

Manual

# Ser familia en la era digital

[www.internetsegura.cl](http://www.internetsegura.cl)



Ministerio de Educación

Gobierno de Chile



# Ser familia en la era digital

El propósito de este manual es orientar a los integrantes de la familia en el uso seguro de Internet, en función de las potencialidades para estudiar y aprender; y de los resguardos que hay que tomar para su uso. Lo que se sube a Internet es como una huella imborrable, siempre queda una marca de la foto, el video o de lo que se escribe, por eso es importante conocer los riesgos y prevenirlos.

## Cuestionario para padres sobre el uso de Internet

¿Quiere saber cómo ha sido su rol ante el uso de Internet de sus hijos(as)?

¡Le invitamos a responder este pequeño cuestionario para descubrirlo!

1. **¿Cómo valoro hoy el uso de Internet?**
  - a. Es muy útil para estudiar, entretenerse y comunicarse.
  - b. Es un peligro para nuestros niños(as) y jóvenes.
  - c. Internet no es necesario en nuestras vidas.
  - d. Sé que es importante, pero no sé cómo usarlo adecuadamente.
2. **Tengo presente que Internet tiene algunos peligros para mis hijos(as), por lo tanto yo:**
  - a. Converso constantemente con ellos sobre los peligros de Internet.
  - b. Es muy peligroso; prohíbo o restrinjo su uso sólo para hacer tareas.
  - c. No restrinjo su uso; confío que saben a qué páginas pueden entrar.
  - d. No conozco mayormente los peligros de Internet.
3. **¿Cómo acompaño a mis hijos(as) cuando navegan en Internet?:**
  - a. Los superviso y, si son pequeños, siempre los acompaño.
  - b. Intento acompañarlos siempre y estar alerta a cualquier riesgo.
  - c. No superviso mucho, puesto que conocen los riesgos de Internet.
  - d. No me he planteado el tema.
4. **¿Conozco las páginas a las que acceden mis hijos(as)?**
  - a. Sí, me preocupo de conocer qué hacen y qué les gusta.
  - b. ¡Por supuesto!, me preocupa porque Internet es siempre peligroso.
  - c. Sólo algunas, puesto que hemos conversado poco sobre el tema.
  - d. No, no las conozco.
5. **¿Qué hago cuando mis hijos navegan en Internet fuera de la casa?**
  - a. Hemos acordado reglas para usar Internet adecuadamente.
  - b. No autorizo que usen Internet fuera del hogar, sólo bajo mi supervisión.
  - c. Ellos ya saben utilizar Internet adecuadamente; no me preocupa.
  - d. No he considerado tener que conversar con ellos sobre este tema.
6. **¿Cómo regulo el tiempo que los(as) niños(as) navegan en Internet?**
  - a. Acordamos las reglas y determino un horario apropiado para su edad.
  - b. Navegan ocasionalmente, casi siempre para realizar tareas escolares.
  - c. No los restrinjo mayormente, puesto que ellos saben ponerse límites.
  - d. No había considerado la necesidad de regular el tiempo de uso.



Resultados en la página siguiente.

## Resultados

- **Si tiene más de 5 respuestas "a": ¡felicitaciones!** Usted sabe sobre Internet y los peligros para los niños(as). Le gusta conversar con ellos y se preocupa del adecuado uso que hacen de esta herramienta.
- **Si tiene más de 5 respuestas "b": está viendo sólo una porción de la torta.** Se preocupa demasiado por los riesgos de Internet, pero está olvidando que tiene muchas potencialidades y beneficios.
- **Si tiene más de 5 respuestas "c": ¡cuidado, se está quedando dormido en los laureles!** Está olvidando que los niños(as) necesitan de su orientación para utilizar Internet adecuadamente.
- **Si tiene más de 5 respuestas "d": se ha excluido de Internet.** No conoce mucho de Internet. Sin embargo, debe saber que es importante para los niños(as) y jóvenes de nuestra época, y que requieren de su orientación para utilizarlo de forma adecuada.

