

¿Qué son y para qué sirven las Tecnologías de la Información y Comunicación?

Los celulares, las computadoras, las tabletas electrónicas, las consolas de videojuegos, el internet y otras herramientas de comunicación forman parte de lo que se conoce como **Tecnologías de la Información y Comunicación** (TIC'S). Las puedes identificar porque son aquellos medios, aparatos o recursos que permiten a las personas guardar, modificar y compartir información de manera casi instantánea y a grandes distancias.

¿Cuán útiles son las TIC'S?

Gracias a las TIC'S, millones de personas en el mundo pueden informarse de noticias de su país y de lugares muy lejanos; leer libros, escuchar música, escribir a sus amigas(os) y familiares, hacer negocios, tomar clases, ver películas, jugar y aprender otros idiomas.

Sabías que... la primera computadora electrónica del mundo fue la "Colossus" puesta en funcionamiento en 1943 y construida para descifrar códigos secretos en la **Segunda Guerra Mundial**.

Niñas, niños y adolescentes tienen derecho de acceso a las TIC'S

La Convención sobre los Derechos del Niño reconoce que niñas, niños y adolescentes tienen derecho a buscar, recibir y difundir información e ideas de todo tipo, por cualquier medio que ellos(as) elijan, y esto incluye a las TIC'S.

En México, 54.9% de los(as) niños(as) entre 6 y 15 años que cursan la educación básica utilizan internet con regularidad; mientras que entre los y las adolescentes de 15 a 17 años la proporción alcanza el 88.5%.*

En 2013, se modificó el artículo 6o. de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, para reconocer el derecho de

* INEGI, Estadísticas a propósito del Día Mundial del Internet, mayo 2019, http://www.inegi.org.mx/-contenidos/saladeprensa/aproposito/2019/internet_2019_Nal.pdf.



acceso y uso de las TIC'S para todas las personas incluyendo, desde luego, a niñas, niños y adolescentes como tú.

¿Cuáles son tus derechos sobre las Tecnologías de la Información y Comunicación?

► Derecho de acceso:

Que las TIC'S estén disponibles gratuitamente o a bajo costo en tu comunidad, ciudad, escuela y lugares públicos y que te capaciten para utilizarlas adecuadamente.

► Derecho a la protección contra riesgos:

Que haya vigilancia por parte de tu familia, personas adultas que te rodean y de los gobiernos para evitar que te acosen, intimiden, engañen, roben tu información o se dañe tu salud, así como para evitar que lleguen a ti contenidos violentos o inadecuados para tu edad.

► Derecho de obtener el máximo provecho:

Que se diseñen páginas y contenidos especiales para personas de tu edad, que sean divertidos, entretenidos, que permitan aprender cosas útiles en beneficio de tu educación y aumenten tu cultura.

Sabías que...

En México hay muchas niñas, niños y adolescentes que no tienen acceso a las TIC'S, porque viven en condiciones de pobreza, en riesgo o situación de calle, no van a la escuela o sufren discriminación. **Los gobiernos deben llevar a cabo acciones progresivas para cambiar ese panorama y que todas y todos tengan las mismas oportunidades de beneficiarse de las TIC'S.**

¿Es verdad que existen riesgos por usar las TIC'S?

Sí, el uso inadecuado puede colocarte en riesgo de sufrir daños en tu salud física, psicológica y emocional e incluso poner en peligro tu vida.

Toma en cuenta lo siguiente:

► El tiempo que pasas utilizando las TIC'S

Las horas que pasas sentada o sentado frente a la computadora, los videojuegos u otros dispositivos pueden causar daño a tu salud, pues se reduce el tiempo que pudieras dedicar a hacer ejercicio y aumentan las posibilidades de sobrepeso y obesidad; la posición incorrecta de la espalda o las manos suele derivar en dolores musculares y óseos; la luz que emiten te mantiene en alerta, tanto, que por las noches puede darte insomnio, generar irritación en los ojos, o incluso te pueden hacer sentir agobiado, ansioso o deprimido.



