

# Guía rápida sobre *SHARENTING RESPONSABLE*

Documento público



Junio de 2025

CSIRT-CV es el Centro de Seguridad TIC de la Comunitat Valenciana. Nace en junio del año 2007, como una apuesta de la Generalitat Valenciana por la seguridad en la red. Fue una iniciativa pionera al ser el primer centro de estas características que se creó en España para un ámbito autonómico.

Este documento es de dominio público bajo licencia Creative Commons Reconocimiento – NoComercial – CompartirIgual (by-nc-sa): No se permite un uso comercial de la obra original ni de las posibles obras derivadas, la distribución de las cuales se debe hacer con una licencia igual a la que regula la obra original.

## Índice

1.	Objeto del documento .....	4
2.	Alcance.....	4
3.	¿Qué es el <i>Sharenting</i> ? .....	4
4.	¿Qué se entiende por ‘síndrome del <i>Sharenting</i> ’?.....	4
5.	¿Qué riesgos conlleva el <i>Sharenting</i> ? .....	5
	5.1. Privacidad del menor .....	6
	5.2. Bienestar emocional .....	6
	5.3. Seguridad .....	6
	5.4. Aspecto legal .....	6
6.	10 recomendaciones sobre <i>Sharenting</i> responsable.....	7
	6.1. Piensa, antes de publicar, en el futuro de tu hijo .....	7
	6.2. No publiques información personal .....	7
	6.3. Pide consentimiento (si ya pueden darlo) .....	7
	6.4. Ajusta la configuración de privacidad .....	7
	6.5. Evita fotos comprometedoras .....	8
	6.6. No publiques en tiempo real .....	8
	6.7. Controla la huella digital .....	8
	6.8. Informa a familiares y amigos .....	8
	6.9. Utiliza apodosos o emojis.....	8
	6.10. Evita usar su imagen como contenido o marca .....	9

## 1. OBJETO DEL DOCUMENTO

---

El objeto del presente documento recoge unas recomendaciones básicas dirigidas a padres, madres, tutores legales y allegados de los menores de edad para que, en el caso de que deseen compartir información sobre ellos en Internet y otras plataformas, lo hagan de manera segura sin poner en riesgo los derechos de los niños y las niñas, su seguridad física e integridad moral, a través de la técnica conocida como *Sharenting* responsable.

## 2. ALCANCE

---

Esta guía está dirigida a madres, padres, tutores, cuidadores y cualquier persona adulta que comparta contenido digital relacionado con niñas, niños o adolescentes, menores de edad, en redes sociales y plataformas digitales. Su propósito es brindar orientaciones claras, prácticas y éticas para fomentar un uso responsable, reflexivo y respetuoso de la imagen e información de menores en Internet.

## 3. ¿QUÉ ES EL SHARENTING?

---

El *Sharenting* es un término que surge de la combinación de las palabras en inglés "*share*" (compartir) y "*parenting*" (paternidad o crianza), y se refiere a la práctica de madres, padres o cuidadores de compartir fotos, videos o información sobre sus hijos e hijas menores en redes sociales u otras plataformas digitales.

### ¿QUÉ SE ENTIENDE POR 'SÍNDROME DEL SHARENTING'?

---

El 'Síndrome del *Sharenting*' se refiere a la necesidad constante de algunos padres o madres de compartir imágenes, videos, datos o historias de sus hijos e hijas en redes

---

sociales, sin ser plenamente conscientes, de las implicaciones emocionales, psicológicas o de privacidad que pueden tener esta publicación en el presente y en el futuro de los menores.

Atendiendo a ello, podríamos decir que el *Sharenting* plantea el dilema entre el deseo de compartir la vida familiar en redes y el respeto al derecho del niño a la privacidad, la dignidad y la seguridad. La normalización de este tipo de publicaciones requiere una reflexión con el objetivo de minimizar posibles riesgos de la sobreexposición.

Hay que tener claro que difundir la imagen de menores en Internet implica riesgos graves, como, por ejemplo, un uso malintencionado de vídeos e imágenes por terceras personas, suplantación de identidad, grooming (acoso sexual a menores de edad, que se basa en establecer con ellos una relación de confianza a través de medios informáticos o telemáticos, fundamentalmente en chats y redes sociales), seguridad física o ciberacoso escolar, entre otras posibles amenazas físicas y digitales, por ello desde CSIRT-CV lanzamos esta guía para que los padres y madres del menor, además de tutores legales, profesores y allegados, valoren ciertos aspectos relacionados con su privacidad antes de publicar contenido y exponer al menor en Internet.

En el caso de que un adulto decida publicar contenido involucrando a menores debe hacerlo de manera responsable y sin poner en juego el derecho al honor, a la intimidad personal y familiar y a la propia imagen del niño o niña. Para ello, es necesario evaluar previamente los pros y contras en cada publicación. Mediante esta guía, se muestra cómo compartir imágenes, videos o información sobre tus hijos e hijas menores en redes sociales de forma responsable: *Sharenting* responsable.

---

## ¿QUÉ RIESGOS CONLLEVA EL SHARENTING?

---

La Ley Orgánica 1/1996 de 15 de enero, establece que Niños, Niñas y Adolescentes (NNA) tienen derecho a la protección de su honor, intimidad personal y familiar y a la propia imagen. Los padres y madres, en su calidad de responsables legales, deben actuar en interés superior de la o el menor de edad. Cualquier intromisión ilegítima en estos derechos puede ser objeto de reclamación judicial. En el contexto del *Sharenting*, los padres y madres

---

pueden incurrir en responsabilidades por publicaciones que vulneren estos derechos de sus hijas e hijos.

