



Nuestros/as hijos/as viven en Internet: lo  
que los padres y las madres tenemos que saber

## **Pautas para ayudar a nuestros/as hijos/as a prevenir los riesgos de Internet**

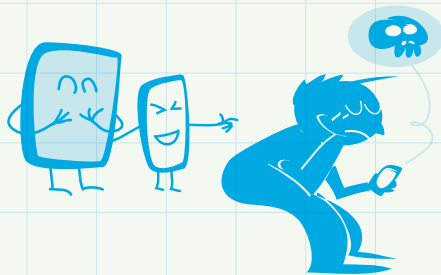
# Web 2.0.

- \* Redes sociales
- \* Blogs
- \* Wikis
- \* Foros
- \* Herramientas de uso compartido

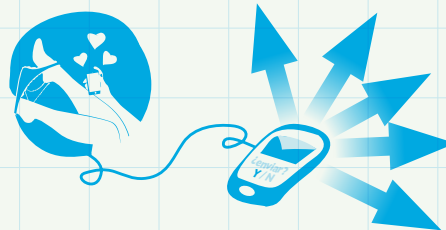


# Riesgos de internet para los/as jóvenes

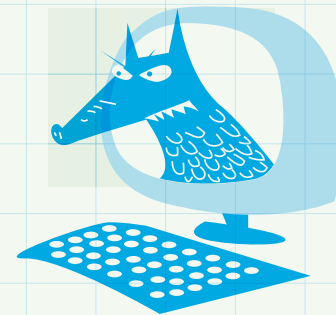
Ciberbullying



Sexting



Grooming





# Prácticas de riesgo

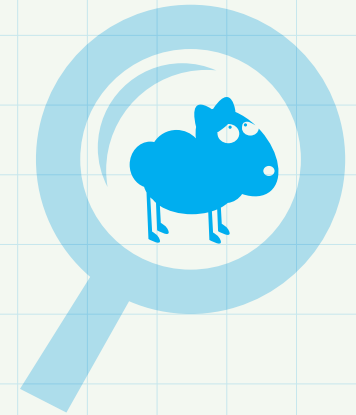
- \* Pasar muchas horas conectado/a a Internet y/o con el móvil
- \* Disponer del ordenador/dispositivo de conexión en la propia habitación o en otro sitio en el que no se tiene supervisión cuando se conecta
- \* No ser objeto de supervisión parental sobre el uso de Internet
- \* No comentar lo que hace o le sucede en Internet
- \* Tener cuenta en alguna Red Social (Facebook, Tuenti, Twitter, Google+, Instagram, Tumblr, Pinterest...)
- \* Cambiar de humor en situaciones sin acceso a Internet ni teléfono móvil y/o molestarse por las interrupciones sufridas cuando está conectado/a



# Prácticas de riesgo

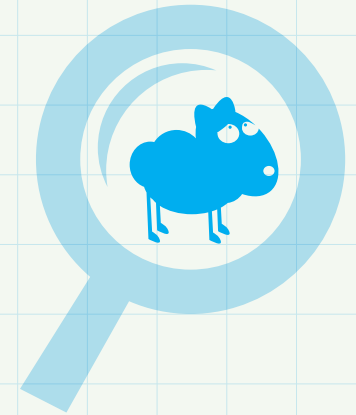
- \* Tener la necesidad de estar siempre disponible en el móvil, incluso mientras se duerme
- \* Usar el móvil en el centro escolar
- \* Considerar la prohibición de acceso al móvil o a Internet como uno de los peores castigos que se pueden sufrir
- \* Participar cada vez menos en actividades que supongan la no disponibilidad de Internet o el teléfono móvil
- \* Normalizar el uso de la violencia y abuso de poder utilizando expresiones como “son bromas”
- \* Justificar la ley del silencio, “son cosas nuestras”.

