

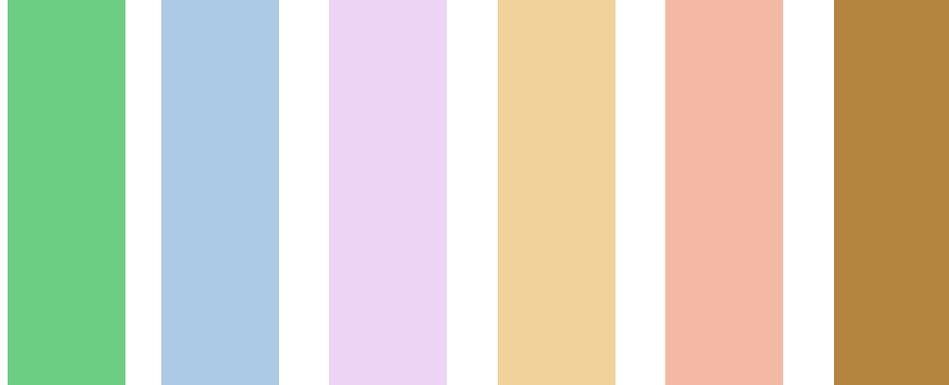
ESCUELA DE FAMILIAS

CONECTANDO FAMILIAS
QUE QUIEREN DESCONECTAR

*Buscamos fortalecer la conexión familiar mientras
desconectamos del mundo virtual.*

Asociación Educación Digital Responsable
www.educaciondigitalresponsable.org

Puedes acceder a la
web pinchando
sobre el enlace



Queridas familias:

Desde la Asociación Educación Digital Responsable, continuamos con nuestra escuela de familias dándoos las herramientas que tenemos, como padres y madres, para hacer un buen uso de los dispositivos digitales: nuestro ejemplo, conocer apps de control parental, saber a qué edad es legal tener redes sociales o cómo actuar ante problemas pueden ser la clave que mejore vuestra vida familiar digital.

Os recordamos que es deseable dejar pasar, al menos, 7 días entre una entrega y otra, para dar tiempo a asimilar y asentar la información.

Por otra parte, cualquier inquietud, duda e idea que tengáis la podéis manifestar en el foro de la página web de la Asociación "Educación Digital Responsable"

www.educaciondigitalresponsable.org

Atentamente, María Vidal Denis
Secretaria de Asociación "Educación Digital Responsable"
Médico Neurorradióloga

Bloque 2



¿DE VERDAD NOS ESTÁ AFECTANDO TANTO?

¿En qué nos ha cambiado a los adultos?

¿Cómo está afectando a nuestros hijos?

¿Hay solución?



4º entrega

Vivimos en una crisis de atención.

“La gente no sabe prestar atención”

5º entrega

¿Cómo afecta a la salud y seguridad de nuestros adolescentes?

6º entrega

¿Qué herramientas digitales y analógicas hay para controlar la situación?

¿QUÉ HERRAMIENTAS ANALÓGICAS Y DIGITALES TENEMOS A NUESTRA DISPOSICIÓN?



Puedes acceder a los diferentes enlaces pinchando sobre las imágenes

MENORES Y REDES SOCIALES ¿CUÁL ES LA EDAD MÍNIMA PARA CADA UNA DE ELLAS?

Sep 28, 2022 | Blog. Ciberconvivencia. Ciberderechos. Ciberseguridad. Ciudadanía Digital. Derechos de la infancia. Privacidad y datos personales. Redes sociales



Guía para padres sobre los controles parentales

¿Necesitas controles parentales? ¿Qué opciones tienes? ¿Realmente son efectivos? Aquí encontrarás todo lo que necesitas saber sobre una gran variedad de controles parentales.



No creas en los NATIVOS DIGITALES

Los padres y madres **TENEMOS QUE GUIAR** a nuestro@s hij@os en el mundo digital y no debemos sentir inseguridad por no dominar el medio tecnológico: los problemas que aparecen en el entorno digital los conocemos bien por nuestra experiencia de la vida.

Nuestro@s hij@os han nacido con la tecnología y manejan los “aparatos” con soltura: apagan y encienden dispositivos, se bajan aplicaciones, cambian el fondo de pantalla...

PERO eso NO significa que sepan utilizar la tecnología.

Saber utilizar la tecnología es hacer un USO RACIONAL



¿Qué es hacer un USO RACIONAL DE LA TECNOLOGÍA?

Control de su privacidad, la gestión de la identidad digital, ser capaces de saber qué contenido es veraz y qué es un bulo, socializar respetando a los demás y a uno mismo, gestión del tiempo...