El *Sharenting* puede parecer inofensivo o incluso tierno, pero genera preocupaciones en varios niveles que hay que tener en cuenta:

#### 5.1. Privacidad del menor

Los niños no pueden dar su consentimiento informado para que se publique su imagen o información personal. Lo que se publica se queda en Internet para siempre y puede afectar a su identidad digital.

#### 5.2. Bienestar emocional

Algunos contenidos pueden ser vergonzosos o sensibles, y generar malestar en el futuro.

#### 5.3. Seguridad

Publicar datos como nombre, escuela, lugares que frecuentan o rutinas puede facilitar situaciones de riesgo como suplantación, acoso o robo de identidad.

#### 5.4. Aspecto legal

En muchos países, la ley reconoce el derecho de los menores a la privacidad y protección de su imagen, aunque los padres sean sus tutores legales.

---

## 10 RECOMENDACIONES SOBRE *SHARENTING* RESPONSABLE

---

### 6.1. Piensa, antes de publicar, en el futuro de tu hijo

Antes de publicar, reflexiona: ¿Cómo se sentirá tu hijo al ver esa publicación dentro de cinco, 10 o 15 años? ¿Lo avergonzará? El contenido en Internet puede ser permanente y difícil de eliminar por completo. Valora si es realmente necesario para su desarrollo.

### 6.2. No publiques información personal

Evita compartir datos sensibles como el nombre completo, fecha de nacimiento, ubicación, escuela, horarios o rutinas. Esto puede poner en riesgo su seguridad (por ejemplo, en casos de suplantación de identidad o acoso).

### 6.3. Pide consentimiento (si ya pueden darlo)

Si tus hijos e hijas ya tienen edad para entender, pregúntales si están de acuerdo con que publiques su imagen en alguna foto o vídeo. Mientras que por un lado llevas a cabo una buena práctica que refuerza el respeto a su privacidad y su autonomía, por otro les enseñas desde pequeños que tienen derecho a decir "no" a que se publique su imagen.

### 6.4. Ajusta la configuración de privacidad

Asegúrate de que tus publicaciones estén visibles solo para personas de confianza. Revisa regularmente la configuración de privacidad de tus redes sociales por si se modificaran con las actualizaciones. Desactiva la geolocalización y limita quién puede ver o comentar.

### 6.5. Evita fotos comprometedoras

No publiques imágenes de tus hijos desnudos, en ropa interior o en situaciones vergonzosas, aunque te parezcan “tiernas” o graciosas. Podrían ser malinterpretadas o utilizadas con fines inapropiados.

### 6.6. No publiques en tiempo real

Compartir dónde estás y qué estás haciendo en tiempo real puede exponer a tu familia a riesgos físicos, como robos o secuestros. Espera unas horas o días para publicar. No publiques imágenes de tus hijos desnudos, en ropa interior o en situaciones vergonzosas, aunque te parezcan “tiernas” o graciosas. Podrían ser malinterpretadas o utilizadas con fines inapropiados.

### 6.7. Controla la huella digital

Cada publicación que haces contribuye a la identidad digital de tu hijo. Lo que compartes puede influir en cómo otros (escuelas, reclutadores o amigos) perciben a tu hijo más adelante. Decide con cuidado qué tipo de imagen pública estás construyendo para él o ella.

### 6.8. Informa a familiares y amigos

Pide a tus allegados (abuelos, tíos, amigos...) que respeten tus reglas de publicación de imágenes y vídeos sobre tus hijos e hijas. La coherencia entre todas las personas que tienen relación con el menor es clave para proteger su privacidad. De nada sirve que los padres protejan al menor si, luego, las personas allegadas publican y comparten en sus redes sociales o plataformas el contenido que ellas mismas graban.

### 6.9. Utiliza apodos o emojis

Para proteger la identidad de tus hijos en redes sociales, puedes referirte a ellos con apodos y cubrir sus rostros con emojis en fotos compartidas. Y no olvides revisar regularmente tu historial de publicaciones y borrar fotos o videos que ya no consideres adecuados.

---

#### 6.10. Evita usar su imagen como contenido o marca

Si tienes un blog, canal o cuenta popular, considera si estás usando a tus hijos para ganar likes, fama o dinero. Explícalo con transparencia si lo haces, y asegúrate de que los beneficios les lleguen directamente a los menores.

En cualquier caso, respecto a la difusión de imágenes en las que estén involucradas más personas independientemente de su edad, desde CSIRT-CV recomendamos preguntar y consensuar con los implicados la conveniencia de compartir la imagen. Gracias a esta consulta estaremos haciendo una buena práctica y un uso responsable. Es fundamental, dar buen ejemplo a las nuevas generaciones, ya que serán ellas las que el día de mañana publiquen imágenes propias o con sus amigos y familiares en Internet.

Educar sobre privacidad digital, promover el consentimiento infantil (aunque sea simbólico en niños pequeños) y fomentar la reflexión antes de publicar son tres aspectos en los que debemos seguir incidiendo para un uso responsable del *Sharenting* y las redes sociales.

Y tú, ¿compartes o expones? Protege su infancia, protege su identidad digital.

## 10 recomendaciones sobre el *Sharenting* responsable

- 1 Piensa, antes de publicar, en el futuro de tu hijo
- 2 No publiques información personal
- 3 Pide consentimiento (si ya pueden darlo)
- 4 Ajusta la configuración de privacidad
- 5 Evita fotos comprometedoras
- 6 No publiques en tiempo real
- 7 Controla la huella digital
- 8 Informa a familiares y amigos
- 9 Utiliza apodosos o emojis
- 10 Evita usar su imagen como contenido o marca

**¿Compartes o expones?**

**Protege su infancia, protege su identidad digital**