

A young man, woman, and man are shown from the chest up, looking at their smartphones and smiling. The woman in the center is wearing a yellow sweater, while the two men are wearing light-colored shirts. The background is a bright, slightly blurred indoor setting. The entire image has a light blue and yellow color overlay.

SIMULACROS DIGITALES

Simulaciones para prevenir el grooming y el abuso en línea

¿Qué son los simulacros digitales?

Estos ejercicios están pensados para ser realizados en conjunto con el niño, niña o adolescente, en un ambiente de confianza, cuidado y conversación. No se trata de engañar, sino de simular situaciones reales que permitan reflexionar y aprender en familia.

Lo ideal es que también puedas incorporar nuevos simulacros de acuerdo a la edad y contexto.



Protección

Herramientas prácticas



Diálogo

Confianza familiar

Primeros Simulacros de Seguridad Digital



Mensaje de un Desconocido

Objetivo: Enseñar a identificar y reaccionar ante mensajes sospechosos.

Dinámica: El adulto propone una situación: "Imagina que estás en una red social y recibes un mensaje de alguien que no conoces, diciendo: 'Hola, vi tu perfil y me gustó mucho. ¡Quiero ser tu amigo!'"

El niño/niña/adolescente indica qué haría: ¿Respondería? ¿Ignoraría? ¿Lo bloquearía? Se reflexiona juntos sobre las mejores decisiones y por qué.



Falsa Amistad en Redes Sociales

Objetivo: Identificar tácticas que usan los groomers para ganar confianza.

Dinámica: El adulto describe un perfil ficticio: "Una persona que parece simpática, comenta tus fotos y te dice cosas lindas cada día. Te empieza a preguntar por tus gustos, tus amigos, tu colegio..."

El niño/niña/adolescente responde: ¿Aceptaría la amistad? ¿Cómo reaccionaría a tantos halagos? Se analiza juntos qué se oculta detrás de ciertas actitudes.

Simulacros sobre Límites Digitales



Solicitud de Fotos o Información Personal

Objetivo: Enseñar a decir NO ante solicitudes inapropiadas.

Dinámica: Se plantea: "Una persona con la que hablas en línea te pide una foto tuya o quiere saber dónde vives."

El niño/niña/adolescente explica cómo respondería. Se discute por qué nunca es seguro compartir información o imágenes privadas.




Chantaje Digital

Objetivo: Prepararse para actuar ante amenazas digitales.

Dinámica: Se expone una situación: "Alguien dice que mostrará una foto tuya si no haces lo que te pide."

El niño/niña/adolescente comparte qué haría. Se refuerza el valor de pedir ayuda y no ceder ante el miedo.

 **Recordatorio importante:** En estos simulacros, es fundamental crear un espacio donde niños, niñas y adolescentes se sientan seguros para expresar sus dudas sin temor a ser juzgados.

Simulacros en Juegos y Medios Digitales

SIMULACRO N°5

Engaño a través de Videojuegos

Objetivo: Reconocer conductas sospechosas en juegos en línea.

Dinámica: Se simula: "Alguien en un juego quiere salir del chat del juego y hablar por WhatsApp. Te dice que es de tu edad y que podrían conocerse mejor."

El niño/niña/adolescente responde con su reacción. Se conversa sobre los límites en el juego y la privacidad.

SIMULACRO N°6

Detectando Noticias Falsas

Objetivo: Fomentar el pensamiento crítico sobre la información digital.

Dinámica: Se presentan dos noticias inventadas, una realista y otra evidentemente falsa.

El niño/niña/adolescente debe identificar cuál podría ser falsa y por qué. Se explica cómo verificar la información en línea.

Simulacros de Solidaridad y Protección



SIMULACRO N°7

Qué hacer si un amigo es víctima de grooming

Objetivo: Enseñar a actuar si alguien cercano está en peligro.

Dinámica: Se plantea: "Un amigo/a te cuenta que alguien mayor lo contacta en línea y le pide fotos."

El niño/niña/adolescente indica qué haría. Se refuerza el valor de contar con adultos confiables y proteger a otros.



SIMULACRO N°8

Configuración de privacidad y control parental

Objetivo: Fortalecer la seguridad digital en familia.

Dinámica: Juntos revisan la privacidad en redes sociales o plataformas de juegos. Se enseña cómo elegir contraseñas seguras y configurar herramientas de protección.

Se establece un acuerdo familiar de seguridad digital.

NOTA PARA PADRES, MADRES Y/O CUIDADORES

Estos simulacros no deben generar miedo, sino herramientas, confianza y diálogo activo con tus hijos/hijas. Convertir la prevención en una práctica cotidiana fortalece la autonomía digital de niños, niñas y adolescentes.



Educación continua

La prevención se construye día a día



Diálogo abierto

Crea espacios de confianza



Herramientas prácticas

Fortalece la autonomía digital

La educación digital es clave para prevenir el grooming y el abuso en línea. Practicar estos simulacros permitirá que niños, niñas y adolescentes aprendan a detectar señales de peligro y sepan cómo actuar ante situaciones de riesgo. Sin embargo, estos ejercicios son solo el comienzo.

♥ Continúa aprendiendo con Protege y Cuida

En Protege y Cuida creemos que la información es la herramienta más potente para prevenir.

En nuestra sección de Recursos Gratuitos encontrarás guías, checklists, actividades y herramientas para acompañar a niños, niñas y adolescentes en el mundo digital con seguridad y conciencia.



Recursos Gratuitos

Descarga más materiales en:

www.protegeycuida.com/recursosgratuitos



Libro Digital

¿Aún no tienes el libro *"Protege en la era digital"*? En él encontrarás contenido ampliado, casos reales, herramientas avanzadas y pasos concretos para acompañar según la edad.

Disponible en: www.protegeycuida.com/ebook