# Comportamientos e indicadores en una posible víctima



- \* Pensar que Internet es un lugar seguro
- \* Facilitar o colgar datos personales en la Red
- \* Dar la contraseña de correo electrónico/redes sociales a algún amigo/a
- \* Utilizar la misma contraseña para diferentes recursos que se utilicen en la Red
- \* Intercambiar de forma poco meditada fotos, vídeos personales, dirección de correo electrónico, redes sociales con desconocidos
- \* Ser o haber sido víctima de bullying en la escuela
- \* Haber intentado reunirse con personas desconocidas tras chatear por internet
- \* Aceptar como amigos/as a personas que no se conoce

# Comportamientos e indicadores en una posible víctima



- \* Tener tendencia al aislamiento
- \* Manifestar cambios de humor repentinos
- \* Mostrar tristeza o desgana para realizar las actividades cotidianas
- \* Sufrir deterioro de habilidades sociales, especialmente las asertivas, de defensa de sus intereses y derechos
- \* Poseer baja autoestima o muestras de inseguridad
- \* Rechazar hablar de situaciones de ciberbullying

# Comportamientos e indicadores en un/a posible agresor/a



- \* Haberse hecho pasar por otra persona a través del móvil o Internet
- \* No poseer normas de uso de Internet
- \* Mostrar/pasar fotos o vídeos que considera graciosos aunque sean humillantes o desagradables para el/la protagonista del vídeo
- \* Haber intimidado o acosado a alguno/a de sus compañeros/as en la escuela
- \* Justificar situaciones de ciberbullying protagonizadas por otros/as
- \* Justificar la violencia, especialmente la indirecta



# Comportamientos e indicadores en un/a posible agresor/a



- \* Reducir las actividades que signifiquen no disponer de Internet o teléfono móvil
- \* Tener escasa tolerancia a la frustración
- \* Mostrar actitudes de prepotencia, de abuso de poder y de falta de respeto de sus iguales
- \* Faltar al respeto a la autoridad, las/los docentes o los padres y las madres
- \* Evidenciar una actitud negativa hacia actividades cooperativas en las que se potencie la colaboración y el reconocimiento de las cualidades de cada uno/a



# Decálogo para frenar el ciberacoso

- 1 Facilita a tu hijo/a que pida ayuda.
- 2 Indícale que nunca responda a las provocaciones.
- 3 Dile que no haga presunciones.
- 4 Hazle saber que debe evitar aquellos lugares en los que es agredido/a.
- 5 Enséñale a proteger su privacidad.
- 6 Hazle saber que es importante que, en caso de sufrir algún episodio de acoso, guarde las pruebas.
- 7 Explícale que ante una situación de acoso lo primero que tiene que hacer es decirle a quien le acosa, sin agresividad, que lo que está haciendo es molesto para él/ella y que deje de hacerlo.
- 8 Si el acoso persiste, es importante que el/la menor sepa que debe hacer saber al agresor/a que sus acciones pueden estar sancionadas por la Ley.
- 9 Si a pesar de ello continúa el acecho, tu hijo/a debe hacer constar que está en disposición de presentar una denuncia (actuando junto al adulto/a al que ha pedido ayuda).
- 10 Toma medidas legales.

# Pautas de protección en Internet



## Contraseña:

- \* Fácil de recordar y difícil de adivinar.
- \* No se la des a nadie.
- \* Cambia la contraseña cada 6 meses.
- \* Utiliza distintas contraseñas para distintas cuentas: mail, redes sociales,

registros en webs...

- Cuando ya no utilices el ordenador,
- \* cierra todas las sesiones a las que estabas conectado/a: redes sociales, correo...

# Pautas de protección en Internet



## Seguridad en los dispositivos: móviles, ordenadores, tablets...

- \* Ten el antivirus activado siempre.
- \* Actualiza las versiones de los programas y sistemas operativos.
- \* No abras mensajes que sean SPAM o tengan archivos que te resulten sospechosos.
- \* Si no sabes si un dispositivo es seguro, no guardes información que no quieras que otros/as vean o conozcan.
- \* Si tienes un móvil con internet, desconecta la opción de geolocalización para que, cuando publiques desde el móvil, nadie sepa dónde estás.
- \* Cuidado con las webcam, hay virus que pueden activarlas sin que te des cuenta. Tenla apagada cuando no la utilices y, si es necesario, tápala para asegurarte.

