

Controles parentales

Los controles parentales son herramientas que pueden ayudarte a acompañar y proteger a niñas, niños y adolescentes cuando usan dispositivos conectados a internet: celulares, computadoras, tabletas, consolas de videojuegos y smart TVs.

No son infalibles ni funcionan solos: su mayor valor está en combinarlos con otras estrategias de protección como diálogo, supervisión y participación adulta. Ayudar a chicas y chicos a desarrollar buenos hábitos de seguridad en línea es igual de importante.

¿Para qué pueden servir?

- Bloquear el acceso a sitios web, aplicaciones o funciones específicas (como usar la cámara de un dispositivo o la posibilidad de comprar cosas)
- Filtrar diferentes tipos de contenido, como contenido "para adultos" o sexual, páginas de redes sociales y páginas con contenido que pueda promover la autolesión, los trastornos alimentarios, la violencia, las drogas, los juegos de azar, el racismo y el terrorismo.
- Monitorear el uso que hacen niñas y niños de los dispositivos conectados, con informes sobre los sitios que visita y las aplicaciones que usa, con qué frecuencia y durante cuánto tiempo.
- Establecer límites de tiempo, bloqueando el acceso después de un período de tiempo específico.
- Si varios miembros de la familia comparten un dispositivo o programa, deberían poder cambiar la configuración para reflejar la edad, la madurez y las habilidades de cada uno de los usuarios.

Para que los controles parentales sean efectivos, es importante:

- Configurarlos en todos los dispositivos a los que el niño o adolescente tenga acceso.
- Revisarlos y actualizarlos periódicamente porque las actualizaciones pueden modificar ciertas configuraciones.
- Hay que tener en cuenta que tanto los abusadores como los propios niños pueden encontrar maneras de evadir los controles parentales.

Tener en cuenta que funcionan mejor cuando:

- Se explican.
- Se acuerdan.
- Se revisan en conjunto.

Hablar con niñas, niños y adolescentes sobre qué controles se van a usar y por qué ayuda a construir confianza. Cuando sienten que se los cuida y no que se los espía, es más probable que pidan ayuda si algo los incomoda o les da miedo.

También es útil pensar los controles como algo flexible, que se adapta con el crecimiento. Un acuerdo familiar sobre el uso de la tecnología puede ser un buen punto de partida.

¿Cómo se activan los controles parentales?

Cada dispositivo tiene configuraciones específicas. Te compartimos las principales:

Red wifi doméstica

El wifi permite que algunos dispositivos se conecten a internet de forma inalámbrica mediante un router. Algunos routers incluyen software que permite configurar controles parentales en toda la red familiar. La ventaja es que las reglas que se establecen se aplican a todos los dispositivos conectados: portátiles, tabletas, smartphones, incluso consolas de videojuegos y televisores inteligentes. Sin embargo, no siempre se obtiene el mismo nivel de control y supervisión que con el software instalado en cada dispositivo.

También algunos proveedores de servicios de Internet proporcionan routers que incorporan funciones de control parental como parte de sus productos de banda ancha.

Computadoras de escritorio y portátiles Windows

[Microsoft Family Safety](#) permite administrar la actividad en línea de chicas y chicos en dispositivos Windows mediante el bloqueo de sitios web, el registro en línea en cualquier momento y la visualización de informes de actividad sobre los sitios, aplicaciones y juegos visitados. Deberá configurarse un grupo familiar de al menos un padre y un hijo, cada uno con su propia cuenta de Microsoft.

Computadoras de escritorio y portátiles Mac

Los [controles parentales de Mac y Apple](#) permiten establecer perfiles para niños y limitar el acceso a sitios web o aplicaciones, restringir funciones del asistente virtual de inteligencia artificial Siri o la tienda iTunes, establecer límites de tiempo para los días de la semana y para la hora de dormir, y ocultar lenguaje inapropiado en el diccionario y otras fuentes.

Tablets y teléfonos inteligentes de Apple

Los sistemas operativos de Apple a partir de iOS 12 permiten [restringir el acceso a navegadores y aplicaciones](#), compras dentro de aplicaciones, redes sociales, ciertos contenidos de internet (como pornografía), compartir datos (incluyendo fotos y ubicación), descargas, streaming multimedia, juegos en línea y el uso de inteligencia artificial (IA), incluyendo Siri, el asistente de IA de Apple. También se pueden restringir funciones específicas, como el uso de la cámara del dispositivo, la billetera (para compras) o AirDrop (para compartir archivos).

También puede establecer y cambiar configuraciones de salud y seguridad, como el tiempo de pantalla y la configuración de privacidad.

