

FÉNIX EDUCA

Bienestar digital para tu familia

15 PREGUNTAS QUE TODO PADRE DEBE SABER RESPONDER

Riesgos digitales, redes sociales y videojuegos online

Guía práctica con pasos concretos para proteger a tus hijos

50%

de adolescentes sufrió
ciberacoso

71%

de niñas recibió contactos sexuales
por redes

40%

de víctimas jugaba con permiso
de sus padres

Basado en datos de la Defensoría de la Niñez, PDI Chile, Radiografía Digital 2025 y UNICEF.

Por qué esta guía existe

En Fénix Educa sabemos que los padres quieren proteger a sus hijos, pero el mundo digital cambia más rápido de lo que cualquier familia puede seguir. Esta guía no es para asustarte: es para darte las respuestas concretas que necesitas cuando llega la pregunta difícil.

Cada respuesta está basada en estudios reales y fuentes oficiales chilenas. Porque proteger a tu hijo empieza por saber qué está pasando.

Índice por categoría

PREVENCIÓN	Preguntas 01, 02, 03, 14, 15
CRISIS	Preguntas 04, 05, 06
TÉCNICA	Preguntas 07, 12
INFORMACIÓN	Preguntas 08, 09, 10, 13
COMUNICACIÓN	Preguntas 11
HERRAMIENTA	Preguntas 15

01 PREVENCIÓN ¿Cómo evito que le pase esto a mi hijo?

No se trata de prohibir, sino de acompañar. Hay tres pasos concretos que puedes aplicar esta semana:

- 1 Activa los controles parentales.** En Roblox, activa la 'Cuenta Supervisada' que restringe el chat. En Free Fire, usa Google Family Link (Android) o Screen Time (iPhone) para limitar el tiempo de uso diario.
- 2 Establece una regla no negociable.** Los videojuegos se juegan en espacios comunes del hogar (living, comedor), nunca con audífonos cerrados en la pieza con la puerta con llave.
- 3 Habla antes de que pase algo.** La conversación más poderosa es la preventiva: '¿Sabes qué hacer si alguien que no conoces te pide fotos o quiere hablar contigo por privado?'

02 PREVENCIÓN ¿A qué edad es seguro que mi hijo use redes sociales y videojuegos?

Roblox tiene clasificación para mayores de **7 años con supervisión activa**. Free Fire está clasificado para **mayores de 16 años** (PEGI europeo), aunque en Chile lo juegan niños desde los 10 años. La pregunta real no es la edad: es **¿tiene el chat desactivado? ¿Sabes con quién habla mientras juega?** Si no puedes responder eso, la edad no importa.

- 1 Menores de 9 años:** Sin acceso a plataformas con chat. Solo juegos offline o con modo sin conexión activado.
- 2 Entre 10 y 12 años:** Con supervisión directa, controles parentales activados y sin acceso a mensajes privados.
- 3 Entre 13 y 15 años:** Con acuerdo familiar por escrito, revisiones periódicas y conversaciones abiertas sobre lo que ven.

03 PREVENCIÓN ¿Le quito el juego o lo dejo jugar?

Quitárselo de golpe rara vez funciona y casi siempre **destruye el canal de comunicación**. Lo que funciona es **negociar condiciones concretas**: 'Puedes jugar Roblox, pero con el chat desactivado y en el living'. El objetivo no es eliminar el juego, sino que tu hijo aprenda a usarlo de forma segura.

- 1 Establece horarios claros.** Máximo 1 hora entre semana y 2 horas el fin de semana. Sin pantallas 1 hora antes de dormir.
- 2 Define las condiciones.** Chat desactivado, espacio común del hogar, puerta abierta. Si no se cumple, consecuencias acordadas previamente.
- 3 Documenta el acuerdo.** Un Contrato Digital Familiar firmado por toda la familia funciona mucho mejor que las reglas verbales.

04 CRISIS ¿Qué hago si ya le ocurrió algo a mi hijo?

Lo primero y más importante: **no culpes a tu hijo**. Los agresores son adultos expertos en manipulación. Tu hijo no hizo nada malo.

- 1 Mantén la calma frente a él o ella.** Si reaccionas con rabia o pánico, no te volverán a contar nada en el futuro. Tu reacción hoy define si te contará algo mañana.
- 2 No borres nada.** Las conversaciones, capturas y mensajes son evidencia clave. Toma capturas de pantalla de todo antes de bloquear o eliminar cualquier contenido.

3 **Denuncia a la PDI.** Brigada del Cibercrimen, Av. España 1365, Santiago. También puedes llamar al 134 o ingresar en pdichile.cl. Es confidencial y gratuito.

4 **Busca acompañamiento profesional.** No para que tu hijo 'declare', sino para que pueda procesar lo que vivió con un adulto de confianza. El apoyo psicológico temprano es clave.

