

Estrategias prácticas para proteger su presencia en los medios sociales

Por Dr. Sameer Hinduja

Octubre de 2014

Para bien o para mal, los medios sociales son una parte integral de la sociedad actual. Cada uno de nosotros tiene la oportunidad de usar los medios sociales de forma inteligente, sin comprometer nuestra seguridad, nuestra privacidad o nuestra reputación. Las siguientes estrategias constituyen formas prácticas para mejorar su presencia en los medios sociales y, tal vez, para compartir con los jóvenes que ya están utilizando estas plataformas en línea.



No publique ni envíe nada que le resultaría

vergonzoso que otras personas vieran. Piense en lo que su familia, sus amigos o sus futuros empleadores podrían pensar si lo ven. ¿Cómo se sentiría si esa afirmación o esa fotografía estuviera vinculada para siempre con su nombre y su identidad? ¿Representa realmente quién es usted? Recuerde, su teclado tiene el botón “eliminar”, pero una vez que un contenido está en línea frecuentemente es imposible de borrar.

Comience temprano a construir una reputación en línea positiva. Desde la primera publicación que haga en una nueva plataforma de medios sociales, piense en cómo los demás percibirán e interpretarán lo que usted comparte. Además, involúcrese activamente en muchas actividades positivas. Haga que su perfil aparezca en proyectos de interés. Piense en la mejor forma de crear y mantener una identidad en línea que demuestre ampliamente integridad y madurez.

No comprometa su identidad. Los ladrones de identidades están buscando constantemente nuevas formas de obtener su información personal, por lo general, con el propósito de beneficiarse económicamente a costa suya. Nunca publique su dirección, su fecha de nacimiento, su número de teléfono u otra información de contacto personal en ningún sitio en los medios sociales. Aún con restricciones, se puede lograr el acceso por medios fraudulentos como por ejemplo por phishing, hackeo o malware.

Sea considerado con los demás al hacer publicaciones e interactuar. Si le manda un mensaje a alguien y esa persona no responde, o si alguien le envía un mensaje a usted y le pide que no publique nada sobre él o ella, capte el mensaje y siga su vida. Además, no publique fotografías de otras personas sin su permiso. Y si alguien le pide que elimine una fotografía, una publicación o que lo desetiquete, hágalo de inmediato.

No se descargue ni se queje, en especial sobre gente u organizaciones específicas, en espacios públicos en el Internet. Las personas lo juzgarán negativamente basándose en su actitud, incluso si su queja tiene mérito. Los empleadores, las escuelas y otros tienen acceso

National Catholic Risk Retention Group, Inc. Reservados todos los derechos. 1 Protegiendo a los Niños de Dios™ Boletín de Adiestramiento para Adultos a los medios sociales e investigan. ¿Vale realmente la pena perder el trabajo por ese comentario malicioso sobre su jefe o su compañero de trabajo? También tenga cuidado al quejarse en entornos aparentemente privados o al enviar mensajes directos a otras personas en las que cree que puede confiar. Uno nunca sabe quién podría ver, con el tiempo, su correspondencia o sus publicaciones.

No se junte con el grupo equivocado en el Internet. Resista el impulso de aceptar todas las solicitudes de amistad y de seguidores que recibe. Tener muchos seguidores no es el símbolo del estatus que algunas personas consideran que es y, simplemente, puede aumentar su riesgo de victimización. Permitir a extraños el acceso a su información personal lo expone a todo tipo de problemas potenciales. Sin embargo, también es cierto que los que más probablemente saquen ventaja de usted no sean completos extraños, sino aquellos que usted dejó entrar en su vida solo un poco (como por ejemplo permitiéndoles ser amigos o seguidores) y que ahora usan la información a la que pueden acceder en su contra. Revise sus listas de amigos y de seguidores regularmente y tómese un tiempo para eliminar a los que no les tenga total confianza, a aquellos con los que tiene amistades superficiales y esencialmente sin sentido y a aquellos a quienes probablemente no les vaya a volver a hablar.

