HOJA INFORMATIVA | OCTUBRE DE 2022

Redes sociales: consejos para padres de crianza y proveedores de cuidado

(Social Media: Tips for Foster Parents and Caregivers)

Si bien las redes sociales han cambiado la forma en que el mundo se comunica, también han creado problemas de privacidad y seguridad. Esta hoja informativa analiza brevemente los beneficios de las redes sociales para niños y jóvenes en cuidado de crianza ("foster care") y proporciona consejos para padres y proveedores de cuidado que desean ayudarlos a usar las redes sociales de manera segura. También ofrece consejos para los padres de crianza ("foster parents") sobre cómo usar de manera responsable sus propias cuentas de redes sociales.

SECCIONES INCLUIDAS

- Ayudar a los niños y jóvenes a usar las redes sociales de manera responsable
- Comprenda cómo los niños y jóvenes usan las redes sociales
- Establezca y refuerce las pautas de las redes sociales
- Ayude a proteger la privacidad de niños y jóvenes
- Aborde las actividades de redes sociales riesgosas o dañinas
- Uso responsable de las redes sociales como padres de crianza o proveedores de cuidado

Child Welfare Information Gateway
PROTECTING CHILDREN ■ STRENGTHENING FAMILIES

Children's Bureau
An Office of the Administration for Children & Families

AYUDAR A LOS NIÑOS Y JÓVENES A USAR LAS REDES SOCIALES DE MANERA RESPONSABLE

Las redes sociales se han convertido en una herramienta estándar para la comunicación y la autoexpresión. Para los niños y jóvenes en cuidado de crianza, también puede crear normalidad al ayudarlos a conectarse con otras personas en sus comunidades y mantener relaciones con amigos y proveedores de cuidado que tuvieron en situaciones de vida anteriores. Sin embargo, los niños y jóvenes en cuidado de crianza pueden ser particularmente vulnerables al contacto inapropiado, el acoso cibernético ("cyberbullying") o los depredadores de niños cuando usan las redes sociales. Las redes y los mensajes privados pueden facilitar la comunicación con adultos o miembros de la familia que están "fuera de los límites".

Prohibir el uso de las redes sociales puede ser perjudicial para los niños y jóvenes y, a menudo, no es realista dada la accesibilidad generalizada de las computadoras, los dispositivos móviles e internet. En cambio, los padres de crianza deben proporcionar orientación y límites para ayudarlos a usar las redes sociales de manera segura y responsable. Aquí hay algunos consejos para ayudar a los padres de crianza y proveedores de cuidado a guiar el uso de las redes sociales para los niños y jóvenes a su cuidado.

COMPRENDA CÓMO LOS NIÑOS Y JÓVENES USAN LAS REDES SOCIALES

- **Hable sobre las redes sociales con niños y jóvenes.** Pregunte a los niños o jóvenes a su cuidado cómo usan las redes sociales y las aplicaciones de mensajería privada y comprenda por qué es importante para ellos. Comparta con ellos y analicen juntos la publicación de Child Welfare Information Gateway *Redes sociales: consejos para jóvenes en cuidado de crianza*.
- **Obtenga más información sobre las aplicaciones de redes sociales.** Nuevas herramientas de redes sociales se lanzan con frecuencia y los niños y jóvenes a menudo las adoptan rápidamente. Manténgase al tanto de la última tecnología y las mejores prácticas para las aplicaciones de redes sociales más populares que los jóvenes de diversos grupos de edad utilizan. Vea la sección web de Smart Social que contiene una lista para padres y maestros de aplicaciones populares entre adolescentes.
- **Tenga en cuenta los riesgos de los juegos en línea.** Los juegos en línea pueden ser inseguros, ya que los jugadores a menudo interactúan con otras personas en las plataformas de juegos. Sea consciente del tipo de juegos que juega su niño o joven y hablen acerca de los riesgos. Hágales saber que deben evitar publicar fotos de sí mismos o dar información personal mientras juegan juegos en línea, y que pueden acudir a usted si están siendo acosados o intimidados. Obtenga más información en el Centro de consejos de juegos en línea de Internet Matters.
- **Comprenda su lenguaje.** Los niños y jóvenes pueden usar jerga, etiquetas o "hashtags" y emoticonos o "emojis" en sus comunicaciones en línea. Comprenda que los jóvenes se comunican en un lenguaje diferente al suyo. Para obtener más información, vea Más de 360 jergas, emojis y hashtags para adolescentes que los padres deben saber (la lista definitiva) en el sitio web de Smart Social.

