

 Windows Live OneCare

# Internet y tu familia



Asociación Española de Pediatría  
  
**AEP**

# 1

## Internet y tu familia

Internet puede conectarte, a ti y tu familia, a todo tipo de servicios. Entre otras cosas, en tu ordenador puedes leer las noticias más recientes, buscar información, escuchar música, jugar, hacer compras, enviar mensajes electrónicos, realizar llamadas telefónicas y videoconferencias a tus amigos y familiares. Las posibilidades de aprendizaje y exploración en Internet son ilimitadas. Sin embargo, no toda la información y los recursos son seguros y fiables. Continúa leyendo para saber cómo garantizar que la experiencia de tu familia en Internet sea segura, educativa y divertida.

### Sobre Internet

Internet es una amplia red que conecta personas e información de todo el mundo mediante los ordenadores. A veces se le llama «**autopista de la información**». La WWW (**World Wide Web**) es una parte de Internet que incluye imágenes y sonidos, además de texto. **Online** (en línea) significa que estás conectado a Internet. **Navegar por Internet** significa explorar o buscar información en Internet.

#### **Cuando navegas en Internet, es importante recordar lo siguiente:**

- La información online no suele ser privada.
- Las personas online no siempre son quienes dicen ser.
- Cualquiera puede publicar información online.
- No puedes fiarte de todo lo que lees online.
- Tú y tu familia podéis encontrar, de repente y sin querer, material ofensivo, pornográfico (incluyendo pornografía infantil), obsceno, violento o racista en la Red.

### Lo primero es la seguridad

#### **Seis Consejos de la A.E.P. para los jóvenes cibernautas**

1. Recela de la persona que quiere saber demasiadas cosas. No des ninguna información sobre ti o tu familia (por ejemplo: tu nombre, tu número de teléfono, tu dirección, la de tu colegio, etc.) sin hablar antes con tus padres.
2. Si recibes o ves alguna cosa desagradable o que te parece rara "no trates de seguir investigando" por tu cuenta, háblalo con tus padres y/o profesores.
3. Si tienes interés o intención de encontrarte físicamente con alguna persona que has conocido a través de Internet, informa siempre antes a tus padres y aconseja a quien quiere conocerte que haga lo mismo. No vayas nunca solo a la cita. De esta forma puedes evitar algún encuentro desagradable.
4. No entres nunca en sitios de pago, que te soliciten tu número de tarjeta de crédito o que soliciten tu nombre y dirección.
5. Si encuentras un sitio donde está escrito "acceso prohibido a menores", respeta esta indicación.
6. NUNCA compartas contraseñas, ni siquiera con tus amigos.

## Límites de tiempo

Navegar por la Red no debería sustituir otras actividades importantes, como deberes, juegos o tiempo con los amigos. La Asociación Española de Pediatría recomienda limitar el tiempo total ante una pantalla de televisión o de ordenador a un máximo de entre 1 ó 2 horas al día para niños mayores de 2 años

## Fijar las normas

Resulta importante tener normas cuando tus hijos utilicen Internet. Comprueba que tus hijos comprenden qué se considera adecuado y en qué áreas no deben entrar. Hazles saber que las normas son por su seguridad.

## Protégeles

Si tú o tus hijos encontráis algo ilegal o amenazador, a través de esta página puedes ayudar a eliminar cualquier tipo de Web que contenga contenidos descritos en PROTEGELES ([www.protegeles.com](http://www.protegeles.com))  
[www.webadenunciar.com](http://www.webadenunciar.com)

## Comunicación en Internet

A continuación se indican algunas vías de comunicación entre personas a través de Internet. Recuerda que la información compartida no es siempre apropiada para los niños. Además, la información en Internet a menudo no se controla.

**Blog (o cuaderno de bitácora).** Un diario online que puede incluir imágenes. Pueden hallarse en páginas web para socialización y su popularidad está superando a los chats.

**Salas de conversación (chats).** Son un modo de que varios usuarios de ordenador se comuniquen instantáneamente en tiempo real. Por ejemplo, cuando se escribe y envía un mensaje, los demás lo verán instantáneamente en la sala y pueden responder con la misma rapidez

**Correo electrónico (e-mail).** Los ordenadores envían y reciben mensajes electrónicamente.

**Messenger.** Envío y recepción de mensajes de modo instantáneo en tiempo real a través de Internet.

**Navegación de la Red.** Al acceder a Internet, puedes saber una dirección concreta que te gustaría visitar o bien puedes explorar el espacio digital, como cuando se mira una biblioteca o un catálogo. A menudo esto se denomina «navegar por la Red». A continuación se indican varios modos de obtener información en la Red.

• **Direcciones web.** Cada sitio web tiene su dirección propia. Al escribir la dirección en el espacio correspondiente, tu navegador te redirigirá hasta la página deseada. Asegúrate de que escribes la dirección exacta, pues cualquier incorrección o falta en los caracteres crearía un error o te llevaría a una página web completamente diferente. Las últimas tres letras en una página web pueden decirte qué tipo de organización o empresa elaboró el sitio web, por ejemplo: .gov (gobierno), .org (organizaciones sin ánimo de lucro), .edu (educación o académico), .com (comercial).

