



¿QUÉ OCURRE EN INTERNET EN 1 MINUTO?

EN 2019



41,6 MILLONES DE
MENSAJES



4,5 MILLONES DE VÍDEOS



3,8 MILLONES DE BÚSQUEDAS



87.500 PERSONAS TWITTEANDO

¿HEMOS UTILIZADO MÁS INTERNET DURANTE EL CONFINAMIENTO?

#SOMOSAST
#ELVALORDEINTERNET
#INTERNETSEGURO



Durante el confinamiento, el tráfico ha aumentado significativamente:



De unos **350 Gb/s** Media habitual antes del confinamiento

En estos días los valores se sitúan por encima de los **700 Gb/s**



WhatsApp
aumenta un **76%**



Navegadores
web **70%**



Televisión
tradicional **63%**



Redes sociales
61%



Videoconferencias **120%**



#SOMOSAST
#ELVALORDEINTERNET
#INTERNETSEGURO

¿PARA QUÉ USAMOS INTERNET?

- Relacionarnos con nuestros familiares y amigos,
- Entretenenos y divertirnos,
- Mantenernos informados,
- Comprar o hacer trámites,
- Asistir a clases online, aprender,
- Para trabajar...



ESTE USO MASIVO DE INTERNET TAMBIÉN NOS EXPONE A ALGUNOS RIESGOS

- **Bulos y noticias falsas**, como las que están circulando sobre el coronavirus
- **Estafas**, como la venta de mascarillas en tiendas online falsas
- Para los menores, el uso intensivo multiplica el riesgo de visualizar **contenido inadecuado**, de acceder a comunidades peligrosas, de **sufrir ciberacoso**, o de desarrollar **adicción al móvil**.

¿CÓMO NOS PODEMOS CUIDAR EN INTERNET?



1. Cuidar nuestra privacidad.

Cada vez que subimos algo a la red, dejamos un rastro, que permanece para siempre. No cuidar nuestra PRIVACIDAD nos hace más VULNERABLES

Precaución con los datos que damos

- Ajustar las condiciones de privacidad en las redes sociales
- Limitar compartir información sobre nuestros hijos, nietos...
- Tener cuidado con la webcam y las cámaras de los móviles.
- Recordar que tenemos derechos relacionados con la protección de nuestros datos

2. Ser críticos con la información que vemos y la que compartimos.

No todo es cierto en Internet

3. Acompañar y educar a nuestros hij@s en un **uso seguro de la red**.

Estar atentos sobre con quién contactan, chatean, juegan online. Cuidado con los "nuevos amigos".

No podemos saber quién está detrás.

4. Descansar de la tecnología, y realizar actividades productivas y divertidas "offline".

Tiempo que pasan en internet los menores (minutos)

Según el informe "EU Kids Online"

9 a 11 años: 131

12-14: 202

15-16: 253



La dependencia al móvil supone un uso excesivo e inadecuado, y puede causarnos trastornos importantes.



5. Protege tus dispositivos y crea hábitos seguros

- **No creas** todo lo que veas en internet
- No pinches en enlaces que te insten a dar tus datos, **ve a la web original**
- Compra en **páginas conocidas** y de reconocida fiabilidad.
- Extrema la **precaución** cuando vayas a hacer **pagos**
- **Configura** la **privacidad** de tus redes sociales
- **Controla** la información que **subes** a Internet
- Ten **cuidado** con las **gangas**
- Una **wifi abierta** es mucho **menos segura**

- Usa **contraseñas seguras** y no las compartas. **No** utilices la **misma contraseña para todo**
- **No descargues** cualquier cosa que te llegue. Ve a las fuentes originales
- **Instala** un **antivirus** en tus dispositivos

#SOMOAST

#ELVALORDEINTERNET

#INTERNETSEGURO

LÍNEAS DE AYUDA:



Oficina de Seguridad del Internauta (OSI)



<https://www.osi.es/es>

<https://www.is4k.es/>



017

Agencia Española de Protección de Datos



<https://www.aepd.es/>



901 100 099

Grupo de Delitos Telemáticos (Guardia Civil)



<https://www.gdt.guardiacivil.es/>

Brigada Investigación Tecnológica (Policía Nacional)



<https://www.policia.es/>

Teléfono contra la Violencia de género:



016

Teléfonos contra el Acoso escolar:



900 018 018 (España)

900 100 456 (Aragón)

#SOMOAST
#ELVALORDEINTERNET
#INTERNETSEGURO