



Guía de Snapchat para padres y tutores



Contenido



Funciones de
Snapchat



Preguntas
frecuentes



Recursos para
el bienestar y la
seguridad



Formas de
iniciar una
conversación

Carta de padres que trabajan en Snap Inc.

Queridos padres y tutores:

El adolescente que tenéis a vuestro cargo se ha hecho una cuenta de Snapchat. ¿Y ahora qué? No acabáis de creéroslo. ¿Por qué querría usar una aplicación en la que gran parte de su contenido se elimina de forma predeterminada? Las plataformas sociales evolucionan constantemente y somos conscientes de que puede ser difícil mantenerse al día. Es normal que os surjan dudas y preocupaciones, pero esperamos que esta guía os sea de ayuda para conocer Snapchat y como recurso para educar y empoderar a vuestros adolescentes.

Sabemos que queréis aseguraros de que vuestros adolescentes estén protegidos y cuenten con toda la información disponible al utilizar nuestra aplicación. Nuestro objetivo consiste en proporcionar un espacio

en el que los adolescentes puedan ser ellos mismos y dar rienda suelta a su creatividad. Snapchat es diferente a las redes sociales tradicionales, ya que se creó como una forma divertida de comunicarse con amigos cercanos, no con personas desconocidas.

«¿Por qué el adolescente que tengo a mi cargo quiere usar una aplicación en la que gran parte de su contenido se elimina de forma predeterminada?»

A diferencia de otras plataformas, no permitimos que se realicen comentarios públicos y, de forma predeterminada, los Snapfans solo pueden recibir mensajes de aquellas personas a las que han añadido como amigos.

Además de para hablar con amigos, Snapchat es una herramienta estupenda para mantener el contacto con la familia. Esta aplicación permite al usuario utilizar su creatividad para comunicarse en un tono divertido e informal. Se trata de un lugar perfecto para divertirse en compañía de otros usuarios (sin preocuparse de tareas pendientes ni de recordatorios para lavar los platos). En lugar de eso, Snapchat ofrece la posibilidad de enviar fotos tontas y vivir el momento presente (¡sin saturar el álbum de la cámara!). Podéis usar Snapchat para enviar Snaps de la mascota familiar cuando vuestros adolescentes estén en clase, o añadir nuestras Lentes para sacarles una carcajada.

Somos conscientes de que existe la posibilidad de un uso abusivo de cualquier aplicación que facilite la comunicación, por lo que siempre hemos dedicado (y lo seguimos haciendo) una gran cantidad de tiempo, recursos y esfuerzo a la seguridad de nuestra plataforma. Gracias a las amplias funciones de denuncia en la aplicación, nuestras Pautas para

la comunidad y la gran variedad de colaboradores activos en temas de seguridad, los adolescentes saben que su seguridad es nuestra prioridad.

Hemos creado esta guía para padres para proporcionaros información adicional que os permita tanto a vosotros como al resto de la familia comunicaros de forma segura, disfrutar del momento, descubrir qué ocurre en el mundo y divertirnos juntos. Esperamos que os sea de utilidad para seguir manteniendo conversaciones abiertas y sinceras con vuestros hijos sobre qué actividades realizan en Internet.

Recordad que estamos aquí para lo que podáis necesitar, tanto vosotros como vuestras familias.

- Padres que trabajan en Snap Inc.



Índice

3

¿Qué es
Snapchat?

4

Preguntas
frecuentes

6

Funciones
principales

7

Nuestros
principios de
privacidad

8

Consejos de
seguridad útiles

9

Recursos para el
bienestar

10

Cómo hablar con
vuestros adolescentes
sobre Snapchat



Aspectos básicos de Snapchat

¿Qué es Snapchat?



Como padre o educador, sabrás que Snapchat es una aplicación de cámara y mensajería que se ha convertido actualmente en una de las principales formas de comunicación de los adolescentes con sus amigos. Desde nuestros inicios, nos hemos centrado en ayudar a los amigos de verdad a estar conectados cuando están lejos, de forma que se sientan cómodos al expresarse en cada momento. Snapchat es una herramienta que ha permitido que los usuarios se expresen cómodamente con sus cámaras.

Esta aplicación se ha diseñado de una forma diferente a las redes sociales tradicionales, con el fin de proporcionar una mayor seguridad a nuestra comunidad. Animamos a padres y adolescentes a mantener conversaciones con frecuencia sobre el uso correcto de Snapchat y otras plataformas. Esta es la razón por la que hemos diseñado esta guía.



Preguntas frecuentes

Gracias a las cámaras, hemos desarrollado un método para que los usuarios se expresen con nuestras herramientas creativas y transmitan mucho más con un Snap que con los limitados mensajes de texto. En Snapchat, puedes ser tú mismo con las personas que más te importan. Estas son las respuestas a algunas de las preguntas más frecuentes:

1 ¿Cómo funciona la aplicación?

