

# Ciberguía de mediación parental

Consejos de uso responsable de la  
internet por parte de los menores



# ¿Qué es la mediación parental?

## Recomendaciones para una buena mediación parental

-  **SUPERVISA** a tus hijos en Internet, conoce sus gustos y amigos en línea.
-  **ACOMPAÑA** a los menores en internet e incentívalo a compartir sus actividades en línea contigo.
-  **ORIENTA** para lograr tener una relación de confianza, y así reforzar sus habilidades sociales.
-  **ESTABLECE LÍMITES** coherentes y conversados con tus hijos. Pueden definir juntos cuánto tiempo y dónde podrán estar en línea.
-  **UTILIZA CONTROL PARENTAL** para que sólo puedan acceder a un contenido apropiado para ellos, limitando el tiempo y uso de la red.
-  **CONFIGURACIÓN SEGURA Y PRIVADA** en las app y sitios web.

Educar, guiar y proteger a los menores en Internet es el objetivo de la mediación parental digital, y consiste en una estrategia para que los padres prevengan y enseñen a sus hijos a enfrentar los problemas que pueden tener al navegar por internet.



# Riesgos y amenazas



**CONTENIDO INAPROPiado:** En algunos casos, promueve contenido violento, sentimientos de odio o potencian la autolesión y/o suicidio.



**VIRUS Y MALWARE:** Los archivos maliciosos pueden robar datos, bloquear cuentas y dispositivos.



**NOTICIAS FALSAS Y FRAUDES:** A través de sitios falsos se busca manipular a la opinión pública. Por otra parte, con campañas de phishing se obtienen datos personales o se cometan estafas.



**GROOMING:** Un adulto se hace pasar por un menor para engañar a jóvenes o niños, ganar su confianza y así abusar de ellos sexualmente u obtener contenido pornográfico.



**CIBERACOSO:** Acoso, humillación o abuso constante, mediante alguna plataforma o dispositivo digital. El problema es la velocidad y alcance con el que llegan las publicaciones.

# ¿Cómo ayudar a tus hijos a prevenir?

**ESCÚCHALOS** e intenta mantener una buena comunicación con ellos, con cercanía y confianza.



**CONOCE** sus intereses y por dónde navegan en internet.



**ENSEÑALES** a discriminar el contenido que ven en internet y sé un ejemplo para ellos.



**APÓYALOS** en su desarrollo y potencia sus habilidades sociales, para que aprendan a manejar mejor las relaciones con los demás. Para esto, trabaja junto con ellos su autoestima, empatía, autoconocimiento, gestión de las emociones y autonomía.

## Apoyo para cada etapa



1. De 0 a 2 años. Intenta evitar que tengan contacto con las pantallas.
2. De 3 a 5 años. Intenta conectarlos esporádicamente y por períodos cortos, acompañándolos y seleccionando el contenido de acuerdo a su edad.  
Puedes configurar un control parental en los dispositivos que utilice.
3. De 6 a 9 años. Es importante comenzar a limitar la conexión y estar junto a ellos para saber qué hacen en internet, conocer sus contactos y enseñarles a identificar y buscar un contenido adecuado y de calidad.
4. De 10 a 13 años. Los tiempos de conexión pueden variar según su edad, pero aun así continúa supervisando el contenido, saber con quiénes interactúa o la actividad que tiene en línea.
5. Mayores de 14 años. Refuerza lo ya aprendido promoviendo el contenido positivo, tanto en el ámbito formativo como de esparcimiento; conversa sobre su actividad en línea y fomenta su capacidad crítica.

# Herramientas de control parental

Existen varias aplicaciones, las que de acuerdo al plan que se contrate o la app que se descargue es posible:



Filtrar contenido para limitar el acceso a contenido inapropiado.



Limita el horario y bloquea las aplicaciones o dispositivo una vez transcurrido el tiempo.



Lleva un registro de las actividades en línea.

Otra alternativa es ingresar a [www.net-aware.org.uk](http://www.net-aware.org.uk) ("Netaware") que clasifica los juegos y apps aportando a los padres una calificación del riesgo de cada una de ellas.

Permiten tener un registro de las actividades que realizan tus hijos en los dispositivos móviles o plataformas de streaming. Sirve de apoyo para los padres, pero no reemplaza el hecho de que los adultos deban acompañar a los menores.



# Además recuerda:

1. Crear juntos contraseñas seguras y proteger el dispositivo móvil con alguna contraseña.
2. Si los niños cuentan con un perfil de usuario limitado, es posible restringir los accesos y mantener controlado que instalen o descarguen nuevos programas.
3. Que tus hijos ingresen a apps o juegos según su edad. Revisa la clasificación.
4. Configurar la opción de privacidad y perfiles privados.



## ¿Cómo ayudarlos si tienen un problema?

**CONVERSA** con ellos para que te cuenten lo que pasó.

**ESCÚCHALOS** y no los culpes. Dales la confianza y seguridad.

**APÓYALOS** y demuéstrale que juntos pueden resolver el problema.

**PIDE AYUDA Y APOYO** si es necesario, ya sea a un profesional o la entidad que corresponda.

**GUARDA LAS EVIDENCIAS** que demuestren el problema: capturas de pantalla, videos, mensajes, etc.



Director: Carlos Landeros Cartes

Jefa de contenidos y edición: Katherina Canales Madrid

Colaboradores equipo CSIRT:  
Carolina Covarrubias  
Patricio Quezada

Diseño y diagramación: Jaime Millán

Octubre 2020

# Ciberguía de mediación parental

Consejos de uso responsable de la  
internet por parte de los menores

