Programa ineco RURALTIC

Fecha 19/11/2024

Población:
Carrizo – León

Presentación del programa INECO Social

Conferencia de Jordi Romeu y Jesús Hernado.

¿Qué es?

Ingeniería y consultoría de referencia en el ámbito de la movilidad sostenible y la transformación digital dependiente del MITMA

Más de 50 años diseñando **soluciones integrales, innovadoras y tecnológicas** que han permitido avanzar hacia un nuevo modelo de movilidad más sostenible y más segura. Soluciones que contribuyen de manera directa en la mejora de la calidad de vida de millones de personas.

- ✓ Comprometidos con la **sociedad** y la transformación digital
- ✓ Valor de Ineco: 5.000 profesionales.
- ✓ Conocimiento al servicio de Rural TIC

https://www.ineco.com/webineco/ o simplemente teclea en Google nuestro nombre

¿Quiénes somos?

Jordi Romeu Crespo

Ingeniero en Electrónica
Ingeniero en Telecomunicaciones
MBA, MPRL
Director de Obra Señalización Ferroviaria y Telecomunicaciones Fijas
ADIF-AV LAV León-Asturias

¿por qué estamos aquí?
Compartir experiencia y conocimiento práctico en el uso de las nuevas tecnologías y redes sociales, habiéndome trasladado de la gran ciudad a un entorno rural

Estos somos nosotros y vosotros ¿quién sois?

¿Quiénes somos?

Jesús Hernando

Formación académica

ANALISTA INFORMÁTICO DEL MINISTERIO DE JUSTICIA

¿por qué estamos aquí?

Quiero ayudar a dar el paso que nos da “respeto”

Estos somos nosotros y vosotros ¿quién sois?

1

Huella digital

Huella digital

¿Qué es?

Es el rastro que dejas al navegar en internet. Cada vez que haces un “clic” o das un “me gusta” en las redes sociales, subes fotografías, etc.

Los datos que genera tu actividad en la internet crean lo que se llama “huella digital”

Huella digital

¿Erais conscientes?

Huella digital

¿Sabíais qué...?

Buscadores web →

- ✓ Cualquier **búsqueda** que realices a través de la web deja rastro, de modo que, en el futuro, los resultados se adaptarán a tus preferencias

Registro/ Crear usuario →

- ✓ Cada vez que **creas un usuario** en una web, app o juego dejas una huella de tu edad, sexo, domicilio o ubicación..

Perfil = Identidad

- ✓ Cuando generas un **perfil** defines tu **identidad** en cuanto a aficiones, hobbies, pertenencia a grupos...

Huella digital

¿Por qué es importante?

- ✓ Una vez que los datos son públicos (o incluso semipúblicos, como puede ser en el caso de las publicaciones de Facebook, Instagram…), **el propietario pierde el control sobre ellos.**
- ✓ Una huella digital **puede determinar la reputación digital** de una persona.
- ✓ El **material que publiques en línea puede malinterpretarse** o modificarse
- ✓ El **contenido destinado a un grupo privado puede extenderse** a un círculo más amplio, lo cual podría dañar relaciones y amistades.
- ✓ Los **cibercriminales pueden aprovecharse de tu huella digital:** Phising

Huella digital

¿Debemos protegerla?

Por supuesto que debemos proteger nuestra huella digital ya que nos persigue de por vida. Las empresas, universidades y otras entidades pueden buscar tu identidad en línea.

¡Un gran poder requiere una gran responsabilidad!