## A cualquiera le puede pasar...

**Valentina y Benjamín tienen 15 y 16 años,** respectivamente y pololearon durante 10 meses. Vivieron experiencias nuevas e íntimas que decidieron fotografiar para mantener siempre presente esos recuerdos. Cuando Valentina decidió poner fin a esta relación, Benjamín, muy molesto subió aquellas fotografías más comprometedoras a Internet para castigar

públicamente a Valentina por la decisión que había tomado. Amigos, familiares y desconocidos vieron las imágenes.

Desde entonces, las burlas, comentarios poco amables e incluso propuestas poco decorosas comenzaron a aparecer por todos lados, convirtiéndose en un gran problema para Valentina y su familia.

A partir de la situación de estos dos jóvenes lo(la) invitamos a reflexionar por medio de las siguientes preguntas:

- **¿Cómo abordaría el tema si fueran sus hijos(as)? (como víctima y/o victimario)**
- **¿Qué repercusiones cree usted que puede tener a lo largo de la vida de su hijo(a)?**



# ¿Cómo debo ocuparme del uso que hace de Internet mi familia?

En todo tipo de situaciones de la vida diaria, se debe estar alerta a los riesgos. De la misma forma que se enseña a los niños(as) a cruzar una calle, se debe orientar el uso correcto de Internet. Si se toman las precauciones necesarias, no debiera existir mayor riesgo en su utilización.



## Es importante el lugar donde se usa Internet

### Si el acceso a Internet es en su casa:

1. **El computador** no debiese estar en la habitación de los niños(as), sino en un lugar público de la casa.
2. **Si está dentro del dormitorio**, la pantalla debe estar ubicada de frente a la puerta de la habitación.
3. **La puerta del dormitorio** debe estar abierta, para que se pueda ver lo que lo que ellos(as) hacen.

### Si accede a Internet fuera de su casa:

Lo más importante es enseñarles a los niños(as) y jóvenes que cuando están solos(as), **ellos(as) son los(as) responsables de sus decisiones**, y que toda acción tiene consecuencias. Sin embargo:

1. **Si asiste a un "ciber"** cerca de casa, Ud debe visitar y conocer el lugar.
2. **Si su hijo(a) es menor de 13 años**, debe asistir con un adulto responsable. Nunca solo(a).
3. **Si es mayor de 14 años**, usted debe definir el tiempo máximo de uso y determinar el dinero que su hijo(a) dispone para usar Internet.
4. **Si usa Internet en el colegio**, asegúrese que esté acompañado por un adulto responsable.
5. **Si accede a Internet en casa de familiares** o amigos, debe asegurarse de que se cumplan las reglas que han acordado.

### ¿Debo prohibir el uso de Internet a mis hijos(as)?

**No**, porque ofrece un gran número de potencialidades que hacen que la vida de las personas sea más fácil y más eficiente.

Sin embargo, requiere que los padres y adultos sean protagonistas en regular y manejar su uso seguro.

Los padres no pueden ni deben dejar en los hijos(as) la responsabilidad y los criterios para utilizar Internet.



# Cómo regular el tiempo y el uso de Internet

1. **Establezca y acuerde** los tiempos de uso, no más de una hora diaria hasta los 14 años y 2 horas hasta los 18.
2. **El computador se usará** siempre de día, sobretodo cuando sea para jugar, ver películas, participar en redes sociales, etc.
3. **Es importante que los niños** no se duerman usando el computador.
4. **No permita** que niños(as) y jóvenes usen sólo el computador como herramienta de juego, muéstrelas otras potencialidades.
5. **No convierta el uso de Internet** como premio o castigo, ya que le dará mayor importancia al tema y es solo una herramienta más, no la única.
6. **Enséñeles que podrán** encontrar mucha información falsa y/o inapropiada y que no todo lo que está en Internet es verdadero.
7. **Recuerde** que mientras más pequeños son, poseen menos criterios y filtros para decidir si la información que están obteniendo es confiable.
8. **Enséñeles que no pueden** enviar sus datos, fotos o videos a personas que no conozcan directamente. Siempre deben preguntarle a un adulto si quieren hacerlo.
9. **Cuéntele sobre las consecuencias** legales, emocionales y sociales, del mal uso que hagan de la información.



