

Laura Coronado

familias enredadas

**Cultura digital para
papás, novatos**

**y todos los que
quieran aprender**

**del sano uso de
las redes sociales.**



VERGARA

Laura Coronado

familias enredadas

Cultura digital para
papás, novatos

y todos los que
quieran aprender



del sano uso de
las redes sociales.



VERGARA

El papel utilizado para la impresión de este libro ha sido fabricado a partir de madera procedente de bosques y plantaciones gestionadas con los más altos estándares ambientales, garantizando una explotación de los recursos sostenible con el medio ambiente y beneficiosa para las personas.



Penguin
Random House
Grupo Editorial

Familias enredadas

Cultura digital para papás, novatos y todos los que quieren aprender del sano uso de las redes sociales

Primera edición: febrero, 2022

D. R. © 2021, Laura Coronado

D. R. © 2022, derechos de edición mundiales en lengua castellana:

Penguin Random House Grupo Editorial, S. A. de C. V.
Blvd. Miguel de Cervantes Saavedra núm. 301, 1er piso,
colonia Granada, alcaldía Miguel Hidalgo, C. P. 11520,
Ciudad de México

penguinlibros.com

Penguin Random House Grupo Editorial apoya la protección del *copyright*.

El *copyright* estimula la creatividad, defiende la diversidad en el ámbito de las ideas y el conocimiento, promueve la libre expresión y favorece una cultura viva. Gracias por comprar una edición autorizada de este libro y por respetar las leyes del Derecho de Autor y *copyright*. Al hacerlo está respaldando a los autores y permitiendo que PRHGE continúe publicando libros para todos los lectores.

Queda prohibido bajo las sanciones establecidas por las leyes escanear, reproducir total o parcialmente esta obra por cualquier medio o procedimiento así como la distribución de ejemplares mediante alquiler o préstamo público sin previa autorización.

Si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra diríjase a CemPro (Centro Mexicano de Protección y Fomento de los Derechos de Autor, <https://cempro.com.mx>).

ISBN: 978-607-380-194-2

Impreso en México – *Printed in Mexico*

¿Quién soy en el mundo?
Ah, ése es el gran rompecabezas.

Alicia en el país de las maravillas

PENGUIN RANDOM HOUSE GRUPO EDITORIAL S. DE CV

Para Fernanda y Luisa

PENGUIN RANDOM HOUSE GRUPO EDITORIAL SA DE CV

ÍNDICE

Prólogo: Valeria Stoopen Barois alias @lamargeitor.....	13
<i>Para conocernos mejor</i>	17
1. Esto es sólo el comienzo.....	23
2. Dime a quién sigues y te diré qué te venden.....	45
3. #TBT: lo que sucede en la red no se queda en la red.....	63
4. Espejito, espejito: las <i>selfies</i> llegaron para quedarse.....	81

5. #EpicFail: cuando pierdes más que un reto.....	101
6. ¿Verbo mata carita?: hasta este día.....	117
7. <i>A star is born</i> : ¿Todos tendremos 15 minutos de fama?	131
8. De Mary Poppins a la Niñera Digital.....	145
9. Hijo de tigre, pintito.....	161
10. #TeInformoJoaquín: los <i>trending topics</i> y las <i>fake news</i>	175
11. De Cenicienta a Madrastra.....	187
12. No corro, no grito, no empujo.....	193
Palabras <i>cool</i>	203

Prólogo

Somos la primera generación educando hijos en la era digital y no hace falta explicar lo poco preparados que estábamos para este tema. Nosotros mismos somos un experimento frente a esta nueva realidad y estamos, por decir lo menos, un poco rebasados.

Casi todos nosotros nos hemos hecho adictos a las pantallas y hemos ido permitiendo que nuestros hijos lo sean también. Somos los que ponemos una en sus manos, demasiado pronto, demasiado tiempo y, en la mayoría de los casos, sin conocer realmente las implicaciones que esto puede tener a largo plazo,

ni los riesgos que corren neurológica y socialmente al estar expuestos durante horas a las mismas.

