

# RIESGOS Y BONDADES DEL MUNDO DIGITAL



¿Cómo acompañar a nuestr@as hij@s a explorar de manera segura el internet?

# Signos de alerta

- ▶ Pasar cada vez más tiempo en línea hasta obsesionarse
- ▶ Tener respuestas reactivas o agresivas cuando se ponen límites en su uso
- ▶ Perder interés en actividades que antes disfrutaba y en procesos de socialización.
- ▶ Postergar acciones o actividades de autocuidado (aseo, alimentación)
- ▶ Recibir llamadas o mensajes de texto a horas extrañas o de personas desconocidas y mostrarse evasivo sobre el tema.

# Signos de alerta

- ▶ Descuido en la higiene del sueño por el uso de dispositivos
- ▶ Parecer inexplicablemente cansado
- ▶ Ausentismo escolar
- ▶ Desmotivación en el cumplimiento de deberes y actividades académicas
- ▶ Desconcentración y bajo rendimiento académico
- ▶ Cambios anímicos



# Regla 3-6-9-12



- ▶ Si sus hijos están por debajo de los 3 años deben evitar el acceso a pantallas.
- ▶ Antes de los 6 años, los niños no deben acceder a videojuegos o consolas.
- ▶ Antes de los 9 años no deben tener acceso a Internet en solitario y si este se requiere para realizar una tarea del colegio, debe ser bajo la supervisión de padres de familia o cuidadores.
- ▶ Internet a partir de los 12 años, pero es importante el acompañamiento y la guía.
- ▶ Redes sociales preferiblemente a partir de los 13 o 14 años.

# Rutinas, normas y acuerdos



- ▶ Establecimiento de rutinas: deberes, tiempo en familia, tiempo de ocio.
- ▶ reglas básicas en cuanto a los horarios de uso del computador y celular.
- ▶ Revisar qué hacen sus hijos en las redes sociales, revisar su perfil y actividad, si son pequeños.
- ▶ Hablar acerca del uso responsable de las redes y riesgos al compartir cierta información.
- ▶ Hacer uso del computador o celular preferiblemente en zonas comunes, para garantizar mayor acompañamiento.
- ▶ Controles parentales



# comunicación

- ▶ Ambiente de escucha y confianza
- ▶ Posibilidad de establecer acuerdos
- ▶ Aprender sobre el tema para informar bien
- ▶ Coherencia y ejemplo



# ¿Cómo intervenir en casos de violencias?

- ▶ Conserve la evidencias
- ▶ Reporte a entidades pertinentes (Te protejo, Fiscalía, 123, icbf...)



Línea 141

Línea gratuita nacional para protección, emergencia y orientación. Disponible las 24 horas.

## Reporte confidencialmente situaciones con personas menores de 18 años

Seleccione la situación que desea reportar:



Material de Explotación Sexual de niñas, niños y adolescentes (Pornografía Infantil)



Explotación sexual comercial (ESCNA)



Ciberacoso





El Sistema de Alertas Tempranas de Medellín, es un proyecto de la Secretaría de la Juventud que busca consolidar, articular y movilizar comunidades protectoras para evitar y prevenir la vulneración de los derechos de niños, niñas, adolescentes y jóvenes del Distrito Especial de Ciencia, Tecnología e Innovación de Medellín. Teniendo en cuenta las situaciones de riesgo previas a la vulneración y, en determinados casos, la activación de alertas para el seguimiento y restablecimiento de sus derechos.



ACTIVA LA ALERTA  
**SALVAVIDAS**

 **310 715 40 95**

[REALIZA TU ALERTA](#)

[TUTORIAL DE INGRESO DE ALERTA](#)

[CONSULTA EL ESTADO DE TU CASO](#)