# Pautas de protección en Internet



## Información sobre ti:

- \* No publiques muchos datos personales (teléfono, dirección...)
- \* Cuidado con las fotos, videos, montajes... que publicas. Una vez lo haces, pierdes el control sobre ellos.
- \* Utiliza seudónimos o nicks personales con los que operar a través de Internet, para que puedas tener una auténtica identidad digital que no ponga en entredicho la seguridad de tu vida personal.
- \* Cuando te hagas un perfil en una red social, configura adecuadamente la privacidad para que el contenido que publiques sólo pueda ser visto por quien(es) tu elijas.
- \* No cedas ante el chantaje o la presión. Si recibes solicitudes de amigos/as o de desconocidos/as para que les envíes una imagen o un video y no quieres, piénsatelo dos veces.

# Pautas de protección en Internet



## Información sobre otras personas:

- \* No publiques, ni digas cosas de otras personas que puedan ser ofensivas, hirientes o humillantes. Esto puede convertirse en un contenido público que queda escrito y no lo puedes borrar. No hagas a otros/as lo que no quieras que te hagan a tí.
- \* No des datos de otras personas, ni publiques fotos, vídeos... sin su consentimiento.

# Pautas de protección en Internet

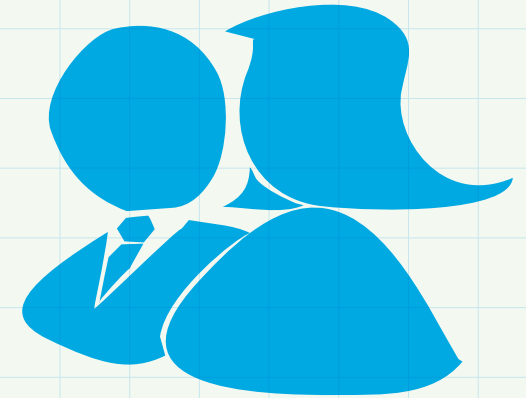


## Desconocidos/as:

- \* No aceptes invitaciones de desconocidos/as. Asegúrate de que les conoces antes de agregarles como amigos/as.
- \* No envíes imágenes o vídeos a usuarios/as que no conoces o de los/as que desconfías.

No seas partícipe del sexting ni del ciberbullying: ni creándolo, ni reenviándolo, ni fomentándolo.

# Pautas de prevención para madres y padres



- 1 Aprender a utilizar el ordenador así como los distintos dispositivos electrónicos que utilicen vuestros/as hijos/as.**

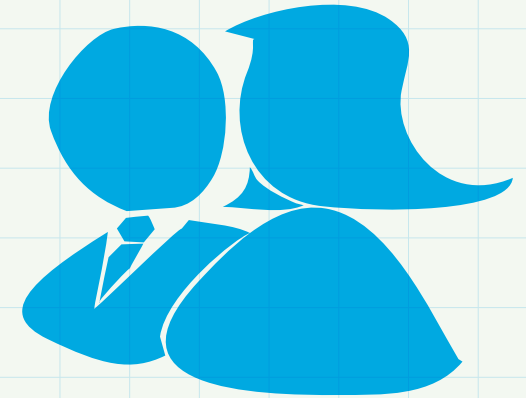
De este modo y hasta cierta edad, os podéis conectar con ellos/as y el niño/a aprende a disfrutar de Internet junto a vosotros/as.

- 2 Fomentar el diálogo sobre hábitos de navegación y sus riesgos.**

Es importante que el/la menor sienta que cuando le suceda algo extraño o que le incomode, puede decíroslo. Además, les ayudaremos a mantener un espíritu crítico sobre la información que aparece en la Red.