• **Enlaces (o hiperenlaces).** Muchas páginas web enlazan con información a otros sitios. Al pulsar sobre el área resaltada permite conectarse a otras páginas web sin tener que escribir su dirección.

• **Buscadores.** Los motores de búsqueda son programas (buscadores) que permiten la búsqueda en Internet utilizando palabras o temas clave. Por ejemplo, para encontrar información sobre Cervantes, sólo hay que pulsar en un motor de búsqueda y escribir «Cervantes » y aparecerá una lista de varias páginas web con información entre las que elegir.

## Decálogo y consejos de la A.E.P. encaminados a un correcto uso de Internet por parte de los niños y jóvenes:

1. Sólo dejar que tu hijo-a navegue por Internet si está en casa una persona adulta.
2. No poner el ordenador en la habitación de tu hijo-a o en cualquier caso, poner la pantalla de forma que esté visible a quien entra o está en la habitación.
3. Ser capaz de manejar el ordenador al menos al mismo nivel de habilidad que tu hijo-a, de forma que sea consciente que estamos con capacidad de poder controlarlo.
4. Utilizar todos los sistemas de protección actualmente disponibles para evitar el acceso a páginas no aprobadas a menores.
5. Hablar habitualmente con tu hijo-a respecto a la "navegación" en Internet, tratando de tener información de lo que ve y lo que consulta.
6. Enseñar a tu hijo-a que cuando se conecta a un chat no debe dar, ni pedir, direcciones, números de teléfono o cualquier información que pueda identificarlo. Ser claros, sin alarmar, sobre los riesgos que pueden derivarse de "chatear" con desconocidos.
7. Evitar que tu hijo-a esté en Internet (particularmente en un chat) durante la noche. Alertarlo de que debe avisar a sus padres, siempre que algún "amigo del chat" insista respecto a informaciones o hábitos personales o sobre su familia.
8. Navegar y chatear algunas veces junto a tu hijo-a, para inducirlo a una mayor confianza con los padres respecto a los contenidos de sus conversaciones en la red.
9. Tratar, en la medida de lo posible, de evitar que tu hijo-a tenga su propio e-mail del cual solo él/ella conozca la contraseña de acceso.
10. Construir junto a tu hijo-a "reglas consensuadas" para navegar en Internet, sin imponérselas.





## Protección Infantil

Proteger a tu familia en Internet ahora es más sencillo...  
y gratuito.

Internet es un lugar de aprendizaje y exploración excelente para los niños pero, como progenitor, deseas garantizar que naveguen con seguridad. Ahora dispones de un programa gratuito de Microsoft combinado con consejos por edades basado en las recomendaciones de la Asociación Española de Pediatría.

Windows Live OneCare Protección Infantil ofrece:

- **Navegación más segura para tus hijos, con reglas personalizadas**
- **Búsqueda y aprendizaje más seguros**

Windows Live OneCare Protección Infantil funciona con MSN® Encarta®, Windows Live™ Search y otros motores de búsqueda e incorpora la opción "filtro" que muestra los resultados inadecuados de las búsquedas dependiendo de la edad del usuario.

- **Control de las actividades con informes web**

Revisa y protege las actividades online de tus hijos y determina cuáles son los contenidos a los que pueden acceder en todo momento.

Para más información sobre el modo en que Windows Live OneCare Protección Infantil puede ayudar a tu familia, visita <https://fss.live.com/>

Windows Live™ y OneCare™ son marcas comerciales o registradas de Microsoft Corporation.  
Información de la Asociación Española de Pediatría: [www.aeped.es](http://www.aeped.es)



# Directrices de la A.E.P para el uso infantil de Internet en función de la edad

## Hasta 10 años de edad

Los niños de esta edad necesitan supervisión y protección para garantizar que no se vean expuestos a materiales inapropiados. Los padres deben utilizar herramientas de seguridad de Internet que limiten el acceso a contenidos, páginas web y actividades, así como participar de modo activo en el uso que sus hijos hagan de Internet.

## Entre 11 y 14 años de edad

Los niños de esta edad saben más sobre su experiencia en Internet; no obstante, continúan necesitando supervisión y protección para garantizar que no se vean expuestos a materiales inapropiados. Hay herramientas de seguridad de Internet que pueden limitar el acceso al contenido y a los sitios web, además de proporcionar informes sobre las actividades en la Red. Los niños de esta edad también deben comprender qué información personal no puede proporcionarse en Internet.

## Entre 15 y 18 años de edad

Los adolescentes de esta edad no deberían tener apenas limitaciones en contenido, páginas web o actividades. Saben más sobre su experiencia en Internet; no obstante, continúan necesitando que sus padres definan las directrices de seguridad apropiadas. Los padres deben estar disponibles para ayudar a sus hijos a comprender los mensajes no apropiados y evitar situaciones peligrosas. Puede que sea necesario recordar a los adolescentes qué información personal no deben proporcionar en Internet.

