



**Apoyemos a niñas, niños
y adolescentes para usar
internet de forma segura
y constructiva**



Construyamos con niñas, niños y adolescentes una relación abierta en torno a la tecnología para que sepan que pueden acudir a sus adultos de confianza si algo les genera incomodidad o sienten que no es adecuado.

Establezcamos límites de tiempo para equilibrar las actividades en línea y fuera de línea, evitando las pantallas a la hora de comer o antes de ir a dormir.



**Respetemos las edades
recomendadas para el
consumo de contenidos
y el uso de aplicaciones
y videojuegos.**



**Aprendamos sobre las
herramientas de control parental
(programas, aplicaciones, otros)
y configurémoslas en todos los
dispositivos electrónicos que usen
niñas, niños y adolescentes.**

En familia todos podemos cuidarnos.

