

ÍNDICE:

|  |    |
|--|----|
| 1. INTRODUCCIÓN .....  | 2  |
| 2. ¿QUÉ ES LA MEDIACIÓN PARENTAL? .....  | 3  |
| 3. ESTRATEGIAS Y PAUTAS DE PREVENCIÓN .....  | 4  |
| 4. PAUTAS Y NORMAS DE PREVENCIÓN Y SEGURIDAD<br>EN EL USO DE LAS TIC GENERALES ..... | 10 |
| 5. ¿QUIERES CONOCER ALGUNOS RECURSOS PARA<br>LA MEDIACIÓN PARENTAL? .....            | 14 |
| 6. RECURSOS COMPLEMENTARIOS .....  | 20 |

## 1. INTRODUCCIÓN

Esta breve guía ha sido elaborada basándose en los consejos y recomendaciones de organismos oficiales como ICIBE, OSI, o programas realizados por estos u otros organismos oficiales como Kiddia además teniendo en cuenta guías elaboradas por webs de confianza de las Administraciones Públicas para la formación de padres y madres en el uso adecuado y como prevención de los riesgos derivados del uso de las nuevas tecnologías. La relación de las utilizadas para su elaboración y los links de acceso, está al final de esta guía para su consulta.

La mayor parte del contenido de esta guía es un extracto del curso de “Seguridad TIC y menores de edad para educadores” un curso que se enmarca dentro del programa de “Capacitación en materia de Seguridad TIC para padres, madres, tutores y educadores de menores de edad” puesto en marcha por la Entidad Pública Empresarial Red.es perteneciente al Ministerio de Industria, Energía y Turismo en colaboración con el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte a través del Instituto Nacional de Tecnologías Educativas y de Formación del Profesorado- INTEF.

*Antes de comenzar el desarrollo de esta guía debemos tener claro que la responsabilidad en esta formación es compartida. A nosotros, como profesores nos corresponde dar a conocer las posibilidades y riesgos que conlleva el uso de las TIC según la normativa vigente así como orientar, ayudar, generar confianza y crear en los alumnos el sentido crítico hacia los contenidos y en la manera en que los jóvenes usan Internet y las nuevas tecnologías.*

*Corresponde a los padres la vigilancia fuera del colegio, restringir el uso (que no prohibir), navegar con los hijos, acompañarles y resolverles dudas dentro de sus posibilidades y crear un clima de confianza para que acudan a nosotros como educadores y a vosotros como padres cuando se le presenten dudas o problemas.*

## 2. ¿QUÉ ES LA MEDIACIÓN PARENTAL?

A continuación voy a darte información que te ayudará a entender y conocer lo que es la mediación parental en el ámbito de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (TIC), y la necesidad de que exista una adecuada educación digital de los menores para evitar los peligros y el uso irresponsable de estas nuevas tecnologías.

### ¿Crees que es lo mismo mediación parental y control parental?

La mediación parental hace referencia a la educación digital en el ámbito de las TIC que deben dar los adultos responsables del menor, mientras que control parental hace referencia a un tipo concreto de recurso del que pueden valerse estos adultos para la tarea de educar.

La mediación parental es el proceso por el cual los responsables de la educación digital del menor, acompañan a este en su proceso de alfabetización digital, le educan para que realice un uso responsable y seguro de las nuevas tecnologías y velan para impedir que los riesgos de las TIC se materialicen y en caso de ocurrir, ofrecer soluciones.

Así, en este proceso educativo deben estar necesariamente implicados todos los agentes que tienen algo que aportar en la educación del menor: padres/madres, tutores, educadores y otros profesionales.

El no poner en práctica una adecuada mediación parental por parte de los responsables de la educación del menor, puede conducir al establecimiento de una serie de riesgos en su interacción con las TIC.

### ¿Quieres saber lo que es la alfabetización digital?

La alfabetización digital es el proceso por el cual las personas adquieren los conocimientos y habilidades necesarias para desenvolverse en la interacción con las nuevas tecnologías.

La alfabetización digital tiene dos características principales:

#### **Aprendizaje constante**

El aprendizaje en esta alfabetización digital se producirá a lo largo de toda la vida, por la velocidad de cambio constante del entorno digital y su influencia en el analógico o físico.

#### **Autoformación**

Debemos aprender a aprender, es decir, a autoformarnos. Adquirir habilidades de autoaprendizaje en el entorno digital es tan importante como la enseñanza de los propios contenidos.

## ¿Sabes cuáles son los ejes de la mediación parental y qué es la educación digital?

Para conseguir poner en práctica una mediación parental adecuada y eficaz en el ámbito de las TIC con los menores, tenemos que tener presente tres ejes fundamentales de acción:

### **Educación digital del menor**

La educación digital es la educación que deben dar los responsables de la educación del menor para conseguir un uso responsable y seguro de las TIC por parte del menor y que este se convierta en un ciudadano digital responsable.

Para que la educación digital sea completa, eficaz y adecuada debe contemplar dos tipos de educación al menor en el ámbito de las TIC:

- **Educación tecnológica:** hace referencia a todo aquello que se le puede enseñar desde la familia al menor en relación a los dispositivos, programas, aplicaciones e Internet.
- **Educación conductual:** hace referencia a enseñar a usar con respeto y educación las nuevas tecnologías.

### **Pautas y normas de prevención y seguridad en el uso de las TIC**

Son los consejos generales y particulares que debe seguir el menor al interactuar con Internet y usar los dispositivos para conectarse a la Red.

### **Herramientas y recursos para la educación digital**

El abanico de recursos con los que pueden contar los responsables de la educación digital del menor es muy amplio, y no se restringe solo a los programas y aplicaciones de control parental, sino que tenemos también: estudios, guías, vídeos, juegos, webs, etc.