El mejor instrumento para que nuestra@ hije@ haga un uso responsable de la tecnología es educarlo en un uso responsable de la tecnología:

MEDIACIÓN PARENTAL

EDUCA

SÉ UN BUEN EJEMPLO

ESTÁ DISPONIBLE PARA HABLAR CON TU HIJ@

FOMENTA SUS HABILIDADES SOCIALES Y EL PENSAMIENTO CRÍTICO

SUPERVISA SU ACTIVIDAD EN INTERNET. NO ES ESPIAR, ES ACOMPAÑAR

EXPLICA QUE LAS APPS DE CONTROL PARENTAL SON UNA AYUDA PARA AMBOS



EVITA QUE SE CONECTEN POR ABURRIMIENTO O QUE TENGAN HÁBITOS DE CONEXIÓN QUE INTERRUMPAN OTRAS ACTIVIDADES

(Ej. entrar continuamente en la aplicación de mensajería o encender el móvil cada poco tiempo para comprobar si hay alguna notificación)

¿Qué aumenta el riesgo de mal uso de Internet en un adolescente?

→ **USO A UNA EDAD DEMASIADO TEMPRANA**

→ **USO FUERA DE EDADES RECOMENDADAS PARA LA APPS**

→ **TIEMPO DE USO ELEVADO**

Por encima de las 2 horas se relaciona con peor calidad de vida

→ **USO EN SITUACIONES O LUGARES INAPROPIADOS**

No es adecuado usarlo en dormitorios o baños; sí en lugares comunes (cocina, salón)

No es adecuado usarlo durante las comidas

No es adecuado usarlo 1-2 horas antes de dormir

→ **FALTA DE ACOMPAÑAMIENTO O SUPERVISIÓN**

¿Qué disminuye el riesgo de abuso de Internet en un adolescente?

APEGO SEGURO Y RELACIÓN DE CONFIANZA CON SUS PADRES

BUENA RED SOCIAL OFFLINE

TENER ACTIVIDADES DE OCIO Y TIEMPO LIBRE QUE LE LLENEN

Menores y redes sociales

¿Cuál es la edad mínima para cada una de ellas?

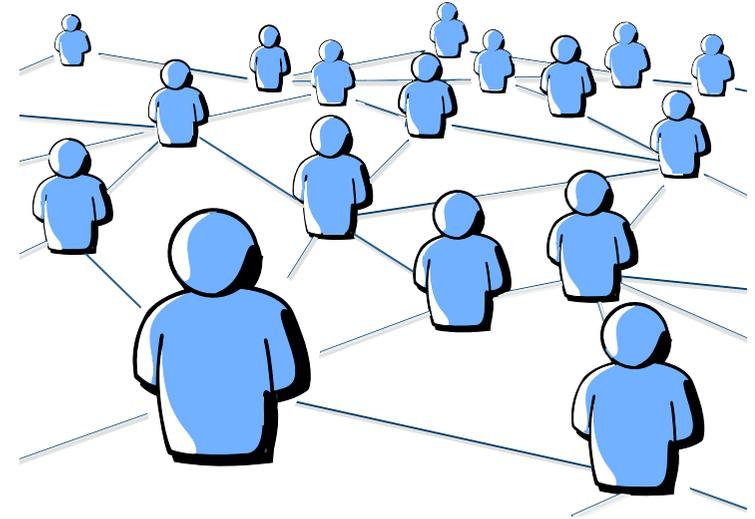
La gran mayoría de las redes sociales* EXIGEN que sus usuarios tengan, AL MENOS, 13 años. Además, especifican que no se hacen cargo si se miente con respecto a la edad.

*Esto es así con prácticamente todas las redes sociales (Instagram, TikTok, YouTube, etc). Whatsapp, desde el 16 de febrero 2024, también ha marcado los 13 años como edad mínima (antes lo tenía en 16 años)



Si un menor miente en su edad, todo lo que le pueda pasar en la red social (acoso, sexting, grooming...), es su responsabilidad y la de sus padres. La red social se limpia las manos.

A pesar de que las propias redes sociales puedan establecer la edad mínima que debe tener un usuario...



En España, la **Ley Orgánica de Protección de Datos y Garantía de los Derechos Digitales** fija en los **14 años** la edad a partir de la cual se puede prestar consentimiento de manera autónoma. Es decir, **solo a partir de los 14 años un menor puede ser usuario de una red social.**

Si tu hij@ quiere tener una red social antes de los 14 años (pero nunca antes de los 13 que permite la propia red social) debes consentirlo, como padre o madre, de manera explícita.

HERRAMIENTAS DE CONTROL PARENTAL

Ya hemos comentado que lo más importante es que hables con tus hij@s sobre límites de tiempo frente a la pantalla, comportamiento responsable online y acceso a contenidos seguros.
Pero es imposible supervisar todo el tiempo.

Por eso están los controles parentales.