## Ventajas de Internet

- Es una fuente de información rápida que nos sirve para tareas escolares, resolver dudas, buscar datos, etc.
- Sirve para estar al tanto de la información de último minuto a nivel nacional e internacional.
- Ayuda a estar en contacto con otros, a través de redes sociales como Facebook, GoogleTalk, Skype, etc. Sobretodo cuando nos encontramos lejos.
- Permite conocer otras realidades, entender culturas y formas de vida.
- Da acceso a entretenimiento, como jugar en línea, ver videos, escuchar música, descargar y ver películas.
- Permite guardar gran cantidad información digital en sistemas de almacenamiento en línea, la que está siempre disponible sin importar el lugar donde nos encontremos. (Dropbox, icloud, etc.)
- Permite pagar cuentas, hacer trámites bancarios, postular a beneficios, comprar, hacer negocios, buscar mapas y direcciones, solicitar ayuda, resolver dudas, aprender nuevos pasatiempos, etc.

# Edad y uso de Internet

Orientaciones para el uso de Internet, de acuerdo a la edad de su hijo o hija. Si desea profundizar sobre éste y otros temas relacionados visite [www.internetsegura.cl](http://www.internetsegura.cl)

## De 2 a 10 años

- Enséñele que hay horarios para usar el computador, tal como hay horarios para comer y dormir. Permita hasta una hora frente a la pantalla.
- Siempre acompañelo(a) cuando está frente al computador y guíelo(a) en todas las actividades de entretenimiento y aprendizaje.
- Instale filtros de control parental en el computador y explíquelo cómo funcionan. Puede descargar estos filtros y sus formas de instalación de [www.internetsegura.cl](http://www.internetsegura.cl)
- Desincentive el uso de redes sociales como Facebook, Twitter, correos electrónicos, blogs, etc.
- Muéstrelle buscadores para niños y páginas adecuadas para su edad, como por ejemplo: [www.buscadorinfantil.com](http://www.buscadorinfantil.com), [www.yoestudio.cl](http://www.yoestudio.cl), [www.chileparaninos.cl](http://www.chileparaninos.cl), etc.
- Enséñele que Internet es una de las opciones para buscar información y estudiar. También están los libros, la revistas, etc.

## De 11 a 13 años

- Guíelo(a) durante el tiempo que navega en Internet.
- Enséñele que no entregue datos personales a nadie, que no hable con desconocidos en las redes sociales, y que pida permiso para usar el computador o entrar a una página que no sea conocida.
- Cree con él(ella) una carpeta de sitios favoritos.
- Cree una sesión de usuario en el computador para los hijos(as) y otra para los padres y active claves de usuario, para monitorear su uso.
- Aunque no debe incentivar el uso de las redes sociales, si ya tiene cuenta de Facebook, por ejemplo, controle el uso que hace de ella. Supervise sin espiar.
- Explíquelo que Internet puede ser una forma de mostrar lo que hace y compartir intereses. Por ejemplo, si escribe o canta, puede recibir comentarios de otros niños o niñas que también lo hacen.
- Explíquelo que puede encontrar información específica, para profundizar en un área de su interés.

## De 14 a 18 años

En esta etapa los jóvenes son más independientes y tienen interés de compartir todo con sus pares.

- Explíquelo los riesgos de publicar datos personales, hablar con desconocidos, concertar citas con extraños y subir fotografías, entre otros.
- Explíquelo que es importante que cierre correctamente su sesión de correo electrónico o Facebook, para que nadie pueda ver su información o intervenirla.
- Enséñele que todo lo que sube a Internet tiene consecuencias para otros y para sí mismo. Debe ser cuidadoso(a) con los comentarios que hace, puesto que lo que se publica ya no tiene vuelta atrás.

