Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Seguridad en Internet

Cómo navegar en Internet sin naufragar:

Una buena forma de proteger a sus hijos es **enseñarles cómo usar Internet de manera segura.** Internet ofrece información muy útil y puede ayudar a sus hijos a ampliar sus horizontes. (*Hogares y nuevas tecnologías).*

Es conocido que los menores no son conscientes de la repercusión y alcance de lo que publican y comparten en Internet. Hay que saber que cualquier contenido en la red puede tener un eco brutal. (*Riesgos en internet)*

La mejor forma de prevenir situaciones de riesgo y ayudar a nuestros menores a navegar con seguridad es:

- Darles a conocer los riesgos y beneficios de internet.
- Educarlos para que sepan navegar de manera responsable.
- Proporcionarles estrategias para que puedan protegerse mientras navegan.

Recomiende a sus hijos algunos consejos de seguridad cuando estén conectados:

- no deben dar nunca información personal como dirección del domicilio, número de teléfono, nombre o dirección de la escuela. Sería mejor usar siempre un nombre falso o ficticio (apodo o *nick*)
- no deben aceptar conocer a nadie de un foro en persona
- no deben intercambiar fotografías personales por correo ni enviar fotografías escaneadas por Internet
- no responder nunca a mensajes en tono amenazante. Deben avisar siempre a los padres si reciben algún comentario o mantienen una charla que les atemoriza

Para proteger a su hijo:

- aprenda a utilizar los ordenadores y bloquee el acceso a páginas censurables (contenidos ilícitos o nocivos)
- el ordenador debe estar en un lugar de la casa de uso común como la sala de estar o el salón. No en habitaciones de uso individual como el dormitorio
- comparta la dirección de correo electrónico con su hijo para poder supervisar los mensajes
- haga una lista de "favoritos" con las páginas preferidas de su hijo para tener acceso directo a ellas. Navegue con ellos para enseñarles a comportarse adecuadamente
- revise el estado de cuenta de su tarjeta de crédito y la factura de teléfono para detectar gastos y usos desconocidos
- tome en serio a su hijo si le informa de un intercambio que le hizo sentir incómodo. Envíe copias de mensajes obscenos o pornográficos que usted o su hijo hayan recibido a su proveedor de Internet o servicio en línea

- si su hijo ha recibido pornografía infantil por Internet, póngase en contacto con las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado

Herramientas y software de control/seguridad:

Cuando los hijos son pequeños, los padres deben informarse y tener en cuenta la posibilidad de usar instrumentos de control. Estos permiten filtrar y bloquear los contenidos de forma que podamos decidir cuáles son los contenidos de internet a los que pueden acceder.

Disponemos de los siguientes instrumentos de control:

- **Software de filtrado**. Seleccionando palabras claves no deseadas se bloquean las páginas que las contienen.
- **Filtrado de salida**: restringe la información personal (nombre, dirección, número de teléfono, etc) para que no aparezca en la red.
- **Software de seguimiento y rastreo**: informan del tiempo de conexión y las páginas visitadas.

Se trata de herramientas útiles, pero no infalibles. Son instrumentos limitadores, por lo que no ayudan a los menores a diferenciar lo que es adecuado o correcto de los contenidos inapropiados.

Webs recomendadas:

- PantallasAmigas. Por un uso seguro y saludable de Internet, la telefonía móvil y los videojuegos. Por una ciudadanía digital responsable.
- Internet Segura for Kids (IS4K), el nuevo Centro de Seguridad en Internet para menores en España, surge con el propósito de promocionar el uso seguro y responsable de Internet y las nuevas tecnologías por parte de niños y adolescentes. Además, de ayudar a sus familias y educadores en todo lo relacionado con la seguridad de dichos menores en Internet.
- Chaval.es. Es la página web de referencia respecto al buen uso de las TIC, Tecnologías de la Información y la Comunicación
- Netiquétate. Apúntate a la Netiqueta Joven para Redes Sociales. Fomento y promoción de hábitos seguros y responsables en las redes sociales, la ciudadanía digital y la ciberconvivencia.
- Infancia y Tecnología. Oportunidades que ofrecen las TIC para la infancia.
- Ciberbullying. Ciberacoso escolar entre menores.

Fecha de publicación: 27-11-2012

Autor/es:

- Carlos Valdivia Jiménez. Pediatra. Centro de Salud "Los Boliches". Fuengirola (Málaga)
- Narcisa Palomino Urda. Pediatra. Centro de Salud "Las Flores". Granada

---