso de tus redes sociales! ¿Obtuviste más respuestas C? ¡¡¡Cuidado!!! has tenido experiencias de riesgo con más frecuencia y debes actuar inmediatamente para resolverlo.
Mayoría de C Siempre	No te desanimes, existen estrategias para enfrentar con éxito estas situaciones, averígualas a continuación. Además, como ya has experimentado situaciones de riesgos sabes identificar cuando alguien más está siendo víctima, por lo que seguramente está sufriendo, así que, la siguiente información también le puede servir.

Nota. cuadro elaborado por el Autor.

3. Enseguida realiza la estructura de la investigación, es decir la investigación monográfica, la cual consiste en recopilar la información, los datos, la entrevistas o el ejemplo de experiencia de la vida real de alguna víctima que se haya enfrentado algún riesgo en el uso de sus redes sociales.

4. Para el video:

- Recuerda que el video debe ser atractivo e interesante.
- Debes incluir los tipos de riesgos a los que estás expuesto como adolescente en tus redes sociales, cómo prevenirlos y qué hacer en caso de ser víctima, los sitios web que debes revisar se encuentran en la sección de *Recursos*.
- Menciona una historia verídica de alguna víctima de riesgo en el uso de sus redes sociales, cuáles fueron sus consecuencias, cómo lo solucionó y cuál es el final de la historia, otra opción es que incluyas una entrevista ya sea a alguien que haya sido víctima de una situación como esta o entrevistar a algún padre/madre de familia donde exprese su opinión referente al tema.
- La duración es de mínimo 1 min. Máximo 5 min.
- Ponle un título atractivo a tu video.
- Finalmente compártelo en tus redes sociales.

3.5.4. Recursos

Enseguida las tablas 6,7,8 y 9 que contienen los recursos para llevar a cabo la webquest.

Tabla 6 Recursos para los tipos de riesgos en el uso de las redes sociales

TEMA	SITIO <i>Web</i>
Uso excesivo de las TIC	https://www.is4k.es/necesitas-saber/uso-excesivo-de-las-tic#:~:text=Hablamos%20de%20uso%20excesivo%20cuando,la%20gran%20dependencia%20que%20provoca.
Enfermedades por uso incorrecto de la tecnología.	https://noticias.unad.edu.co/index.php/gidt/3065-enfermedades-por-uso-incorrecto-de-la-tecnologia-2
Contenido inadecuado y filtros de Internet, ¿cómo proteger a los menores?	https://gaptain.com/blog/contenido-inadecuado-y-filtros-de-internet-como-proteger-a-los-menores/
<i>Sexting.</i>	https://www.is4k.es/necesitas-saber/sexting
10 razones para no realizar <i>Sexting</i> : ¡tú decides!	https://www.youtube.com/watch?v=LFbnamm_ePk

Decálogo para el *Sexting* seguro. <https://www.sextingseguro.com/consejos-sextear-nudes-con-menos-riesgos/>

GROOMING: ACOSO SEXUAL <https://gaptain.com/grooming-acoso-sexual-internet/>

POR INTERNET Qué es el *Grooming* y cómo prevenir y evitar depredadores sexuales.

Perfiles Falsos en Internet: <https://www.iniseg.es/blog/ciberseguridad/perfiles-falsos-en-internet/>
cobardes que no dan la cara

8 Indicadores para detectar el *ciberbullying* <https://educrea.cl/8-indicadores-para-detectar-el-ciberbullying/>

Ciberbullying ¿Qué Es y Qué Hacer? <https://youtu.be/Gfsuj6wlg8Y>

Phishing: Qué es *Phishing* y cómo evitar ser víctima. <https://youtu.be/UtGZqltfBEs>

Nomofobia, *vamping* y *phubbing*: del problema a la cura. <https://www.hacerfamilia.com/psicologia/nomofobia-vamping-phubbing-problema-cura-20191003143502.html>

Diccionario de términos <http://www.tepongounreto.org/2019/07/diccionario-de-terminos-relacionados-con-el-ciberacoso-relacionados-con-el-ciberacoso-y-y-otros-riesgos-en-internet/>
y otros riesgos en internet.

Nota. cuadro elaborado por el Autor.

Tabla 7 Recursos para elaborar y compartir tu video

TEMA	SITIO Web
Cómo Grabar Videos Con El Celular Para YouTube:	https://youtu.be/xwX9SIPxsi4
Aprende a compartir tus vídeos en redes sociales:	https://youtu.be/sLklW4WERw8

Nota. cuadro elaborado por el Autor.

Tabla 8 Recursos de ejemplos de situaciones de riesgo en el uso de las redes sociales

TEMA	SITIO Web
Pasé de ser la “gordibuená” del video sexual que criticaba todo el pueblo a que 11 estados de México aprobarán una ley con mi nombre.	https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-49763560
<i>Sexting</i> : una modalidad cada vez más extendida de violencia sexual entre jóvenes	http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-53372014000400007
México-Modulo sobre ciberacoso 2019	https://www.inegi.org.mx/rnm/index.php/catalog/589

Nota. cuadro elaborado por el Autor.

Tabla 9 Recursos para realizar una entrevista

TEMA	SITIO Web
Pasos para realizar una Entrevista	https://youtu.be/0SpgDo87cck
Peligros de las redes sociales: Cómo educar a nuestros hijos e hijas en ciberseguridad	https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-42582019000300339

Nota. cuadro elaborado por el Autor.

3.5.5. Evaluación

A continuación, la tabla 10 refleja los indicadores de valoración para saber si lograron una exitosa investigación.

Tabla 10 Indicadores de valoración

INDICADOR	SI	NO
El video y el título son interesantes y atractivos.		
Exposición de los tipos de riesgos en el uso de las redes sociales, sus características y cómo prevenirlos.		
En caso de elegir narrar una situación de riesgo, este incluye el ejemplo de una situación de riesgo en el uso de redes sociales.		
La entrevista está bien estructurada, es decir sigue todos los pasos para realizar una entrevista (en caso de elegir la entrevista).		
El video se reproduce mínimo 1 min. máximo 5 min.		
El video es compartido en redes sociales.		

Nota. cuadro elaborado por el Autor.

3.5.6. Conclusión

A partir de la elaboración de la webquest que realizaste pudiste darte cuenta de los riesgos en el uso de tus redes sociales, algo más que descubriste es la importancia que tiene tu familia para prevenir los riesgos, además de aprender a auto protegerte, también ayudaste a otros adolescentes a que identifiquen cuales son estos riesgos y que hacer en caso de ser víctimas. ¡¡¡Felicidades has concluido con éxito la webquest: “Adolescente prevenido vale por dos”!!!

Conclusiones

Hasta el momento los datos que se presentan de ENDUTIH 2019 referente al uso que se le da a internet corresponden a una situación antes de la pandemia por SARS-COV2, por lo que es importante continuar con el análisis de los datos después de esta, en futuros trabajos de investigación.