Aunque es un hecho que entre más tiempo tardes en exponer a un bebé a la pantalla y que idealmente el primer año la recomendación es no hacerlo —para permitir que sus procesos neuronales, de aprendizaje, visuales, cognitivos, sensoriales, de atención, sociabilización y todos los etcéteras que caben aquí—, es absurdo pretender mantener a nuestros hijos permanentemente aislados de las pantallas.

El mundo ya cambió y la tecnología es parte de la era moderna. No sirve de nada lamentarnos ni seguir repitiendo que “en nuestras épocas...”. Lo que sí necesitamos hacer, de manera urgente, es informarnos y entender muy bien cómo funciona la tecnología y las implicaciones de las redes sociales que probablemente serán uno de los lugares preferidos de nuestros hijos.

Nos guste o no, gran parte de la vida social de nuestros hijos sucederá en línea y nos corresponde a nosotros, como adultos responsables a cargo de ellos, tener todo el contexto necesario para saber regular, monitorear y poder enseñarles a navegar con la mayor conciencia y responsabilidad posible y, al mismo tiempo, saber leer las señales y los riesgos para prevenir que formen parte de una de las tantas historias

de terror que suceden cotidianamente en el mundo de las pantallas.

La llamada alfabetización digital, que no es otra cosa que aprender los sí y los no que estamos dispuestos a permitir y el funcionamiento general, y particular, de la sociabilización por internet.

Pero más allá de la parte técnica y funcional, tú y yo, papá y mamá, necesitamos entender cómo funciona todo esto para poder guiar a nuestros hijos y enfocarlos.

En una era en donde parecería que el objetivo principal de los jóvenes es “ser famosos”, ser influencers, youtubers, tener millones de likes y que piensan que la fuente de la validación y el reconocimiento es “la fama”, nuestra principal labor es formarlos como personas preparadas para aportar, para sumar y para formar sociedades más conscientes, más solidarias, inclusivas y empáticas, en cualquier medio en el que se desenvuelvan.

Valeria Stoopan Barois
L´amargeitor

Para conocernos mejor

Desde que nos convertimos en padres, lo primero que buscamos es garantizar que a nuestros hijos “no les pase nada malo”. ¿Qué sucede cuando van creciendo pero no por ello dejan de ser “indefensos”? Pasamos de buscar los mejores asientos para el auto a preocuparnos por sus amistades. Pero en pleno 2021 la interacción de niños y adolescentes ya no se vive sólo en los patios de la escuela o en las fiestas: vivimos un mundo virtual que cada vez influye más en nuestra realidad.

El poeta español Luis Rosales decía que “ser hombre es crecer hacia dentro”. ¿Cómo logramos

que nuestros hijos se conviertan en seres humanos cuyo desarrollo no sólo sea físico sino intelectual y espiritual? Si la adolescencia en sí misma es complicada, ¿qué podemos hacer para que el entorno digital sea seguro para ellos? ¿Cómo reaccionar ante un ambiente diferente al que tradicionalmente vivíamos? ¿Qué hacemos con los más pequeños que ya son nativos digitales?

Este libro es una pequeña guía para conocer —o tratar de entender— algunas de las situaciones que vemos cotidianamente en redes sociales. De manera sencilla trataré, como mamá y académica, de presentar algunos casos —reales y conocidos en medios— que nos pueden servir de base para acercarnos a nuestros niños y jóvenes, empatizar con sus emociones, crear vínculos de comunicación e invitarlos a la reflexión.

Por desgracia, no tenemos una “receta secreta” para que en todos los supuestos tengamos la respuesta adecuada, pero el dedicarle tiempo e interés a la “vida virtual” es un primer paso para no caer en lugares comunes, errores sobre términos y tener una actitud positiva y activa frente a un proceso que no va a dar marcha atrás.