Para evitar imágenes sexuales y vídeos de desnudos no deseados, se puede activar la "Advertencia de contenido sensible" disponible para usuarios de todas las edades. Podés ver cómo hacerlo en "[Seguridad en las comunicaciones](#)".

También se puede filtrar material con clasificaciones de contenido explícito, como películas o música. Estas clasificaciones incluyen lenguaje inapropiado, contenido violento y sexual, y referencias a drogas o alcohol. Sin embargo, no todos los archivos con contenido explícito se etiquetarán con estas clasificaciones, por lo que se recomienda una supervisión parental adecuada a la edad, además del uso de los controles del dispositivo y la aplicación.

Tabletas y teléfonos inteligentes Android

Aunque Android no tiene funciones generales de control parental integradas, los dispositivos Android se pueden controlar mediante [Google Family Link](#) (ideal para menores de 13 años) y [Google](#) ofrece diferentes opciones para toda la familia y paso a paso sobre cómo [restringir](#) el contenido que se puede descargar o comprar.

Además, los smartphones con sistema operativo Android 16 (o posterior) cuentan con controles parentales integrados. Hay que acceder al dispositivo para configurar y modificar estos controles. Hay que tener en cuenta que los controles parentales de Android o iOS que se hacen desde los menús de configuración de los dispositivos pueden ser fácilmente desactivados por los usuarios.

Para limitar lo que pueden buscar en internet, la mejor opción es activar [Google SafeSearch](#) en el navegador que use y así asegurarte de que no se topen con algo desagradable por accidente.

ReConectate

Tanto en Android como en iOS si se busca monitorear mensajes de texto, redes sociales, correos electrónicos y otras funciones móviles hay muchas aplicaciones de control parental pagas (que tienen pruebas gratuitas) que funcionan tipo “espías” pero también ayudan a medir el tiempo de exposición a pantallas o limitan el uso del dispositivo a determinadas aplicaciones, como Bark, Aura, Qustodio, WebWatcher o TeenSafe.

Están diseñadas para monitorear la actividad en línea de niñas, niños y adolescentes, pero difieren en sus enfoques: [Bark](#) se especializa en alertas de texto, redes sociales (analizando el contenido sin mostrarlo todo) y ubicación, usando IA para detectar problemas graves; [Aura](#) ofrece un paquete más amplio que incluye protección de identidad, monitoreo de juegos y control de tiempo pero no tiene funciones de seguimiento de ubicación; [Qustodio](#) filtra contenido, establece límites de tiempo, monitoriza actividad multiplataforma (tiene una versión gratuita con menos funciones), [WebWatcher](#) es más invasivo, registrando casi todo (textos, llamadas, historial web, fotos, capturas de pantalla), mientras que [TeenSafe](#) se enfoca en el monitoreo de aplicaciones y redes sociales, con funciones como límites de tiempo y seguimiento de ubicación. Tené en cuenta que para monitorear las redes sociales, necesitarás la información de la cuenta de tu hijo, incluidas las contraseñas.

Otros dispositivos móviles

Es importante tener en cuenta todos los dispositivos en línea que podrían usar niñas, niños y adolescentes, incluyendo pulseras de actividad y relojes inteligentes. Por ejemplo, las pulseras de actividad Garmin tienen control parental, y los Fitbits permiten a los padres y cuidadores gestionar las cuentas de los niños.

La configuración del reloj inteligente está conectada a la cuenta de usuario, como Apple o Google. Recordar que los controles parentales no suelen configurarse automáticamente en los dispositivos. También hay que revisarlos periódicamente para asegurarse de que la configuración no haya cambiado si se ha actualizado el software del dispositivo.

Proveedores de servicios móviles

Los proveedores de servicios de telefonía móvil también ofrecen herramientas de control parental como parte de un plan de telefonía móvil.

Consolas de juegos y televisores inteligentes

Todas las consolas de juegos principales como [Playstation 5](#), [Xbox](#) y [Nintendo Switch](#) ofrecen controles parentales para ayudar a los padres a gestionar

ReConectate

la actividad de juego de sus hijos. Algunas plataformas de juegos en línea para PC (computadoras de escritorio y portátiles) también ofrecen controles parentales, como Steam y Epic Games.

Los televisores inteligentes ofrecen múltiples oportunidades (pero también riesgos) que conlleva estar conectado a internet. La mayoría ofrece algún tipo de control parental, pero es solo un código que bloquea ciertas funciones, pero pueden configurarse las plataformas a las que tiene acceso.