2

Contraseñas

La importancia de una contraseña segura

Este es el tiempo que tarda un hacker en crakear una contraseña

TIME IT TAKES FOR A HACKER TO CRACK YOUR PASSWORD

Number of Characters	Numbers Only	Lowercase Letters	Upper and Lowercase Letters	Numbers, Upper and Lowercase Letters	Numbers, Upper and Lowercase Letters, Symbols
4	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly
5	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly
6	Instantly	Instantly	Instantly	1 sec	5 secs
7	Instantly	Instantly	25 secs	1 min	6 mins
8	Instantly	5 secs	22 mins	1 hour	8 hours
9	Instantly	2 mins	19 hours	3 days	3 weeks
10	Instantly	58 mins	1 month	7 months	5 years
11	2 secs	1 day	5 years	41 years	400 years
12	25 secs	3 weeks	300 years	2k years	34k years
13	4 mins	1 year	16k years	100k years	2m years
14	41 mins	51 years	800k years	9m years	200m years
15	6 hours	1k years	43m years	600m years	15 bn years
16	2 days	34k years	2bn years	37bn years	1tn years
17	4 weeks	800k years	100bn years	2tn years	93tn years
18	9 months	23m years	6tn years	100 tn years	7qd years

La importancia de una contraseña segura

Como habéis observado en el cuadro anterior contra más segura es la contraseña, más difícil o casi imposible les será hackear nuestras cuentas.

Para construir una buena contraseña, deberá contener:

- ✓ Letras mayúsculas.
- ✓ Letras minúsculas.
- ✓ Números.
- ✓ Símbolos como por ejemplo @, %, /,), etc.
- ✓ La longitud recomendada mínima estaría establecida en 12 caracteres.

3

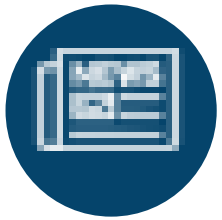
Seguridad

Seguridad en internet

Consejos para protegernos

Utiliza buscadores para comprobar tu huella digital:

- ¿Has probado a buscar tu nombre en Google?



Reduce la cantidad de fuentes de información que te mencionan

- ✓ Puedes comunicarte con los sitios web y solicitar que se elimine la información.

Limita la cantidad de datos que compartes

- Cada vez que proporcionas información personal a una organización, amplías tu huella digital.
- ✓ Antes de enviar ese formulario, considera si vale la pena hacerlo.

Seguridad en internet

Vuelve a verificar tu configuración de privacidad en Redes Sociales

- La configuración de privacidad en las redes sociales te permite controlar quién ve tus publicaciones.
- ✓ Revisa estos ajustes y asegúrate de que estén en un nivel con el que te sientas cómodo.

Evita compartir demasiado en las redes sociales

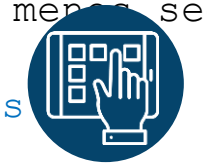
- Piensa dos veces antes de revelar tu ubicación o planes de viaje u otra información personal.
- ✓ Evita revelar tu número de teléfono o dirección de correo electrónico en tu biografía de redes sociales. Por supuesto, **¡Nunca compartas información con desconocidos!**

Evita los sitios web inseguros

- Asegúrate de que realizas transacciones con un sitio web seguro.
- ✓ La URL de cualquier web debe comenzar con https://, en lugar de http://

Evita divulgar datos privados en redes Wi-Fi públicas

- Una red Wi-Fi pública es menos segura que tu red personal



Elimina las cuentas antiguas

Seguridad en internet

Crea contraseñas seguras

- Una contraseña segura te ayudará a mantener la seguridad en Internet.
- ✓ Tiene al menos 12 caracteres y contiene una combinación de letras mayúsculas y minúsculas, símbolos y números.

No inicies sesión con Facebook

- Cada vez que inicias sesión en un sitio web de terceros con tus credenciales de Facebook, le das permiso a para que extraiga tus datos de usuario, lo cual podría poner en riesgo tu información personal.

Mantén actualizado el software

- El software obsoleto podría albergar una gran cantidad de huellas digitales.

Seguridad en internet

Revisa tu uso de dispositivos móviles

- ✓ Establece un código de acceso para tu dispositivo móvil, de forma que otras personas no puedan acceder a él si lo pierdes.

Piensa antes de hacer una publicación

- Lo que publicas o dices en línea envía un mensaje sobre quién eres, al igual que lo que otros revelan sobre ti.