05 **CRISIS** Mi hijo recibió fotos o mensajes inapropiados de un desconocido. ¿Es delito?

Sí, es delito. Enviar material sexual a un menor está tipificado en la **Ley 19.927** sobre pornografía infantil y la **Ley 20.526** sobre grooming en Chile. Si el menor también envió imágenes propias bajo presión o engaño, igualmente es **víctima, no victimario**. La ley lo protege.

1 **No borres nada.** Toma capturas de pantalla de todos los mensajes, imágenes y perfiles involucrados.

2 **Denuncia en la PDI.** La Brigada del Cibercrimen puede rastrear la identidad real del agresor incluso si usó un perfil falso. Llama al 134.

3 **Bloquea al agresor.** Hazlo después de tener las capturas. En Roblox y Free Fire puedes reportar y bloquear desde el perfil del usuario.

06 **CRISIS** Mi hijo no me cuenta nada. ¿Cómo sé si algo está pasando?

Hay señales conductuales que no mienten. **Dos o más de estas señales juntas es motivo para una conversación directa y sin juicio:**

- **Se pone nervioso o agresivo** cuando te acercas mientras juega o usa el celular.
- **Cierra o minimiza pantallas** cuando entras a la pieza.
- **Tiene gastos inexplicables** o pide dinero para 'mejoras del juego'.
- **Se aísla de amigos y familia** de forma repentina.
- **No duerme bien** o baja su rendimiento escolar de golpe.
- **Recibe mensajes de noche** y se levanta a responderlos.



07 TÉCNICA ¿Cómo activo el control parental en Roblox y Free Fire?

Son configuraciones que puedes hacer en menos de 10 minutos. Aquí los pasos exactos:

- 1 En Roblox:** Entra a [roblox.com](https://www.roblox.com) → Configuración (tuerca) → Privacidad → activa 'Cuenta Supervisada por Padres'. Puedes desactivar el chat completamente para menores de 13. Necesitas crear una cuenta de padre vinculada.
- 2 En Free Fire (Android):** Google Play Store → ícono de perfil → Family Link → selecciona el dispositivo de tu hijo → Controles → Límites de tiempo de pantalla y restricción de compras en app.
- 3 En Free Fire (iPhone):** Configuración → Tiempo en pantalla → activa restricciones de contenido y compras. Establece un código que solo tú conozcas.

08 INFORMACIÓN ¿Qué es el grooming y cómo ocurre exactamente?

El grooming es el proceso mediante el cual un adulto **se gana la confianza de un menor para manipularlo sexualmente**. La PDI describe tres fases:

- 1 El agresor finge ser menor de edad.** Crea un perfil falso en Roblox o Free Fire haciéndose pasar por un niño o adolescente de edad similar a la víctima.
- 2 Fase de seducción.** Construye una 'amistad' durante semanas o meses. Regala Robux, ayuda en el juego, se muestra como el 'mejor amigo'. Luego pide fotos 'personales'.
- 3 La extorsión.** Una vez que tiene imágenes, amenaza con mostrarlas si el menor no cumple sus demandas. Esto genera consecuencias psicológicas graves en la víctima.

09 INFORMACIÓN ¿Por qué Roblox y Free Fire son los más peligrosos en Chile?

La PDI chilena lo confirma: son los dos juegos más usados por adultos para acosar a menores. La razón es técnica:

- Roblox:** Chat abierto en tiempo real + mensajes privados + moneda virtual (Robux) usada como anzuelo. Tiene 50 millones de usuarios menores de 13 años mezclados con adultos sin verificación de identidad.
- Free Fire:** Chat de voz en tiempo real durante la partida (el agresor habla literalmente al oído del menor) + sistema de clanes que facilita el contacto sostenido + prácticamente sin control parental efectivo.

- **Lo que tienen en común:** Mezclan niños y adultos en el mismo espacio sin verificación real de edad. Un adulto de 40 años puede pasar semanas hablando con tu hijo sin que nadie lo sepa.

10 INFORMACIÓN ¿Qué es el ciberbullying y cómo lo diferencio del bullying común?

El ciberbullying es el acoso que ocurre a través de dispositivos digitales: celulares, computadores, tablets. A diferencia del bullying presencial, **no termina cuando tu hijo llega a casa**. Sigue en su bolsillo, las 24 horas, los 7 días de la semana. En Chile, el 50% de los adolescentes ya lo sufrió.

- **Bullying tradicional:** Ocurre en el colegio, termina al salir. El agresor y la víctima se conocen.
- **Ciberbullying:** No tiene horario ni lugar. Puede venir de conocidos o de anónimos. Se difunde rápidamente y el daño puede ser permanente.
- **Señales específicas:** Tu hijo evita hablar de lo que hace en internet, está triste después de usar el celular, o deja de usar plataformas que antes disfrutaba.

