Uso responsable de TikTok y redes sociales

Cómo disfrutar las redes cuidando la salud digital.

¿Por qué es importante?

TikTok y otras plataformas de videos cortos son parte de la vida cotidiana de millones de personas. Ofrecen entretenimiento, aprendizaje y creatividad, pero también pueden exponer a contenidos engañosos, desafíos peligrosos, desinformación y un uso excesivo de las pantallas.

Las redes en la Ciudad

La transformación digital amplía el acceso a la información y la participación en línea. Una ciudadanía digital responsable necesita hábitos saludables en el uso de las redes, sobre todo entre niñas, niños y adolescentes, con el acompañamiento de las familias y la comunidad educativa.

El rol de BA-CSIRT

Desde **BA-CSIRT** impulsamos acciones de concientización para un uso seguro y responsable de la tecnología, con recomendaciones para cuidar la privacidad, prevenir riesgos y fomentar una convivencia respetuosa en línea.

¿Qué podés hacer?

- Verificá la información antes de compartirla y desconfiá de consejos o diagnósticos de personas que no son especialistas.
- Configurá la privacidad de tu cuenta y revisá cada tanto los permisos de la app.
- Usá las herramientas de la plataforma para marcar “No me interesa” y denunciar contenidos inapropiados.
- Poné límites de tiempo y hacé pausas para equilibrar la vida digital y la presencial.
- Acompañá a chicos y chicas: conversen sobre autoestima, privacidad y pensamiento crítico frente a lo que ven.

Las redes pueden ser una herramienta positiva si se usan con criterio. Entender cómo funcionan sus algoritmos, cuidar la privacidad y acompañar a los más jóvenes contribuye a una Ciudad más segura, con una ciudadanía digital consciente.