

Sé seguro y responsable en el mundo digital

Competencia digital 4: **Seguridad**

Consiste en proteger los dispositivos y el contenido digital. Además, podrás comprender los riesgos del internet y aplicar medidas de protección y seguridad. Esta competencia te ayudará a protegerte de amenazas, fraudes y ciberacoso. También te ayudará a evitar riesgos para la salud relacionados con el uso de la tecnología y a tener en cuenta el impacto de las tecnologías sobre el medioambiente.



✨ **Dispositivos**

- Un malware es cualquier software que interrumpa el funcionamiento de la computadora y está diseñado para dañar los dispositivos.
- Debes evitar abrir correos electrónicos infectados, navegar por páginas web inseguras, no tener las actualizaciones al día, no tener antivirus, descargar cualquier software infectado o piratería.

✨ **Datos personales**

- Utiliza contraseñas seguras. Combina mayúsculas, minúsculas, símbolos y números.
- Protege tu correo electrónico. Los *hackers* pueden usar correos electrónicos, mensajes de texto, llamadas telefónicas y páginas web para hacerse pasar por instituciones, familiares o colegas. Utiliza un certificado de seguridad SSL para *email*.

✨ **Identidad digital**

- La identidad digital es la representación en línea de un individuo dentro del mundo virtual.
- El *phishing* es engañar a las personas para que compartan información confidencial. Descarta mensajes que solicitan información personal e ignora ofertas demasiado buenas para ser reales.

✨ **Salud**

- Utiliza la imagen de la pantalla clara.
- Coloca el teclado en el espacio apropiado para apoyar las muñecas.
- Evita el uso prolongado del *mouse*.
- Utiliza una silla de trabajo que te ofrezca una posición cómoda.
- La parte superior de la pantalla debe estar al nivel de tus ojos.
- Los períodos de descanso son esenciales para evitar problemas inducidos por la computadora.

✨ **Medioambiente**

- Los desechos electrónicos están llenos de materiales que se pueden reutilizar.
- Hay tres factores clave a la hora de pensar en cómo reciclar: las 3 R - reducir la cantidad de residuos que genera, reutilizar los artículos de uso diario y reciclar.