Una vez que registres tu cuenta y crees tu Bitmoji, podrás dedicarte a explorar la aplicación. Snapchat cuenta con cinco pestañas (de izquierda a derecha): Mapa, Chat, Cámara, Historias y Destacados. Al abrir Snapchat, se mostrará la Cámara.



Solo tienes que tocar el icono de la cámara para hacer una foto (o mantenerlo pulsado para grabar un vídeo). Solo puedes enviar tus fotos o vídeos, llamados «Snaps», a tus amigos, de manera que se evita que se puedan enviar mensajes a personas desconocidas fácilmente. Cuando se crea una cuenta, la configuración predeterminada evita que puedas recibir mensajes de alguien a quien no hayas añadido como amigo.



¡Exprésate!

Tú controlas con quién compartes tus cosas, cómo las compartes y durante cuánto tiempo se pueden ver en Snapchat.

2 Quiero saber más sobre los Snaps

Los Snaps están diseñados para comunicarnos de manera rápida y sencilla, igual que si habláramos en persona. Por eso, cuando envías un Snap a un amigo, este se elimina de forma predeterminada, como las palabras que salen de tu boca. Creemos que este aspecto refuerza la autenticidad de las conversaciones que se producen en Snapchat cada día.

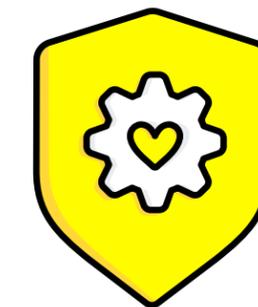


Recuerda que, aunque los Snaps estén diseñados para eliminarse de forma predeterminada, tus amigos pueden hacer una captura o grabación de pantalla, o tomar una foto con otro dispositivo.



3 ¿Cuáles son los estándares de seguridad de Snap?

Todos los usuarios de Snapchat deben cumplir los Términos del servicio y las Pautas para la comunidad de Snap, que prohíben la incitación al odio, la discriminación, la desinformación, el acoso, el hostigamiento, el contenido violento y mucho más. Snap cuenta con equipos especializados que elaboran y garantizan el cumplimiento de estas políticas.



Si quieres obtener más información sobre cómo protegemos a nuestros usuarios, échale un vistazo a nuestro [Centro de privacidad](#).

4 ¿Hay algún requisito de edad para crear una cuenta?

Así es. No se permite a los menores de 13 años crear una cuenta ni utilizar Snapchat. Nuestros servicios no van dirigidos a ellos. Si tienes a tu cargo a un menor de 13 años que utiliza Snapchat, ponte en contacto con nosotros para enviarnos su nombre de usuario y una prueba de vuestra relación.

5 ¿Cómo puedo contribuir a que el adolescente a mi cargo esté seguro en Snapchat?

Snapchat se ha diseñado de forma diferente a las redes sociales tradicionales con el fin de proporcionar una mayor seguridad a nuestra comunidad. Es un lugar para conectar y comunicarse con amigos y seres queridos, pero aun así es importante que los usuarios sepan cómo mantenerse seguros. Te recomendamos que consultes nuestro [Centro de seguridad](#) para saber más sobre nuestras políticas y nuestro equipo, así como para obtener información dirigida a padres y educadores. Algunos consejos útiles para los adolescentes a tu cargo son crear una contraseña segura, verificar el correo electrónico y el número de móvil, aceptar únicamente peticiones de amistad de usuarios que conozcas en persona y consultar las Pautas para la comunidad para poder ayudar a sus amigos a seguirlas también.

«Acepta únicamente peticiones de amistad de usuarios que conozcas en persona».



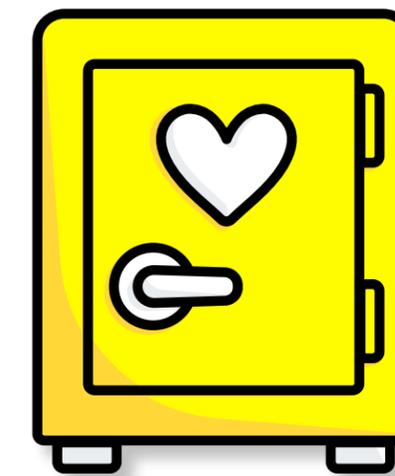
6 ¿Cómo puedo notificar un problema de seguridad?

Nuestra comunidad puede [ponerse en contacto](#) con nosotros fácilmente por medio de denuncias en la aplicación y comentarios fuera de la plataforma que permiten identificar usuarios y contenido inapropiados. Los usuarios pueden denunciar cualquier contenido mediante la función de denuncia incluida en la aplicación, nuestro portal de Ayuda y la cuenta de [Ayuda de Snapchat en Twitter](#). Tomaremos las medidas necesarias de acuerdo con nuestras Pautas para la comunidad y los comentarios que recibamos para mejorar Snapchat.