## ¿Sabías que la ausencia de una adecuada mediación parental puede propiciar el desarrollo de incidentes relacionados con las TIC?

La ausencia de una adecuada mediación parental puede propiciar el desarrollo de incidentes vinculados al uso de las TIC tales como *ciberbullying* o ciberacoso escolar, *sexting*, *grooming*, tecnoadicciones, suplantación de identidad, establecimiento de vínculos con comunidades peligrosas, infección por virus o fraudes, acceso a contenidos inapropiados o aquellos relacionados con una inadecuada gestión de la privacidad o identidad digital, entre otros.

## Recomendaciones

### **- Escuche y dialogue**

Pregunte a su hijo lo que está sucediendo, escúchele atentamente y ayúdele a expresar emociones y preocupaciones (use frases como «Cuéntame más sobre eso»). Para facilitar el diálogo muéstrese sereno y adopte una actitud de comprensión y atención, no es el momento de juzgarle. Si encuentra reticencias al diálogo los adolescentes tienen su propia dinámica social que generalmente no incluye a sus padres- promueva que hable con amigos u otros adultos de confianza para que le ayuden a gestionar la situación.

### **- Refuerce su autoestima y no le culpabilice**

Asegúrese de que entiende la problemática asociada al incidente y haga hincapié en que no está solo, que usted está allí para ayudarlo a resolver la situación con la dignidad y el respeto que toda persona se merece. Si bien él puede haber cometido errores en ningún caso justifican lo que le está sucediendo. Sea positivo, reconozca su valentía por haber pedido ayuda y/o dejarse ayudar y hágale saber que se solucionará.

### **- Actúe, trace un plan**

Actúe inmediatamente, no espere a que el incidente cese por sí solo porque el problema podría agravarse. Proponga una respuesta eficaz a la situación y cuente con la cooperación de su hijo para llevarla a cabo. Asegúrese de que el menor entiende cuáles son los siguientes pasos a realizar. El objetivo es que salga reforzado y se sienta parte de la solución.

### **- Comunique la situación al centro educativo**

En caso de que el incidente esté vinculado con el centro educativo es muy importante que sean conocedores de la situación, ya que la escuela es el principal lugar de relación del menor. La mayoría de los centros educativos están sensibilizados sobre el ciberacoso y muchos de ellos disponen de protocolos de actuación en sus planes de convivencia. Cuando hable con el centro educativo sobre la situación de su hijo trate de no sobrerreaccionar, tenga presente que lo más importante es trabajar conjuntamente para resolver la situación – déjeles claro que usted está para ayudar y que confía en el centro educativo de la misma manera en que espera que ellos confíen en usted.

### **- Comunique lo ocurrido a su pediatra**

En caso de que el incidente haya afectado a la salud del menor este debe ser valorado por su pediatra para tratar los síntomas que tiene, para prevenir que la situación empeore y para ayudarlo en los pasos a seguir.

### **- Aconséjele sobre cómo actuar ante futuras situaciones**

Se trata de evitar que el problema se reproduzca en el futuro. Trasládele las recomendaciones oportunas para minimizar las probabilidades de que vuelva a ocurrir.

Ayúdele a aprender de sus errores sin culpabilizarle, haciéndole saber que todos nos equivocamos y que lo valiente es aprender de los errores.

## - Busque la ayuda de expertos

Las siguientes entidades disponen de «Líneas de Ayuda» conformadas por abogados, psicólogos y expertos en seguridad infantil con la que sensibilizar, informar y mediar ante incidentes con las TIC:

- Fundación ANAR: [www.anar.org](http://www.anar.org)
- Padres 2.0 (ONG): [www.padres20.org](http://www.padres20.org)
- Pantallas Amigas: [www.pantallasamigas.net](http://www.pantallasamigas.net)

## - En situaciones graves puede notificarlo

En situaciones graves puede notificarlo en:

- Fiscal de Menores: [goo.gl/U9YZm6](http://goo.gl/U9YZm6)
- Policía: [www.policia.es/](http://www.policia.es/)
- Guardia Civil: [www.gdt.guardiacivil.es](http://www.gdt.guardiacivil.es)

## - Asegúrese que se siente cómodo solicitando su ayuda

Si el menor presiente que se meterá en problemas o que perderá algún privilegio (como el acceso a Internet o el teléfono móvil) al comunicarle algún incidente en el que se haya visto involucrado, será más reticente a solicitar su ayuda. Lo que puede provocar que intente resolverlo por sí mismo acrecentando el problema.

## 3. ESTRATEGIAS Y PAUTAS DE PREVENCIÓN

### EDUCACIÓN DIGITAL

La educación digital de los menores, descuidada hasta la actualidad, se configura cada vez más como uno de los aspectos más importantes a tener en cuenta en la educación general del menor. Así, la educación en el uso seguro de las nuevas tecnologías debe realizarse siempre en una doble vertiente, donde no debemos descuidar ninguna de las dos.

#### Educación digital conductual

Con educación conductual hacemos referencia a enseñar a los menores a utilizar las nuevas tecnologías con sensibilidad, respeto, empatía y siguiendo las normas básicas de civismo y educación también en Internet.

En la educación conductual de los menores, vamos a abordar las principales



estrategias de mediación parental de los responsables de la educación del menor y sus efectos sobre la conducta de éste, las normas y límites que deben establecerse en el uso de las TIC para el menor, qué es la netiqueta y su relevancia, y por último la importancia de la comunicación familiar en el ámbito de las TIC.

- **Estilos educativos de mediación parental:** Los estilos educativos de mediación parental se pueden definir como “la forma regular de actuar de los padres ante sus hijos, de interactuar con ellos, en las situaciones cotidianas, con el fin de enseñarles y prepararles para el mundo en el que vivimos, el analógico y el digital”.

