

# Seis consejos para proteger la privacidad y seguridad de tu familia en aplicaciones de videoconferencia

Los seres humanos somos en sí, criaturas sociales. Crecemos a través de conversaciones, experiencias compartidas e interacciones sociales. Sin embargo, con la propagación del COVID-19 por todo el mundo, dichas interacciones han cambiado drásticamente. Las videoconferencias son nuestro presente y nuestro futuro y, aunque tienen muchos beneficios, también traen consigo algunos riesgos. Estos son seis consejos que pueden ayudar a proteger la seguridad y privacidad de tu familia en las aplicaciones de videoconferencia.

## 1. Protege tu privacidad:

Revisa y utiliza las configuraciones de privacidad, solo manda invitaciones de videoconferencia a gente conocida.

- Asigna una contraseña de acceso y compártela para aquellos que has invitado a unirse a la video llamada (si la opción está disponible).
- Configura una sala de espera para que puedas aprobar el acceso de tus invitados antes de que puedan unirse a la llamada (si la opción está disponible).
- Bloquea tus chats para prevenir que extraños se unan.
- Utiliza auriculares para proteger tu información privada con el resto de tu familia.

## 2. Protege tu información personal

- Utiliza contraseñas seguras y cámbialas con frecuencia.
- Elige aplicaciones que tenga encriptación de entrada y salida.
- Asegúrate de descargar todas las actualizaciones de tus aplicaciones cada vez que lo indiquen.
- Nunca compartas información en el chat que quieras mantener como privada
- Cuando uses las aplicaciones de videoconferencia para el trabajo, asigna un ID y contraseña únicos para cada reunión
- Deshabilita las funciones de chat y de compartir archivos si eres el presentador de una conferencia con gran número de participantes o con el público en general.

## 3. Protégete a ti mismo:

- No permitas que entre gente desconocida a tus video llamadas.
- Solicita a tus hijos que limiten el número de invitaciones o que pidan permiso antes de agregar a otros a una videoconferencia.
- Deshabilita la geolocalización dentro de la aplicación (donde sea posible).
- Solicita a tus hijos que alerten si un extraño les está invitando a participar en una videoconferencia
- Denuncia y alerta de cualquier contacto no solicitado de fuentes extrañas a las fuerzas policiales locales.



## 4. Denuncia cualquier comportamiento extraño e inusual:

- Habla con tus hijos sobre bullying, acoso y otros comportamientos inapropiados en la web.
- Invita a tus hijos a que compartan si alguien está siendo cruel o injusto durante las video llamadas.
- Ensena a tus hijos cómo deben reportar comportamientos ilegítimos a través de la aplicación.

## 5. Respeta la privacidad de todos:

- La comunicación por video llamada debe ser siempre con amabilidad y compasión hacia a los demás.
- No grabes o transmitas tu chat sin el consentimiento de otros; esto puede ser una violación grave de privacidad.
- Si alguien decide no encender su video o usar un fondo, respeta su decisión.

## 6. Establece límites de tiempo:

- Respeta tu tiempo y el de los demás.
- Recuerda la norma de 30/30 para proteger tus ojos: deja la pantalla cada 30 minutos y enfoca tu mirada en algo a lo lejos durante 30 segundos.
- Levántate y camina tras cada video llamada para reactivar la circulación en las piernas.

Adjunto listado de aplicaciones de video llamadas más conocidas, selecciona para obtener más información:

### Discord

Aplicación de chat, llamadas de voz y video, utilizada principalmente por comunidades de gamers.  
Número máximo de usuarios: 25

### Facebook Messenger

Aplicación popular de mensajería que permite texto y videollamadas.  
Número máximo de usuarios: 50

### FaceTime

Aplicación de videollamadas que solamente funciona en dispositivos iOS.  
Número máximo de usuarios: 32

### Google Duo

Aplicación de videollamadas que funciona en dispositivos iOS y Android.  
Número máximo de usuarios: 12

### Google Meet

Disponible de manera gratuita para el público en mayo (anteriormente llamada Hangouts Meet).  
Número máximo de usuarios: 100

### Houseparty

Aplicación social de videoconferencias. Ofrece juegos que los usuarios pueden jugar entre ellos.  
Número máximo de usuarios: 12

### Instagram

Aplicación popular de redes sociales que ofrece videollamadas entre usuarios.  
Número máximo de usuarios: 6

### LINE

Aplicación de mensajería que permite texto, voz y video.  
Número máximo de usuarios: 4

### Microsoft Teams

Diseñada para empresas. Disponible en versiones gratuitas y de paga.  
Número máximo de usuarios: 20

### Skype

Permite comunicaciones vía texto, video y audio.  
Número máximo de usuarios: 50

### Snapchat

Aplicación popular de redes sociales que ofrece video, texto y fotografías entre usuarios.  
Número máximo de usuarios: 16

### WhatsApp

Aplicación popular de mensajería que permite texto, voz y video. Cuenta con encriptación de punta a punta.  
Número máximo de usuarios: 4

### Zoom

Diseñada para uso empresarial. La versión gratuita tiene límites de tiempo y de invitados.  
Número máximo de usuarios: 100

Las aplicaciones de videoconferencias continuarán siendo parte importante de nuestras vidas. ¡Utiliza estos consejos para conocer cómo usarlas correctamente y haz tiempo para comentarlo con tus hijos! Mantengamos esa conexión, pero de una manera segura, con aquellos a quienes extrañamos.