Nota: Si crees que alguien se encuentra en peligro *inminente*, ponte en contacto con las autoridades locales inmediatamente.



Nuestra prioridad consiste en crear pautas eficaces, proteger a los usuarios de Snapchat y proporcionar un entorno divertido y seguro en el que puedan ser ellos mismos y dar rienda suelta a su creatividad. Si tus hijos experimentan un problema de seguridad, deben notificarlo en todo momento.



Cómo usar Snapchat

Funciones principales

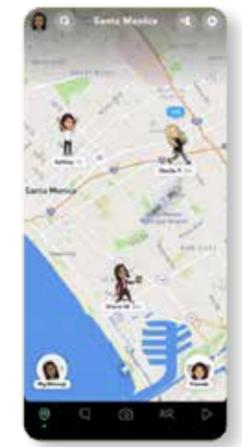
Echa un vistazo a los aspectos básicos de Snapchat que aparecen a continuación para aprender a navegar por la aplicación. Si quieres ver una lista completa de las funciones, consulta el glosario de Snap en la página 12.

Lo primero es lo primero: Snapchat es mucho más que una herramienta para enviar fotos y mensajes de vídeo. La aplicación cuenta con cinco pestañas (de izquierda a derecha): Mapa de Snaps, Chat, Cámara, Historias y Destacados.



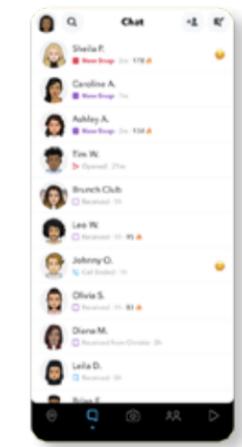
Mapa de Snaps:

El Mapa de Snaps conecta a nuestros usuarios con sus mejores amigos y con diferentes lugares de todo el mundo. Al igual que todos nuestros productos, el Mapa de Snaps se ha diseñado priorizando la privacidad, por lo que la opción de compartir la ubicación está desactivada de forma predeterminada para todos los usuarios. Cuando un Snapfan abre el Mapa de Snaps por primera vez, se le pide que elija con quién quiere compartir su ubicación: con todos sus amigos, con una lista personalizada de amigos o con nadie (Modo fantasma). Los lugares del Mapa de Snaps permiten a los Snapfans consultar los horarios y las reseñas, así como hacer pedidos para llevar o a domicilio.



Chat:

Siempre nos hemos centrado en ayudar a los amigos de verdad a estar en contacto cuando están lejos, de forma que se sientan cómodos al expresarse en cada momento. En Snapchat se pueden enviar chats de texto, vídeos, fotos y audios, así como realizar videollamadas o llamadas por teléfono. Los mensajes se eliminan de forma predeterminada y los usuarios no pueden recibir mensajes de personas a las que no hayan añadido como amigos.



Cámara:

Al abrir Snapchat, se mostrará automáticamente la Cámara, que es donde puedes hacer Snaps (fotos o vídeos). Una vez que los crees, puedes editarlos con herramientas creativas, como filtros, texto, stickers, archivos adjuntos y mucho más. Un Snap se puede:

- Enviar en un chat
- Guardar en Recuerdos
- Añadir a Mi historia o crear una historia privada o personalizada
- Eliminar



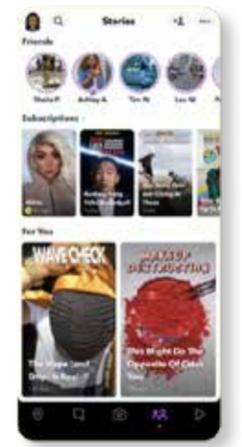
Para obtener más información sobre cuándo elimina Snapchat los Snaps y los chats, consulta nuestro artículo de ayuda [aquí](#). En la página 12 encontrarás más información sobre estos términos.

Historias:

Este es el lugar en el que los usuarios de Snap pueden ver historias de sus amigos, de creadores y de la comunidad de Snapchat en general. También es donde pueden ver y consultar las suscripciones de Descubre y de la opción Para ti.