Se pueden distinguir 4 tipos de estilos de mediación parental, cada uno con sus particularidades y con sus efectos a la hora de educar al menor en el ámbito de las TIC:

- **Estilo autoritario:** Se les advierte de que las TIC tienen sus riesgos, pero sin especificar ni aclararlos, ni tampoco la forma de autoprotegerse, basándose la prevención en la prohibición en el acceso a las TIC en muchos de los casos. No se les imparte educación conductual ni educación tecnológica, por lo que aprenden el uso de las TIC sin la guía por parte de los responsables de su educación.

Más información: Se caracteriza por normas rígidas y abundantes impuestas, no se dialoga ni hay negociación, inflexibles en la aplicación de las mismas, utiliza sobre todo el castigo y las críticas, escaso contacto emocional con los hijos, no se tienen en cuenta los intereses y preferencias del niño y se es demasiado exigente para el nivel de madurez del niño. Los efectos de este estilo sobre la forma en la que el menor interactuará con las nuevas tecnologías pueden ser: son obedientes en su interacción con las TIC cuando están presentes los padres o tutores pero, en ausencia de estos, se vuelven temerosos e irresponsables, ya que no se les enseña autocontrol, buscan y generan contenido inapropiado, pueden ejercer formas de acoso y *ciberbullying*, no dan el valor adecuado a lo que comparten en la Red y no utilizan la netiqueta y normas de buena educación, ya que no se les han enseñado los límites ni han tenido una guía adecuada.

- **Estilo permisivo:** Se caracteriza por mucho afecto y contacto emocional, se rigen por los intereses y preferencias del niño, escaso control de la actividad del menor con las TIC, falta de normas o son difusas, poco exigentes, se le deja al menor explorar e interactuar a su antojo, evitan los conflictos, la negociación y permiten hacer al niño, delegando en otros (profesionales: docentes, amigos, pediatra...) la educación de los hijos en el ámbito de las nuevas tecnologías.

Más información: Los efectos de este estilo de mediación parental sobre la forma en la que el menor interactuará con las nuevas tecnologías pueden ser: utilizan las TIC a su antojo, sin tener límites ni normas, y si se marcan horarios o límites no lo aceptan, teniendo bruscos comportamientos y una escasa tolerancia a la frustración. No conocen previamente la existencia de riesgos en el uso de las TIC, exploran Internet sin límites, exponiéndose

constantemente a riesgos (ciberbullying, grooming, estafas...) y contenido inapropiado.

- **Estilo indiferente o negligente:** Se caracterizan por implicarse muy poco en la educación y crianza de los hijos en general y en el ámbito de las TIC en particular, no establecen normas ni límites en el uso de las TIC, no le dan importancia a los riesgos de las mismas y también tienen una escasa comunicación con los hijos en relación a las nuevas tecnologías. No enseñan a los menores normas de comportamiento en interacción en la Red, ni cuáles son los riesgos ni la forma de protegerse. Pueden imponer castigos o límites severos en el uso de las TIC sin justificación adecuada.

Más información: Los efectos de este estilo de mediación parental sobre la forma en la que el menor interactuará con las nuevas tecnologías pueden ser: tienen baja autoestima, no acatan ninguna norma ni límite, tienen escasa empatía y son muy vulnerables a los conflictos sociales y personales, por lo que son buenos candidatos a riesgos como el ciberbullying (tanto víctima como agresor) y al uso abusivo de las TIC.

- **Estilo democrático:** Se caracterizan por ser bastante afectuosos y tener muy buena comunicación con los hijos, se les educa en la autonomía y la independencia mostrándoles cuáles son los peligros de Internet y cómo autoprotegerse de ellos, normas y límites claros, bien definidos y justificados o razonados con sus hijos en el uso de las TIC, los que a veces además participan del establecimiento de los mismos, controlan el comportamiento de sus hijos en la Red y dan pautas de buena conducta online, usan herramientas de control parental de forma consensuada con el menor y utilizan el refuerzo de forma adecuada y el castigo de igual manera.

Más información: Los efectos de este estilo de mediación parental sobre la forma en la que el menor interactuará con las nuevas tecnologías pueden ser: tienen una adecuada empatía con los demás, tienen buena competencia digital y habilidades sociales y tecnológicas, conocen los riesgos de Internet y la forma de prevenirlos, si algo no entienden o les molesta o tienen un problema con las TIC, tienen más posibilidades de acudir a los padres o tutores o a algún adulto cercano para solucionarlo, buen desarrollo moral y sentido de la responsabilidad, usan por tanto las TIC de forma educada y siguiendo las normas de la netiqueta.

- **Límites y normas esenciales en la mediación parental:** los límites y normas en mediación parental deben atender a los siguientes aspectos:
  - Establecer horarios y situaciones en las que se conectará a Internet.
  - Establecer edades a las que el menor podrá acceder a la Red, tener su primer móvil, tableta, portátil o cuenta en la red social de moda, entre otros servicios.
  - Limitar programas, aplicaciones, webs y servicios en función de la edad.
  - Limitar la “subida” de datos personales y de imágenes a la Red.
  - Educar a los menores en la sensibilidad y el respeto.



- Enseñar a los menores a no responder a las provocaciones y a los malos modos de otros.
- Educación en un ocio saludable.
  
- **Netiqueta: educación y buena conducta en la Red:** A la hora de interactuar en Internet, hay unas normas no escritas a las que se les ha denominado netiqueta, son como las normas cívicas o de urbanidad del mundo digital. Usando buenos modales, facilitamos la convivencia online, cuestión que debemos inculcarles a los menores también.
  
