

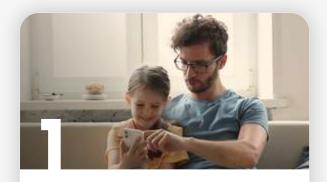


unicef para cada infancia

# MÁS QUE UN MÓVIL

La guía que no viene con el móvil





#### PLANIFICA LA LLEGADA DEL MÓVIL

Cuando entregamos un móvil a nuestros hijos les damos la posibilidad de acceder a una gran variedad de información, relaciones y contenidos. Niños, niñas y adolescentes manejan la tecnología desde que son muy pequeños, pero no siempre son conscientes de los riesgos a los que pueden exponerse. Para dárselo, valora el grado de madurez para su edad. Puedes utilizar un contrato familiar para establecer un compromiso por ambas partes.

## 2 SUPERVISA Y PON NORMAS Y LÍMITES

Asegúrate de que el móvil no les quite tiempo de otras actividades clave en su desarrollo (dormir, estudiar, jugar off-line, etc.). Al principio puedes ayudarte de algún software de control parental, pero no te relajes, en tu mano está la mejor supervisión. Ten en cuenta que un bloqueo excesivo puede ser contraproducente. Mantén abierta la posibilidad de desbloquear contenido de interés y apropiado para su nivel de madurez, y acuerda con ellos los filtros, restricciones y tiempos.







## INTERÉSATE POR SUS VIDEOJUEGOS

El dispositivo que más se usa para jugar es el móvil. Los videojuegos ofrecen entretenimiento, socialización y aprendizaje. La mayoría ya no son una fuente de ocio solitaria sino conectada con otras personas, lo que conlleva las ventajas y riesgos de las redes sociales y, por lo tanto, aplicar las mismas precauciones. Ofréceles juegos adecuados a su edad y madurez. No todos los videojuegos suponen el mismo grado de exposición a contenidos inapropiados (violencia, sexo, lenguaje ofensivo, etc.). Acompañarles en su vida digital también significa supervisar a qué juegan, cuánto tiempo le dedican y cómo se comportan.





¿Con quién juegan? ¿qué contactos tienen en sus redes sociales? ¿a qué personas siguen? Respetando su privacidad, interésate por estas cuestiones. Enséñales a no compartir información ni fotografías personales con desconocidos, ya que puede llevar a situaciones de ciberacoso, chantaje o grooming.

Es muy importante también que no acepten ni añadan como contacto en ninguna plataforma o servicio a personas a las que no conoce en la vida real. En ningún caso se debe facilitar información sobre dónde se vive o con quién, en qué colegio estudian, en qué equipo juegan o cualquier otra información que permita a otros la localización en el mundo real.





### ESTIMULA SU SENTIDO CRÍTICO

Las acciones y decisiones en internet también tienen consecuencias. Antes de publicar en redes o reenviar fotos, vídeos o audios en los que aparecen otras personas, deben asegurarse de que la otra persona está de acuerdo con que se haga. No deben difundir información sobre otras personas por internet sin su consentimiento. Tampoco deben crear o difundir informaciones falsas o mal intencionadas. Explícales las posibles consecuencias de lo que se envía o se publica. Lo que hoy parece algo simpático o una buena idea puede tener consecuencias impredecibles.



## MUÉSTRATE ABIERTO A AYUDAR

Enséñales que pueden contarte cualquier situación que les haya hecho sentir incómodos. Estar disponible para ayudar a tiempo puede evitar que la situación sea más grave, especialmente si el contenido que han visto en la red implica peligro, provoca ansiedad o miedo, o si el contenido es sexual o violento. La AEPD dispone de un Canal prioritario para comunicar la publicación no autorizada en internet de contenido sensible, sexual o violento (fotografías, vídeos, audios o información que identifique a personas), y solicitar su retirada de forma urgente.











www.aepd.es/mas-que-un-movil

Con la colaboración de