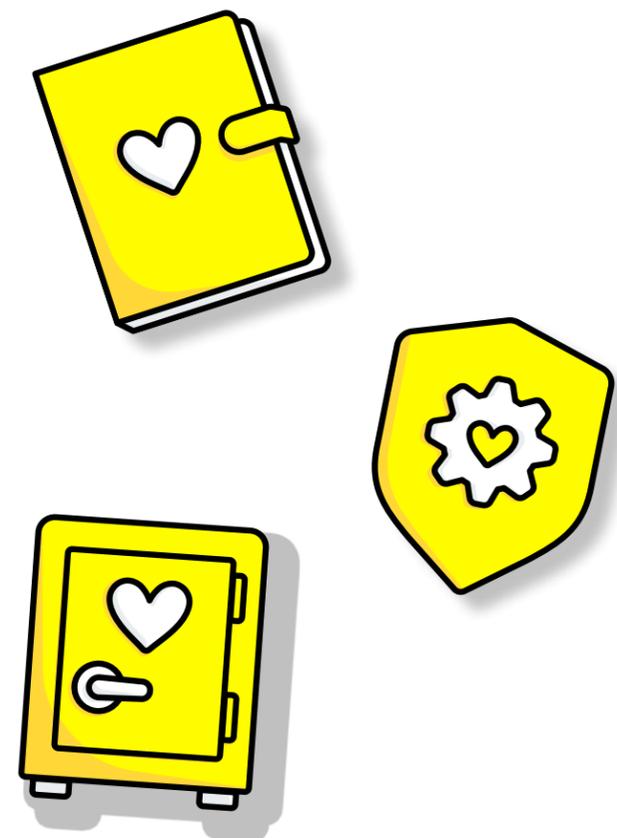
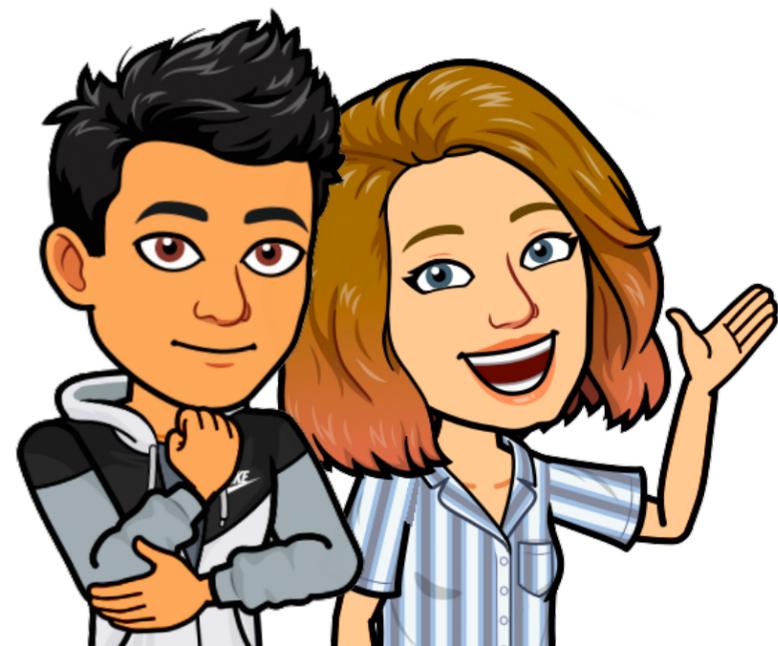
Destacados:

Destacados te ofrece los Snaps más entretenidos creados por la comunidad de Snapchat. Explóralos deslizando hacia arriba y hacia abajo para desplazarte por el contenido. Si ves algo que te interese, toca el corazón para marcarlo como favorito y personalizar tus Snaps destacados.



La privacidad en Snapchat

Nuestros principios de privacidad



En Snap, la privacidad es una prioridad. Sabemos que la confianza es algo que nos ganamos cada vez que utilizas Snapchat o cualquiera de nuestros otros productos; por eso, el tratamiento que damos a tu información es muy diferente del de muchas otras compañías tecnológicas.

Si bien nuestros productos evolucionan constantemente, nuestros principios de privacidad permanecen inalterables:

- Nos comunicamos de forma abierta y sincera.
- Tú eres quien decide cómo expresarte.
- Diseñamos nuestros productos pensando en la privacidad.
- Tu información la controlas tú.

Para obtener más información sobre cómo conseguimos que tu privacidad sea nuestra prioridad, consulta nuestro [Centro de privacidad](#), donde encontrarás más detalles sobre nuestros principios de privacidad y nuestra política de privacidad. Si quieres ver un resumen de los temas más importantes, echa un vistazo a la sección Tu privacidad, explicada.



Cómo garantizar la seguridad en Snapchat

Consejos de seguridad útiles

Snapchat es un lugar para conectar y comunicarse con amigos y seres queridos, pero aun así es importante saber cómo permanecer seguros en la plataforma. Te recomendamos que consultes nuestro [Centro de seguridad](#) para saber más sobre nuestras políticas y nuestro equipo, así como para obtener información dirigida a padres y educadores. Ten en cuenta que Snapchat está dirigido a personas que tengan 13 años como mínimo.