No se junte con el grupo equivocado fuera del Internet. Tal vez usted sea lo suficientemente inteligente como para no publicar esa fotografía en la que aparece sosteniendo ese vaso rojo (aunque si solo consiste de limonada). Pero su amigo lo hace, y lo etiqueta a usted, junto con el comentario: “¡¡¡A emborracharse!!!”. Quizás tampoco quiera que otros graben sus movimientos de baile legendarios en la fiesta del último fin de semana, pero hay cámaras y teléfonos en todos lados. Si se junta con gente a quien realmente no le importa ni usted ni su reputación, podrían aprovechar la oportunidad para grabarlo y para publicar vídeos para que otros los vean (y se rían). Confíe en nosotros, usted no quiere recibir ese tipo de atención.

Configure apropiadamente las opciones de privacidad y las preferencias dentro de las aplicaciones, los sitios y el software de medios sociales que usted usa. Use las características dentro de cada entorno para eliminar comentarios, publicaciones en el muro, fotografías, vídeos, notas y etiquetas problemáticos. No se sienta obligado a responder a mensajes y solicitudes de amigos/seguidores que le resulten molestos o indeseables. Quíteles el permiso y no deje que ciertas personas se comuniquen con usted o lean cierto contenido que comparte, y permita el acceso solo a aquellos en quienes confíe. Deshabilite la opción de compartir ubicaciones y la capacidad de registrar las llegadas a los lugares. Si tiene que decirles a sus amigos dónde está, simplemente envíeles un mensaje de texto con el teléfono en lugar de compartirlo con toda su red social.

No publique ni responda a nada en línea cuando esté de ánimos cargados. Aléjese de su dispositivo. Cierre el sitio o la aplicación. Tómese unas horas, o incluso uno o dos días, y dele un respiro a su cerebro para pensar cuál es la mejor acción o respuesta. Responder rápido, en función de su estado emocional, casi nunca ayuda a que un problema desaparezca y, por Copyright 2014 – The National Catholic Risk Retention Group, Inc. Reservados todos los derechos. 2 Protegiendo a los Niños de Dios™ Boletín de Adiestramiento para Adultos lo general, lo empeora bastante. ¡Haga una pausa antes de publicar!

Asegure su perfil. Use contraseñas complejas que contengan caracteres alfanuméricos y especiales. Evite usar preguntas de recuperación que tengan respuestas fáciles de adivinar o comunes, como por ejemplo el nombre de una mascota. Nunca revele sus contraseñas a amigos o familiares, ni las deje anotadas en ningún lado. Evite acceder a su perfil en línea mediante dispositivos que son inseguros (como por ejemplo la computadora de una biblioteca), o que no tengan protección contra virus o malware.

No le diga al mundo dónde está en todo momento. Los ladrones usan los medios sociales para encontrar víctimas leyendo publicaciones que les dan indicios sobre su paradero (y les indican cuando no están en casa). Anunciar la llegada a lugares cuando está de vacaciones o publicar una actualización como “Pasando el día en la playa” o “Vuelvo a la ciudad el martes” podría ser una forma divertida de decirles a sus amigos en qué anda, pero también les confirma a quienes tienen malas intenciones que su casa está vacía y vulnerable.

Búsquese regularmente a usted mismo en el Internet simplemente para ver qué aparece. Empiece con Google, pero use también buscadores de páginas específicas en los sitios de redes sociales, así como en sitios que indexan información personal sobre los usuarios del Internet. Algunos ejemplos son: peekyou.com, zabasearch.com, pipl.com, yoname.com y spokeo.com. Si encuentra información personal sobre usted, investigue cómo puede hacer para que la borren. Muchos sitios ofrecen algún tipo de formulario de “baja” que le permite solicitar su eliminación.

Separe el trabajo del placer. La realidad es que probablemente todos preferiríamos que nuestros empleadores (y muchos otros) no sepan cada pequeño detalle de nuestras vidas personales. Por esta razón, considere usar redes sociales en línea con sus conocidos del trabajo en sitios como LinkedIn o Google+ en lugar de mezclar a sus contactos profesionales con los más personales en Facebook e Instagram.

Casi todos estamos en los medios sociales de una forma u otra. O, si no lo estamos, entonces seguramente los jóvenes que forman parte de nuestras vidas sí lo están. Con mucha esperanza, este artículo ha incluido algunas estrategias rápidas y fáciles para sacar el mayor provecho de su presencia en el Internet, que puede utilizar a compartir con los jóvenes en su cuidado