



DECÁLOGO PARA MAMÁS Y PAPÁS EN LA ERA DIGITAL



01

INFÓRMATE PARA PODER PREVENIR.

Actualiza tus conocimientos en el uso de los dispositivos que pones en manos de niñas, niños y adolescentes, y las ventajas que ofrece el acceso a Internet, pero sobretodo en los riesgos a los que pueden enfrentarse.

02

UNA NIÑA/NIÑO INFORMADO ES UNA NIÑA/NIÑO PROTEGIDO. Explica de forma clara los riesgos en línea, resolviendo sus dudas. Hazles ver la diferencia entre el mundo real y el mundo digital, sus alcances y consecuencias.

03

HABLEMOS DE PRIVACIDAD. Enseña a niñas, niños y adolescentes a identificar la información personal y familiar, así como datos sensibles que **NO DEBEN** compartir a través de Internet (redes sociales, chats, aplicaciones, E-mail).

04

PON A LA TECNOLOGÍA DE TU LADO. Utiliza herramientas del control parental y control de navegación; desactiva la localización y configura la privacidad en dispositivos, redes sociales, aplicaciones, etc.

05

ESTABLECE REGLAS DE USO. Crea con tus hijas e hijos un contrato para el uso de sus dispositivos (horarios, tiempo de conexión a Internet, lugares, etc.) uso compartido de equipos y contraseñas, entre otros.

06

FOMENTA CANALES DE COMUNICACIÓN.

Niñas, niños y adolescentes deben sentir la confianza necesaria para contarte cualquier situación desagradable o de riesgo que encuentren en la red. Por ejemplo cyberbullying, contacto por parte de extraños, chantajes, etc.

07

TODO A SU TIEMPO. No adelantes la incursión de niñas o niños en redes sociales. Su experiencia será mejor cuando tengan la edad que cada una establece para ingresar a estas.

08

CADA NIÑA/NIÑO ES DIFERENTE. Conoce sus intereses y gustos específicos en juegos, páginas web y aplicaciones, y mantente al día.

09

MONITOREO DE ACTIVIDADES. Revisa el historial de navegación, sigue sus perfiles en redes sociales con el fin, no de espiar, sino de evitar riesgos y malos ratos que quizá no puedan identificar.

10

HAZLES SABER QUE LOS AMAS Y CUIDAS.

Ninguna recomendación funcionará si no hay comunicación integral en la familia, si no nos preocupamos por elevar la autoestima de niñas, niños y adolescentes o si no se sienten atendidos, valorados y queridos.



Es un programa de Afectividad y Sexualidad A. C.

www.guardianes.org.mx
Tel. +52 (55)36180240

Calz. General Mariano Escobedo 175, primer piso
Col. Anáhuac. C.P. 11320, CDMX.

 GuardianesMx

 @GuardianesMx

 guardianes_mx