Nuestra aplicación también ofrece asistencia para los Snapfans que puedan estar atravesando una crisis emocional o de salud mental, así como aquellos que tengan curiosidad y quieran saber más sobre estos temas y sobre cómo pueden ayudar a sus amigos a lidiar con ellos. Nuestra herramienta Here For You proporciona recursos de seguridad desarrollados por expertos cuando un Snapfan busca determinados temas, por ejemplo, relacionados con la ansiedad, la depresión, el estrés, el duelo, los pensamientos suicidas y el acoso.

A continuación, te damos algunos consejos sobre cómo mantenerse seguro en Snapchat.

1 Utiliza una contraseña segura: elige una contraseña que tenga al menos ocho caracteres y no incluya datos personales, como tu nombre, nombre de usuario, número de teléfono o fecha de nacimiento. Incluye una combinación de números, símbolos, y letras mayúsculas y minúsculas. No compartas tu contraseña con otras personas ni uses la misma para otras aplicaciones o sitios web.

2 Verifica tu correo electrónico y tu número de móvil: comprueba que la dirección de correo electrónico y el número de móvil asociados a tu cuenta sean correctos en la Configuración de Snapchat.

3 Configura la autenticación de dos factores: se trata de una función de seguridad opcional que permite verificar tu identidad cuando inicias sesión en tu cuenta de Snapchat. De esta forma, tu cuenta estará más protegida. Más información [aquí](#).

4 Comparte contenido exclusivamente con amigos: Snapchat se ha creado para estar en contacto con amigos cercanos. Te recomendamos que solo añadas o aceptes solicitudes de amistad de usuarios que conozcas en persona. Asegúrate de recordar a los adolescentes a tu cargo que no es seguro quedar con una persona que hayan conocido por Internet.

5 Comprueba tu configuración de privacidad: en Configuración puedes elegir quién puede enviarte Snaps, ver tus historias o consultar tu ubicación en el Mapa de Snaps. De forma predeterminada, solo tus amigos pueden ponerse en contacto directamente contigo o ver tu Historia.

6 Personaliza tu ubicación en el Mapa: puedes elegir si quieres compartir tu ubicación con todos los amigos que has añadido, con solo un grupo de amigos seleccionados o con nadie (puedes activar el Modo fantasma si quieres desaparecer del radar). El Mapa de Snaps solo actualiza tu ubicación cuando usas la aplicación y solo la comparte con las personas que hayas seleccionado.

7 Decide quién puede ver tu Historia: con la configuración de privacidad predeterminada, solo podrán ver tu Historia los usuarios de Snapchat a los que hayas añadido como amigos. La configuración de privacidad que tengas cuando publiques un Snap en tu Historia se mantendrá para ese Snap aunque cambies la configuración posteriormente.

8 Denuncia los usos inadecuados de Snapchat: puedes denunciar los usos inadecuados en Snapchat en cualquier momento, como el acoso, el acoso virtual o cualquier asunto de seguridad. Si un Snapfan te incomoda, también puedes bloquearlo y abandonar cualquier chat grupal. Para denunciar un uso inadecuado, mantén pulsado el Snap o la historia y toca el botón Denunciar Snap.

9 Ten clara la diferencia entre eliminar y bloquear amigos: si eliminas a un usuario de tu lista de amigos, no podrá ver ninguna de tus historias privadas, pero sí el contenido que hayas configurado como público. Además, en función de tu configuración de privacidad, es posible que aún pueda enviarte Snaps o chatear contigo. Si bloqueas a un amigo, no podrá ver tu Historia ni enviarte Snaps o mensajes de chat.



Nos preocupamos por ti

Recursos para el bienestar

Snapchat se compromete firmemente con la seguridad y el bienestar de su comunidad. Contamos con equipos, tecnologías, políticas y colaboraciones que sirven para que los Snapfans permanezcan seguros, sanos e informados.

Colaboramos con expertos del sector y agencias no gubernamentales para proporcionar los recursos y la asistencia que necesitan los Snapfans. Si quieres consultar la lista completa de nuestros colaboradores en materia de seguridad, visita nuestra página de [Socios de seguridad](#).

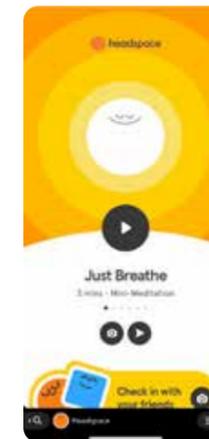
La aplicación de Snapchat incluye recursos y funciones para el bienestar que sirven para asistir a tus hijos, tanto si necesitan apoyo emocional como si simplemente quieren chatear. Nuestras funciones para el bienestar están diseñadas para educar y capacitar a los miembros de la comunidad de Snapchat, de forma que puedan brindar apoyo a aquellos amigos que estén lidiando con problemas de salud mental.