Es fundamental una formación en ciudadanía digital que se desarrolle a través de la educación cívica, en la que colaboren padres/madres de familia, educadores, instituciones, policía, gobierno, escuela, medios de comunicación y en general todas las personas en la construcción de un ambiente digital sano, para lograr prevenir los riesgos en el uso de las redes sociales, con prioridad para la población adolescente, pues queda claro que se encuentran en una edad en la que son especialmente vulnerables, en muchas ocasiones sufren en silencio porque no quieren ser juzgados, por lo que se ven orillados a finales fatales como quitarse la vida, son consecuencias irreparables de mucho dolor para la víctima, la familia y la sociedad, por lo tanto es responsabilidad de todos/as estar alerta ante algún síntoma que manifieste el adolescente, estar abiertos a la comunicación, brindarles comprensión y apoyarlos en todo momento para que juntos salgan de la situación.

En este trabajo se abordó brevemente el tema de los derechos sexuales y reproductivos, con el objetivo de conocerlos para ejercer nuestro derecho a gozar plenamente de la sexualidad. Además también se destaca la importancia que tienen los/las madres/padres de familia en la educación sexual de sus hijos/as, ya que es una realidad que los adolescentes consultan los medios informales en internet para informarse en sexualidad, por ello la industria del sexo está presente en la red dominando el ciberespacio, lo cual conduce a los adolescentes a buscadores, páginas, chats eróticos que informan, forman y conforman una nueva forma de iniciación sexual, exponiéndose a riesgos como el acceso a contenidos inadecuados, *sexting*, acoso sexual o *grooming* y *ciberbullying*. Es necesario entonces que este tema se profundice en futuros trabajos de investigación, ya que probablemente, el origen de estos riesgos sea la falta de educación sexual en los adolescentes.

Otra de las estrategias que se recomiendan en este trabajo para prevenir el riesgo en el uso de las redes sociales es la herramienta de privacidad y seguridad, ya que es útil y eficaz, por lo que

es importante utilizarla.

Para llevar a cabo el diseño de la webquest como material didáctico se consideró el método desarrollado por John Dewey “experiencia y educación”, ya que la experiencia para Dewey es una forma de pensamiento, es el método del aprendizaje inteligente, es decir, de la experiencia inteligente, por lo tanto la webquest “Adolescente prevenido vale por dos” está hecha a partir de una situación de la vida cotidiana de los adolescentes, es una propuesta que les da algo que hacer a los alumnos, ósea una experiencia, en lugar de algo que memorizar, es por eso que ahora les corresponde a nuestros adolescentes pensar en resolver el problema desde el inicio, buscando y encontrando su propio camino y tener la satisfacción de saber que ellos mismos lo descifraron.

Es importante que como docentes adoptemos esta forma de enseñanza, en la que se haga uso de nuestra creatividad e ingenio, incluyendo contenidos que tengan significado para nuestros alumnos y alumnas, a través de actividades que involucren su vida en el entorno familiar, su vida en la comunidad, en fin, los problemas en su vida cotidiana, si comenzamos la clase con el método de Dewey lograremos la atención de ellos/ellas y además también es una excelente estrategia para evitar la deserción escolar.

Considero que haber realizado mi servicio social dentro del Programa UNAMITA ¡Ciérrale a la Brecha Digital! me brindó la oportunidad de adquirir conciencia del problema que enfrenta nuestro país, México, en el tema de brecha digital, por lo que es necesario continuar en la labor del cierre de la misma desde nuestras propias necesidades para después lograr el cierre de esta, en la comunidad, a través de la colaboración en la búsqueda de la igualdad de oportunidades.

También me permitió participar en el diseño de una propuesta de webquest en beneficio de la comunidad a favor de la población adolescente, pues son quienes más tiempo pasan conectados a internet para diversas actividades como el uso de sus redes sociales, por lo que se detectó la necesidad de abordar a profundidad una de las áreas de ciudadanía digital, la cual es el riesgo.

Finalmente, ser parte del programa ha fomentado en mí, la práctica del trabajo en equipo, fortalece mi espíritu de servicio a la comunidad, logré consolidar mi formación profesional al adquirir experiencias de intervención para mi desarrollo profesional y también recibí todo el apoyo y orientación necesarios por parte del equipo UNAMITADIGITAL para lograr concluir el presente trabajo, por lo que agradezco la oportunidad y el acompañamiento que me brindaron.

Referencias Bibliográficas

- Aepd, incibe & OSI. (2019). Guía Privacidad y Seguridad en Internet [versión electrónica]. *aepd.es*. pp.1-23
- Aguayo, L. (2019). Diccionario de términos relacionados con el ciberacoso y otros riesgos en internet. *tepongounreto.org*. recuperado el 04 de septiembre de 2022 de <http://www.tepongounreto.org/2019/07/diccionario-de-terminos-relacionados-con-el-ciberacoso-y-otros-riesgos-en-internet/>
- Antaki, I. (2000). *El manual del ciudadano contemporáneo*. México: Ariel
- Arellano, M. (enero-junio, 2017). La cultura sobre seguridad informática en las redes sociales: el caso de los estudiantes de la Preparatoria de San Diego Cuentla, México [versión electrónica]. *RICSH Revista Iberoamericana de las ciencias sociales y Humanísticas*. Vol 6(11) 1-12
- Asociación de Internet. mx (mayo, 2018). 14° Estudio sobre los Hábitos de los Usuarios de Internet en México 2018. [versión electrónica] *irp-cdn. multiscreensite.com*. pp. 1-27
- Asociación Educar para el Desarrollo Humano. (2008). Glosario de Neurociencias. *Asociación educar.com*. Recuperado el 20 de mayo de 2021 de <https://asociacioneducar.com/glosario>
- Avalos, C. (2013). Derechos reproductivos y sexuales [versión electrónica] *biblio. jurídicas. unam.mx*. pp. 1-25
- Barrera, L. & Rodríguez, C. (nov. 2017). La violencia en línea contra las mujeres en México [versión en línea]. *Informe Violencia en Línea México Internet Es Nuestra*. P.1-63
- BBC News Mundo (marzo, 2021). Coronavirus: ¿Cómo se determina cuándo finaliza una

- pandemia? *bbc.com*. Recuperado el 30 de marzo de 2021 de <https://www.bbc.com/mundo/noticias-56341201>
- Beltrán, F (2000). Una democracia vital. En *Pedagogía Contemporánea en el Siglo XX-I*.
Barcelona: Cisspraxis
- Billin (s/f). ¿Qué es subvención? *billin.net*. Recuperado el 10 de junio de 2021 de <https://www.billin.net/glosario/definicion-subvencion/>
- Bradley Hospital, (s/f). COVID-19 y cómo afecta nuestra vida cotidiana [versión electrónica].
Bradley Hospital Lifespan Delivering health with care. p.1
- Cabello, C. & Fernández, V. (Sep. 2010). La tecnología en la preadolescencia y adolescencia: Usos, Riesgos y Propuestas desde los y las protagonistas [versión electrónica]. *La tecnología en la preadolescencia y adolescencia: Usos, Riesgos y Propuestas desde los y las protagonistas*. P. 1-68
- Cambridge Dictionary (2021). Definición de hacking del Cambridge Business English Dictionary.
Dictionary.cambridge.org. Recuperado el 04 de junio de 2021 de <https://dictionary.cambridge.org/es/diccionario/ingles/hacking>
- Cancelo, S. & González, M. (2015). El uso de redes sociales como fuente de información en situaciones de riesgo ciudadano [versión electrónica]. *Dialnet*. No. Vol (5) 1-17
- Caricote, A. (enero-marzo 2008). Influencia de los padres en la educación sexual de los adolescentes [versión electrónica]. *Educere*. Vol 20(40) 79-87
- Casillas, I. & Gonzales, B. (2018). Del tutor tecnológico al tutor digital: la formación en el Programa UNAMITA ¡Ciérrale a la Brecha digital! Brooks. Google.com.mx. Recuperado

el 28 de febrero de 2021, de:

[https://books.google.com.mx/books?id=7XIDwAAQBAJ&pg=PA441&lpg=PA441&dq=https://unamitacierralabrechadigital.org/%EF%83%98UNAMITA.+\(2018\)&source=bl&ots=gW92AW_oyS&sig=ACfU3U3m4qrT1VhRGztxte2k2mgIO7419A&hl=es419&sa=X&ved=2ahUKEwjukpSn9ozvAhUEF6wKHRnMBSYQ6AEwDXoECBEQA#w=onepage&q=https%3A%2F%2Funamitacierralabrechadigital.org%2F%EF%83%98UNAMITA.%20\(2018\)&f=false](https://books.google.com.mx/books?id=7XIDwAAQBAJ&pg=PA441&lpg=PA441&dq=https://unamitacierralabrechadigital.org/%EF%83%98UNAMITA.+(2018)&source=bl&ots=gW92AW_oyS&sig=ACfU3U3m4qrT1VhRGztxte2k2mgIO7419A&hl=es419&sa=X&ved=2ahUKEwjukpSn9ozvAhUEF6wKHRnMBSYQ6AEwDXoECBEQA#w=onepage&q=https%3A%2F%2Funamitacierralabrechadigital.org%2F%EF%83%98UNAMITA.%20(2018)&f=false)

CNDH (2017). Derechos sexuales y reproductivos: un asunto de derechos humanos [versión electrónica] *CNDH México*. pp. 1-48

Cornette, X. (2010). Cuaderno de ejercicios para descubrir tus talentos ocultos [versión electrónica] *Terapias verdes, S. L.* pp 1-34

De Pedro, S. (2018). Contenido inadecuado y filtros de internet, ¿Cómo proteger a los menores? *gaptain.com*. Recuperado el 29 de septiembre de 2022 de <https://gaptain.com/blog/contenido-inadecuado-y-filtros-de-internet-como-protger-a-los-menores/>

Del Valle, S. (2020). Cada minuto, 5 adolescentes y jóvenes son víctimas de la violencia digital. *animalpolitico.com*. Recuperado el 9 de marzo de 2021 de <https://www.animalpolitico.com/pluma-purpura-repensar-la-educacion/cada-minuto-5-adolescentes-y-jovenes-son-victimas-de-la-violencia-digital/>

Dell Soporte (2017, febrero 13). *Phishing: Qué es Phishing y cómo evitar ser víctima*. [video] <https://www.youtube.com/watch?v=UtGZqltfBEs>

Dewey, J. (1979). Democracia y educación y Experiencia y educación (fragmentos) En *Antología*

- de corrientes de filosofía de la educación II*. México. Pp. 197-242
- Díaz, B (2005). Docente y Programa lo institucional y lo didáctico. En *Didáctica General I*. México. pp. 9-146
- Dodge, B. (1995). Algunas reflexiones sobre Web Quest. *Web Quest. Org*. Recuperado el 13 de abril de 2021 de http://webquest.org/sdsu/about_webquests.html
- EduTEKA (abril, 2002). Tareonomía del Web Quest: UNA TAXONOMÍA DE TAREAS. *eduteka.icesi.edu.co*. Recuperado el 26 de abril de 2021 de <http://eduteka.icesi.edu.co/articulos/Tema11>
- EduTEKA. (2004). Ciudadanía Digital. *eduteka.icesi.edu.co*. Recuperado el 15 de marzo de 2021 de <http://eduteka.icesi.edu.co/articulos/CiudadaniaDigital>
- eng. briefing. technology*. (2020). Experiencia de Aprendizaje en vivo: Más allá de la respuesta inmediata al brote de COVID-19. [versión electrónica] *Tecnologías Digitales y la pandemia de COVID-19*. Pp. 1-17
- Excélsior (2019). Cómo denunciar delitos cibernéticos en México. [en línea] Total, sec Expertos en Ciberseguridad Total sec News. Recuperado el 30 de abril de 2021 de <https://www.totalsec.com.mx/blog/blog.php?P=como-denunciar-delitos-ciberneticos-en-mexico>
- Fajardo de la A. M. A. (2014). La Web Quest como estrategia metodológica en los procesos comprensivos de lecto-escritura en el idioma inglés [versión electrónica]. *Universidad Politécnica Salesiana Ecuador*. P. 1-171
- Fernández, M. (2012). La tercera y definitiva brecha digital. *telos.fundaciontelefonica.com, núm.*

091. Recuperado el 12 de marzo de 2021 de <https://telos.fundaciontelefonica.com/archivo/numero091/la-tercera-y-definitiva-brecha-digital/>

Ferrater, M. (1964). DICCIONARIO DE FILOSOFIA [versión electrónica] *groups. google. es estantedigital*. Pp. 1-2019

Flores, F. J. (nov. 2008). Adolescente ciberdelincuente ¿Un accidente? [versión electrónica]. *Pantallas Amigas*. P. 1-4

Gaptain. (s/f). GROOMING: ACOSO SEXUAL POR INTERNET Qué es el *Grooming* y cómo prevenir y evitar depredadores sexuales. *gaptain. com*. Recuperado el 29 de septiembre de 2022 de <https://gaptain.com/grooming-acoso-sexual-internet/>

González, B. A. L. (2021, marzo 28). Entrevista a la Mtra. Adriana Lorena González Boscó Coordinadora del programa Unamita ¡Ciérrale a la brecha digital! sobre El programa Unamita ¡Ciérrale a la brecha digital! [audio] México.

GOBIERNO DE MÉXICO (S/f). INMUJERES. *www.gob.mx* Recuperado el 20 de octubre de 2022 de <https://www.gob.mx/inmujeres/> GOBIERNO DE MÉXICO (2019). ¡Conectividad a internet en todo el país! *www. gob.mx*. Recuperado el 05 de septiembre de 2022 de <https://www.gob.mx/sct/es/articulos/conectividad-a-internet-a-todo-el-pais?idiom=es>

GOBIERNO DE MÉXICO (2019). Internet Seguro: Prevención para Niñas, Niños y Adolescentes. *SIPINNA*. Recuperado el 30 de abril de 2021 de <https://www.gob.mx/sipinna/galerias/internet-seguro-prevencion-para-ninas-ninos-y-adolescentes?idiom=es>

Gobierno de México (2020). ¿Qué es el coronavirus? *Coronavirus.gob.mx*. Recuperado el 15 de marzo de 2021 de <https://coronavirus.gob.mx/covid-19/>

GOBIERNO DE MÉXICO (2022). CONAVIM. *www.gob.mx*. Recuperado el 29 de octubre de 2022 de <https://www.gob.mx/conavim>