ESTABLEZCA Y REFUERCE LAS PAUTAS DE LAS REDES SOCIALES

- **Hable con el trabajador de caso ("caseworker") de su hijo.** Familiarícese con las políticas de redes sociales de su agencia de bienestar de menores. Pregunte sobre las necesidades y preocupaciones de seguridad que pueden afectar el uso de las redes sociales de su niño y si han tenido problemas con el uso de las redes sociales en el pasado.
- **Establezca las reglas de la casa.** Establezca reglas de redes sociales temprano y, cuando sea posible, en colaboración con los niños y jóvenes. Asegúrese de que estas reglas se alineen con las pautas de la agencia y los derechos de los jóvenes en cuidado de crianza y esté preparado para responder preguntas sobre por qué existen las reglas. Puede encontrar ejemplos de acuerdos familiares para el uso de tecnología para diferentes grupos de edad en la página Family Contracts & Pledges (en inglés) de Connect Safely. Para recursos en español, vea Cómo elaborar un plan para el consumo digital de la familia en el sitio web del American Academy of Pediatrics [Academia Americana de Pediatría].
- **Coordine con los parientes de nacimiento de su niño o joven.** La creación de nuevas cuentas de redes sociales y el establecimiento de reglas de uso pueden requerir el consentimiento o la participación de la familia de nacimiento de un joven. Comuníquese primero con su trabajador de caso para obtener orientación, y colabore con los familiares de nacimiento cuando sea apropiado. Para obtener más información, consulte la publicación de Information Gateway *Colaborando con padres biológicos para promover la reunificación*.
- **Esté preparado para lidiar con los errores.** Cuando un niño o joven comete un error y no sigue las pautas, aborde la situación como un momento de enseñanza y trabajen juntos con calma sobre qué hacer en los próximos pasos.

AYUDE A PROTEGER LA PRIVACIDAD DE NIÑOS Y JÓVENES

- **Enseñe a los niños y jóvenes a mantener la privacidad de su información personal.** Aconseje a los niños y jóvenes en cuidado de crianza que no revelen su nombre completo, dirección, nombre de su escuela, número de teléfono u otra información de identificación en las redes sociales, y advierta que no publiquen fotos que revelen este tipo de detalles (por ejemplo, logotipos y mascotas de la escuela). Para más información sobre qué saber y ensenarles a los niños y jóvenes sobre su privacidad en internet, vea Crianza de los hijos, medios y mucho más: seguridad online en el sitio web Common Sense Media.
- **Establezca configuraciones de privacidad estrictas.** Use la configuración de privacidad para ayudar a los niños y jóvenes a limitar quién puede encontrarlos en línea, qué publicaciones o fotos son visibles y quién tiene permisos de contacto. Para obtener información sobre la configuración de privacidad de varias aplicaciones, consulte Guías de privacidad de redes sociales en el sitio web de Internet Matters.
- **Realice búsquedas.** De vez en cuando, busque el nombre y la dirección de su niño o joven para ver qué información o fotos etiquetadas están disponibles públicamente.

ABORDE LAS ACTIVIDADES DE REDES SOCIALES RIESGOSAS O DAÑINAS

- **Explique la necesidad de evitar el contenido explícito.** Asegúrese de que los jóvenes entiendan que las personas con quienes interactúan en línea pueden no ser quienes dicen ser. Aconseje a los jóvenes que eviten compartir fotos íntimas y mensajes sobre sexo en línea, sin importar cual sea su relación con una persona. Vea los siguientes recursos para obtener más información sobre cómo proteger a los jóvenes: *Sexteo adolescente: una guía rápida para padres y adolescentes* de Connect Safely; ¿Cómo hablo con mis hijos sobre el sexting? y el video *Consejos para prevenir el sexting en adolescentes* de Common Sense Media.
- **Hable sobre el acoso cibernético ("cyberbullying").** Advierta a los niños y jóvenes que no envíen, reenvíen ni respondan a mensajes o imágenes desagradables o vergonzosos. Ayude a los jóvenes a documentar, bloquear y denunciar el acoso si es necesario. Para obtener más información, consulte *Ciberacoso: una guía rápida para los padres* de Connect Safely y Crianza de los hijos, medios y mucho más: ciberbullying de Common Sense Media.
- **Esté pendiente de la salud mental de su niño o joven.** Las redes sociales pueden desencadenar sentimientos negativos, como ansiedad o depresión. De vez en cuando, pregunte a los niños y jóvenes si alguna vez ven cosas en las redes sociales que los molestan. Anímelos a limitar su uso a los espacios de las redes sociales donde se sientan apoyados. Para obtener más información, lea el artículo de Common Sense Media Cómo ayudar a los adolescentes a lidiar con el impacto de las redes sociales en su salud mental.
- **Supervise el uso.** Coloque las computadoras en un área compartida y vigile el uso de dispositivos móviles. Sepa qué tipo de redes sociales usan sus niños y jóvenes y la cantidad de tiempo que pasan en las aplicaciones de redes sociales. Considere pedirles sus contraseñas y permiso para permitir que un adulto de confianza se conecte con ellos en sus páginas de redes sociales. Sin embargo, trate de encontrar un equilibrio entre monitorearlos y respetar su privacidad. Instalar un programa de monitoreo en línea puede ayudarlo a estar atento al uso inapropiado. Para obtener más información, consulte la Guía para monitorear aplicaciones de Internet Matters.
- **Esté atento a la actividad en sitios riesgosos.** Tenga en cuenta las aplicaciones riesgosas que tienen contenido inapropiado o poco moderado y establezca límites con los niños y jóvenes si nota que usan estas aplicaciones. Para ver una lista de aplicaciones riesgosas, consulte la sección sobre aplicaciones populares para adolescentes que padres y maestros deben conocer del sitio web de Smart Social.
- **Mantenga una comunicación abierta.** Anime a los niños y jóvenes a que le informen si un intercambio los hace sentir incómodos, si alguien les envía fotos inapropiadas o si alguien pide reunirse con ellos en persona. Aprecie la participación de los niños y jóvenes en sus comunidades en línea y muestre interés en sus amigos. Para obtener más información, consulte la página Cómo conectarse con su adolescente sobre el uso y la seguridad de los medios de comunicación del American Academy of Pediatrics.