# Palabras del Siglo XXI que debe conocer

**ACOSO CIBERNÉTICO (Ciberbullying):** se refiere al acoso efectuado a través de medios electrónicos, usualmente mediante mensajería instantánea y correo electrónico. Puede involucrar ataques, amenazas, comentarios sexuales y lenguaje peyorativo.

**BLOG:** web especialmente diseñada para publicar artículos de manera sencilla y que se actualiza con cierta regularidad. Cualquiera puede crear uno.

**BUSCADOR:** sitio web para localizar cualquier contenido específico entre millones de páginas, portales o foros que hay en Internet, como Bing, Google, buscadorinfantil.com

**CHAT:** espacio en el que dos o más usuarios (que pueden o no conocerse de antemano) se comunican en tiempo real. Ej. Google talk, Skype.

**CARPETA DE FAVORITOS :** herramienta que se ubica en la barra del navegador y permite guardar direcciones de interés para acceder a ellas rápidamente sin tener que escribirla nuevamente.

**CIBERBULLYNG:** intimidación psicológica u hostigamiento que se produce entre pares, sostenida en el tiempo y cometida con cierta regularidad, utilizando como medio las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC).

**CONTROL PARENTAL:** conjunto de medidas de que disponen algunos sistemas operativos, navegadores o videoconsolas para que un adulto pueda regular el acceso a determinados contenidos por parte de sus hijos e hijas, y también los horarios y el tiempo de uso.

**GROOMING:** conducta de una persona adulta que realiza acciones deliberadas para establecer lazos de amistad con un niño(a) en Internet, con el objetivo de obtener una satisfacción sexual mediante imágenes eróticas o pornográficas del niño(a) o, incluso, como preparación para un encuentro.

**NAVEGADOR:** programa de ordenador que sirve

para visualizar páginas web en Internet. Los más conocidos son Internet Explorer, Mozilla Firefox, Opera, Safari y Chrome.

**PERFIL:** identidad que una persona tiene en las redes sociales. Puede incluir desde la fecha de nacimiento hasta el lugar donde trabaja o estudia, pasando por muchas de sus preferencias en cuestiones como música, libros, cine, moda y/o fotografía personal.

**REDES SOCIALES:** sitio web que permite a cada usuario crearse una página personal en donde colgar contenidos con el objeto de darse a conocer e interactuar con otros usuarios. Algunas de las más populares son: Facebook, MySpace, Twitter, Tuenty, Fotolog y Hi5.

**SESIÓN DE USUARIO:** período en que un usuario se relaciona con una aplicación. La sesión de usuario comienza cuando accede a la aplicación y termina cuando sale de la misma.

**SITIO WEB:** conjunto de páginas web y portales que se visita cuando se navega en Internet, como por ejemplo [www.yoestudio.cl](http://www.yoestudio.cl)

**TUMBLR:** plataforma parecida a un blog que permite publicar textos, videos, enlaces y audios.

**TWITTER:** red social en la que cada usuario tiene su propia página, donde va publicando textos muy cortos. Normalmente se usa para decir lo que uno está haciendo en ese momento.

**WEB CAM:** cámara de video que funciona conectada a un computador, y permite que otro usuario nos vea mientras chateamos, tomar fotografías, y grabar videos.

**WIKIPEDIA:** enciclopedia digital en línea, gratis, libre y accesible para todos, que se forma por los aportes permanentes de los usuarios.

**YOUTUBE:** Portal de Internet que permite a sus usuarios subir y visualizar videos, en forma gratuita.



# Ser familia en la era digital



Publicación elaborada por Enlaces  
**Centro de Educación y Tecnología**  
**Ministerio de Educación**  
Avda. Bernardo O'Higgins 1583, piso 10  
Teléfono (56-2) 406 6340  
[contacto.enlaces@mineduc.cl](mailto:contacto.enlaces@mineduc.cl)

.....  
[www.enlaces.cl](http://www.enlaces.cl)