Generalmente, muchos padres tienden a simplemente alejarse de la tecnología, “eso es algo de jóvenes”, o peor aún prohibir de manera absoluta, “nada

de redes o videojuegos en la casa”. Lamentablemente, “no querer ver los problemas” o “evitar males mayores” no es la mejor de las opciones. Después de todo, cuando comenzamos a patinar o andar en bicicleta nos caemos muchas veces, pero es preferible protegerse que dejar de aprender.

Si no podemos ser ermitaños digitales, los casos que comentamos a lo largo de este libro nos ayudan a sentir que no estamos solos y que las experiencias de los demás nos pueden ser de utilidad. Además de buscar lo bueno de las redes sociales, este libro intenta resolver dudas sobre mucho de lo que escuchamos y que nos da pena preguntar o de lo que no queremos hablar por miedo a “escucharte como chavorruco”.

Una realidad que gira alrededor de las redes sociales implica grandes retos. Nos enfrentamos a un ambiente lúdico, atractivo y envolvente. No caer en las redes de un ciberespacio, que no siempre muestra el lado más amigable de la sociedad, no resulta fácil. Sin embargo, quizás el mayor de los retos es estar más presentes. Más presentes con nuestros hijos y menos pendientes de nuestro propio celular. Y un poco más: no distanciarnos de los intereses e inquietudes de nuestra familia, tener un espacio propicio para las confidencias y fortalecer nuestros lazos.

Así como tratamos de saber qué pasa en el mundo laboral para estar a la vanguardia o cuáles son las tendencias de la moda o la gastronomía, debemos informarnos de lo que sucede en las redes sociales. Después de todo, las innovaciones tecnológicas están pensadas para que todo el mundo las use fácilmente.

¿Sabemos qué son y para qué sirven las redes sociales?

Hace relativamente poco Facebook estuvo involucrado en el famoso escándalo de Cambridge Analytica. Una de las anécdotas más reveladoras fue que, durante la aparición de su fundador frente al Congreso de Estados Unidos, los legisladores no sabían “cuál era el negocio” de esa plataforma “si es gratuita”.

Y, precisamente, el precio es muy alto: nuestra privacidad, nuestros datos personales, los gustos que tenemos, la publicidad que nos interesa, la ideología con la que nos identificamos. La información es poder y nosotros gustosamente se las proporcionamos. Y los legisladores o líderes no saben qué hacer.

A lo largo de este libro veremos cómo ayudarles a los jóvenes a que piensen (cuestión que no es fácil porque están renuentes a que sus padres les sigan di-

ciendo qué hacer) y formen su propio criterio. Pero también intentaremos que como padres nos sintamos cómodos con lo que sucede en el mundo virtual y sepamos orientarlos.

PENGUIN RANDOM HOUSE GRUPO EDITORIAL SA DE CV

Capítulo 1

Esto es sólo el comienzo

Misty Copeland es una estrella de fama mundial. Como toda figura pública exitosa, no ha estado libre de polémicas y, curiosamente, de *bullying*. Es la primera bailarina afroamericana reconocida como “principal” en el American Ballet Theatre (ABT) y la imagen de firmas internacionales como Estée Lauder y Under Armour.

Además, es un símbolo contra el racismo y modelo para motivar a muchas niñas a participar en disciplinas “tradicionalmente exclusivas” para ciertos grupos sociales. Es tan importante en Estados Unidos que Barbie creó su muñeca dentro de la co-

lección de Sheroes, aunque se le criticó porque era “muy blanca” frente a la piel de Misty.

Antes de su nombramiento en una de las compañías de danza más importantes a nivel mundial, muchas de éstas sólo incluían bailarines de origen caucásico o formaban el llamado “Black Dance Group”, quienes, obviamente, realizaban funciones sin mezclarse con el resto de los miembros.