- **Más información:** Algunas de las directrices que como padres, madres o tutores hemos de trasladar a los menores en este sentido son:
  - En la Red, hay que tratar a los demás como nos gustaría ser tratados.
  - Escribir en mayúsculas en las nuevas tecnologías significa “gritar”, por lo que no es adecuado utilizarlas.
  - Hay que pensar antes de escribir opiniones, comentarios, etc.
  - No todos los servicios que ofrecen las nuevas tecnologías tienen las mismas reglas de buen uso. Lo que es válido en una red social no tiene por qué serlo en un blog o en un chat.
  - No somos el centro de atención del ciberespacio. Hay que aprender a ser pacientes y a pedir las cosas con respeto y educación.
  - No hay que facilitar nunca datos personales de terceros, a no ser por permiso o encargo explícito de éstos.
  - Siempre que se comparte el conocimiento o trabajo de otros, hay que asegurarse que podemos hacerlo y, por supuesto, citar la fuente original.
  - Hay que respetar los horarios de todos, igual que no llamamos a un amigo a las 2 de la madrugada entre semana, tampoco habrá que mandarle un WhatsApp o un SMS.
  
- **Comunicación familiar:** Es imprescindible que en la educación de los hijos haya una comunicación familiar fluida y bidireccional. Así, hay que darles opciones para que puedan expresarse, dialogar y preguntar. La comunicación familiar contribuye a que se establezcan y se estrechen unos vínculos que facilitarán que los hijos recurran a los padres en caso de necesidad o problemas. Y esto es igualmente aplicable en el ámbito de las nuevas tecnologías.

## Educación digital tecnológica

Es la enseñanza del uso adecuado de los distintos programas informáticos, servicios de Internet y dispositivos que utilizamos para conectarnos a Internet.

Dentro de la educación tecnológica, se debe enseñar cuestiones básicas como:

- Dispositivos: funcionamiento de los distintos dispositivos tecnológicos, mantenimiento de los mismos y cuestiones relacionadas con la seguridad y protección de la información sensible y confidencial que en ellos pueda existir (actualizaciones, antivirus y antimalware).
- Programas informáticos: funcionamiento de los distintos programas informáticos que al menor le puedan resultar de utilidad (navegadores, buscadores, procesadores de texto, programas de presentación de trabajos, antivirus, etc.).
- Servicios de Internet: funcionamiento de dichos servicios que el menor pueda utilizar, apertura de perfiles, gestión de los datos que en ellos se puedan publicar o facilitar, cierre de sesiones, gestión adecuada de contraseñas, opciones de bloqueo, denuncia, cierre, configuración de los perfiles, forma de acceso y distintas posibilidades que ofrezca el servicio.

## 4. PAUTAS Y NORMAS DE PREVENCIÓN Y SEGURIDAD EN EL USO DE LAS TIC GENERALES

Algunas de las principales recomendaciones que podamos asumir para evitar los riesgos de las nuevas tecnologías en los menores y que los responsables de su educación practiquen una adecuada y eficaz mediación parental son:

- **Sea el mejor ejemplo para sus hijos.** No podemos exigir normas a los menores que posterior o anteriormente nosotros no cumplimos.
- **Los dispositivos deben ser de uso común en la familia, no privativos.** Se debe evitar en la medida de lo posible que haya ordenador, tableta, videoconsola, televisión... en la habitación del menor. Se debe pactar que deje el móvil fuera de su habitación o lugar de trabajo en los ratos de estudio o de trabajo. Además de los riesgos de las TIC, exponemos al menor a un descenso del rendimiento académico.
- **No demonice las nuevas tecnologías.** Prohibir o impedir el acceso es una estrategia errónea ante los riesgos de las nuevas tecnologías. Hay que fomentar el uso responsable de las mismas.
- **Establezca reglas y límites.** Hay que estar informados, coordinarse entre los progenitores y hacer partícipe al menor del establecimiento de las normas, para que aumenta la probabilidad de acatarlas. Hay que establecer edades, horarios y normas de uso, en la familia y el hogar, y fuera del hogar. Use programas y aplicaciones de control parental que garanticen el cumplimiento de las normas establecidas y ayuden a saber cómo son las interacciones del menor con la Red.

- **Elija contenidos apropiados para su edad.** Busque sitios web, aplicaciones, videojuegos y programas adecuados a su edad en relación a su contenido. Haga caso de las indicaciones y de códigos como el código PEGI en el caso de los videojuegos.
- **Preocúpese de conocer el entorno digital y la tecnología.** Es necesario informarse, seguir webs, blogs y organizaciones de referencia, que actualicen conocimientos sobre nuevas tecnologías, campañas en marcha, alertas, casos, noticias, etc.
- **Interésese por lo que hace en Internet y con las nuevas tecnologías.** Las TIC no deben producir una brecha generacional entre los miembros de la familia, deben ser un tema común, que se comparta y usen en familia, y que estrechen relaciones.
- **Ayúdele a pensar críticamente sobre lo que encuentran en la Red.** No todo es cierto en Internet, hay que fomentar el espíritu crítico y la búsqueda de información basándose en distintas fuentes y en fuentes de entidad y prestigio en la materia. Enséñele la importancia de conocer y leer las condiciones de uso de los servicios que se utilicen y los permisos que se conceden para evitar sorpresas y pérdidas de privacidad.
- **Transmita confianza al menor.** Hágame entender que puede recurrir a la familia también ante los problemas y dudas que puedan surgir en el ámbito de las TIC.
- **Enséñele a mantener la información personal en privado.** Enséñele la importancia de no compartir información personal y familiar como domicilio, nombres, teléfonos, costumbres, horarios, colegios y lugares de trabajo..., de gestionar adecuadamente las redes sociales y servicios que use en Internet, de cerrar sesiones y cuentas cuando no sea su dispositivo, a usar nicks o alias e imágenes de perfil que no sean la propia, y las consecuencias posibles de compartir dicha información personal y familiar.
- **Conozca cómo se presentan a sí mismos en las Redes Sociales y su actividad en ellas.** Cuáles son sus contactos, lo que comparten, las imágenes que suben, los perfiles que visitan, cómo se describan y lo que comentan, etc.
- **Discreción en la publicación de fotografías.** Hay que sensibilizarlos para que no compartan imágenes propias con poca ropa, en determinadas posturas, imágenes en las que salen terceros sin permiso, etc.