Gros, B. & Contreras, D (2006). La alfabetización Digital y el Desarrollo de Competencias Ciudadanas [versión electrónica] *Revista Iberoamericana de Educación*. (42), 103-125

Guzmán, L.A. & Valdez, B. Ma. (2018). El servicio social como recurso didáctico para intervenir la realidad social. *Scielo.org.mx*. Recuperado el 15 de marzo de 2021 de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2448-84372018000200044&script=sci_arttext#B6

Hacerfamilia (2022). Nomofobia, *vamping* y *phubbing*: del problema a la cura. *Hacerfamilia.com*. Recuperado el 04 de septiembre de 2022 de <https://www.hacerfamilia.com/psicologia/nomofobia-vamping-phubbing-problema-cura-20191003143502.html>

Hernández, J. (2020). Consumo local en tiempos de pandemia. *Trcimplan.gob.mx*. Recuperado el 01 de junio de 2021 de <http://www.trcimplan.gob.mx/blog/consumo-local-en-tiempos-de-pandemia-sep-2020.html>

IkeepSafe (junio, 2018). Inteligente Alerta Seguro Amable Valiente [versión electrónica]. *Sé genial en internet*. P. 1-75

Incibe (s/f). Tu ayuda en ciberseguridad. *incibe.es* Recuperado el 20 de octubre de 2022 de <https://www.incibe.es/linea-de-ayuda-en-ciberseguridad>

- INEGI (2019). México-Modulo sobre ciberacoso 2019. *Inegi.org.mx*. Recuperado el 9 de marzo de 2021 de <https://www.inegi.org.mx/rnm/index.php/catalog/589>
- INEGI (2020). Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH) 2019 [versión electrónica]. *inegi.org.mx* pp. P. 1-18
- Iniseg.es (2020). Perfiles Falsos en Internet: cobardes que no dan la cara. *Ciberseguridad al día*. Recuperado el 14 de diciembre de 2020 de <https://www.iniseg.es/blog/ciberseguridad/perfiles-falsos-en-internet/>
- Instituto de Salud del Estado de México (2018). Atención a Mujeres en Situación de Violencia. *salud.edomex.gob.mx*. Recuperado el 20 de octubre de 2022 de https://salud.edomex.gob.mx/isem/mujeres_situacion_violencia
- is4K Internet Segura *For Kids* (s/f). *Sexting. is4K. es*. Recuperado el 29 de septiembre de 2022 de <https://www.is4k.es/necesitas-saber/sexting>
- is4K Internet Segura *For Kids* (s/f). Uso excesivo de las TIC. *is4K. es*. Recuperado el 12 de junio de 2021 de <https://www.is4k.es/necesitas-saber/uso-excesivo-de-las-tic>
- Lloyd, M. (2020). Desigualdades educativas y la Brecha Digital en tiempos de Covid-19 [versión electrónica]. H. *Casanova Cardiel (Coord.) Educación y pandemia: una visión académica Ciudad de México: UNAM, Instituto de Investigaciones sobre la Universidad y la Educación*. pp. 115-121
- Lloyd, M. (2019). Brecha digital y Universidades Interculturales de México [versión electrónica]. *her2019.cinvestav.mx*. IISUE UNAM 1-22
- March, T. (2004). *The Learning Power of Web Quests* [versión electrónica]. *Content Server*

- Educational Leadership*. Pp.1-7
- Mckinsey & Company (junio 2018). Perspectiva de ciberseguridad en México [versión electrónica]. *Ciberseguridad. COMEXI*. P. 1-63
- Méndez, G. (s/f). La educación sexual en la sociedad de consumo [versión electrónica]. *Estudios de juventud* No. 63/03. 1-14
- Moreno, K. (s/f). Niños, adolescentes y adicciones. Una mirada desde la prevención [versión electrónica]. *Centros de Integración Juvenil. A. C.* p. 1-23
- Moreno, T. & Arvizu, J. (2020). Senado aprueba la Ley Olimpia para castigar violencia digital en todo el país [en línea]. El Universal.com. Recuperado el 19 de enero de 2021, de <https://www.eluniversal.com.mx/nacion/senado-aprueba-la-ley-olimpia-para-castigar-violencia-digital-en-todo-el-pais>
- Munguía, I. y Salcedo, J. M. (1980). Recopilación de material. En *Redacción e investigación documental II. Técnicas de investigación documental. Manual de consulta* (vol. 4) (pp. 28-70). México: UPN/SEP
- Olarte, E.S. (2017). Brecha digital, Pobreza y Exclusión Social [versión electrónica] *Catedrática de Derecho del Trabajo y de la Seguridad Social. Universidad de Granada*. Pp. 285-313
- OIT (2020). COVID- 19 La pandemia en el mundo del trabajo. El COVID-19 ha revelado la fragilidad de nuestras economías. *ilo.org*. Recuperado el 02 de junio de 2021 de https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS_739995/lang--es/index.htm
- ONU (2015). *Replantear la educación ¿Hacia un bien común mundial?* Francia: UNESCO

- Osterrieth, P. A. (s/f.). Capítulo 2. Algunos aspectos psicológicos de la adolescencia. pp. 1-8
- Pérez, P. & Merino, M. (2014). Definición de Cualitativo. *definición. de*. Recuperado el 10 de junio de 2021 de <https://definicion.de/cualitativo/>
- Programa UNAMITA, ¡Ciérrale a la brecha digital! (2020). Curso de formación de promotores de ciudadanía digital 2020. *Tuaulavirtual.educatic.unam.mx*. Recuperado el 20 de mayo de 2021 de <https://tuaulavirtual.educatic.unam.mx/my/>
- Psicología y Mente (2022). Alternativas a las pantallas para niños, niñas y adolescentes. *psicología y mente.com*. Recuperado el 06 de septiembre de 2022 de <https://psicologiaymente.com/desarrollo/alternativas-a-pantallas-ninos-y-adolescentes>
- Quintana, J. & Higuera, E. (2009). La Web Quest una metodología de aprendizaje cooperativo basada en el acceso, el manejo y el uso de información de la Red [versión electrónica]. *Cuaderno de docencia universitaria*. P. 1-51
- Real Academia Española (2021). Diccionario de la Lengua Española. *dle.rae.es*. Recuperado el 04 de junio de 2021 de <https://dle.rae.es/empacho>
- Robles, de la R. L. (2020). Aprueban ‘Ley Olimpia’ para todo el país; establecen delito en el Código Penal Federal. *Excelsior.com*. Recuperado el 19 de enero de 2021, de <https://www.excelsior.com.mx/nacional/aprueban-ley-olimpia-para-todo-el-pais-establecen-delito-en-el-codigo-penal-federal/1415366>
- Romero, O.M.D. (enero-marzo, 2012). Las Web Quest: una herramienta para introducir las tecnologías de la información y comunicación en el aula [versión electrónica]. *Didascalía: Didáctica y Educación*. Vol. III (1), 1-16.