AUNQUE es importante que sepas que les niños pueden quitar fácilmente los controles parentales, porque buscan las instrucciones, que están en Internet.

Puede que recibas una notificación de que el control parental fue cambiado pero no tiene por qué: si notas un fuerte descenso en las notificaciones de control parental, Wi-Fi o actividad de datos, es posible que el control parental no esté funcionando.

¿En qué te ayuda un CONTROL PARENTAL?

FILTRA CONTENIDO INAPROPIADO



GESTIONA LAS REDES SOCIALES

Te manda alertas sobre posibles acosos, interacciones peligrosas o contenido inapropiado



GESTIONA EL TIEMPO DE PANTALLA

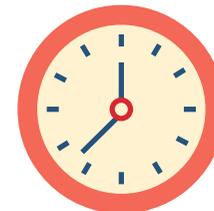


MONITORIZA LA ACTIVIDAD ONLINE

Supervisa las webs visitadas, las apps utilizadas, las búsquedas...



CONTROLA EL ACCESO A APPS Y JUEGOS



(Algunos) BUSCADORES PARA NIÑOS

Cuando los niños empiezan a navegar por Internet, entran en juego los navegadores infantiles, una herramienta valiosa que les permitirá explorar la web de manera más segura



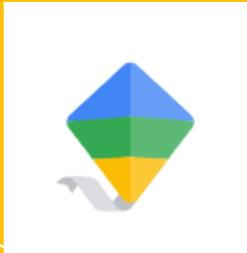
Puedes acceder a los buscadores pinchando sobre las imágenes



(Algunas) APPS de control parental

Gratuita

[Google Family Link](#)



Puedes acceder a los diferentes enlaces pinchando sobre las imágenes

De pago

Muchas tienen algunas opciones gratuitas con menos prestaciones

[Qustodio](#)

Qustodio

[Net Nanny](#)

Net Nanny
A SafeToNet company

[Kaspersky Safe Kids](#)



Kaspersky Safe Kids

[Video de cómo instalarte Qustodio](#)

Qustodio
a better way to protect your kids

PINCHA
AQUÍ



Puedes acceder al video pinchando sobre la imagen

Te recomendamos que mires la info sobre “mediación parental” del INCIBE

Puedes acceder al documento pinchando sobre la imagen

“La guía que no viene con el móvil”

De la Agencia Española de Protección de datos



Signos de que tu hij@ puede tener un problema en el mundo digital

Cambios inexplicables en el comportamiento

Problemas de sueño

Está más a la defensiva que nunca ante algunos temas

Descuido de sus responsabilidades

Descenso del rendimiento académico

Cambios en el estado de ánimo

Menos tiempo con sus amistades y familiares



¿Qué hacer ante un problema de tu hij@ en el mundo digital?



TU AYUDA EN
CIBERSEGURIDAD
incibe_



**ANTE VULNERACIONES DE LA CIBERSEGURIDAD DE TU HIJ@
CONTACTA CON EL 017
ES GRATUITO Y CONFIDENCIAL**

BUSCA AYUDA PROFESIONAL SI ES NECESARIO

MANTÉN LA CALMA

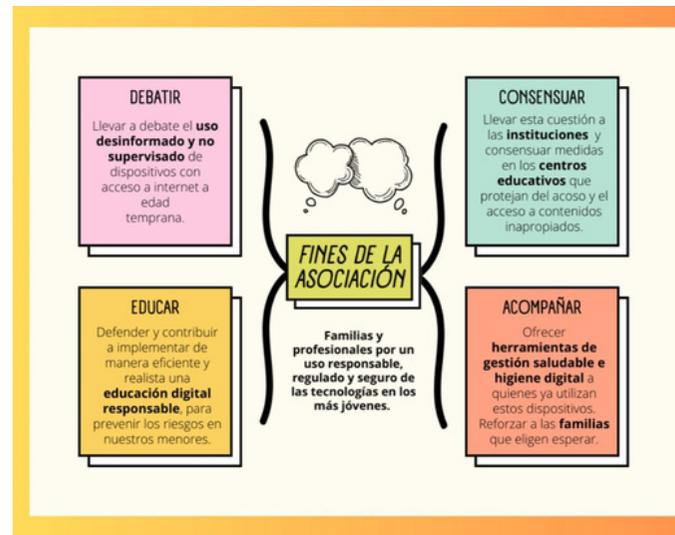
ESCUCHA ACTIVA Y COMUNICACIÓN ABIERTA

FOMENTA ACTIVIDADES OFFLINE

SUPERVISA SU ACTIVIDAD EN INTERNET

PON LÍMITES Y REGLAS CLARAS

Muchas gracias



Asociación Educación Digital Responsable
www.educaciondigitalresponsable.org

Puedes acceder a la web pinchando sobre el enlace