Crisis Text Line: colaboramos con Crisis Text Line para que los usuarios de Snapchat que viven en Estados Unidos puedan chatear en directo con un terapeuta titulado de forma gratuita y las 24 horas del día. Solo tienen que enviar un mensaje de texto con la palabra **KIND al 741741** o buscar Crisis Text Line en la aplicación. Si no vives en los Estados Unidos, echa un vistazo a nuestros [recursos de seguridad](#) para obtener más información.

CRISIS TEXT LINE |



Headspace Mini: Headspace y Snap colaboran para ofrecer a los Snapfans acceso a prácticas de meditación guiada y conciencia plena directamente desde la aplicación. Gracias a Headspace Mini, los Snapfans podrán capacitarse para realizar ejercicios de meditación con amigos y enviar mensajes de ánimo a aquellos que lo necesiten. Ten en cuenta que esta función solo está disponible en determinados países.



Here For You: una herramienta de la opción de búsqueda que incluye recursos y contenidos localizados de organizaciones profesionales sin fines de lucro que se muestran cuando un usuario escribe palabras relacionadas con estados de crisis. Entre los temas de búsqueda se incluyen la depresión, la ansiedad, el duelo, el acoso, la positividad corporal, la salud mental de la comunidad LGBTQ y mucho más.

Denuncias en la aplicación: nuestra herramienta de denuncia integrada en la aplicación permite que los Snapfans nos alerten de forma anónima cuando piensen que alguno de sus amigos puede autolesionarse. Además, compartimos recursos tanto con la persona que avisa a Snap de la situación como con la que recibe la asistencia integrada en la aplicación. En la página correspondiente del sitio web de Ayuda pueden encontrar recursos de asistencia telefónica para casos de crisis y autolesiones en más de 20 países e idiomas.

En 2017, introdujimos recursos integrados en la aplicación para ayudar a los miembros de nuestra comunidad a lidiar con momentos de crisis. Esta intervención aparece como un mensaje del servicio de Ayuda de Snapchat. Nuestro equipo de operaciones de autoridades locales se pone en contacto con dichas autoridades de forma proactiva cuando consideramos, de buena fe, que hay peligro de muerte. Snapchat no es un recurso profesional destinado a realizar intervenciones de salud mental. Si alguno de tus amigos o seres queridos está en peligro, acude a los servicios de emergencia, como Suicide Prevention Hotline, Crisis Textline o el teléfono de emergencias 112.

Canal Safety Snapshot de Descubre: anima a los adolescentes a tu cargo a suscribirse a Safety Snapshot, una serie de Descubre con la que los Snapfans pueden aprender sobre seguridad digital y aspectos clave para mantener sus cuentas de Snapchat protegidas. Ten en cuenta que este canal solo está disponible en determinados países.

Página de recursos: echa un vistazo a nuestro [Centro de seguridad](#), donde encontrarás una lista completa de recursos y socios de seguridad para ti y tus hijos.

Mantén pulsada la pantalla en la aplicación para escanear



Cómo mantener una conversación con tus hijos

Formas de iniciar una conversación

Sabemos que es importante para ti poder comunicarte con tus hijos sobre el uso que hacen de Snapchat. Por este motivo, colaboramos con expertos de MindUP, Crisis Text Line y Snap Parents para elaborar formas de iniciar una conversación que te ayuden a comunicarte con tus hijos sobre Snapchat, reconocer comportamientos que puedan ser preocupantes y reforzar su bienestar cuando utilicen la aplicación.

Cómo involucrarse

Si creas tu propia cuenta de Snapchat, es posible que entiendas mejor cómo funciona la aplicación y puedas conectar mejor con tus hijos.

Consejo avanzado: pide a tus hijos que te enseñen a utilizar tu nueva cuenta de Snapchat.

Estas son algunas preguntas divertidas que puedes plantear para que fluya la conversación:

- ¿Me enseñas tu Bitmoji?
- ¿Quieres crear una historia privada o un chat grupal para la familia?
- ¿Qué filtro es el que más utilizas?
- ¿Cuál es tu serie favorita de Descubre? ¿Y cuál crees que me puede gustar a mí?
- ¿Cómo funciona lo de los mejores amigos en Snapchat?
- ¿Cuál es tu Snapracha más larga?
- ¿Puedo guardar un Snap? ¿Y dónde se guardaría?
- ¿Cómo activo el Modo fantasma en el Mapa de Snaps?
- ¿Cuál es tu pestaña favorita de la aplicación?

