



## Internet para nuestros hijos e hijas



**muchas ventajas**

ocio, cultura, diversión, aprendizaje, conocimiento, amistad...



**algunas amenazas**

contenido inadecuado, pederastia, adicción, ciberacoso, engaño...



el resultado está también en tus manos

# ¡Es fácil!

Tel inai 018008354324

# Uso SEGURO y SALUDABLE de Internet por los MENORES



© 2015 - Pantallas Amigas



[www.pantallasamigas.net](http://www.pantallasamigas.net)



[www.inai.org.mx](http://www.inai.org.mx)



Pantallas Amigas



Infancia Nacional de Empowerment, Atención e Información y Protección de Niños, Niñas y Adolescentes

Las **10** claves para un uso **SEGURO y SALUDABLE** de Internet

No des datos personales



1

No facilites a desconocidos tu dirección de email



2

Ten cuidado con los archivos que te llegan por sorpresa



3

Escápate del SPAM



4

Mantén tu clave en secreto



5

Si te molestan, pide ayuda



6

Nunca te cites por primera vez con alguien a solas



7

No te creas las ofertas ni los regalos



8

Confía siempre en tu padre y en tu madre



9

Alguien desconocido no es tu amigo o amiga



10

# Internet, Universo de OPORTUNIDADES con algunos RIESGOS

- ▶ **Contenidos inadecuados, falsos o ilegales** como pornografía infantil, dietas milagro, apología de la xenofobia, sectas...
- ▶ **Ciberbullying** o acoso entre iguales por medio de las nuevas tecnologías.
- ▶ **Acecho y abuso sexual** por parte de pederastas y pedófilos.
- ▶ **Timos, estafas y robos.**
- ▶ **Pérdida de privacidad e intimidad.**
- ▶ **Oferta de productos nocivos y de sustancias prohibidas.**
- ▶ **Uso abusivo y adicción.**



## Lo que los adultos podemos hacer para la Seguridad y la Salud de los Menores en la Red

- ✓ **UBIQUE LA COMPUTADORA EN UN LUGAR PÚBLICO DEL HOGAR**  
Se debe evitar que la computadora esté colocada en un lugar donde resulte difícil supervisar su uso durante las conexiones a Internet. Se desaconseja en especial la recámara del menor.
- ✓ **EVITE LA CÁMARA WEB**  
La cámara web está involucrada en la mayoría de los grandes problemas que puede haber en la Red. Sin ella aumenta la seguridad.
- ✓ **ACÉRQUESE A INTERNET**  
No le tenga miedo. Podrá aconsejar mejor a sus hijos. Navegue con ellos.
- ✓ **PROPORCIONE CONFIANZA**  
Es importante que los menores tengan claro que en caso de tener problemas han de recurrir a un adulto, que no serán castigados y que lo más importante es solucionarlo para recuperar su bienestar.
- ✓ **LIMITE LA CANTIDAD Y HORARIO DE USO**  
El uso debe ser moderado y no afectar a las pautas saludables de alimentación y descanso. Tampoco debe interrumpir ni condicionar la vida familiar.
- ✓ **REALICE SUPERVISIÓN Y CONTROL**  
Respetando al menor, debemos protegerle. Existen herramientas que sirven para limitar o supervisar los contenidos y servicios utilizados. También trate de estar atento y hablar sobre ello con sus hijos.
- ✓ **INSISTA EN PAUTAS Y COMPORTAMIENTOS SEGUROS**  
Hay una serie de reglas\* que los propios menores deben conocer y aplicar. Insista para que las pongan en práctica porque, al final, depende en buena medida de ellos mismos.

\* Las 10 claves para un uso seguro y saludable de Internet que tiene en esta regleta inferior

### Péguese al monitor

- 1** Tu nombre, dirección, teléfono, fotografías son datos personales y facilitarlos te puede poner en peligro. Tu imagen también lo es y por eso evita usar la cámara web.
- 2** Tu dirección de email y de redes son datos personales muy importantes para ti. Si la gente los conoce puede usarlos para molestarte. No los proporciones a quien no conoces.
- 3** Los archivos que pueden llegarle sin que los hayas pedido suelen ser peligrosos aunque vengan de un contacto conocido. No los abras. Mucho cuidado con los programas que descargas o que te piden que instales.
- 4** No des click en los enlaces o anuncios que te llegan. Muchas veces son engaños o trampas para infectar tu computadora.
- 5** No des a conocer tu clave. Con ella otra persona puede hacerse pasar por ti y ver tu información privada. Cámbiala de vez en cuando.
- 6** Si te tratan con lenguaje grosero o te envían mensajes desagradables, sal de Internet y díselo a tus padres. Nunca respondas a una provocación.
- 7** Si has conocido a alguien en la Red y quieren verse, cuenta con tus padres para que te acompañen. Nunca debes acudir sin la compañía de un adulto.
- 8** Internet es como el mundo real, es muy difícil que haya regalos o grandes ofertas. Si crees que algo es barato y merece la pena, consúltalo con tu familia.
- 9** Desconfía de quien te diga que no es conveniente comentar una determinada cosa con tus padres. Es señal de que quiere hacerte daño.
- 10** Aunque lleves mucho tiempo chateando con alguien, si no le conoces no puede ser un amigo de verdad, a pesar de que creas que es una amistad de otro verdadero amigo.