



📶 CONECTADOS CON AMOR 📶

GUÍA PARA ACOMPAÑAR EL USO DIGITAL DE NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES

¿QUÉ ESTÁ PASANDO?

Muchos videojuegos en línea, como **Brawl Stars**, **Roblox**, **Fortnite** o **Free Fire**, tienen funciones de chat que permiten que jugadores se comuniquen entre sí. Aunque están dirigidos a un público joven, no cuentan con filtros eficaces para evitar que adultos se hagan pasar por niños/as.

En algunos casos, niños son contactados por adultos que:

- Se hacen pasar por niños/as para generar confianza.
- Inician conversaciones que luego son eliminadas, evitando el control del adulto.
- Buscan generar un vínculo emocional y/o pedir contenido inapropiado.



- ♦ Acceso a contenido inapropiado:
 - Muchas plataformas como **YouTube**, **TikTok** o juegos que tienen anuncios o enlaces a contenido violento o sexual explícito, que aparece incluso sin buscarlo.
 - Esto puede afectar su desarrollo emocional, causar ansiedad, confusión o normalizar relaciones desiguales o conductas inapropiadas e incluso violentas.

- ♦ Una alternativa al uso del celular son los **Smartwatch o Relojes Inteligentes para niños**, con el cual podrá monitorear su ubicación por medio del GPS, realizar llamadas, videollamadas y hacer escuchas silenciosas, entre otras funciones.

🛡️ **Aplicaciones para acompañar el uso digital sin invadir**
Estas apps con versión **Gratuita** y **Premium**, permiten acompañar, no espiar, con enfoque educativo y de cuidado:

RIESGOS DEL USO NO ACOMPAÑADO DE TECNOLOGÍA

♦ **Grooming:** Es una forma de abuso sexual en línea, en la cual un adulto contacta a un menor haciéndose pasar por otro niño o adolescente, con el fin de ganar su confianza y manipularlo. El objetivo suele ser:

- Obtener imágenes íntimas.
- Coordinar encuentros presenciales.
- Generar dependencia emocional.

📌 **En Chile, este delito está tipificado en la Ley: N° 21.057**



Aplicación	Función	Plataforma
Google Family Link	Control de tiempo, apps y ubicación. Permite aprobar descargas.	Android / iOS
Qustodio	Monitoreo de actividad en tiempo real, reportes diarios. Filtro web.	Android / iOS / Windows
Screen Time	Establece horarios para el uso de apps y acceso a internet.	Android / iOS

Efectos del USO EXCESIVO DE PANTALLAS

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Asociación Americana de Pediatría (AAP), el uso excesivo puede causar:

- Trastornos del sueño por estimulación prolongada antes de dormir.
- Problemas de atención o dificultades escolares.
- Irritabilidad, ansiedad, aislamiento social.
- Disminución de la actividad física y trastornos alimentarios.



Bebé sosteniendo celular.

Videojuegos y chat en línea

- Muchos juegos tienen chat habilitado por defecto. Se recomienda desactivarlo o usar filtros parentales.
- Enseñar a los niños a no compartir información personal: nombre, colegio, dirección, fotos, ubicación.
- Supervisar con quién juegan. Solo deben interactuar con amigos o familiares conocidos.
- Revisar la clasificación PEGI o ESRB del juego: muchos juegos populares no son aptos para menores de 12.
- ✦ **Ejemplo: Brawl Stars tiene clasificación +9, pero su chat no es moderado de forma efectiva.**

Acompañar de forma amorosa

- Conversar regularmente sobre lo que ven, juegan o siguen en internet.
- Hacer preguntas sin juicio: ¿Con quién jugaste hoy? ¿Qué te gustó de ese juego?
- Enseñarles a reconocer situaciones incómodas o peligrosas. Que sepan que pueden pedir ayuda sin miedo.
- Ser modelo: mostrar un uso equilibrado del celular, evitar uso excesivo frente a ellos.
- Mostrar y explorar otras formas de divertarnos, y cultivarnos (lectura, conversación, actividad física).

⚠ Edad recomendada para el uso de celulares +12

✓ Según UNICEF, Fundación Integra y la Asociación Americana de Pediatría (AAP):

- **Antes de los 12 años:** se recomienda **evitar celulares** con acceso a internet libre o redes sociales. Si lo usan, debe ser por períodos breves, con acompañamiento y para fines específicos (como comunicarse con cuidadores).
- **Desde los 12 años:** se puede permitir el uso con supervisión activa, reglas claras y con tiempos acotados.

✦ El cerebro de los niños está en formación: aún no tienen la capacidad de autorregularse o identificar riesgos como un adulto.

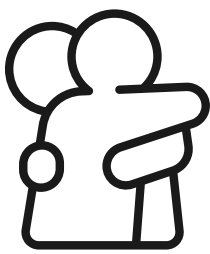
✦ Recomendaciones clave para apoderados

- ✓ Crear reglas claras y consensuadas en casa: horarios, lugares donde se puede usar el celular, etc.
- ✓ Revisar juntos configuraciones de privacidad y seguridad.
- ✓ Priorizar el uso compartido (ver juntos videos, jugar juntos).
- ✓ Estar atentos a cambios de comportamiento: irritabilidad, aislamiento o miedo pueden ser señales de alerta.

👉 ¡Estamos aquí para ayudarte!

El **Equipo de Convivencia Escolar** le apoya en:

- Charlas para apoderados.
- Acompañamiento en casos de riesgo digital.
- Orientación sobre configuración de controles parentales.



✦ Si sospechas de una situación de Grooming o Ciberacoso:

Denuncia en www.pdichile.cl o llama al 134 (PDI). También puedes denunciar en cualquier unidad de Carabineros o llamando al 133.