

1 Seguretat

1.1 Dins l'entorn real

Abans de començar a parlar de seguretat a les xarxes és recomanable parlar una estona sobre seguretat dins l'entorn personal. Ens sentim segurs dins l'entorn on vivim?



Exercicis

- Reflexiona un moment sobre si ens podem sentir segurs en els entorns següents:
 - Passejant pels carrers del poble (a mig horabaixa, al vespre).
 - A casa.
 - A l'institut.
- En cas d'haver comentat algun possible problema de seguretat, quines mesures recomanaries? A on ho reportaries?

Nota important: No es pretenen difondre vivències personals, però si detectau algun problema entre els comentats actua en conseqüència.

1.2 Dins l'entorn digital

Dins el món digital hi ha amenaces noves, però moltes són un reflex de les que hem comentat abans. Com a l'entorn físic hi ha responsabilitats dels que gestionen els sistemes, però moltes també són dels usuaris.

Hem d'anar molt amb compte, ja que qualsevol contingut que aportem a la xarxa (voluntàriament o no) es pot convertir en un producte, en un element desitjat per algú. Ep! I nosaltres podem estar demanant "productes" d'aquests.

1.2.1 Execució d'aplicacions

El programari, com saps, executa instruccions al teu dispositiu. Aquestes instruccions serveixen per dur a terme una acció que, suposadament tu has demanat. Això en un món ideal és cert, però hi pot haver intencions amagades.

Exercicis

- Cerca i omple el significat dels termes següents:

Virus informàtics:

Troians:

Ransomware:

A més de les aplicacions pròpiament dites, a la xarxa hi ha molt de contingut executable. Les pàgines que visites tenen continguts “dinàmics” que poden contenir programari maliciós.

Exercicis

4. Fes una llista de recomanacions per evitar l'execució de programari maliciós

-
-
-
-

1.2.2 Accés a serveis

De la mateixa en el món real no confiam en el primer que passa, hauríem de fer el mateix en el món digital. Quan contractam un servei ens hem d'assegurar de la bona reputació del que ens ho ofereix. Una vegada fet això (cosa que a vegades no és fàcil ni evident) ens hem d'assegurar que la connexió és segura.

Exercicis

5. Cerca que significa https i explica-ho als companys.

6. Fes una llista de recomanacions per posar una bona contrasenya:

-
-
-
-
-

1.2.3 Exposició digital

També és important no anar deixant dades personals a tort i a dret. No sols en els llocs on ens les demanen, sinó també de forma involuntària com comentaris a xarxes socials o fotografies.

Exercicis

7. Pots treure informació personal de la fotografia següent?



1.3 Petjada digital

Cada vegada que navegam anam deixant un rastre. Per molt alerta que aniguem sempre va quedant cosa registrada. A més del que hem dit abans de no aportar dades personals també hi poden aparèixer dades nostres d'altres fonts.

Has de tenir en compte que aquesta *petjada digital* et pot condicionar molt en el futur: possibles relacions, contractes laborals, ...

Exercicis

8. Posa el teu nom i revisa que la informació que hi surt (si en surt) és la que tu vols. En cas contrari posa't en contacte amb els administradors de lloc a veure si es pot eliminar.

1.4 Amenaces

Assetjament

- No contestar missatges no sol·licitats
- No participar-hi i denunciar-ho
- Ajuda a qui ho necessiti
- No difonguis material d'altres persones (LOPD)
- Informa del contingut inadequat
- No cedeixis al xantatge
- No enviïs cap contingut teu que no vulguis que sigui públic

Efectes de les xarxes socials a la salut

- augment de les depressions (estàndards impossibles)
- rebuig cap a un mateix
- irritabilitat
- aïllament social
- obesitat, mal de coll i d'esquena
- irritació ocular
- disfuncions del son

L'addició a ls pantalles ja s'ha tractat com un transtorn del comportament.

Recomanacions

- assigna un període de temps per desconnectar
- fes altres activitats
- No utilitzis pantalles una hora abans d'anar a dormir
- No tenguis pantalles a l'habitació
- No utilitzis filtres
- No tot s'ha de compartir a la xarxa.