USO RESPONSABLE DE LAS REDES SOCIALES COMO PADRES DE CRIANZA O PROVEEDORES DE CUIDADO

Es posible que desee utilizar las redes sociales para obtener apoyo y compartir información con otros padres de crianza y proveedores de cuidado. Si la agencia lo permite, también puede usar las redes sociales para mantenerse en contacto con los parientes de nacimiento de su niño. Aquí hay algunos consejos para usar las redes sociales de manera responsable cuando está cuidando a un niño o joven en cuidado de crianza.

- **Hable con su trabajador de caso sobre las políticas de la agencia.** Pregunte sobre las pautas para su comunicación en las redes sociales con los parientes de nacimiento de su niño o joven, otros padres de crianza y proveedores de cuidado, y el personal de la agencia de bienestar de menores. Averigüe si hay consideraciones específicas para los niños o jóvenes a su cuidado.
- **Obtenga el permiso de la agencia y de su niño o joven antes de publicar fotos familiares que incluyan a niños que están bajo cuidado de crianza.** Las agencias pueden tener pautas para publicar fotos, como ocultar información de identificación con emojis u otras funciones de edición. Es importante asegurarse de que las fotos no creen riesgos de privacidad o seguridad.
- **Evite buscar a los parientes de nacimiento de un niño o joven.** Cuando se conecta en línea con parientes de nacimiento, puede exponerse a información que genera inquietudes o complica su dinámica. Es probable que los trabajadores de casos no puedan responder a la información que se encuentra en las redes sociales, por lo que es mejor evitar las páginas de los parientes de nacimiento.
- **Proteja la privacidad y confidencialidad.** No identifique a un niño o joven como niño en cuidado de crianza ni publique su nombre completo o dirección en una red social. Nunca discuta la información del caso en un foro en línea. Vea la página How to Protect my Foster Child on Social Media (en inglés) [Cómo proteger a un niño en cuidado de crianza en las redes sociales] de Embrella para obtener más información.
- **Tenga en cuenta que las fotos pueden revelar la ubicación de un niño o joven.** Algunas fotos de teléfonos inteligentes ("smartphone") y servicios de red (como las funciones de ubicación en Facebook e Instagram) proporcionan información de GPS. Infórmese sobre cómo administrar los servicios de ubicación en su smartphone o desactivarlos por completo. Para más información, vea Cómo desactivar apps de rastreo en iOS y Android de Digital Trends y How to Limit Location Tracking on Your Phone (en inglés) [Cómo limitar el rastreo de ubicación en su teléfono] de Consumer Reports.
- **Piense antes de publicar.** Sea sensible a cómo los mensajes pueden ser interpretados por otros, incluidos los parientes de nacimiento de su niño o joven y el personal de la agencia.

Para obtener más recursos sobre la seguridad en las redes sociales en los arreglos de cuidado de crianza, consulte la sección Social Media Safety (en inglés) [Seguridad en las redes sociales] en Information Gateway.

CITA SUGERIDA:

Child Welfare Information Gateway. (2022). *Redes sociales: consejos para padres de crianza y proveedores de cuidado.* U.S. Department of Health and Human Services, Administration for Children and Families, Children's Bureau. https://www.childwelfare.gov/pubs/redes-sociales-padres/

U.S. Department of Health and Human Services
Administration for Children and Families
Administration on Children, Youth and Families
Children's Bureau

Esta publicación forma parte del dominio público y puede ser descargada, reproducida y distribuida sin autorización. Al hacerlo, por favor dé crédito a Child Welfare Information Gateway. Disponible en línea en https://www.childwelfare.gov/pubs/redes-sociales-padres/.