- Scarpello, M. (2022). Pasatiempos en la adolescencia. *codajic.org*. Recuperado el 06 de septiembre de 2022 de <https://codajic.org/pasatiempos-en-la-adolescencia/>
- SciELO (2019). Peligros de las redes sociales: Cómo educar a nuestros hijos e hijas en ciberseguridad. *scielo.sa.cr*. Recuperado el 05 de septiembre de 2022 de https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-42582019000300339
- Secretaría de Seguridad (2021). Policía Cibernética. *sseguridad.edomex.gob.mx*. Recuperado el 20 de octubre de 2022 de <https://sseguridad.edomex.gob.mx/seguridad-publica-transito/policia-cibernetica>
- Serrano, A. (2014). 8 indicadores para detectar el Cyberbullying. *Online.ucv.es*. Recuperado el 03 de febrero de 2023 de <https://educrea.cl/8-indicadores-para-detectar-el-ciberbullying/>
- Serrano, S. A. & Martínez, M. E. (2003). La Brecha Digital Mitos y Realidades [versión electrónica]. *Departamento Editorial Universitaria de la Universidad Autónoma de Baja California*. P. 1-133
- UNAM (2017). Servicio social Universitario. *Dgosever.unam.mx*. Recuperado el 15 de marzo de 2021 de <https://www.dgosever.unam.mx/portaldgose/servicio-social/htmls/ss-universitario/ssu-definicion.html>
- Word Reference. (2021). Diccionario de la lengua española. *wordreference.com*. Recuperado el 04 de junio de 2021 de <https://www.wordreference.com/definicion/copa>
- Word Reference. (2021). Diccionario de la lengua española. *wordreference.com*. Recuperado el 12 de agosto de 2021 de <https://www.wordreference.com/definicion/secularizaci%C3%B3n>

Bibliografía

Actitud Triunfante. (2017, diciembre 12). *Cyberbullying ¿Qué Es Y Qué Hacer?* [video]

<https://www.youtube.com/watch?v=Gfsuj6wlg8Y>

Kapoun, J. (1998). Cinco criterios para evaluar las páginas web [versión electrónica]. *Eduteka*.

Pp. 1-2

Krissel Núñez. (2020, octubre 15). *Pasos para realizar una Entrevista*. [video]

<https://www.youtube.com/watch?v=0SpgDo87cck>

Mejía, S. (2014). *Sexting*: una modalidad cada vez más extendida de violencia sexual entre jóvenes.

scielo.org.mx. Recuperado el 29 de septiembre de 2022 de

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-

53372014000400007

Pantallas Amigas. (2016, julio 12). *10 razones para no realizar sexting: ¡tú decides!* [video]

https://www.youtube.com/watch?v=LFbnamm_ePk

Pantallas Amigas. (2022). ¿has decidido sextear? DECÁLOGO PARA EL SEXTING SEGURO.

sextingseguro.com. Recuperado el 29 de septiembre de 2022 de

<https://www.sextingseguro.com/consejos-sextear-nudes-con-menos-riesgos/>

Rojas, A. G. (2020) Ciberacoso: "Pasé de ser la 'gordibuen' del video sexual que criticaba todo el

pueblo a que 11 estados de México aprobaran una ley con mi nombre" *BBC News Mundo*.

Recuperado el 19 de enero de 2021, de [https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-](https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-49763560)

[latina-49763560](https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-49763560)

Seguridad informática UNAD (2019). Enfermedades por uso incorrecto de la tecnología.

noticias.unad.edu.co. Recuperado el 29 de septiembre de 2022 de

<https://noticias.unad.edu.co/index.php/gidt/3065-enfermedades-por-uso-incorrecto-de-la-tecnologia-2>

The FigCo en español. (2020 marzo 4). *Cómo Grabar Videos Con El Celular Para YouTube*.

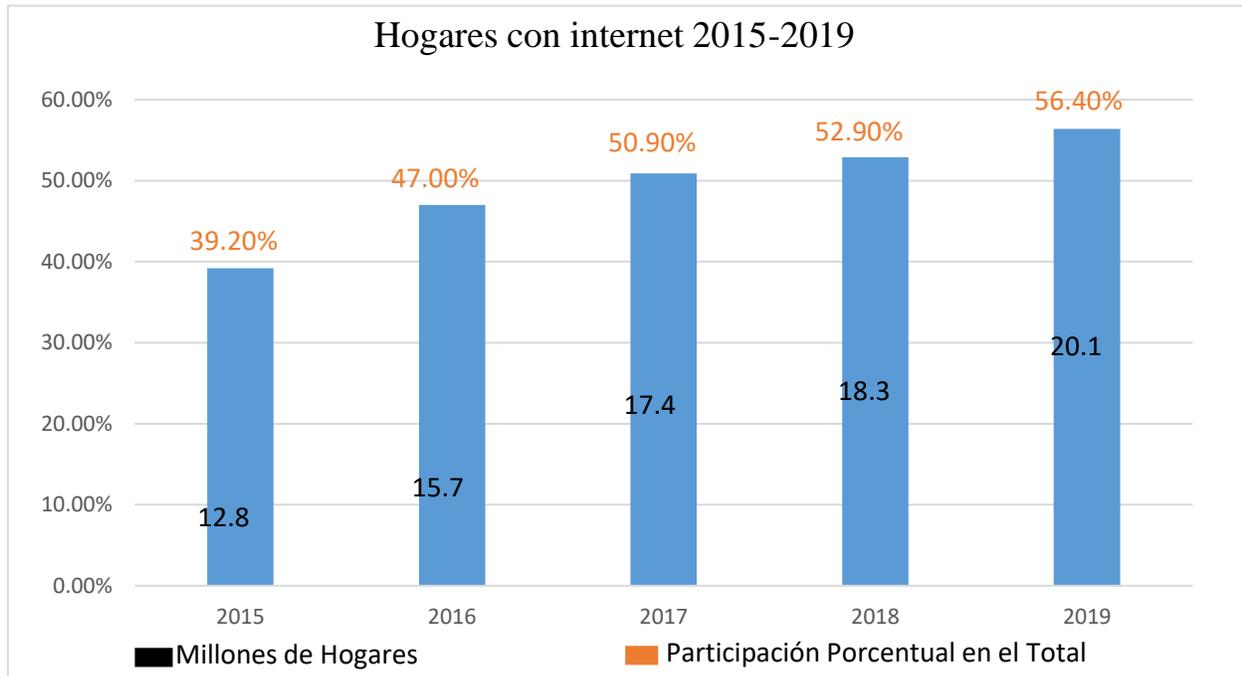
[video] <https://www.youtube.com/watch?v=xwX9SIPxsi4>

Tutorial Youtube. (2015, febrero 8). *Aprende a compartir tus videos en redes sociales*. [video]

