



A cartoon illustration depicting a young woman sitting cross-legged on the floor, looking distressed with her hand covering one eye while holding a laptop. She is surrounded by various symbols representing digital harassment: angry faces, pointing hands, speech bubbles containing offensive language like '@\$#' and '\$#%!', lightning bolts indicating aggression or threats, and icons such as a knife, skull, and devil horns.

EQUIPO DE CONVIVENCIA ESCOLAR

17 DE MARZO 2021



Consejos sobre el uso seguro del internet

PARA PADRES Y APODERADOS

1 No utilizar la tecnología como “pacificador” para calmar a los niños, ya que es contraproducente con que aprendan a controlar sus emociones, manejar la frustración y potenciar la creatividad.

2 Conversar con los niños y adolescentes sobre el uso responsable y seguro de la tecnología, escuchando sus inquietudes, conociendo las actividades que realizan en línea y aprendiendo sobre las novedades o avances que vayan surgiendo para estar al día con ellos.

3 Supervisar y acompañar el uso de tecnologías para hacer tareas, guiando la etapa inicial del uso de internet.

4 Ser un ejemplo para los niños y adolescentes en el uso de los dispositivos móviles, privilegiando la comunicación cara a cara y los tiempos en familia.

Consejos sobre el uso seguro del internet

PARA PADRES Y APODERADOS



5 Siempre supervisar su uso, considerando el tiempo dedicado a actividades digitales, el tipo de contenido que vean y las personas con las que se relacionan en línea.

6 Cuidar especialmente la exposición a pantallas en párvulos, incentivando oportunidades de aprendizaje como juegos, actividades al aire libre, lectura, etc. La OMS (Organización Mundial de la Salud) recomienda que los/as menores de dos años no tengan exposición alguna a pantallas, y que entre los 2 y 4 años ésta sea lo mínimo posible, sin exceder una hora diaria.

7 Seleccionar contenido que haya sido diseñado para la edad de tus hijos. Se pueden usar herramientas de control parental. Dar prioridad a contenidos educativos y que sean un aporte para el desarrollo de los niños, en vez de contenidos pasivos.

8 Respetar la edad mínima para el uso de redes sociales (13 años) y acompañar a los adolescentes en la creación de sus perfiles, asegurándose de que protejan adecuadamente su privacidad.