

La seguridad en línea

Proteja su privacidad

1. Mantenga confidencial su contraseña
2. Instale los controles de privacidad
3. Siempre cierre la sesión

Tenga cuidado con lo que comparte

1. No comparta ningún dato personal tal como su nombre, escuela, número de seguro social o fecha de nacimiento.
2. No comparta comentarios, fotos o videos inapropiados ya que estos pueden dañar su reputación por muchos años.

No se comuniquen con extraños

1. Limite a sus "friends" en los sitios web de medios sociales a las personas que conoce en el "mundo real".
2. No abra los mensajes de remitentes desconocidos.

No sea un Bully

1. Sea positivo cuando publique un comentario en línea.
2. Trate a los demás como quiere que se le trate a usted.

La prudencia en línea

1. No use una contraseña fácil de adivinar tal como un apodo o nombre de mascota.
2. No incluya datos de identidad personal en su contraseña. Un ladrón de identidad puede robarse esta información.
3. No utilice una palabra del diccionario como contraseña. Los piratas informáticos usan programas que prueban cada palabra del diccionario para descubrir las contraseñas.
4. Combine letras, números y símbolos para crear la contraseña más segura.



Common Sense Media ayuda a las familias a utilizar los medios sabiamente. Este sitio ofrece valoraciones y reseñas de películas, juegos, aplicaciones, televisión, sitios web, libros y música.



La Educación de Sentido Común le provee instrumentos educativos gratuitos a los maestros y escuelas para ayudar a los estudiantes a tomar decisiones seguras, inteligentes y éticas.

La organización *Common Sense* trabaja con las facultades decisorias, los legisladores, padres, maestros y líderes de industrias para mejorar los medios y la tecnología para todos los estudiantes, familias y escuelas.



La plataforma de *Graphite* es utilizada por los maestros para encontrar los mejores sitios web, aplicaciones y juegos para estudiantes.



La organización de *Common Sense* provee información imparcial, consejos seguros e instrumentos de ayuda para padres, maestros y las facultades decisorias sobre la toma de medidas inteligentes en cuanto a los medios de comunicación modernos.

www.common sense media.org

El ciberacoso



El **ciberacoso** consta del uso continuo de los medios de comunicación digital (tales como el Internet y los teléfonos celulares) para enojar, asustar o entristecer a alguien.

¿Qué pueden hacer las familias?

Limite la socialización en línea—El riesgo de ser víctima de un bully en los sitios donde los niños pueden comunicarse abiertamente es mayor. Busque sitios web que ofrecen opciones de “chat” previamente acotados, como *Webkinz* o *Club Penguin*.

Explique las reglas básicas de la buena conducta en línea— Recuérdelos a sus hijos que ser malos, mentir o contar secretos significa atormentar a otros, ya sean en línea o no.

Recuérdelos a sus hijos que no deben compartir sus contraseñas con los amigos— Un ciberacoso común ocurre cuando los niños entran a las cuentas de otro niño y se hacen pasar por esa persona.

Ellos deben decirle a alguien— Si es víctima del ciberacoso, un niño debe confiárselo a un padre, maestro u otro adulto.

Enséñele a los niños la forma de manejar a un bully — Su hijo nunca debe tomar represalias en contra del ciberacoso. Recuérdelos de guardar las evidencias en vez de eliminarlas y de acudir con un adulto.

¿Cómo pueden proteger a sus hijos?

- ⇒ Use *Common Sense Media* para las valoraciones y las reseñas de películas, juegos, aplicaciones, televisión, sitios web, libros y música.
- ⇒ Instale software de bloqueo de contenidos
 1. Protección K-9—Software gratuito que bloquea contenidos, provee protección antivirus y antimalware e incluye valoraciones de los sitios web.
 2. Niñera de Internet— Protege un dispositivo por año a \$12.99. Filtra el contenido de los sitios web, bloquea las ilustraciones y videos inapropiados, cubre el lenguaje profano y limita el tiempo de uso de ese dispositivo particular.
- ⇒ Supervise el uso del Internet.
- ⇒ Limite el tiempo que pasan en la computadora o utilizando un dispositivo .
- ⇒ Las computadoras y laptops deben ubicarse en un lugar central de su hogar, como en la sala. Los niños NO deben utilizar una computadora o un dispositivo en sus recamaras.
- ⇒ Repítales consistentemente los consejos de la conducta y seguridad en línea.

¿Cuánto tiempo ante una pantalla es aceptable para mi hijo?

“La Academia Pediátrica de América (AAP) desalienta el tiempo ante una pantalla para niños menores de 2 años y aconseja un límite de 1 o 2 horas para los niños mayores. Los estudios muestran una conexión entre el alto uso de los medios tecnológicos y los problemas de obesidad, falta de sueño, mal rendimiento académico, la agresión y otros trastornos de conducta.” (*Common Sense Media*)

¿Sabía usted que...?

- El 21% de los alumnos de grados K a 2 tienen acceso a un teléfono celular.
- 71% de las niñas y el 67% de los niños adolescentes les han enviado o publicado contenidos sexuales a sus novios.
- 70% de los niños mayores de 7 años han accidentalmente encontrado materia adulta en línea al hacer una búsqueda en Internet mientras hacían la tarea.
- Las niñas tienen más probabilidades de ser víctimas del ciberacoso que los niños varones.
- 65% de los niños de 8 a 14 años han participado en un incidente de ciberacoso.

Estadísticas de *GuardChild.com*

