



# ABRIL: SEGURIDAD EN LAS REDES SOCIALES

## – Que Necesitan Saber los Padres –

### Información Fundamental

¿Qué son las redes sociales?

Las redes sociales son plataformas digitales formadas por comunidades de individuos con intereses, actividades o relaciones en común. Las redes sociales permiten el contacto entre personas y funcionan como un medio para comunicarse e intercambiar información.

### Prácticas recomendadas para los padres sobre la seguridad en las redes sociales:

- Edúquese sobre las redes sociales y las diferentes apps (aplicaciones) que están usando sus hijos
- Tenga conversaciones con sus hijos sobre la seguridad en las redes sociales, y que es buena idea ser consciente de lo que publica
- Establezca límites en la casa en el tiempo que los niños dedican al uso de la tecnología, por ejemplo comunicando exactamente cuánto tiempo puede estar frente a la pantalla antes de empezar, y avisando cuando quedan cinco minutos para terminar.
- Modelando como usar la tecnología y las redes sociales de forma responsable
- Si es apropiada, mantenga la computadora/tableta/celular en un área común de su hogar mientras su hijo está usándola, para poder supervisar el uso de tecnología
- Use la configuración de privacidad para ayudar a su hijo a limitar quien puede ver sus redes sociales

### Acoso Cibernético:

Acoso cibernético es intimidación por medio de la tecnología, incluyendo en las redes sociales, plataformas de mensajería, y plataformas de juegos. Puede incluir enviando mensajes, imágenes, o videos abusivos o amenazantes a una persona, publicando mentiras o fotos/videos vergonzosos de alguien, y más.

Que pueden hacer los padres para ayudar a sus hijos:

- Conversa con su hijo acerca de acoso cibernético y lo que es
- Monitorea las redes sociales de su hijo-hablando juntos sobre la seguridad y viendo juntos sus páginas en las redes sociales
- Afirma la importancia de hablar con un adulto en caso de acoso cibernético

### Recursos Adicionales

- [Cómo ayudar a los niños a lidiar con el ciberacoso](#)
- [Acoso cibernético o virtual: qué deben saber los padres](#)