<https://www.youtube.com/watch?v=sLklW4WERw8>

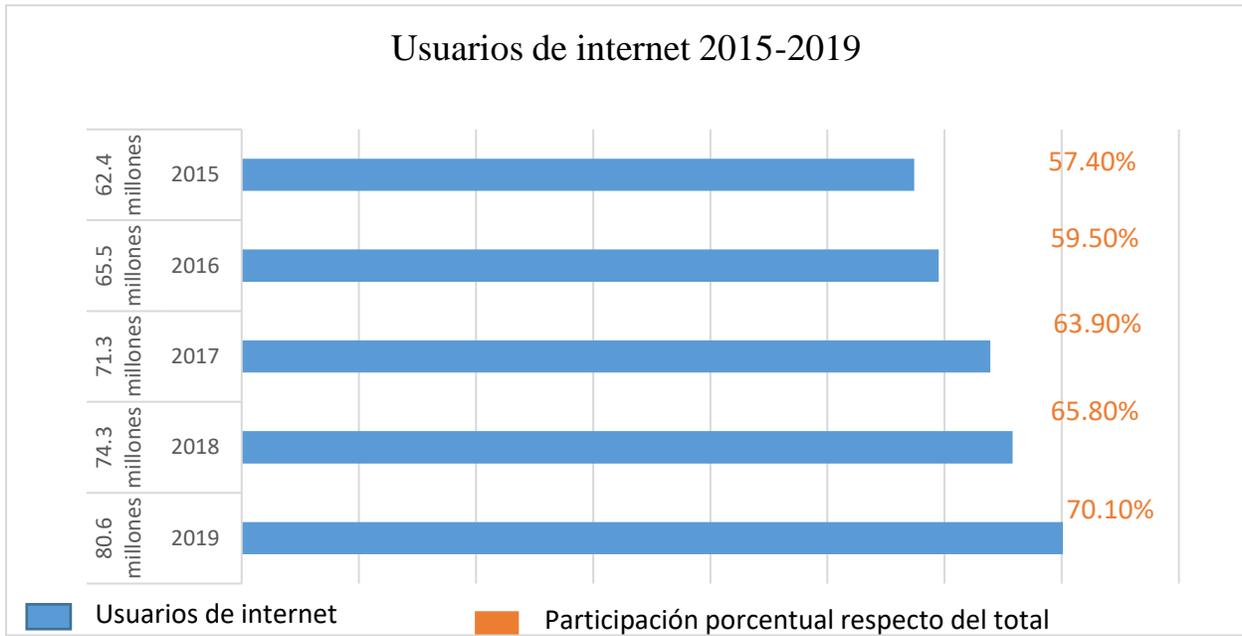
ANEXOS

Anexo A Hogares con internet 2015-2019



Gráfica 1 tomada de la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de la Información y Comunicación en los Hogares, 2019, (ENDUTIH, 2019). Disponible en https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/534997/INEGI_SCT_IFT_ENDUTIH_2019.pdf

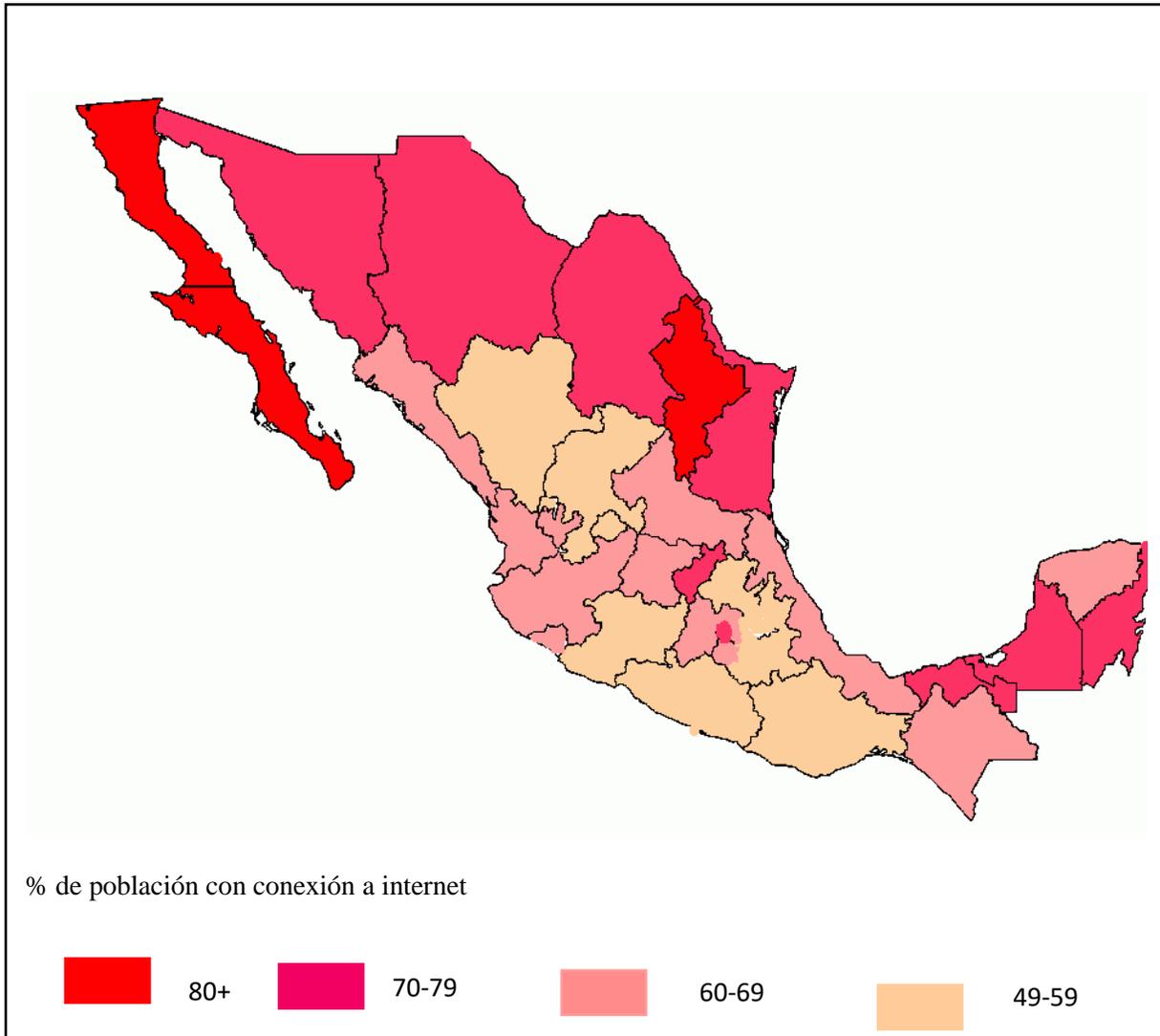
Anexo B Usuarios de internet 2015-2019



Gráfica 2 tomada de la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de la Información y Comunicación en los Hogares, 2019, (ENDUTIH, 2019). Disponible en

