HERRAMIENTA DE AUTOCUIDADO

CENTRO LATAM DIGITAL

¿CÓMO NAVEGAR INTERNET DE **FORMA SEGURA?**



Aquí algunas claves para cuidarnos en redes: protegemos nuestros datos, dudamos de lo que se viraliza y nos cuidamos entre todxs. Impleméntalas y ten una navegación más segura durante tu trayectoria migratoria o en tu proceso de integración.

PROTEGE TUS DATOS PERSONALES



Lo que compartes puede volverse en tu contra.

- No envíes fotos, documentos ni datos personales a personas que no conoces.
- No des información sobre tu viaje, tu familia, tus contactos en el extranjero o quién te apoya económicamente: **podría exponerte a extorsión.**
- **Anonimiza tus imágenes:** difumina o tapa con stickers rostros, señas particulares y espacios físicos.

DETENTE Y VERIFICA ANTES DE COMPARTIR [1]



Viralidad no es veracidad. Así que analiza la información que recibes antes de compartir.

PREGÚNTATE:

- **¿Qué emoción busca generar?** Rabia, empatía o indignación mueven lo viral: si la reacción es intensa, frena y analiza.
- **¿Quién habla y de dónde viene?** Si la persona de quien se habla no participa activamente en el contenido, duda.
- **¿Aparece en medios confiables?** Contrasta la información antes de creerla.

La gran brecha de la IA: las personas enriquecen el relato con datos y vivencias específicas, mientras que los algoritmos tienden a generalizar la información.

IDENTIFICA PERFILES FALSOS



ANTGUEDAD EN LA RED SOCIAL

Verifica cuándo se creó la cuenta en Facebook, Instagram y TikTok: busca publicaciones de más de 5 años.



SEÑALES DE ALERTA

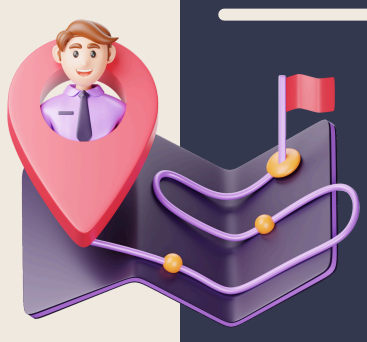
Una sola imagen de perfil, fotos que no son suyas, contactos que parecen falsos, pocas publicaciones, ningún grupo, muy poca información personal.



PLATAFORMAS SIN GARANTÍAS

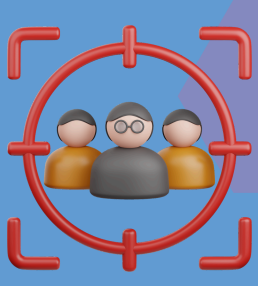
No hagas pagos a gestores o intermediarios por redes sociales.

BLINDA TUS DISPOSITIVOS Y CUENTAS



Pequeños hábitos que marcan la diferencia.

- Usa contraseñas únicas y difíciles de adivinar, cámbialas periódicamente y bloquea tu celular con contraseña.
- En wifi pública, no entres a cuentas bancarias ni ingreses
- contraseñas.
- Usa solo celulares de personas de confianza; si prestas o pides uno, borra el número del registro al terminar.
- Borra búsquedas, historial de chats y llamadas; oculta fotos en tu dispositivo.
- Revisa la configuración de privacidad de cada plataforma para decidir quién ve lo que publicas.



EN INTERNET TODAS Y TODOS ESTAMOS SUJETOS A SER VULNERABLES

Tomarnos el tiempo de cuidarnos es cuidarnos en colectivo.

CUIDADOS PARA TI Y LOS TUYOS

Las estrategias de seguridad digital son estrategias de cuidado que te protegen a ti y a tus redes de apoyo:

- Acuerda una **palabra clave** con alguien de confianza por si pierdes o te roban el celular.
- Define **horarios de comunicación** y, antes de salir, con quién tendrás contacto permanente.
- Guarda a tus contactos por nombre o apodo, no como la **relación parental** tipo: “mamá”, “hijo” o “amor”.
- Comparte tu ubicación con tu familia para que sepa que vas bien en el camino.
- Prefiere aplicaciones de videollamada y decide con antelación qué medio usarás en tu ruta.

CENTRO LATAM DIGITAL

Consulta más recomendaciones y materiales en:
centrolatam.digital/ruta-digital/
Síguenos en redes como: @latamxdigital
2026

[1] Recomendaciones tomadas del episodio **“Desinformación, IA y derechos digitales | Entrevista a la Dra. Nahayeli Gómez“** del podcast #DiálogosDigitales del Centro LATAM Digital.