

Promoción de la cibersalud. Medidas preventivas de la infancia en el ciberespacio

RAFAEL MONTERO

Servicio de Pediatría. Hospital NISA Pardo de Aravaca. Madrid. España.
rafamonteror@hotmail.com

Puntos clave

● Los medios de comunicación influyen de forma importante en todos nosotros pero de manera más definitiva en los niños en edad escolar y adolescentes. Los niños, debido a su curiosidad innata y a la facilidad de adaptación a los nuevos medios, se han convertido en usuarios de internet y en muchos casos usuarios avanzados.

● El niño que navega por internet sin ningún control puede acceder a contenidos no recomendables, hechos delictivos e incluso desarrollar una auténtica adicción.

● Existen hoy en día diversas técnicas de control que tienen como objetivo fundamental el filtrado de contenidos no deseados para conseguir un buen uso de internet.

● La Asociación Española de Pediatría (AEP) propone un decálogo y unos consejos para un uso correcto de internet por parte de los niños y jóvenes.

● El mejor método para prevenir el manejo inadecuado de internet pasa por la educación. Conseguir que los niños, jóvenes, padres, educadores e instituciones conozcan lo más exactamente posible las posibilidades de uso de internet a la vez que sus peligros.



Ilustración: Roger Ballabriga

Introducción

Los medios de comunicación son un conjunto de instrumentos y herramientas que permiten la transmisión y los intercambios de información. Dichos medios influyen de forma importante en todos nosotros, pero de manera más definitiva en niños y adolescentes. En los casos más extremos pueden llegar a ser el sustituto de los padres y el principal profesor de los niños^{1,2}, y representar un impacto importante en la conducta y salud de la infancia. De hecho, se empieza a hablar de un término curioso, el “botellón electrónico”² con el que se denomina a una mezcla de grandes dosis de televisión, ordenador, internet, videojuegos, etc., por parte de los niños o adolescentes.

Se debe promover el uso desde una corta edad de estos soportes de la tecnología pero sin dejar de lado el contacto directo con las personas, el diálogo, los juegos, etc³.

Internet fue creada durante la guerra fría con el objetivo de crear un sistema de comunicaciones en caso de guerra nuclear. A finales de los ochenta comenzaron a utilizar la red otras instituciones. En la actualidad el uso de internet es prácticamente universal. Se calcula que el 57% de los adolescentes tienen ordenador en su habitación² y el 52% con acceso a internet, porcentaje que ha aumentado en los últimos años.

Los niños, debido a su curiosidad innata y a la facilidad de adaptación a los nuevos medios, se han convertido en usuarios de internet y en muchos casos usuarios avanzados. Debido a esto se han hecho necesarios una regulación y control del acceso a los contenidos de internet, tanto por parte de las instituciones como por parte de padres y educadores. La convención de los derechos humanos⁴ (aprobada por la Asamblea de las Naciones Unidas en 1989) reconoce el derecho de los niños a buscar y difundir información e ideas de todo tipo, pero también establece su derecho a ser protegidos contra toda información y material perjudicial para su salud. Así mismo, en España se creó una ley en 2002⁵ para la regulación del comercio electrónico haciendo especial hincapié en la protección de la juventud y la infancia.

Influencias negativas de la red

El niño que navega por internet sin ningún control está expuesto a una serie de peligros e influencias negativas que podemos agrupar en:

- Contenidos inadecuados: puede acceder a contenidos no recomendables^{1,2} como pornografía, apología de la violencia y el racismo, venta de armas, fabricación de bombas y explosivos, venta de drogas, medicamentos, etc., sin control.
- Contactos inadecuados: puede entrar en contacto con sectas, grupos satánicos, publicidad no controlada, foros que fomentan conductas inapropiadas (anorexia, bulimia, suicidios colectivos, etc.), colectivos de ideologías extremas, etc.
- Delincuencia en la red: cada vez son más frecuentes los hechos delictivos a través de la red como captura de datos confidenciales y sensibles, estafas y fraudes, suplantación de identidad, pederastia y pornografía infantil, etc.
- Chats: de gran uso en la actualidad, son una fuente de contactos con personas anónimas que falsean su identidad. El niño puede facilitar datos personales, números de teléfono y cuenta corriente, etc.

