

# EL USO Y ABUSO DE LA INTERNET

***Especialistas recomiendan a los padres que se involucren en esta actividad con sus hijos***



La Internet es un medio de comunicación que ha invadido silenciosamente nuestras vidas. Para muchos adultos se ha convertido en una indispensable herramienta de trabajo o estudio. Sin embargo, para un gran número de niños y adolescentes es casi una “necesidad” estar conectada a ella para usar los chats, juegos o foros que ofrecen esta maravilla de la informática. Internet es un arma de doble filo que los padres deben saber manejar adecuadamente para evitar no solo problemas de comportamiento en sus hijos, sino para preservar su integridad física y mental.

Los psicólogos advierten que los violentos juegos en red pueden resultar adictivos e incluso desarrollar conductas agresivas en las personas que los usan para divertirse frecuentemente. Pero lo grave es que se han detectado que hay menores que se envician para olvidarse de los problemas familiares. “Lo hacen como un escape, una forma de huir de su soledad y buscar el reconocimiento que no tienen en sus hogares. Si adolescentes juegan constantemente, perderán la creatividad y originalidad, pues estarán programados”, afirman.

Para los especialistas en Tecnologías de la Información, el ocio en la Internet es bueno para los chicos, pero siempre y cuando no dejen de realizar otras actividades, como leer o practicar algún deporte. “Los padres deben preocuparse de que el juego en una red sea una actividad más que complementa otras que debe realizar durante el día”, recomiendan. Ambos especialistas coinciden en que los padres son los únicos que pueden evitar el mal uso de la red.

## ***Juntos***

La confianza y la comprensión harán que sus hijos no se conviertan en esclavos de la Internet. Es necesario que los padres se involucren en esta actividad con sus hijos. Que juntos aprendan su buen uso y así, en confianza, adviertan a los menores de los peligros que pueda haber. “Es importante que los padres se den un tiempo para ellos”. Recuerde que la Internet no es un medio bueno o malo por sí mismo, depende del uso que usted o sus hijos le den, que puede ser beneficiosa para ampliar sus conocimientos o si se torna dañina para su salud.