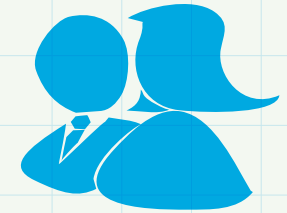
# Pautas de prevención para madres y padres



- 3 Acordar unas normas de uso claras.** **4 Utilizar filtros de control de acceso a la Red.**

Es beneficioso para todos/as que los/as niños/as tengan reglas claras sobre lo que pueden o no pueden hacer y conozcan sus consecuencias. Y muy aconsejable negociar y programar los tiempos de uso.

Así evitaréis que accedan a páginas de contenido inapropiado (violento, xenófobo, para adultos, etc.).



<http://menores.osi.es/padres-madres/utiles-gratuitos>



**OSi Menores OSi**

[RSS](#) [Contacto](#) [Calendario](#) [Mapa Web](#)

Buscador



## Padres y Madres

Destacados

Noticias

Recomendaciones

Utiles gratuitos

Glosario

Denuncia

Páginas de terceros

« **Noviembre** »

2012

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

## Útiles gratuitos

Las herramientas gratuitas que se ofrecen en esta sección ayudan a prevenir ataques e infecciones en el ordenador de un usuario y, también, a controlar el uso del ordenador por parte de los menores. Las herramientas están clasificadas en función de varios criterios para facilitar su búsqueda.

### Idioma

Español

Inglés

### Navegador

Internet Explorer

Firefox

Chrome

Safari

Otros

### Sistema Operativo

Windows

Linux

Mac

### Servicio

Antiespías

Antivirus

Chequeo webs

Control Parental

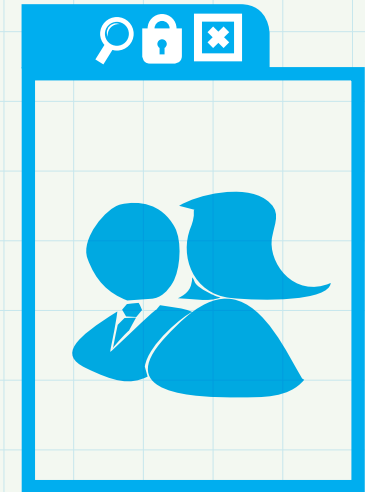
Copia de seguridad

Cortafuegos

Herramientas de test

Buscar

# ¿Cómo funcionan las aplicaciones de control parental?



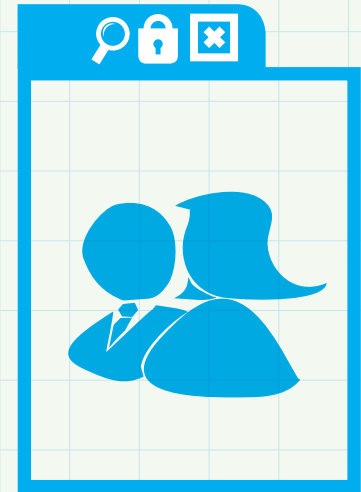
## \* Navegadores infantiles:

Son herramientas que dan acceso a páginas adecuadas para los/as niños/as y adolescentes. Tienen un diseño y características apropiadas al público menor y permiten el uso de diferentes perfiles, en función de la edad del usuario. También existen buscadores infantiles con características similares. Algunos navegadores infantiles son [Kidsui](#), [Kidrocket](#), [MyKidBrowser](#) y [BuddyBrowser](#).

## \* Herramientas que bloquean la información que sale del ordenador:

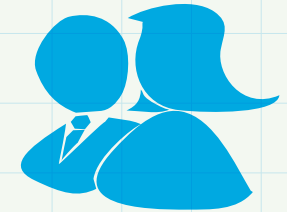
son aplicaciones que impiden revelar información personal. Esto es especialmente útil con respecto a rellenar formularios y hojas de registro en línea o comprar a través de la tarjeta de crédito. Puede ser utilizado tanto para la red, como para el correo electrónico, como para los chats, etc.