- **Recuérdelos que deben respetar a los demás.** Debemos convertirlos en ciudadanos digitales responsables. Deben comportarse como lo hacen en la vida física, y no “pisar” los derechos de los demás ni hacer lo que no le gustaría que le hicieran.
- **Enséñele a no fiarse al 100% de con quién habla en Internet.** En el mundo digital hay programas para trucar todo, la imagen, el audio, el vídeo... con lo que cualquiera puede hacerse pasar por otro, engañar (grooming), robar la identidad de alguien conocido (suplantación), etc.
- **Enséñele a crear contraseñas seguras y robustas y a proteger sus dispositivos.** Tener contraseñas inseguras, es como dejar la puerta de casa abierta, y arriesgarse a que nos roben toda la información o los perfiles. Hay que proteger los dispositivos con los que accedemos a la Red, para evitar pérdidas de información o virus informáticos con los que luego controlen nuestros dispositivos para poder cometer fraudes y delitos en nuestro nombre.
- **Enséñele la importancia de tener un equilibrio en el tiempo de uso de las TIC.** Las TIC tienen muchas potencialidades y usos positivos, pero si se invierte demasiado tiempo en ellas, además del riesgo de afecciones físico-psicológicas, se pierde cosas del mundo físico o analógico.

## Más datos

- Es la franja de edad en la que legalmente pueden empezar a utilizar servicios de la Red como las redes sociales o los servicios de mensajería instantánea. Es necesario establecer en el hogar una serie de límites y normas de uso de las TIC, tanto de sus propios dispositivos como de los que usen en otros lugares.
- Es necesario conversar sobre las TIC en la familia con la idea crear un vínculo en estos temas y facilitar el hecho de que acudan a los adultos en caso de problemas o dificultades antes las TIC.
- Puede ser interesante crear una especie de manifiesto recogido en un documento tangible, en cooperación con el menor, de buenas prácticas ante las TIC, donde se motive al joven para su firma y compromiso desde la familia y sirva de recordatorio.

- Seguir insistiendo en estas edades en temas como la seguridad informática, el sexting que se suele iniciar como práctica en esta franja de edad, la privacidad sobre todo en redes sociales y con el tema de las imágenes y vídeos, el ciberbullying y la buena educación en el uso de las TIC, el asumir la responsabilidad de los propios actos también en la Red, el conocer las consecuencias legales de los actos inadecuados en Internet, el no abusar de demasiadas horas con las TIC estableciendo límites horarios, etc.
- Es necesario controlar el tipo de descargas que realizan de la Red con la finalidad de evitar las descargas ilegales y la entrada de virus y de malware en los dispositivos.
- Respecto al tema del acceso a páginas con contenido inadecuado del tipo de violencia, xenofobia, terrorismo, anorexia y bulimia, modas absurdas y peligrosas, pornografía, etc., esta edad es la más crítica. Ellos quieren conocer, explorar, experimentar, además de tener cierta tendencia al riesgo y es necesario que aprendan a discernir, pero es importante que lo hagan desde una visión crítica, y esto requiere que haya habido previamente un proceso de formación y una conciencia adecuada, que se adquiere si se ha seguido una trayectoria en ese sentido desde pequeños, tanto desde la familia como desde la escuela.
- Es igualmente importante que sepan ver que todo lo que hay en Internet no tiene por qué ser cierto o real, deben aprender a contrastar, a buscar buenas fuentes de información, etc.
- Hemos de tener en cuenta que los adolescentes tienen su propia dinámica social que generalmente no incluye a sus padres por lo que puede resultar algo más complejo abordar el diálogo con ellos que con los menores más pequeños. Por ello, si se encuentran reticencias en este sentido, se debe promover que hable con amigos y otros adultos de confianza para que le ayuden a gestionar la situación.
- Normalmente los adolescentes quieren demostrar su autosuficiencia a la hora de tomar decisiones y gestionar sus problemas. Por ello es necesario hacer hincapié en la importancia de afrontar esta situación de forma conjunta.



## 5. ¿QUIERES CONOCER ALGUNOS RECURSOS PARA LA MEDIACIÓN PARENTAL?

Los recursos para la mediación parental serían todos aquellos que ayudan al adulto a guiar y educar al menor en sus interacciones con las TIC y a prevenir los riesgos y solucionar los que se produzcan. Podemos considerar recursos de la mediación parental a:

- Guías y manuales sobre educación en el uso de las TIC.
- Recursos para educar a los menores como vídeos, juegos, cuentos, cómics, videotutoriales, concursos...
- Herramientas de control parental.
- Herramientas específicas de seguimiento y supervisión de la actividad en las redes sociales.
- Cursos, charlas y jornadas online y/o presenciales sobre los riesgos de las nuevas tecnologías.
- Navegadores infantiles, buscadores infantiles y redes sociales infantiles, que ya incorporan filtros y parámetros de control parental.
- Entornos seguros para los sistemas operativos de los móviles y tabletas y aplicaciones de control parental.
- Opciones de denuncia: webs de las fuerzas y cuerpos de seguridad, opciones de denuncia y bloqueo de servicios y redes sociales, organizaciones que facilitan la denuncia de acosadores y/o de contenido, etc.
- Herramientas, programas y aplicaciones para la protección de la información y la seguridad de los dispositivos.
- Webs y blogs de organizaciones dedicadas a la prevención de los riesgos de las TIC, con continuas campañas y actualizaciones que conviene consultar y seguir para estar informados.