Actúa rápido después de una filtración

- ✓ Si sospechas que tus datos podrían haberse visto comprometidos en una filtración, actúa de inmediato. Cuéntaselo a un adulto y denúncialo.

Seguridad en internet

✓ Consejos para desarrollar tu identidad en redes sociales

- Pide **ayuda** a tus padres para crearte tu perfil y para configurar las aplicaciones
- **No** pongas **tu nombre, apellidos o tu fecha de nacimiento** en el nombre de usuario.
- Crea una **contraseña** lo más complicada posible y no la divulgues
- **No compartas** datos personales ni tuyos ni de tus familiares
- Si tienes alguna duda **pregunta** a un adulto
- Todo aquello que publiques debe contar con el **consentimiento** de los afectados: amigos, compañeros de clase, de deporte y ocio, familia…
- Cuidado con el **ciber-acoso y ciber-bullying. No participes**, no difundas
- **No te involucres** en actividades fraudulentas (suplantación, ciberdelitos) Si utilizas contenido que no es tuyo, indícalo
- **Sé sincero**, aquello que publicas proyecta una imagen de tí que perdura en la red
- **Sé respetuoso** cuando comentas o respondes a los demás, también afectará a la opinión que tendrán de ti

Seguridad en internet

✓ Consejos para tu seguridad

- **Sé cauto** con todo aquello que veas en perfiles públicos
- **No envíes** nada y no hables con personas que no conoces
- Evita usar los **chats públicos** en los videojuegos
- Usa un **antivirus**
- **Cierra sesión** de tus cuentas cuando dejes de usarlas
- **No** hagas **video llamadas** con nadie que no conozcas
- **No quedes** con nadie que acabas de conocer por internet, videojuegos, redes sociales
- Ten en cuenta que **no todo lo que se publica** en internet **es real**: perfiles, noticias, imágenes, vídeos
- Si se trata de alguien a quien **acabas de conocer** en la red:
  - **No** envíes nada
  - **No** realices videollamadas
  - **No** quedes con nadie que acabes de conocer, a través de videojuegos o en la red
  - **No** compartas información confidencial/personal de tus familiares
- **No** participes en **retos**

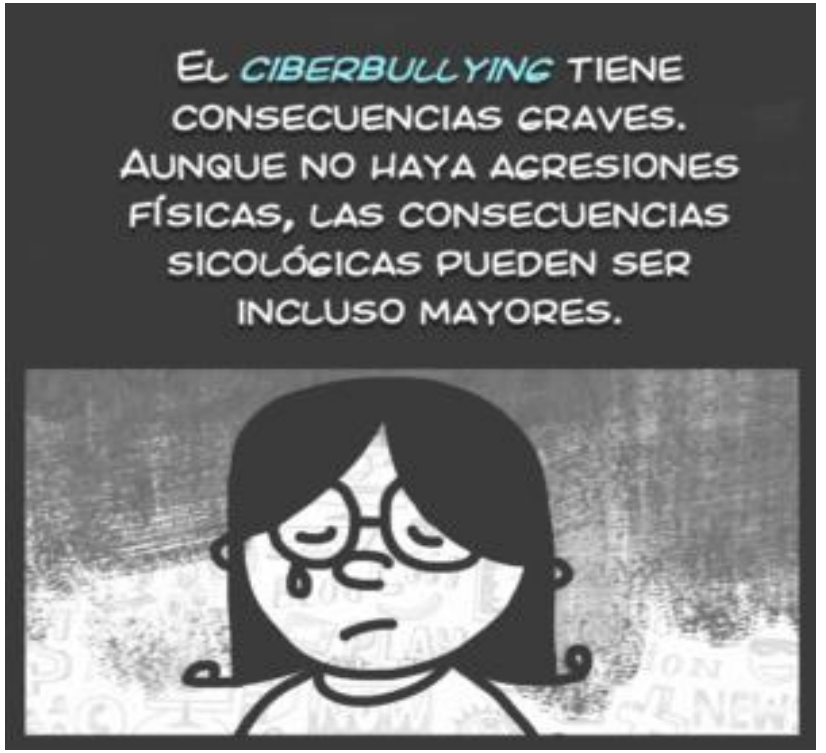
Seguridad en internet

- **No** avises si te vas de **vacaciones o no** estás en **casa**
- **No** compartas tu ubicación
- **Evita** conectarte a redes **públicas**
- **Ten cuidado** con la información que compartes, una vez que lo haces ya no es **privada si no pública**
- **Si sientes presión social** para que compartas tu información **háblalo con un adulto**
- **Si** te sientes **acosado** háblalo con un **adulto** de tu confianza

