

La seguridad de nuestros hijos e hijas en Internet debe ser una prioridad

# Consejos para un uso seguro de internet 11 a 13 años

Consejos básicos para ayudar a que nuestros hijos e hijas hagan un uso seguro de Internet. Los materiales se han elaborado a partir de las publicaciones del Instituto Nacional de Ciberseguridad

2

## ¿CÓMO EJERCER UNA ADECUADA MEDIACIÓN PARENTAL?

### La Mediación Parental

Consiste en un conjunto de estrategias que empleamos padres y madres para proteger a los menores en Internet.

#### Se trata de:

- Conocer y disfrutar de la Red.
- Prevenir riesgos.
- Detectar y afrontar problemas.

#### No te olvides de...

- El sentido común y la experiencia vital**  
Como persona adulta, sabes relacionarte con los demás, afrontar dificultades... y los problemas en línea no dejan de ser conflictos con otras personas.
- ☒ Implicate en el entorno en línea de tus hijos/as, igual que lo haces en el escolar, interesándote por sus inquietudes y necesidades.
  - ☒ Gánate su confianza día a día, para que sepan que pueden contar contigo si tienen un problema en línea.

### ¿QUÉ ES LA MEDIACIÓN PARENTAL?

#### Estrategias Activas

##### Supervisión:

Estar al tanto de **su día a día en Internet**. Pregúntales sobre las apps que les gustan y sus contactos en línea.

##### Acompañamiento:

**Compartir actividades en línea juntos**. Pasa tiempo de calidad con tus hijos/as en Internet.

##### Orientación:

Cuidar una **relación de confianza**. Potencia sus habilidades sociales y pensamiento crítico.

#### Estrategias Restrictivas

##### Normas y límites:

Coherentes, consistentes y pactados. Establece cuánto **tiempo y en qué lugares** pueden utilizar Internet.

##### Controles parentales:

Apoyos técnicos complementarios. **Limita contenidos y haz seguimiento** del tiempo y tipo de uso de la Red.

##### Opciones de bienestar y seguridad:

En páginas y apps de uso común. **Configura las opciones de privacidad** en las redes sociales.



GOBIERNO DE ESPAÑA

VICEPRESIDENCIA PRIMERA DEL GOBIERNO MINISTERIO DE ASUNTOS ECONÓMICOS Y TRANSFORMACIÓN DIGITAL

SECRETARÍA DE ESTADO DE DIGITALIZACIÓN E INTELIGENCIA ARTIFICIAL

incibe INSTITUTO NACIONAL DE CIBERSEGURIDAD



is4k INTERNET SEGURA FORKIDS



Cofinanciado por la Unión Europea Mecanismo «Conectar Europa»

ins@fe