# ¿Cómo funcionan las aplicaciones de control parental?



## \* Monitorización:

son herramientas que realizan un monitoreo del sistema. Por ejemplo, registran todas las páginas web visitadas para posteriormente poder supervisar los hábitos de navegación de los/as menores. No son las herramientas más óptimas ya que implican una mayor invasión a la privacidad de los/as menores y a la vez no son preventivas, sino solo de control.



## Ejemplo: Control parental en Windows Vista / Windows 7

Inicio / Panel de control



Ajustar la configuración del equipo

Ver por: Categoría ▾



### Sistema y seguridad

Revisar el estado del equipo  
Hacer una copia de seguridad del equipo  
Buscar y corregir problemas



### Redes e Internet

Ver el estado y las tareas de red  
Elegir grupo en el hogar y opciones de uso compartido



### Hardware y sonido

Ver dispositivos e impresoras  
Agregar un dispositivo



### Programas

Desinstalar un programa



### Cuentas de usuario y protección infantil

Agregar o quitar cuentas de usuario  
[Configurar el Control parental para todos los usuarios](#)



### Apariencia y personalización

Cambiar el tema  
Cambiar fondo de escritorio  
Ajustar resolución de pantalla



### Reloj, idioma y región

Cambiar teclados u otros métodos de entrada



### Accesibilidad

Permitir que Windows sugiera parámetros de configuración  
Optimizar la presentación visual



# Explicación de Windows sobre la configuración del control parental

## Ayuda y soporte técnico de Windows



### Configurar el Control parental

Puede usar el Control parental para ayudar a administrar la forma en que los niños usan el equipo. Por ejemplo, puede establecer límites para el número de horas que los niños pueden usar el equipo, los tipos de juegos a los que pueden jugar y los programas que pueden ejecutar.

[Ve al sitio web de Windows para ver un video acerca de cómo configurar el Control parental.](#)

Quando el Control parental bloquea el acceso a un juego o un programa, se muestra una notificación que indica que estos se han bloqueado. Los niños pueden hacer clic en la notificación para solicitar permiso de acceso a ese juego o programa. Puede permitir el acceso si especifica la información de cuenta.

Para configurar el Control parental para un niño, necesitará una cuenta de usuario de administrador. Antes de comenzar, asegúrese de que cada niño para el que desea configurar el Control parental disponga de una [cuenta de usuario](#) estándar. El Control parental solamente puede aplicarse a una cuenta de usuario estándar. Para obtener más información acerca de las cuentas de usuario y cómo configurarlas, consulte [¿Qué es una cuenta de usuario?](#)

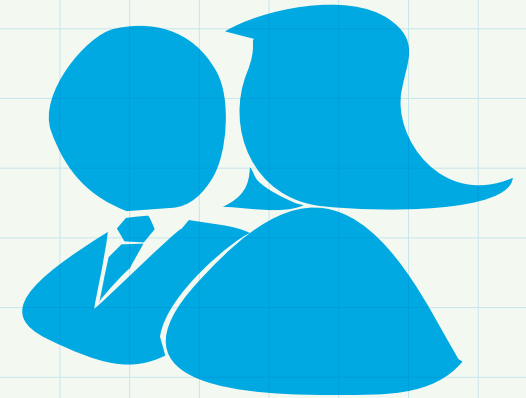
Además de los controles que proporciona Windows, puede instalar otros controles, como filtros web e informes de actividades, de un proveedor de servicios distinto. Para obtener más información, consulte [¿Cómo puedo agregar controles parentales adicionales?](#)