Seguridad en internet

- ✓ **¿Qué hacer si ves contenido inapropiado?**
  - ❖ Pausa la reproducción
  - ❖ Habla con un adulto de tu confianza que pueda denunciarlo
  - ❖ No lo difundas

- ✓ **¿Qué hacer si ves que acosan (ciberbullying) a alguien?**
  - ❖ Pide ayuda a un adulto
  - ❖ No lo difundas
  - ❖ Apoya a quien sufre
  - ❖ Actúa
  - ❖ Comparte mensajes positivos



Seguridad en internet

✓ ¿Qué hacer si te sientes acosado?

- Pedir apoyo o ayuda a tus padres, familiares, amigos y amigas, ellos serán un apoyo para que no pases por esta situación solo/a.
- Infórmate sobre el *ciberbullying* o el ciberacoso. Investiga sobre cómo se manifiesta y conoce casos sobre personas que han pasado por la misma situación que tú.
- No respondas de forma agresiva a estas personas. Perder el control no hará que estas personas paren con el acoso, al contrario, tu reacción negativa los incentivará. Siempre mantén la calma.
- Evita los portales web o las redes sociales en las que eres acosado mientras buscas una solución.
- Repasa la información que publicas y revisa quién puede acceder a ella. Esto implica que hagas un repaso a tu lista de contactos y configures tu privacidad en las plataformas que utilizas.
- Cambia tus contraseñas. Aquí te recomendamos unos *tips* para reforzar tus claves.
- Revisa que se está diciendo de ti y elimínalo utilizando las configuraciones de tus redes sociales. Asimismo, dile a tus contactos que te molesta que esa información

Seguridad en internet

- Recolecta todas las pruebas del acoso, estas te pueden ayudar para denunciar. Estas pueden ser conversaciones de chat, fotos, videos, publicaciones sobre ti, videollamadas o mensajes. Puedes tomar capturas de pantalla. Identifica los autores.
- Comunícate con los agresores y diles que no te gusta lo que hacen de una forma tranquila. Así sabrán que te incomoda y puede que paren con el acoso. Hazles saber que tienes pruebas para hacer una denuncia formal con las autoridades para que dejen de molestarte.
- Toma acciones legales, si los pasos anteriores no funcionan. Comunícate con las autoridades y reporta tu caso. Aquí encontrarás todas las líneas de atención a las que puedes comunicarte.

4

Casos prácticos

Casos prácticos

¿Están acosando a un compañero en Internet?

A. Mejor no me meto, no es mi problema

B. Se lo comunico a un adulto de confianza

C. Le ofrezco mi ayuda y mi apoyo

D. Comparto las bromas o humillaciones por las redes sociales, es lo que hacen todos

¿Existe la violencia en la Red?

A. Sí, pero no hace daño porque es virtual

B. No, solo son bromas, no es real

C. Sí, en forma de mensajes de odio, comentarios humillantes o difusión de la violencia

D. No, todos los mensajes son positivos en Internet

Casos prácticos

¿Qué puedo hacer ante un problema en Internet?

A. Pedir ayuda a mis amigos, mejor que no se enteren mis padres

B. Contactar con un Centro de Ayuda especializado

C. Nada, con el tiempo se solucionará…

D. Contárselo a cualquier adulto, es lo mejor

Por último, no dejes de lado todo lo demás

¡GRACIAS POR VUESTRA ATENCIÓN!