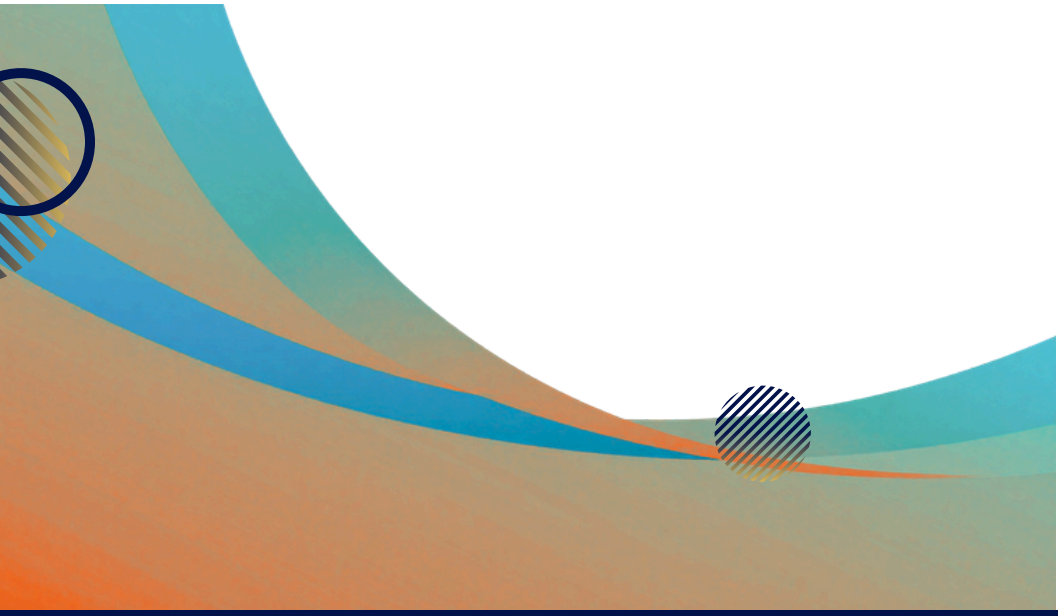
INTERNET SEGURA PARA NUESTROS HIJOS

Ayudemos a nuestros hijos e hijas a disfrutar de Internet de forma segura, responsable y saludable.
¿Qué aprenderás?
✔️ Cómo proteger su privacidad
✔️ Cómo supervisar el uso de dispositivos
✔️ Cómo prevenir riesgos en redes sociales y videojuegos
✔️ Qué hacer ante situaciones de acoso o engaño



- 🔒 Proteger la privacidad
- 📱 Supervisar dispositivos
- ⚠ Prevenir riesgos online



GUÍA PRÁCTICA

PARA FAMILIAS DE EDUCACIÓN PRIMARIA

Una guía para acompañar a niños y niñas de 6 a 12 años en el uso seguro y responsable de Internet.

CEIP MIGUEL DE CERVANTES
GUIJUELO – SALAMANCA

USO SEGURO DE REDES SOCIALES

⚠️ Nota importante: Aunque muchas redes sociales tienen una edad mínima de 13 años, los niños pueden acceder antes a través de dispositivos familiares. Es fundamental que las familias estén informadas y activas.

01

Conoce las apps que usa

Descarga y explora las aplicaciones que utiliza tu hijo o hija. Conocer el entorno digital es el primer paso para protegerle.

02

Revisa la privacidad

Configura los ajustes de privacidad en cada red social. Asegúrate de que el perfil sea privado y solo visible para contactos conocidos.

03

Protege su información personal

Enséñale a no compartir: dirección, colegio, teléfono ni ubicación en tiempo real. Una foto puede revelar más de lo que parece.

CONSEJOS PARA LAS FAMILIAS

✅ Habla sobre el respeto y la huella digital.

✅ Recuérdale que una foto o mensaje compartido puede permanecer en internet durante años.

✅ Establece normas claras sobre el uso de redes sociales en casa.