— Adicción a internet: hoy en día se habla incluso de internet como una adicción^{1,2}, situación en la que se hace un consumo excesivo y continuado (se habla de más de 10 h semanales). Se encuentran dificultades para controlar dicho consumo. Se genera tolerancia a los contenidos (cuanto más se repite, menos impacta) y se puede llegar a un síndrome de abstinencia cuando no se está navegando.

Influencias positivas de la red

Internet es un lugar en el que los niños pueden encontrar contenidos no adecuados y ponerse en contacto con personas peligrosas o poco recomendables. Sin embargo, no debemos olvidar que internet también es una herramienta insuperable para el trabajo, el estudio y el ocio:

- Ayuda en trabajos escolares y preparación de exámenes.
- Acceso a información actualizada y noticias en tiempo real.
- Contacto (controlado) con niños de otros países.
- Posibilidad de juegos en red.
- Mayor conocimiento del mundo exterior.
- Aprender a utilizar el tiempo libre.

Medidas de control de la navegación por internet

Hoy en día existen diversas técnicas de control que tienen como objetivo fundamental el filtrado de contenidos no deseados para conseguir un buen uso de internet^{6,7}.

- Herramientas de control y monitorización: son capaces de bloquear el acceso a contenidos no apropiados de distintas formas: bloqueando direcciones, controlando horas de acceso, utilizando listas de acceso y no acceso, etc. Estas herramientas están controladas y reguladas por el propio usuario y están disponibles desde el propio *software* de navegación (internet Explorer, Netscape, etc.) o bien mediante programas de *software* de control específicos que se pueden obtener en la misma red.
- Control del servidor del proveedor de acceso a internet: en este caso el usuario deja en manos del servidor el filtrado de los contenidos no adecuados.
- Clasificación de páginas mediante etiquetas *Platform for internet Content Selection* (PICS): tal sistema permite a los padres y profesores filtrar materiales considerados como inadecuados. El protocolo PICS permite que cualquiera pueda etiquetar un contenido. La clasificación se realiza a través de una página web o a través de terceros. Para que este sistema funcione adecuadamente deben existir numerosas páginas clasificadas y hoy en día hay muy pocas.

Recomendaciones a padres y jóvenes para un uso responsable de internet

La Asociación Española de Pediatría en su boletín informativo⁸ propuso un decálogo (tabla 1) y unos consejos (tabla 2)

Tabla 1. Decálogo para los padres de la Asociación Española de Pediatría

1. Sólo dejar que tu hijo navegue por internet si está en casa una persona adulta.
2. No poner el ordenador en la habitación de tu hijo o en cualquier caso poner la pantalla de forma que esté visible a quien entre o salga de la habitación.
3. Ser capaz de manejar el ordenador al menos al mismo nivel de habilidad que tu hijo, de forma que sea consciente de que estamos con capacidad de poder controlarlo.
4. Utilizar todos los sistemas de protección actualmente disponibles para evitar el acceso a sitios no aprobados a menores.
5. Hablar habitualmente con tu hijo respecto a la navegación por internet, tratando de tener información respecto a lo que ve y qué consulta, tratando de poner de manifiesto eventuales reticencias.
6. Enseñar a tu hijo que cuando se conecta al chat no debe dar, ni pedir, direcciones, números de teléfono o cualquier información que pueda identificarlo. Ser claros, sin alarma, sobre los riesgos que pueden derivarse de chatear con desconocidos.
7. Evitar que tu hijo esté en internet (particularmente en chats) durante la noche. Alertarlo de que debe avisar a sus padres, siempre que algún amigo del chat insista respecto a informaciones o hábitos personales o de su familia.
8. Navegar y chatear algunas veces junto a tu hijo para inducirlo a una mayor confianza con los padres respecto a los contenidos de sus conversaciones en la red.
9. Tratar de evitar en la medida de lo posible que tu hijo tenga su propio correo electrónico del cual solo él conozca la contraseña de acceso.
10. Construir junto a tu hijo reglas consensuadas para navegar en internet, sin imponérselas.