Acceso a contenidos inadecuados o violentos

Mientras navegas en internet es posible que visites páginas, te aparezcan anuncios o recibas correos electrónicos con imágenes, videos, audios y otros, de contenido violento, sexual, o no apto para tu edad. El problema es que esos materiales pueden generarte sentimientos de miedo, angustia, ira, tristeza, culpa, fomentar la crueldad y violencia en tu comportamiento y darte información falsa o equivocada sobre tu sexualidad que te lleve a tomar riesgos innecesarios, incluso cometer delitos o ser víctima de conductas delictivas.

Sabías que...

la información que compartes en internet como fotos o comentarios se queda permanentemente en ella, y toda persona puede utilizarla.

Recomendaciones: En muchos casos las tecnologías de información y comunicación tienen posibilidades de control parental, este es un mecanismo para que las madres, padres tutores o cuidadores tengan acceso al contenido al que acceden sus hijas e hijos y que les permite definir y prohibir el acceso a contenido perjudicial o incluso limitar la temporalidad de su uso.

Distintas formas de engaño o acoso

Existen personas adultas que se hacen pasar por niñas, niños y adolescentes en redes sociales, usando datos e imágenes falsas; contactan a gente de tu edad, se ganan su confianza, obtienen información personal o de su familia, incluso las invitan a lugares para conocerse.

¡No se trata de alejar a la niñez y la juventud de las TIC'S!, más bien de estar informados y saber cómo actuar en caso de que se presente una situación de riesgo.

Mantente atento(a) a las siguientes recomendaciones:

- ▶ No "te hagas amiga o amigo" en redes sociales de personas que no conozcas.
- ▶ Evita compartir fotos de tus actividades o de los lugares que visitas.
- ▶ No aceptes invitaciones para encontrarte personalmente con gente que conociste por internet.
- ▶ No publiques datos personales: tu teléfono y dirección.
- ▶ No compartas información privada de otras personas sin que ellas lo sepan, y no difundas material para hacer daño a otra persona; por ejemplo, videos de bullying a compañeros de la escuela.
- ▶ Evita ingresar a páginas con contenido solo para personas mayores de edad. Platica con mamá, papá u otros familiares si alguien te molesta por internet o te pide datos personales.

Sabías que... las imágenes que publicas en la red, pueden provocar que algunas personas invadan tu intimidad, que sean utilizadas para pedirte hacer cosas que no quieras, solicitarte dinero, involucrarte en delitos de pornografía o para acciones que violenten tu dignidad. **Reflexiona antes de compartir cualquier imagen, ya sea tuya, de una amiga(o) o de tu familia.**



Si requieres mayor información comunícate a la Comisión Nacional de los Derechos Humanos o la Comisión Estatal, Procuraduría o Defensoría de Derechos Humanos de tu entidad federativa.

Comisión Nacional de los Derechos Humanos

Periférico Sur 3469, esquina Luis Cabrera,
Col. San Jerónimo Lídice,
Demarcación Territorial Magdalena Contreras,
C.P. 10200, Ciudad de México.
Tels.: 55 56 81 81 25 y 55 54 90 74 00.
Número gratuito: 800 715 2000.
Correo electrónico: www.cndh.org.mx

Coordinación del Programa sobre Asuntos de la Niñez y la Familia

Carretera Picacho Ajusco núm. 238, 2o. Piso,
Col. Jardines en la Montaña,
Demarcación Territorial Tlalpan,
C.P. 14210, Ciudad de México.
Tels.: 55 54 46 77 74, 55 56 30 26 57
y 55 54 49 01 40, exts.: 2010, 2118, 2119, 2135,
2313, 2314, 2327, 2333 y 2375.
Número gratuito: 800 00 86900.
Correo electrónico:
asuntosdelafamilia@cndh.org.mx

D.R. © Comisión Nacional de los Derechos Humanos
Periférico Sur 3469, esquina Luis Cabrera, Col. San Jerónimo Lídice,
Demarcación Territorial Magdalena Contreras, C.P. 10200, Ciudad de México.
Edición: diciembre, 2020/1VG/JQP
Este material fue elaborado con papel certificado por la Sociedad para la Promoción del Manejo Forestal Sostenible, A.C. (Certificación FSC México).



DERECHO DE ACCESO A LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN

TIC'S