#### Para activar el Control parental para una cuenta de usuario estándar

1. [Haga clic para abrir Control parental.](#) Si se le solicita una contraseña de administrador o una confirmación, escriba la contraseña o proporcione la confirmación.
2. Haga clic en la cuenta de usuario estándar para la que desea establecer el Control parental. Si la cuenta de usuario estándar no está aún configurada, haga clic en [Crear nueva cuenta de usuario](#) para configurar una cuenta nueva.
3. En **Control parental**, haga clic en **Activado, aplicar configuración actual**.
4. Una vez que haya activado el Control parental para la cuenta de usuario estándar de un niño, puede ajustar los siguientes valores individuales que desea controlar:
  - **Límites de tiempo.** Puede establecer límites temporales para controlar el momento en que los niños pueden iniciar una sesión en el equipo. Los límites de tiempo impiden que los niños inicien una sesión durante las horas especificadas. Puede establecer distintas horas de inicio de sesión para cada día de la semana. Si hay una sesión iniciada cuando finalice el tiempo asignado, se cerrará automáticamente. Para obtener más información, consulte [Controlar el momento en que los niños pueden usar el equipo.](#)
  - **Juegos.** Puede controlar el acceso a los juegos, elegir una clasificación por edades, elegir los tipos de contenido que desea bloquear y decidir si desea permitir o bloquear juegos específicos o sin clasificar. Para obtener más información, consulte [Elegir juegos aptos para niños.](#)
  - **Permitir o bloquear programas específicos.** Puede impedir que los niños ejecuten determinados programas. Para obtener más información, consulte [Impedir que los niños usen programas específicos.](#)

¿Le resultó útil esta información?

# Pautas de prevención para madres y padres



- 5 Colocar el ordenador en una zona de uso común.**

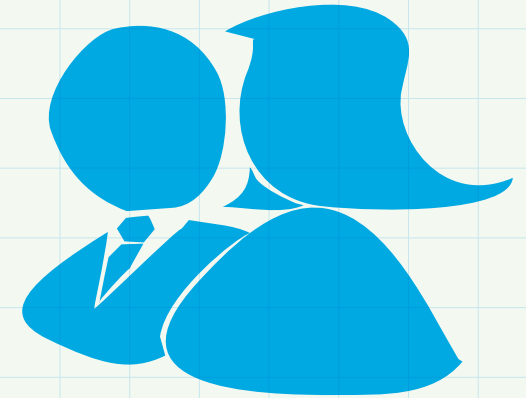
Esto facilita la interacción con vosotros/as y sus hermanos/as, y permite observar informalmente qué hacen cuando se conectan, a qué juegan, con quién...

- 6 Enseñarles en qué consiste la privacidad.**

- 7 Explicarles que en la Red también hay que respetar a los/as demás.**

- 8 Sed un modelo de buen uso y comportamiento.**

## De 4 a 12 años



- \* **Acompañadles en el uso del ordenador.**

A esta edad es imprescindible guiarles en su uso.

- \* **Conoced las claves de acceso.**

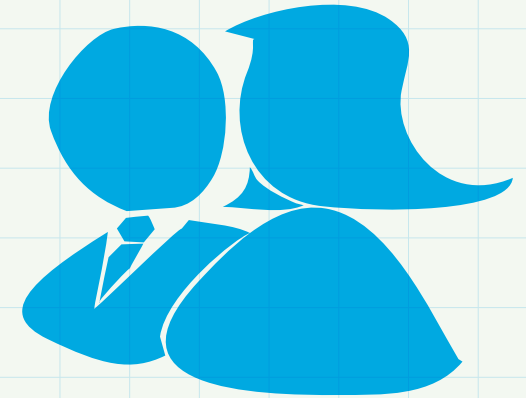
Explicadles la importancia de tener claves personales seguras y ayudadles a escogerlas.

- \* **Enseñadles que no deben descargar nada sin permiso:**

el nombre del archivo no siempre se corresponde con el contenido real y además puede contener virus, troyanos



## De 13 a 18 años



- \* **Hablar de Internet con el adolescente.**

interesaos y valorad las páginas que visitan, debatid sobre sus contenidos, compartid información, enlaces interactuad.

- \* **Enseñadles a tener un comportamiento responsable, respetuoso y ético en Internet.**

- \* **Negociad los tiempos de uso con ellos/as.**