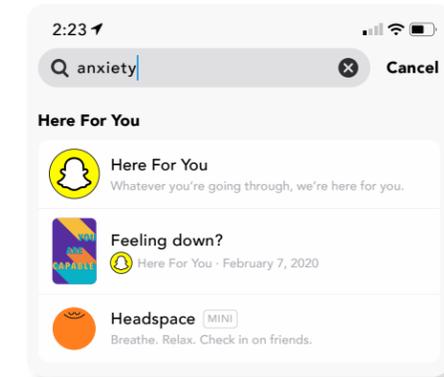
- ¿Cómo puedo asegurarme de que solo mis amigos vean lo que publico?
- ¿Cuál es tu juego de Snapchat favorito?

Cómo reconocer un problema:

Es importante que sepas a qué comportamientos de tus hijos debes prestarles atención, ya que quizás sean un indicio de que están pasando por problemas en Internet y necesiten un poco más de apoyo de tu parte, un terapeuta u otro adulto. ¿Has notado algunos de los siguientes comportamientos?

- Cambios en su personalidad (mayor ansiedad, miedo o enfado).
- Rechazo a tener conversaciones sobre tecnología.
- Rechazo a utilizar su teléfono o portátil.
- Distanciamiento de amigos y familiares.
- Cambios en su comportamiento en la escuela (notas más bajas, faltas de asistencia o dormir en clase)
- Ideas de autolesionarse.

Si has notado alguno de los puntos anteriores, asegúrate de tener una conversación con tus hijos y, si fuera necesario, buscar ayuda de un profesional o echarle un vistazo a nuestra herramienta Here For You. Si se produce alguna emergencia, ten en cuenta que Crisis Text Line está disponible las 24 horas del día y que solo tienes que enviar un mensaje con la palabra **KIND al 741741**. Colaboramos con ellos directamente para garantizar que la comunidad de Snapchat cuente con el apoyo gratuito y confidencial de sus terapeutas capacitados para momentos de crisis.



CRISIS TEXT LINE |



Reforzar el bienestar:

Snapchat está diseñado para que los demás solo puedan ver aquello que quieras compartir y durante el tiempo que tú decidas. Además, desarrollamos nuevos productos y funciones priorizando la seguridad en el diseño, y ayudando a nuestros usuarios a acceder a herramientas y recursos preventivos para el bienestar cuando ellos o sus amigos estén atravesando una crisis de salud mental.



Si tienes un adolescente a tu cargo, te mostramos algunas preguntas que puedes hacerle para asegurarte de que todo va bien:

- ¿Alguna vez utilizas Headspace para meditar? Hay investigaciones que demuestran que la meditación y la conciencia plena pueden reducir el estrés y mejorar el bienestar.
- ¿Sabes cómo denunciar el Snapchat de otro usuario?
- ¿Has visto el canal Safety Snapshot de Descubre en el que tratan temas relacionados con la seguridad?
- ¿Te has suscrito a Here For You? Puedes buscarlo en la barra de búsqueda de Snapchat.
- ¿Sientes que tienes alguien con quien hablar si hay algo que te moleste en Snapchat?
- ¿Sabes con qué recursos cuentas en Snapchat para recibir apoyo?
- ¿Cuánto tiempo sueles pasar en la aplicación?
- ¿Alguna vez te satura utilizar la aplicación? ¿Qué sueles hacer cuando te sientes así?

Todos tenemos la capacidad de mejorar nuestra satisfacción y nuestro bienestar mediante comportamientos mentales positivos, como practicar ejercicios de conciencia plena, expresar nuestra gratitud y actuar con amabilidad.

**- Molly Stewart Lawlor,
doctora en Filosofía**

mindup
For Life

The Goldie Hawn
Foundation

Tras hablar con tus hijos, ten en cuenta lo siguiente:

Ahora que tú y tus hijos tenéis una comunicación excelente sobre Snapchat, es momento de llegar a algunos acuerdos de cara al futuro y asegurarnos de que seguís teniendo estas conversaciones con frecuencia. Quizás sea buena idea hacer un contrato de redes sociales para que ambas partes puedan conservar tanto su privacidad como su confianza. Estas promesas pueden ayudar a reforzar la confianza entre vosotros.

A continuación se mencionan algunas formas de iniciar una conversación para fomentar una comunicación sana con tus hijos y ayudarles a desarrollar comportamientos saludables en redes sociales y con respecto al uso de dispositivos:

- Desarrolla la costumbre de mantener una conversación. Busca un momento en las comidas familiares para que podáis hablar y escucharos.
- Haz que tus hijos participen en la conversación. Para ello, plantea preguntas como «¿Qué piensas de esto?» y ten una mentalidad abierta ante sus ideas.
- Evita las distracciones y mantén el contacto visual para escucharles de verdad.
- Poneos de acuerdo sobre en qué momento del día podéis descansar de las redes sociales y los teléfonos.