Por su trayectoria, podríamos suponer que es una persona que se ha enfrentado a comentarios hirientes, nocivos o racistas a lo largo de su vida personal y su carrera profesional. Y no sólo eso, también que cuenta con herramientas para conocer de estos temas al formar parte de campañas contra el *bullying*, como la que hizo con el actor Sean James. Pero ¿qué ha hecho cuando la atacan?

Con alrededor de 1.7 millones de seguidores en Instagram, en 2018 Misty Copeland respondió a un llamado *bater* en redes sociales convirtiendo su respuesta en viral. ¿Debió responder al post en el que la molestaban? ¿Por qué se enganchó con los comentarios?

A pesar de que fueron diversas las cuentas que criticaban su actuación, la que ella respondió fue la de @miss_hokie, quien subió un video de la bailarina en donde “fallaba” en brindarle al público 32 *fouettés*

(piruetas) en *El lago de los cisnes*. Básicamente, la publicación decía que era la prueba de que estábamos frente a la peor bailarina, de por qué era una “vergüenza para el ABT no sólo tenerla en su lista, sino como bailarina principal”, y que entendía por qué el resto del mundo consideraba el ballet de Estados Unidos como “una broma”.

¿Realmente había fallado?

Existe la “tradición” de contar los *fouettés* en el ballet desde que la bailarina Pierina Legnani interpretó el doble papel (protagonista y antagonista) en *El lago de los cisnes*. La idea es mostrar cómo Odile (el cisne negro) seduce al príncipe Sigfrido. Nunca se ha podido demostrar si efectivamente se realizó dicha hazaña técnica en el siglo XIX. Hasta el momento, algunas bailarinas han conseguido los 32 giros consecutivos, pero no es una regla el cumplirlos —y no son fundamentales— para interpretar el papel. En esencia, lo que se busca es mostrar la fascinación que despierta un personaje frente a otro; sin embargo, siempre ha existido la polémica en este tipo de disciplinas: ¿se debe de privilegiar la técnica o los sentimientos que se transmiten?

Claramente la *hater* buscaba aprobación de los demás presentándose como una experta en el ballet al criticar a la bailarina. La respuesta de Misty fue muy sencilla, pero se convirtió en viral, ya que se defendió de sus atacantes, pues muchos famosos suben contenidos pero nunca responden los comentarios de los seguidores. ¿Qué fue lo que señaló?

Estoy feliz de compartir esto porque siempre seré un trabajo en progreso y nunca dejaré de aprender. Aprendo de verme grabada y pocas veces puedo hacerlo. Así que gracias. Siempre reiteraré que, de ninguna manera, soy la mejor en el ballet. Entiendo mi posición y lo que represento. Sé que estoy en una posición especial y se me ha dado una plataforma excepcional. Todo lo que siempre querré es llevar el ballet a más personas y ayudar a diversificarlo. He trabajado muy duro para estar en donde estoy y creo que he traído a la mesa auténtico arte con un punto de vista único a través de mis experiencias y mi inusual camino y educación. También como una mujer y bailarina negra, me encantaría ver a todos los increíbles bailarines tener las oportunidades que he tenido.

¿Por qué nos duele tanto lo que nos dicen en redes sociales incluso personas que no conocemos? Si una persona con una trayectoria sólida queda desconcertada y se siente desprotegida frente a los comentarios en redes sociales, ¿cómo nos afecta a los demás? ¿Qué sucede cuando los adolescentes sufren este tipo de ataques?

El National Institute of Mental Health — que es parte del Departamento de Salud de Estados Unidos — ha señalado que la adolescencia es un momento crucial para todos, ya que el cerebro experimenta grandes cambios. Y aunque los jóvenes se adaptan fácilmente, su desarrollo personal puede verse afectado si el entorno digital no es amigable. En la adolescencia pueden detonarse con mayor frecuencia ansiedad, depresión, bipolaridad y trastornos alimenticios. Si los contenidos son agresivos o hirientes, los jóvenes pueden verse aún más afectados debido a la etapa de la vida en la que se encuentran.