### Programas de control parental

Se llama Control Parental a cualquier herramienta o programa tecnológico que permite a los padres controlar y/o limitar el uso que un menor puede hacer del dispositivo o de Internet. Hoy en día tenemos una grandísima oferta de programas de control parental, tanto de forma gratuita como de pago, pero también podemos encontrar opciones de control parental en muchos dispositivos y programas que ya veníamos utilizando. Así, podemos encontrar herramientas de control parental en:

- Los principales sistemas operativos que utilizamos (Windows, MacOS, Android, Linux, iOS...)
- Plugins o programas que se anexionan a nuestros principales navegadores (Internet Explorer, Google Chrome, Mozilla Firefox...) permitiendo opciones de control parental para la navegación.
- Herramientas web y software específico, de pago o gratuitos, que descargamos en nuestros dispositivos (ordenadores, tabletas y móviles) y nos ofrecen multitud de opciones.
- Routers, que proporcionan el acceso a Internet, que ofrecen opciones de control parental.
- Las actuales videoconsolas, así como en las modernas Smart Tv o la TDT, ofrecen opciones de control parental que deben ser exploradas y configuradas.
- Opciones de control parental que brindan los principales Proveedores de Servicios (ISP), aquellas compañías que nos ofrecen la conexión a Internet en nuestros dispositivos y que también brindan opciones y programas de control parental a los usuarios.

## Funciones de los programas de control parental

### Bloqueo de palabras clave

Consiste en bloquear el acceso a las páginas que contengan aquellas palabras que creamos que llevan asociados contenidos inapropiados (sexo, apuestas, drogas, casino,...). Tiene dos pegas importantes: una, es que con ésta técnica se pueden producir numerosos “falsos positivos”, es decir, corremos el peligro de bloquear contenidos que pueden no ser nocivos para los menores ya que se bloquean las palabras aisladamente, sin tener en cuenta el contexto en el que se hayan integradas, y dos, hay muchas páginas que tienen contenido inapropiado y no incluyen las palabras clave en su contenido, por lo que programa no las bloquea y el menor podrá acceder a ellas.

### Control del tiempo

Podemos limitar el tiempo que se conecte un determinado dispositivo a Internet, estableciendo los días de la semana y el horario específico para cada uno de los días. Resulta muy útil cuando no queremos que el menor se conecte cuando está solo.

### Bloqueo de programas y aplicaciones

Podemos bloquear que se ejecuten en el dispositivo determinados servicios y programas del tipo mensajería instantánea, correo electrónico,

descarga de programas, juegos, reproductores de vídeo y audio, etc.

## Listas blancas y negras

Permiten la configuración de listas positivas (blancas), a las que se permite el acceso y listas negativas (negras), a las que se deniega. Las listas negras consisten en determinar las páginas a las que se restringe el acceso; lo cual lleva un peligro asociado, y es la rapidez con la que se añaden cada día contenidos y páginas a la Red y por tanto es prácticamente imposible tenerlas actualizadas.

Las listas blancas son más restrictivas pero aseguran la denegación de acceso a determinados contenidos. A través de esta opción, el menor solo podría ingresar en las webs y servicios que hayamos introducido nosotros manualmente en el programa de control parental para ese dispositivo.

## Etiquetado de páginas

Todas las páginas contienen una serie de etiquetas de clasificación que determinan el contenido de la misma. Con esta técnica se permite el bloqueo por parte de navegadores y herramientas a páginas que contengan ciertos contenidos determinados por los padres/educadores.

## Registros

Realiza un recuento de las páginas que han sido visitadas o a las que se ha intentado visitar. Sirve para revisar y comprobar los hábitos de navegación de los menores.

Esta técnica no precisa que el menor sea consciente de que los contenidos están siendo limitados, pero la base de una navegación segura es el diálogo entre padres/educadores y menores.

## Monitorización

Son herramientas que realizan un seguimiento de la actividad del menor al usar la Red y el dispositivo. Por ejemplo, registran todas las páginas web visitadas para posteriormente poder supervisar los hábitos de navegación de los menores, los términos de búsqueda que utiliza, los perfiles en redes sociales que visita, pueden hasta informar de las conversaciones en chats, mensajería, etc.

## Keyloggers

Un keylogger es un software o hardware que puede interceptar y guardar las pulsaciones realizadas en el teclado de un equipo en el que se haya instalado, es decir, nos puede dar un informe de todo el texto que se ha tecleado con el teclado del dispositivo.

## Herramientas que bloquean la información que sale del ordenador

Son aplicaciones que impiden difundir información personal y sensible.

Esto es especialmente útil a la hora de cumplimentar formularios y hojas de registro en Internet o comprar a través de Internet con la tarjeta de crédito. Puede ser utilizado tanto para la red, como para el correo electrónico, como para los chats, etc.

## Navegadores infantiles

Son herramientas que dan acceso a páginas adecuadas para los niños y adolescentes. Tienen un diseño y características apropiadas al público menor y permiten el uso de diferentes perfiles, en función de la edad del usuario.