🔒 REGLA DE ORO

"Si no lo diría o enseñaría delante de toda la clase, tampoco debería publicarlo en internet."

📱 Señales de uso problemático

Está conectado/a a cualquier hora del día o la noche, cambia de humor al no poder usar el móvil o se muestra reservado/a sobre lo que hace en internet.

💬 Habla con tu hijo/a sobre

El respeto online · Los peligros de hablar con desconocidos · Qué hacer si alguien le hace sentir incómodo/a · La diferencia entre amigos reales y contactos digitales.

🌐 Redes más usadas por menores

TikTok · Instagram · YouTube · Snapchat · WhatsApp
⚠️ Todas tienen edad mínima de 13 años. Verifica siempre la configuración de seguridad.

📚 Recursos de ayuda

Internet Segura for Kids (IS4K) · www.is4k.es
Línea de Ayuda en Ciberseguridad INCIBE: 017

VIDEOJUEGOS Y PLATAFORMAS ONLINE

Muchos juegos incluyen chats y contacto con personas desconocidas. Es importante conocer el entorno digital que utilizan nuestros hijos e hijas para acompañarles de forma segura.

01

✅ Recomendaciones para familias

Comprueba la clasificación PEGI de los videojuegos antes de permitir su uso.

🔵 PEGI 3 — Apto para todo's
🟢 PEGI 7 — Escenas suaves de violencia
🟡 PEGI 12 — Violencia leve o lenguaje inapropiado
🔴 PEGI 16/18 — No recomendado para menores

02

🔒 Activa filtros de comunicación

Limita las compras dentro de las aplicaciones y juega alguna vez con tu hijo para conocer el entorno digital que utiliza.

03

🛒 Limita compras y accesos

Activa controles parentales y establece límites de gasto en tiendas de aplicaciones y juegos online.

💬 HABLA CON TUS HIJOS SOBRE...

⚠ Ciberacoso entre jugadores
⚠ Suplantación de identidad
⚠ Engaños para obtener datos personales
⚠ Invitaciones de personas desconocidas



PLATAFORMAS FRECUENTES

Conoce las aplicaciones y plataformas que usan tus hijos. Algunas tienen edad mínima recomendada:

🎮 YouTube Kids / Google Family Link

Plataformas diseñadas con controles para menores. Recomendadas para acompañar el uso digital.

🧱 Roblox / Minecraft

Populares entre niños de primaria. Tienen chats integrados. Activa los filtros de comunicación y supervisa contactos.

🎯 Fortnite

Clasificación PEGI 12. Incluye chat de voz con desconocidos. Activa el modo sin comunicación si el niño es menor de 12 años.

⚠ TikTok / WhatsApp (edad mínima: 13 años)

No están diseñadas para menores de 13 años. Si las usan, supervisa su actividad, ajustes de privacidad y contactos de forma regular.

PROTEGE LAS CUENTAS FAMILIARES

Las contraseñas son la primera línea de defensa para proteger la privacidad de tu familia en internet. Enseña a tus hijos a mantenerlas seguras desde pequeños.

01

🔐 Una buena contraseña debe:

✔️ Tener 12 caracteres o más
✔️ Combinar letras, números y símbolos
✔️ Ser diferente para cada cuenta

02

🚫 Contraseñas que debes evitar:

✘ Fecha de nacimiento del niño
✘ Nombre del niño o mascota
✘ Claves como: 123456, password o admin

03

👨‍👩‍👧 Enseña a tus hijos:

✔️ Nunca compartir contraseñas con nadie
✔️ No enviar fotos privadas por internet
✔️ Pedir ayuda a un adulto antes de registrarse en una nueva aplicación

🔒 PRIVACIDAD DIGITAL EN FAMILIA

Recuerda: una contraseña segura es como la llave de casa. No se presta, no se comparte y se cambia si alguien la descubre. Habla con tus hijos sobre la importancia de proteger su identidad digital.