Construir un buen nivel de autoestima les dará las bases necesarias para tener una vida equilibrada y evitar desórdenes en su conducta — desde ansiedad hasta autoflagelación — o incluso necesitar apoyo en sus relaciones sociales. Es muy importante que todos — y especialmente los adolescentes — contemos con un ambiente digital seguro. La problemática del cy-

berbullying se vuelve aún más grave si vemos las cifras oficiales: uno de cada tres *millennials* en México ha sufrido de ciberacoso.

Como lo define el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef), el *bullying* es “un comportamiento o conductas repetidas y abusivas con la intención de infligir daño por parte de una o varias personas hacia otra, que no es capaz de defenderse a sí misma”. La violencia puede ser verbal, física, psicológica, sexual o cibernética.

Una de las principales características del *bullying* es que quien lo realiza busca que las agresiones sean observadas por testigos. El ciberespacio se ha convertido en el escenario ideal para que este tipo de discriminación se realice: permite el eventual anonimato de quien acosa o su “desaparición” o “cambio de personalidad” en la red.

¿Cuáles son las características del *cyberbullying*?

- ▶ Son comentarios intrusivos, ofensivos o denigrantes.
- ▶ Su naturaleza comúnmente es reiterativa.
- ▶ Pueden realizarse las 24 horas.

- ▶ Distribuirse a una gran audiencia o un público en específico.
- ▶ Borrarlos no es tan fácil como su publicación, la cual es inmediata.
- ▶ Es difícil detectar la fuente en muchas ocasiones.

¿En dónde se realiza el acoso digital?

Estamos frente una serie de actividades que se desarrollan en mensajes de texto o llamadas por teléfono, conversaciones instantáneas, comentarios en redes sociales o grupos cerrados, blogs y otras páginas de internet, entre cientos de posibilidades.

¿Cómo se realiza el *cyberbullying* con más frecuencia?

- ▶ Enviando mensajes aludiendo a una persona ya sea directamente, en su perfil o dentro de grupos o juegos virtuales.
- ▶ Compartiendo imágenes embarazosas, íntimas o falseadas de una persona.
- ▶ Inventando o esparciendo anécdotas falsas o perjudiciales acerca de alguien.

- ▶ Excluyendo a una persona de actividades o conversaciones en línea, es decir, ignorándolo, pero dejando que se percate de ello.

Las posibilidades son infinitas. Incluso existen los *deep fakes* pornográficos, es decir, el uso de inteligencia artificial para producir videos con escenas eróticas de celebridades. Quizás el caso más destacado es el de la actriz Scarlett Johansson, quien ha visto cómo su rostro es utilizado para comercializar videos interpretados por otras personas. Son tantos los videos que se publican de su persona que ella misma ha dicho que se ha dado por vencida al intentar denunciar todos los contenidos en los que aparece. Lamentablemente, no sólo circulan fotografías y videos de artistas en internet, todos nosotros subimos —con mayor o menor conciencia— contenidos que cualquier persona mal intencionada pudiera utilizar.

No se trata de criminalizar el ciberespacio o hablar sólo de sus beneficios. Es real que no podemos evitar al cien por ciento —por poca o nula regulación— conductas delictivas. Lo que sí está en nuestras manos es compartir aquello con lo que no pudiéramos ser más vulnerables. Pero incluso, como en el caso de Misty, en muchas ocasiones podríamos sufrir de comentarios

hirientes sin poder evitarlos o ver que alguna imagen o video circula y llega a cientos de personas sin nuestra autorización.

Un contenido en redes sociales puede convertirse en viral cuando las personas desean compartirlo, ya que les crea emociones, y en este caso la empatía que generó Copeland con otros famosos —como Gwyneth Paltrow, quien también comentó el post— y otros cientos de personas que apoyaron su respuesta desencadenó que más usuarios quisieran conocer lo que había sucedido.