### *Veamos un ejemplo:*

## Configurando **Qustodio**

*Debido a su sencillez, a la gran cantidad de funciones que tiene y a que es multiplataforma, es decir, que desde una misma cuenta y panel de control, se pueden configurar y controlar distintos dispositivos como el ordenador, la tableta y el smartphone, mostramos Qustodio.*

*Lo primero que se debe hacer es crear cuentas de usuario en los dispositivos que vaya a utilizar el menor, protegiendo la del adulto (administrador) con contraseña, ya que el menor debe acceder al dispositivo a través de esas cuentas de usuario, y configuraremos el control parental para esa cuenta de usuario.*

*Una vez creadas las cuentas de usuario, tenemos que instalar Qustodio en los distintos dispositivos que vaya a utilizar el menor y queramos supervisar, configurar y limitar, estando disponible para los sistemas operativos que muestra la siguiente imagen. Para ello, acudimos a <http://www.qustodio.com/es/family/downloads> y descargamos la versión adecuada al dispositivo.*

*Una vez instalado en los dispositivos, desde nuestro PC podemos crear una cuenta de usuario con un correo electrónico y una contraseña, para desde esa cuenta, configurar todos los parámetros en cada uno de los dispositivos y usuarios.*



Disponible en kindle nook

## Cree su cuenta **gratuita** de Qustodio

Está a segundos de la mejor herramienta para padres de Internet.

The diagram shows a three-step process: 1. 'Cree su cuenta. ¡Es Gratis!' (Create your account. It's free!) with a person icon. 2. 'Configure Qustodio rápidamente' (Configure Qustodio quickly) with a gear icon. 3. 'Comience a supervisar sus hijos automáticamente' (Start monitoring your children automatically) with a monitor icon. An arrow points from the first step to the registration form.

**Registrarse en Qustodio**  
Por favor introduzca los detalles de su cuenta

Nombre

Correo electrónico

Confirmar dirección de correo electrónico

Contraseña

Registrándose está aceptando nuestros [Términos de Servicio](#) y [Política de Privacidad](#)

[¿Tiene un código de activación?](#)

*A partir de aquí, podemos entrar en nuestra cuenta de Qustodio en el siguiente enlace, acceso, e ingresar nuestro correo electrónico y contraseña para acceder al panel de control.*

**Qustodio**  
Family Protection Portal

**Acceder**

Correo electrónico

Contraseña

[¿Olvidó su contraseña?](#) [¿Necesita ayuda?](#)

**¿Nuevo usuario?**

**¡Consigue Qustodio gratis!**

Qustodio es el programa de **control parental y vigilancia de internet gratuito** que protege a sus hijos/as mejor que muchos productos de pago.

Qustodio Parental Control Free



*Una vez hemos accedido, nos saldrán los distintos dispositivos donde tenemos instalado el programa, y en cada uno de ellos, los menores que hayamos añadido. Desde ahí, tenemos una serie de pestañas superiores “Resumen de actividad”, “Actividad social”, “Navegación” y “Cronología de actividad” que nos informan de la actividad del menor en ese dispositivo. Y una última pestaña “Reglas” en las que podremos configurar el control parental con las opciones que nos ofrecen para: Navegación Web, Límites de uso, Programas, Monitoreo Social, Llamadas y SMS, Localización y Botón de Pánico.*

*En la pestaña de Navegación web pondremos los sitios web **que no queramos que visiten**, establecer categorías por palabras clave, añadir excepciones, etc.*

*En la pestaña Límites de uso podremos establecer el calendario semanal de horas que permitiremos que ese dispositivo se conecte a Internet. Podemos establecer también permisos de conexión, bloqueos de tiempo, bloqueos de dispositivo completo y alertas, que nos llegarán a nuestra cuenta de correo electrónico vinculado, como se muestra en las siguientes imágenes.*

*En la pestaña Programas se puede bloquear el acceso a determinados programas o aplicaciones que consideremos que el menor no debe acceder (programas del PC o aplicaciones del móvil o la tableta como Snapchat, WhatsApp...)*

*La pestaña Monitoreo Social nos permite hacer un seguimiento de la actividad del menor en la Red Social de Facebook.*

*Desde la pestaña de Llamadas y SMS podemos configurar la supervisión de las llamadas y los sms recibidos, así como bloquear llamadas entrantes, llamadas salientes, los sms entrantes o bloquear números de teléfono determinados, tal y como se muestra en las imágenes.*

*La pestaña de Localización nos permite hacer un seguimiento de los terminales móviles en función de su geolocalización y actualizar esta geolocalización con la frecuencia que nosotros marquemos.*

*Y, por último, la pestaña Botón de pánico, nos sirve para configurar una aplicación para el terminal móvil que utilice el menor, en la pantalla de inicio de Qustodio del móvil para que, en caso de necesidad y de que el menor lo apriete, mande un correo y un sms con la geolocalización de móvil hasta 4 correos electrónicos y 4 móviles que nosotros marquemos como de confianza.*

*Para completar más información sobre las funcionalidades y opciones de Qustodio, acceder al siguiente enlace: [Cómo funciona Qustodio](#).*

A continuación ofrecemos una serie de webs de referencia que se pueden consultar en caso de duda

## 6. RECURSOS COMPLEMENTARIOS

### 1. Chaval.es

Iniciativa del Ministerio de Industria, Energía y Turismo, puesta en marcha por Red.es para responder a la necesidad de salvar la brecha digital entre padres, madres, tutores y educadores respecto al avance de los menores y jóvenes en el uso de las TIC. Ofrece recursos de sensibilización y formación sobre el ciberacoso.

[www.chaval.es](http://www.chaval.es)

### 2. Pantallas Amigas

Iniciativa que tiene como misión la promoción del uso seguro y saludable de las nuevas tecnologías y el fomento de la ciudadanía digital responsable en la infancia y la adolescencia. Algunas de sus actividades principales son la creación de recursos didácticos, sesiones y jornadas formativas y estudios, con especial énfasis en la prevención del *ciberbullying*, el *grooming*, el *sexting*, la sextorsión y la protección de la privacidad en las redes sociales. Dispone de una línea de ayuda para niños y adolescentes ante situaciones de peligro en Internet.

