

# Guías para padres: Seguridad en las redes sociales



## **Cree reglas familiares para plataformas sociales y de juegos.**

Es fundamental abrir un diálogo con sus hijos sobre lo que les gusta de estas plataformas. Esto les ayudará a encontrar un equilibrio saludable entre socializar, expresarse, entretenerse y mantenerse seguros. Establezca reglas claras sobre por qué, cuándo y cómo pueden usar las redes sociales y las apps de juegos, y revisen estas normas regularmente a medida que crezcan y maduren.

## **Active las funcionalidades del dispositivo que permiten gestionar descargas de aplicaciones y el tiempo de pantalla.**

Las herramientas que vienen integradas en los dispositivos móviles pueden ser de gran ayuda para que los padres refuercen las reglas familiares sobre el uso de redes sociales y juegos. Puede usar contraseñas o establecer configuraciones de control que limiten las descargas de aplicaciones o compras dentro de la app, así como monitorear cuánto tiempo pasan en cada plataforma y bloquear el acceso a aplicaciones que no sean apropiadas o que se usen de manera incorrecta.



## **Investigue las nuevas apps de redes sociales cuando sus hijos pidan usarlas.**

Cuando sus hijos le cuenten sobre una nueva app de redes sociales o juegos que sus amigos están usando y que ellos también desean probar, tómese un tiempo para indagar y hable con ellos sobre cómo navegar de manera segura en esa nueva plataforma antes de permitirles descargarla.

## **Asegúrese de usar la configuración de seguridad adecuada y de que las cuentas sean privadas.**

Muchas veces, las aplicaciones de redes sociales y juegos tienen opciones de privacidad o seguridad que pueden estar activadas de forma automática. Investigue cómo funcionan estas configuraciones en cada plataforma, así podrá garantizar que sus hijos tengan las protecciones necesarias. Además, es recomendable que los padres animen a los niños a establecer sus redes sociales y perfiles de juegos como privados, y a aceptar solo a amigos que realmente conocen.



## **Descargue las aplicaciones y establezca controles parentales.**

Puede ayudar a promover una experiencia positiva para sus hijos en las redes sociales o plataformas de juegos descargando las aplicaciones en su propio dispositivo y familiarizándose con las funciones o la configuración. Para algunas aplicaciones, esto también puede permitir el acceso a herramientas adicionales de control parental y brindar la oportunidad de monitorear cualquier interacción negativa o contenido inapropiado compartido con sus hijos.