# **Manteniendo a nuestros hijos seguros en el mundo del Internet**

Darles a los niños rienda suelta en el uso de un dispositivo móvil sin tener ninguna precaución o control es como tirarlos a un océano lleno de tiburones. Todos estamos de acuerdo en que el acceso a Internet sin restricciones puede ser un lugar peligroso a menos que los estudiantes y padres estén bien informados acerca de su buen uso. Por eso, como padres, es su responsabilidad hacer que su teléfono inteligente/computadora sea seguro para sus hijos. Del mismo modo, si decide que es hora de darle a su hijo su propio teléfono, debe asegurarse de que este sea seguro.

El Internet puede ser maravilloso para los hijos. Pueden usarlo para investigar, comunicarse con maestros y otras personas y jugar juegos interactivos, pero el acceso en línea también conlleva riesgos, como contenido inapropiado, acoso cibernético y depredadores en línea. Los padres deben ser conscientes de lo que sus hijos ven y escuchan en Internet, con quién conversan y qué comparten acerca de ellos mismos. Hable con sus hijos, use herramientas para protegerlos y vigile sus actividades.

**Puntos claves en los cuales educar a los hijos con respecto al internet:**

* Nunca aceptar reunirse en persona con cualquier persona que se encuentre en línea sin la aprobación y / o supervisión de los padres.
* Nunca responder a un correo electrónico, mensaje, publicación o texto amenazante.
* Siempre contar a los padres u otro adulto de confianza sobre cualquier comunicación o conversación en línea que le haya hecho sentir miedo o dolor.

**Puntos claves para los padres:**

* Pase tiempo en línea junto con su hijo para enseñarle el comportamiento en línea apropiado.
* Mantenga la computadora en un área común donde pueda ver y monitorear su uso, no en habitaciones individuales. Monitorear el tiempo que pasa su hijo en Smartphones o tabletas.
* Marque los sitios favoritos de los niños para un fácil acceso.
* Verifique las facturas de su tarjeta de crédito y teléfono para saber si existen cargos de cuentas desconocidas.
* Averigüe qué tipo de protección en línea ofrece la escuela de su hijo, las casas de sus amigos o cualquier lugar donde los niños puedan usar una computadora sin su supervisión.
* Tome en serio a su hijo si informa de un intercambio/conversación/contenido en línea incómodo.
* Observe las señales de advertencia de un niño que es atacado por un depredador en línea. Estos pueden incluir:
  + Pasar largas horas en línea, especialmente de noche.
  + Llamadas telefónicas de personas que no conoces
  + Regalos no solicitados que llegan por correo.
  + Su hijo apaga repentinamente la computadora cuando entra a la habitación
  + Alejamiento de la vida familiar y renuencia a discutir actividades en línea

Conversen constantemente con sus hijos y asegúrense que se sientan cómodos recurriendo a ustedes cuando tengan problemas en línea.

**Internet y los adolescentes**

A medida que los niños crecen, se hace un poco más difícil monitorear el tiempo que pasan en línea. Pueden llevar consigo un teléfono inteligente en todo momento. Probablemente quieren y necesitan algo de privacidad. Esto es saludable y normal, ya que se están volviendo más independientes de sus padres. El Internet puede proporcionar un entorno "virtual" seguro para explorar una nueva libertad si se toman precauciones.

* Hable sobre los sitios y aplicaciones que usan los adolescentes y sus experiencias en línea.
* Discuta los peligros de interactuar con extraños en línea y recuérdeles que las personas en línea no siempre dicen la verdad.
* Explique que las contraseñas están ahí para protegerse de cosas como el robo de identidad. Recuérdeles Nunca compartir sus contraseñas con nadie, ni siquiera con un novio, novia o mejor amigo.
* Tomar un papel activo en las actividades de Internet de sus hijos ayuda a garantizar que se beneficien de las ventajas del interés sin estar expuestos a los peligros potenciales.

Aquí encontrará varias guías para padres sobre cómo proteger a los niños en el mundo en línea: <https://internetsafety101.org/parentsguidetosocialmedia>

Fuente: https://kidshealth.org/en/parents/net-safety.html