¿Qué hizo bien la bailarina?

- ▶ No lo tomó personal.
- ▶ No respondió con otra agresión.
- ▶ Explicó sus sentimientos.
- ▶ Encontró algo positivo en el comentario. No se salió de redes sociales.

Quizá la primera reacción de cualquier persona al sentirse agredida es responder con igual —o de ser posible mayor— intensidad. Por regla general, las batallas cibernéticas comienzan precisamente por los intentos desesperados de ser el que dice “la última

palabra”, y ello se agudiza si consideramos que los testigos del conflicto son muchos usuarios.

En México este tipo de “guerras” las vemos con regularidad —y hasta cotidianidad— con nuestros políticos en Twitter. Pero dicho comportamiento —que incluso parece infantil— puede observarse en distintas plataformas. Quizá Taylor Swift es el mejor ejemplo de lo que no debemos de hacer en redes. En su momento, la cantante ha discutido en redes sociales con su exnovio Calvin Harris o con Kim Kardashian, Kanye West y Nicki Minaj.

Por eso sorprendió que Misty Copeland no respondiera con otra agresión y reaccionara de una manera pensada, tranquila y educada. ¿Fue suficiente? En este caso lo fue, ya que recibió el apoyo de cientos de perfiles. Por desgracia, no todas las respuestas bien formuladas a un agresor pueden recibir la misma empatía.

Otra de las prácticas comunes en redes sociales es “denostar al enemigo”. Es decir, se “investiga” un poco del perfil del agresor para demostrar que no tiene autoridad para criticar. Por ejemplo, podemos recordar el caso del futbolista mexicano Javier Hernández, el Chicharito, quien recibió un mensaje muy similar al que molestó a la bailarina:

Parece que la estancia que has tenido en Europa no te ha permitido madurar profesionalmente... Es una pena y vergüenza que personajes como tú representen al futbol mexicano. Si de algo estoy muy seguro, es que no me siento representado por ti, Hernández. Ni hoy, ni nunca.

¿Qué le respondió el jugador de la Selección Nacional al usuario @RealAlanLópez?

Ah ca..., siempre ha sido uno de mis más grandes sueños. Representarte. Chín. No he podido. Mi queridísimo, ching..., ejemplar, único, PERFECTO, hermoso, excelente ser humano, gran mexicano y espectacular profesionalista, tan honesto Alan López. Que todo lo mejor te llegue. Abrazo.

El Chicharito —al igual que Misty Copeland— ha destacado dentro de su profesión. Es el máximo goleador de la Selección Mexicana con 50 anotaciones y ha sido reconocido como mejor jugador en distintos torneos. Aunque su intención de “no dejarse”, ser sarcástico y defenderse frente al comentario sólo le acarreó más críticas.

¿Debemos defendernos de nuestros detractores?

La polémica acerca de las formas de defenderse en plataformas como Instagram o Twitter siempre ha estado presente. Frente a una cultura en donde se enseñaba “a pegar, si te pegaban”, ahora las recomendaciones a los jóvenes de organizaciones como Save the Children señalan:

- ▶ Si sufres algún ataque o agresión, no respondas.
- ▶ Guarda los mensajes como prueba. No tienes que abrirlos.
- ▶ Bloquea el remitente.
- ▶ Debes contárselo a padres, tutores, profesores o alguien en quien confíes.
- ▶ Poner una denuncia a través de la propia página web o aplicación. En todas las redes sociales existe esa opción.
- ▶ Acudir ante la policía.

Y, realmente, en la medida en que podamos aislar al acosador y no dejar que sus comentarios puedan dañarnos estaremos en el escenario ideal. Además, quien agrede generalmente está buscando ver la reacción del otro y ver cómo le ha afectado, por lo que la indiferencia no es lo que espera. El caso de Misty