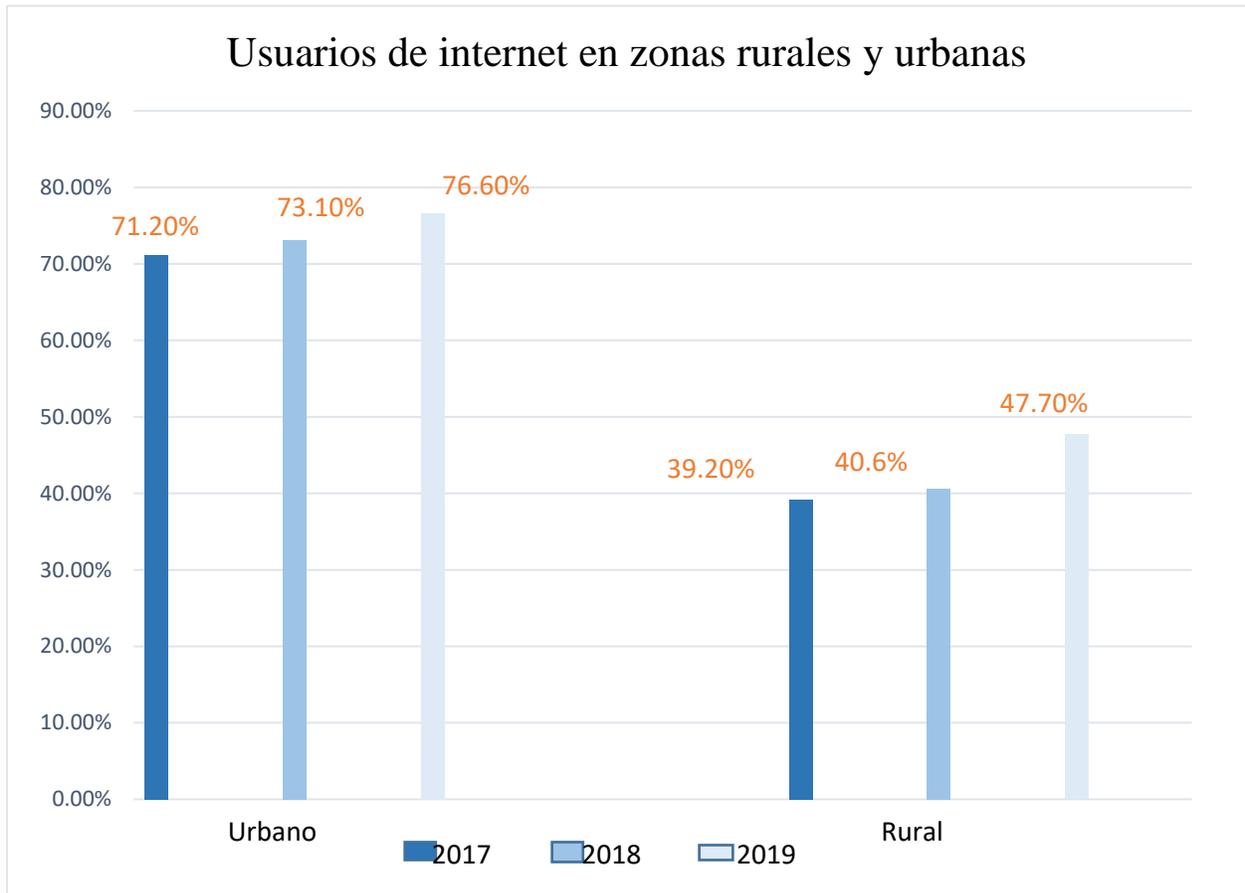
https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/534997/INEGI_SCT_IFT_ENDUTIH_2019.pdf

Anexo C Brecha digital por estados de la República Mexicana



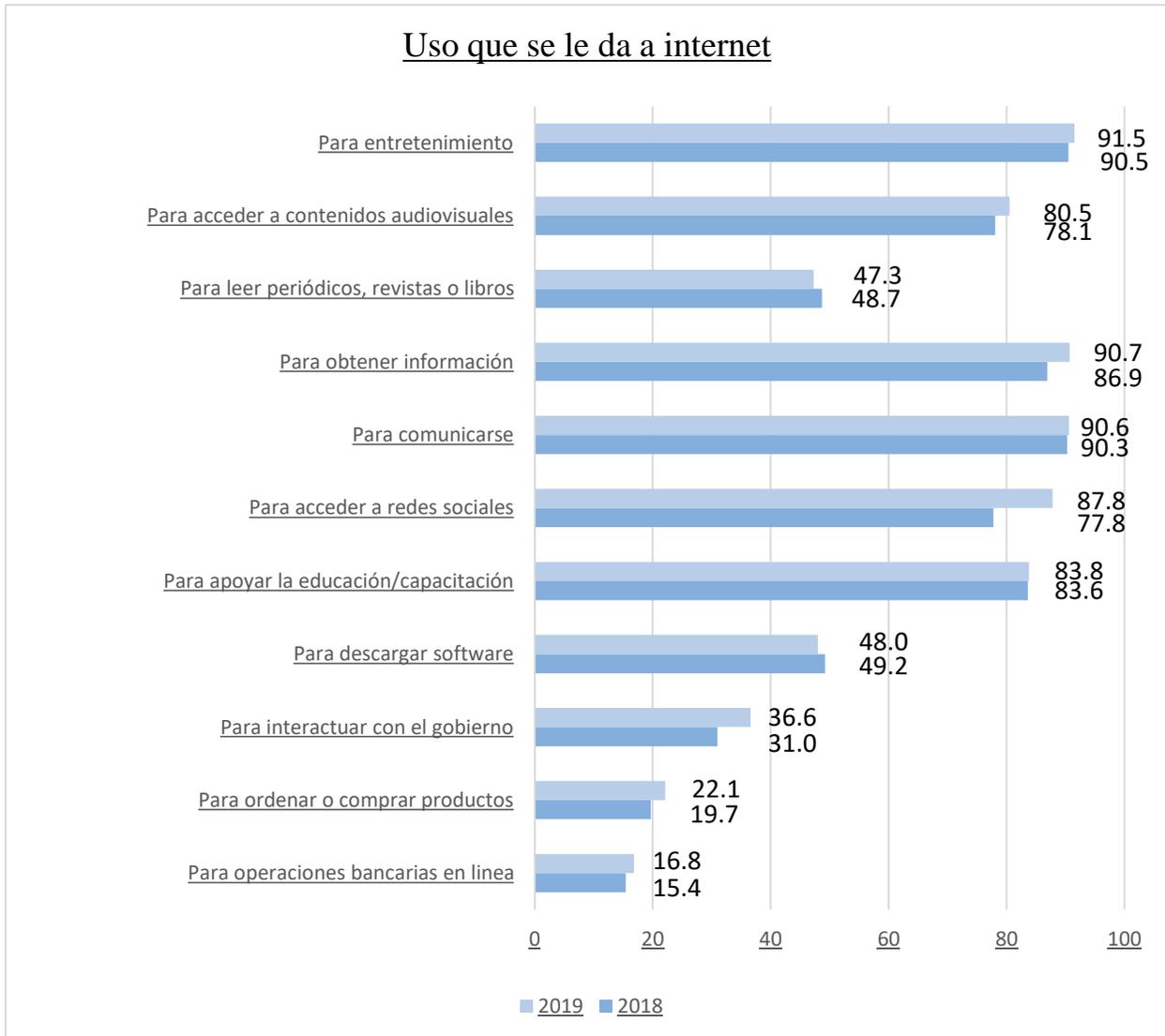
Gráfica 3 tomada de Brecha Digital y Universidades Culturales de México Disponible en: https://her2019.cinvestav.mx/Portals/her2019/ppVideosPresentaciones/12sep/Marion%20Lloyd_Mexicos%20%20Intercultural%20Universities_Optimizado3.pdf?ver=2019-10-25-113359-030