- Hablad abiertamente sobre los riesgos y problemas que surgen de Internet, y sugiere ideas prácticas que puedan aplicar para lidiar con dichos inconvenientes, como bloquear o denunciar.

A continuación, encontrarás algunas pautas importantes que pueden ayudar a los adolescentes que tienes a tu cargo a mantenerse sanos y salvos en las redes sociales:

- Es importante que tus publicaciones en las redes sociales se limiten a tu círculo cercano y que solo aceptes peticiones de amistad de usuarios a los que conozcas en persona.
- Antes de publicar algo, pregúntate qué diría tu abuela si lo viera.
- Si detectas algo que te incomoda, no lo ignores, ¡denúncialo!
- Actúa siempre según las Pautas para la comunidad en lo que respecta a la amabilidad.



Glosario de Snapchat

(A-Z)

Añadido fácil: las recomendaciones de amigos de Añadido fácil se basan en varios factores, como quiénes son tus amigos y a quiénes te has suscrito.

Búsqueda: al escribir en la búsqueda aparecerán varias opciones para que encuentres lo que más te interesa. Por ejemplo, puedes buscar amigos o la herramienta Here For You.

Chat: para hacer llamadas, o enviar chats de texto o vídeos a tus verdaderos amigos.

Cámara: desde donde envías Snaps (fotos o vídeos) a tus amigos.

Descubre: consulta contenido premium de noticias y entretenimiento, como medios convencionales y contenido original de Snap.

Destacados: descubre el mundo de Snapchat en un solo lugar y observa las distintas perspectivas de nuestra comunidad en esta plataforma de entretenimiento.

Estrellas de Snap: los creadores (por ejemplo, famosos e influencers) con un gran público tendrán una estrella dorada. Puedes suscribirte al contenido de estos creadores.

Filtros: en un Snap, desliza a la derecha para acceder a opciones de filtros con las que podrás añadir efectos de colores, mostrar información del lugar, incluir a tu Bitmoji, mostrar lo que estás haciendo y mucho más.

Herramientas creativas: tras crear un Snap, puedes añadirle stickers, texto, dibujos y mucho más.

Historia personalizada: elige a los amigos que quieres que participen en tu historia personalizada. Cualquier persona que se una podrá añadir contenido a esta historia y ver a otros miembros.

Historia privada: las historias privadas permiten a los usuarios de Snapchat crear una historia que solo se comparte con un grupo de amigos seleccionados.

Juegos y minijuegos de Snap: los juegos son una forma divertida de pasar el rato con tus amigos en Snapchat. Los minijuegos de Snap son pequeñas funciones diseñadas para disfrutar con amigos, por ejemplo, planeando una noche de cine o creando fichas.

Lentes: toca una cara para abrir el carrusel de Lentes. Con las Lentes puedes añadir efectos 3D, objetos, personajes y transformaciones a tus Snaps.

Mapa de Snaps: echa un vistazo a lo que está pasando, encuentra a tus amigos e inspírate para comenzar una nueva aventura con esta pestaña. De forma predeterminada, tu ubicación no se comparte. Tú decides si quieres compartir tu ubicación con tus amigos o entrar en el Modo fantasma y que solo la sepa tú.

Mi historia: un conjunto de Snaps que se reproducen en orden cronológico y que tus amigos pueden ver durante 24 horas. Puedes compartirlo con todos los usuarios, solo con tus amigos o con una lista personalizada de usuarios.

Modo fantasma: cuando lo activas, tus amigos no pueden ver tu ubicación en el Mapa de Snaps.

Nuestra historia: un conjunto de Snaps enviados por distintos Snapfans de la comunidad. Los Snaps que aparecen en Nuestra historia son contenido público que puede aparecer en el Mapa de Snaps o incluso fuera de la plataforma.

Rachas: normalmente se representan con el emoji 🔥 junto al nombre de tu amigo en la pantalla Chat y son un recuento de los días que lleváis en racha (es decir, intercambiando Snaps entre vosotros). Las Snaprachas están pensadas para indicarte de un modo divertido y alegre con quién te envías más Snaps.

Recuerdos: la colección personal de Snaps e historias de un Snapfan se guarda en Recuerdos.

Servicios de localización: Snapchat utiliza tu ubicación para funciones como Filtros, Búsqueda, Mapa de Snaps, anuncios y mucho más. Si la activas, tu ubicación se actualizará cuando tengas Snapchat abierto.

Snapcódigo: un Snapcódigo es una imagen especial que puedes escanear con Snapchat para hacer varias cosas, como añadir amigos o desbloquear filtros y Lentes.

Solo para mí: esta función se encuentra en Recuerdos y permite que los Snapfans muevan sus Snaps e historias guardadas en Recuerdos a la pestaña Solo para mí (en la que hay que introducir un código de acceso para verlos).





Snap Inc.