Tabla 2. Consejos de la Asociación Española de Pediatría para los jóvenes cibernautas

1. Recela de la persona que quiere saber demasiadas cosas. No des ninguna información respecto a ti o tu familia (por ejemplo, tu nombre, tu número de teléfono, tu dirección, la de tu colegio, etc.) sin hablar antes con tus padres.
2. Si recibes o ves alguna cosa desagradable o que te parece rara, no trates de seguir investigando por tu cuenta, háblalo con tus padres y/o profesores.
3. Si tienes interés o intención de encontrarte físicamente con alguna persona que has conocido a través de internet, informa siempre antes a tus padres y aconseja a quien quiere conocerte que haga lo mismo. No vayas nunca solo a la cita. De esta forma puedes evitar algún encuentro desagradable.
4. No entres nunca en sitios de pago, que te solicitan un número de tarjeta de crédito o que soliciten tu nombre y dirección.
5. Si encuentras un sitio donde está escrito acceso prohibido a menores, respeta esta indicación.

En definitiva, el mejor método de prevención de manejo inadecuado de internet pasa por la educación. Conseguir que los niños, jóvenes, padres, educadores e instituciones conozcan lo más exactamente posible las posibilidades de uso de internet y sus peligros.

Bibliografía



● Importante ●● Muy importante

1. ● Guijarro Jiménez A. Los niños e internet. ¿El lobo con piel de cordero? Disponible en: <http://jpereira.eresmas.net/tmdinternet.htm> [acceso 9 de julio de 2009].
2. ● Bercedo Sanz A, Redondo Figuero C, Pelayo Alonso R, Gómez del Río Z, Hernández Herrero M, Cadenas González N. Consumo de los medios de comunicación en la infancia. *An Esp Pediatr.* 2005;63:516-25.
3. Urra J. Conferencia magistral El mañana de la infancia y la infancia del mañana. XVI congreso de la Sociedad Española de Pediatría Extrahospitalaria y Atención Primaria. Noviembre 2002. Disponible en: <http://www.sepeap.org/index.php?menu=593> [acceso el 8 de julio de 2009].
4. Internet y los niños. Disponible en: www.eldeber.net/internetinos.htm [acceso 8 de julio de 2009].
5. BOE 166/2002, 12 de Julio de 2002.
6. ● Espejo Pareja EI, Guijarro Jiménez A. Influencias de la televisión e internet en la infancia. En: Espejo Pareja I, Guijarro Jiménez A, Valtueña Borque B, Márquez Suillén H, editores. *Manual de Puericultura. 7.ª edición.* Barcelona: Ergón; 2007. p. 465-78.
7. Seguridad en internet. Disponible en: www.zonagratuita.com [acceso 8 de julio de 2009].
8. ●● Pediatría información. Boletín AEP Nº 18, Junio 2002. Disponible en: <http://www.aeped.es/comunicado/decalog.htm> [acceso 7 de julio de 2009].
9. Direcciones para denunciar por internet. Disponible en: <http://www.nortejoven.com/foro/tema9108.html> [acceso 7 de julio de 2009].

para conocimiento de los pediatras españoles, encaminados a un correcto uso de internet por parte de los niños y jóvenes. Adicionalmente, además del control por parte de padres y educadores, existen una serie de instituciones que colaboran y actúan para garantizar un contenido saludable y un uso adecuado de internet. Ante la sospecha de un comportamiento delictivo o inadecuado en la red, los padres y educadores deben denunciarlo ante dichas instituciones⁹:

- Policía Nacional: www.policia.es
- Guardia Civil: www.guardiacivil.org/telematicos/victima00.htm
- Interpol: children@interpol.it
- Asociaciones sin ánimo de lucro como Protégeles (www.protegeles.com) y otras páginas webs asociadas (www.navegacion-segura.es).
- Instituciones municipales y autonómicas encargadas de estos hechos, etc.