Anexo D Usuarios de internet en zonas rurales y urbanas



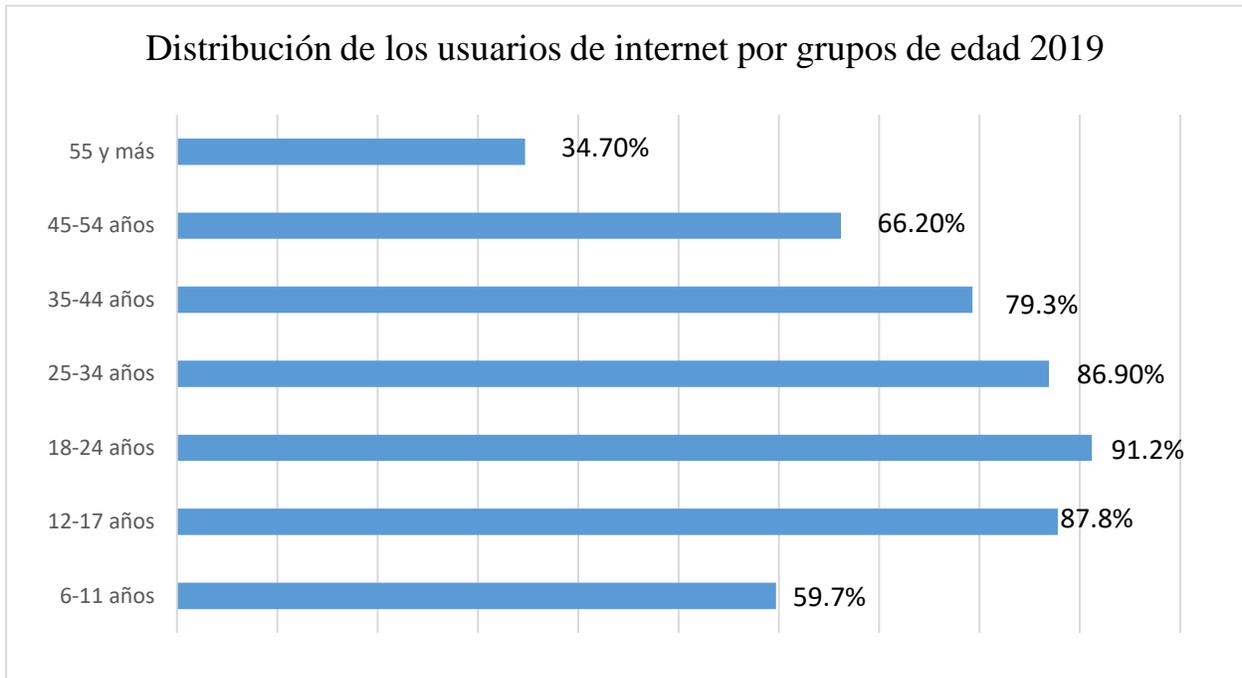
Gráfica 4 tomada de la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de la Información y Comunicación en los Hogares, 2019, (ENDUTIH, 2019). Disponible en https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/534997/INEGI_SCT_IPT_ENDUTIH_2019.pdf

Anexo E Uso que se le da a internet



Gráfica 5 tomada de la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de la Información y Comunicación en los Hogares, 2019, (ENDUTIH, 2019). Disponible en https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/534997/INEGI_SCT_IFT_ENDUTIH_2019.pdf

Anexo F Distribución de usuarios de internet por grupos de edad 2019



Gráfica 6 tomada de la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de la Información y Comunicación en los Hogares, 2019, (ENDUTIH, 2019). Disponible en https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/534997/INEGI_SCT_IFT_ENDUTIH_2019.pdf

Anexo G Recomendaciones para padres, madres y adolescentes.

Las siguientes recomendaciones son para los padres/madres de familia y más adelante se incluyen algunas para los adolescentes.

Según la revista SciELO, (2019) Les corresponde a los padres y madres de familia en primera instancia educar a sus hijos e hijas en ciberseguridad en el uso de las redes sociales en línea. El adulto tiene la responsabilidad de autoeducarse y actualizarse constantemente en la seguridad y manejo de las redes sociales para adquirir las herramientas necesarias que les permitan protegerse y fomentar en sus hijos e hijas la autoprotección.

Las buenas prácticas son: “conocer las políticas de uso de las redes sociales a que accedan sus hijos e hijas, investigar y configurar la seguridad y privacidad de la cuenta o perfil y delimitar quiénes pueden acceder a los contenidos y publicaciones que hacen, así como a la información que dejan abierta”. (SciELO, 2019)

Por lo tanto, el tema de ciberseguridad se debe discutir y analizar en familia para solucionar las posibles situaciones de peligro en la red a la que están expuestos.

Es importante estimular actividades que no incluyan pantallas, en Psicología y Mente (2022) se encuentran algunos ejemplos para que los adolescentes se entretengan sin depender de las pantallas son los siguientes:

1. Ejercicio físico:

El deporte mejora el funcionamiento cerebral y el deporte en equipo previene el riesgo de desarrollar ansiedad, depresión, dificultades de atención, aislamiento o problemas sociales.

2. Contacto con la naturaleza:

Una experiencia en la naturaleza beneficia el bienestar emocional y el rendimiento académico y cognitivo.

3. Juegos de mesa y manualidades:

Las actividades artísticas o jugar juegos como cartas, ajedrez, juegos de lógica o cooperativos en familia, estimula las áreas sensoriales, motoras y cognitivas de su cerebro.

4. Juego libre con sus iguales:

Desarrolla las habilidades sociales, potencia la flexibilidad cognitiva al adaptarse al juego o a la tolerancia a la frustración al esperar su turno.

5. Tener un pasatiempo:

De acuerdo con Scarpello (2022) Los pasatiempos o *hobbies* son de mucha utilidad, pues permiten, canalizar deseos, desarrollar habilidades o hasta para proyectar un plan de vida, también existen actividades comunitarias o de solidaridad, algunas están relacionadas a la vivienda, los animales, el medio ambiente o grupos de jóvenes que lo impulsan, otros son regulados por adultos como clubes, iglesias u otras instituciones, también hay espacios generalmente públicos como plazas, la esquina de intersección de alguna calle, un parque, etc. lo cual permite mayor libertad y creatividad, ya que se encuentran grupos de jóvenes bailando, cantando, andando en bicicleta o patineta.

6. Descubrir talentos ocultos:

Según Cornette (2010) descubrir algo para lo que somos buenos desde hace mucho y no nos acordábamos, también nos conecta al placer, es innato y nos sale con mucha facilidad se le llama talento oculto, si se desea descubrirlo, consultar el: Cuaderno de ejercicios para descubrir tus talentos ocultos.

Se puede descubrir un talento mediante las siguientes cinco palabras:

Factibilidad: Es innato y es algo que siempre se ha sabido hacer.

Facilidad: Es algo que se hace con facilidad. Siempre se hace bien, sin esfuerzo.

Reproducción: Es algo que se reproduce, que varias veces se logra.

Placer: Es algo que al hacerlo produce placer, el esfuerzo que se usa no agota, se hace sin dudas y provoca satisfacción.

Reconocimiento: Es algo que se hace fácilmente en determinado campo y los demás lo reconocen, lo ven y lo aprecian.