11 COMUNICACIÓN ¿Cómo hablo con mi hijo sobre estos temas sin asustarlo?

La clave es **no empezar la conversación cuando ya hay un problema**. La conversación más poderosa es la preventiva y cotidiana. Algunos enfoques que funcionan:

- 1 **Usa noticias como punto de entrada.** Si ves algo en las noticias sobre grooming o ciberbullying, coméntalo con tu hijo: '¿Sabes qué es esto? ¿Te ha pasado algo así?' Sin juicio, con curiosidad.
- 2 **Pregunta por los juegos, no por los riesgos.** '¿Con quién juegas Roblox? ¿Son amigos del colegio?' Es más fácil llegar a la información importante partiendo de algo que a él le gusta.
- 3 **Deja claro que nunca va a estar en problemas por contarte.** La frase más importante que puedes decir: 'Si alguien te hace sentir incómodo en internet, cuéntame. No me voy a enojar contigo, nunca.'

12 TÉCNICA ¿Los controles parentales son suficientes para proteger a mi hijo?

No. Los controles parentales son el cinturón de seguridad, no el conductor. Son una capa de protección importante, pero los estudios muestran que **los niños aprenden a saltárselos**. La protección real viene de la combinación de herramientas técnicas más conversación abierta.

- 1 Activa los controles parentales.** Como primera línea de defensa. Son imprescindibles, pero no suficientes.
- 2 Revisa periódicamente.** No como vigilancia, sino como rutina. 'Muéstrame qué estás jugando' normaliza la transparencia.
- 3 Mantén la conversación abierta.** Un hijo que sabe que puede hablar contigo sin miedo tiene la protección más efectiva que existe. Eso no lo puede hacer ninguna app.

13 INFORMACIÓN ¿Qué es el sexting y por qué lo hacen los adolescentes?

El sexting es el envío de fotos o videos de contenido sexual a través del celular o redes sociales. **En Chile, el 71% de las adolescentes mujeres ya recibió contactos de tipo sexual por redes sociales.** Lo hacen por presión social, por confianza en la otra persona o por desconocimiento del riesgo real.

- 1 Explícale el riesgo concreto.** 'Una foto que envías hoy puede estar en internet para siempre, y puede llegar a personas que nunca imaginaste'. Sin dramatismo, con claridad.
- 2 Habla de la presión de pares.** Muchos adolescentes lo hacen porque sienten que 'todos lo hacen'. Pregúntale si alguna vez ha sentido esa presión.
- 3 No amenaces ni castigues.** Si tu hijo ya lo hizo, la reacción de castigo solo garantiza que no te lo cuente la próxima vez. La conversación sin juicio es la herramienta más efectiva.

14 PREVENCIÓN ¿Cuántas horas de pantalla son aceptables para mi hijo?

En Chile, los niños pasan en promedio entre **5,3 y 6,1 horas diarias** frente a pantallas. Los adolescentes llegan a **8,3 horas**. Las recomendaciones de la OMS y la Sociedad Chilena de Pediatría son claras:

- **Menores de 2 años:** Cero pantallas (excepto videollamadas familiares).
- **Entre 2 y 5 años:** Máximo 1 hora diaria con supervisión de un adulto.
- **Entre 6 y 12 años:** Máximo 2 horas diarias. Sin pantallas 1 hora antes de dormir.
- **Adolescentes:** Sin un límite rígido, pero con acuerdo familiar y sin pantallas en la pieza durante la noche.

15 HERRAMIENTA ¿Qué es el Contrato Digital Familiar y cómo lo aplico?

Es un acuerdo escrito, firmado por toda la familia, que establece las **reglas, horarios y consecuencias** del uso de pantallas en el hogar. Funciona mucho mejor que las reglas verbales porque todos las conocen, las acordaron y las firmaron.

- 1 Constrúyanlo juntos.** Incluye a tu hijo en la creación del contrato. Las reglas que él ayuda a construir las respeta mucho más que las que se le imponen.
- 2 Define horarios claros.** ¿Cuándo? ¿Cuánto tiempo? ¿Dónde en la casa? ¿Qué apps? Todo por escrito.
- 3 Establece consecuencias acordadas.** No castigos sorpresa. Si se incumple la regla X, la consecuencia es Y. Previamente acordada, sin negociación en el momento.
- 4 Revisenlo cada 3 meses.** Las necesidades de un niño de 10 años no son las mismas que a los 12. El contrato debe crecer con él.

¿Quieres que Fénix Educa acompañe a tu colegio?

Realizamos charlas, talleres y diagnósticos de bienestar digital para comunidades escolares.

Monitoreamos el bienestar de tus estudiantes semana a semana y generamos alertas tempranas para familias.

fenixeduca.cl

+56 9 3893 8919 | WhatsApp disponible

© Fénix Educa 2025 — Todos los derechos reservados