[www.pantallasamigas.net/](http://www.pantallasamigas.net/)

### 3. INCIBE

Portal web del Instituto Nacional de Ciberseguridad de España, S.A. (INCIBE). En su web encontrarás guías, estudios y todos los recursos relacionados con la ciberseguridad.

[www.incibe.es](http://www.incibe.es)

### 4. Internet sin riesgos

Web dependiente del Cabildo de Tenerife y de la Universidad de La Laguna, que ofrece gran variedad de recursos y formación online para padres y educadores sobre los riesgos de las nuevas tecnologías.

[www.internetsinriesgos.com](http://www.internetsinriesgos.com)

### 5. Oficina de Seguridad del Internauta

Oficina de Seguridad del Internauta que ofrece una enorme variedad de recursos e información sobre todo lo relativo a la seguridad en las TIC.

[www.osi.es](http://www.osi.es)

### 6. Ciberfamilias

Web dedicada a la información a familias sobre todo lo relativo a las nuevas tecnologías y sus riesgos, que ofrece gran cantidad de recursos y consejos para la

seguridad en Internet y los dispositivos que usamos para conectarnos.

[www.ciberfamilias.com](http://www.ciberfamilias.com)

## 7. Hijos digitales

Blog creado por S2 Grupo, empresa de seguridad de la información, que ofrece a padres e hijos menores de edad contenidos actualizados y relevantes sobre seguridad en el uso de las nuevas tecnologías.

[www.hijosdigitales.es](http://www.hijosdigitales.es)

## 8. Kiddia

Blog dependiente de la Junta de Andalucía que ofrece un gran variedad de recursos a padres y menores: guías, teléfonos de ayuda, concursos, vídeos, eventos, formación, etc.

[www.kiddia.org](http://www.kiddia.org)

## 10. Guía “Educar a los menores en el uso seguro de Internet”

Guía muy completa elaborada por el Ayuntamiento de Vitoria que cuenta con una gran cantidad de información útil para los padres.

[www.vitoria-gasteiz.org/](http://www.vitoria-gasteiz.org/)

## 11. Monográfico Control Parental

Monográfico realizado por el Observatorio Tecnológico del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte sobre el Control Parental.

[www.incibe.es](http://www.incibe.es)

## 12. Guía “Familia y nuevas tecnologías”

Guía completa sobre la familia y la educación en las nuevas tecnologías como la televisión, videojuegos, móviles e Internet. “Familia y nuevas tecnologías”.

[www.navarra.es/NR/rdonlyres/9FF644FC-654F-441F-B9F4-17E7B8332EFE/263791/Familia\\_NuevasTecnologias](http://www.navarra.es/NR/rdonlyres/9FF644FC-654F-441F-B9F4-17E7B8332EFE/263791/Familia_NuevasTecnologias)

## 13. Guía “Nuevas Tecnologías en familia”

Guía de consejos prácticos para la educación digital de los menores que proporciona el Gobierno de Aragón: “Nuevas tecnologías en familia”

[www.educacion.navarra.es/documents/57308/57751/nuevas\\_tecnologias\\_familia.pdf/3c0b45d5-caa3-4411-bcec-00e796fa441e](http://www.educacion.navarra.es/documents/57308/57751/nuevas_tecnologias_familia.pdf/3c0b45d5-caa3-4411-bcec-00e796fa441e)

## 14. Guía INTECO. Cómo activar y configurar el control parental de los sistemas operativos

Guía que nos enseña a activar y configurar las opciones de control parental de los distintos sistemas operativos. “Guía: cómo activar y configurar el control parental

de los sistemas operativos”.

[www.google.es/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad](http://www.google.es/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad)

## 15. Programa Aprende

Conjunto completo de guías para el uso inteligente de las nuevas tecnologías de la Junta de Castilla y León, dentro de su “programa aprende”. Guías destinadas a padres con hijos de distintas edades, para menores y para educadores.

[www.jcyl.es/](http://www.jcyl.es/)

## 16. Guía para la prevención de usos problemáticos con las TIC

“Guía para la prevención de usos problemáticos con las TIC” del Servicio de Salud de la Comunidad de Madrid.

[www.madrid.es/UnidadesDescentralizadas/Salud](http://www.madrid.es/UnidadesDescentralizadas/Salud)

## 17. Guía para padres y educadores sobre el uso seguro de Internet, móviles y videojuegos

“Guía para padres y educadores sobre el uso seguro de Internet, móviles y videojuegos” de la Obra Social de Caja Madrid.

## 18. Guía para padres con hijos en educación primaria sobre el uso saludable de las nuevas tecnologías

[www.juntadeandalucia.es/educacion/webportal/ishare-servlet/content/86644dce-58cb-4251-bee8-0c361b5aabd7](http://www.juntadeandalucia.es/educacion/webportal/ishare-servlet/content/86644dce-58cb-4251-bee8-0c361b5aabd7)

## 19. Guía para padres con hijos en educación secundaria sobre el uso saludable de las nuevas tecnologías

[www.juntadeandalucia.es/educacion/webportal/ishare-servlet/content/b8b0c525-0f59-48bd-bfac-196b1e55be4a](http://www.juntadeandalucia.es/educacion/webportal/ishare-servlet/content/b8b0c525-0f59-48bd-bfac-196b1e55be4a)

## 20. Guía Educar para Proteger. Guía de formación TIC para padres y madres con menores de 3 a 11 años

[www.kiddia.org/guia/](http://www.kiddia.org/guia/)