CONSEJOS CLAVE:

Utiliza un gestor de contraseñas para guardarlas de forma segura. Activa la verificación en dos pasos siempre que sea posible en las cuentas familiares.

🛡️ Privacidad en Redes

Revisa periódicamente los ajustes de privacidad de todas las cuentas que usen tus hijos e hijas.

📱 Datos Personales

Enséñales a no publicar dirección, teléfono, nombre del colegio ni fotos que revelen su ubicación.

🔔 Alerta de Registro

Antes de registrarse en cualquier app o web, deben pedir permiso y ayuda a un adulto de confianza.

💡 Recuerda siempre:

Lo que se publica en internet puede permanecer allí para siempre. Piensa antes de publicar o compartir cualquier información personal.

SUPERVISAR SIN INVADIR

El objetivo es acompañar, no espiar. Establecer un entorno digital seguro es una responsabilidad compartida entre padres, madres e hijos.

01

🛠️ Herramientas de Control Parental

- ✅ Google Family Link — Supervisión en Android
- ✅ Microsoft Family Safety — Control en Windows
- ✅ Apple Family Sharing — Gestión en iOS/Mac
- ✅ YouTube Kids — Contenido seguro para menores

02

📋 Recomendaciones para las Familias

- 📅 Establece horarios de uso claros y consensuados.
- 🏠 Usa los dispositivos en espacios comunes del hogar.
- 🌙 Mantén los dispositivos fuera del dormitorio por la noche.
- 📜 Acuerda normas familiares claras y escritas.

03

⏱️ Tiempo de Pantalla

La calidad del uso es tan importante como la cantidad. No se trata solo de cuánto tiempo, sino de qué hacen y cómo se sienten después.

¿CÓMO HABLAR CON TUS HIJOS?

Explica el motivo de las normas, no solo las impongas. Los niños respetan mejor los límites cuando entienden el porqué. Construid juntos las reglas digitales del hogar: será más fácil que las cumplan si han participado en crearlas.



🔒 CONTROL PARENTAL

Supervisa el uso digital de tus hijos con herramientas diseñadas para acompañar su crecimiento en un entorno seguro y saludable.

📱 Dispositivos Móviles

Activa las restricciones de contenido en cada dispositivo y revisa periódicamente las aplicaciones instaladas.

🌐 Navegación Segura

Configura filtros de búsqueda seguros en el navegador y activa el modo restringido en plataformas de vídeo.

🎮 Videojuegos

Revisa la clasificación PEGI y desactiva los chats con desconocidos. Limita las compras dentro de las aplicaciones.

💬 Comunicación Abierta

La mejor protección es mantener un diálogo abierto y de confianza. Que tu hijo sepa que puede acudir a ti ante cualquier problema.

¿CUÁNDO DEBEMOS PREOCUPARNOS?

🔴 SEÑALES DE ALERTA

⚠ Se muestra nervioso al recibir mensajes
⚠ Oculta constantemente la pantalla
⚠ Cambia de humor después de conectarse
⚠ Quiere conectarse a escondidas
⚠ Recibe regalos o mensajes de personas desconocidas

Ante cualquier problema actúa así:

1. Escucha sin juzgar.
2. Guarda pruebas (capturas).
3. Bloquea al usuario.
4. Informa al centro educativo si es necesario.
5. Busca ayuda especializada.

RECURSOS DE AYUDA:

- 📞 INCIBE — Línea Ciberseguridad: 017
- 🌐 Internet Segura for Kids (IS4K)
- 🔗 www.is4k.es



CEIP MIGUEL DE CERVANTES
GUIJUELO – SALAMANCA

LA MEJOR HERRAMIENTA DE PROTECCIÓN

NO ES LA TECNOLOGÍA, SINO LA COMUNICACIÓN DIARIA ENTRE FAMILIAS E HIJOS.

Habla con tus hijos cada día sobre lo que hacen en internet. La confianza es la mejor seguridad.

www.is4k.es | INCIBE 017