

10 REGLAS PARA EL USO DE INTERNET EN CASA

Estas 10 reglas son fáciles de entender y de seguir y, sobre todo, no son restricciones exclusivas para los niños o adolescentes. También implican un cambio de hábitos en los adultos de la casa. Recuerda, todo empieza con el ejemplo.



1. No le regales un celular o una tablet a tu hijo hasta que cumpla 13 años, por lo menos. Casi todas las plataformas están diseñadas para que se usen desde esa edad, como mínimo.



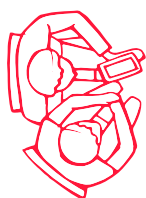
2. No celulares en la mesa. Fomenta las conversaciones y el interés en las actividades de todos.



3. No celulares ni tablets en el coche. Los trayectos suelen ser buenos momentos de comunicación.



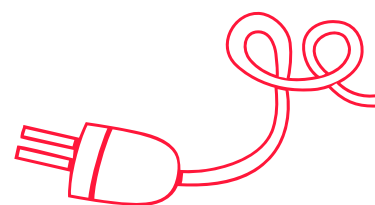
4. Horarios para el uso de Internet. No le tengas miedo a apagar el Wifi por lo menos al final del día para cuidar el sueño (sí, también estoy pensando en nosotros que nos gusta ver series un capítulo tras otro).



5. Que todos usen las consolas, computadoras, tablets, etc. en espacios comunes en la casa. Estar en un lugar público, puede evitar potenciales acciones peligrosas, como chatear con extraños o caer en sexting.



6. No usar celulares, tablets, computadoras, solos en el cuarto. Es el mismo principio que lo anterior. Cuando alguien se mete solo en su habitación, se aísla por horas y aumenta su vulnerabilidad en Internet.



7. Los celulares y tablets se cargan en el cuarto de los papás. Se evitan tentaciones de ver mensajes, series por horas y les ayuda a cuidar los horarios de sueño.



8. Configuraciones de perfil de acuerdo a la edad. Tu hijo no es la excepción; las recomendaciones están diseñadas para prevenir, síguelas.



9. Los papás tienen la clave de los celulares. El que nada debe, nada teme. Es importante explicar que no es por invasión a la privacidad, sino por prevención y seguridad.



10. Los papás pueden ver el historial de navegación. No borrar el historial de navegación y dejar que los papás puedan consultarlo.