



Regreso a clases: Norton comparte consejos para fomentar hábitos digitales seguros y saludables en los niños

Un nuevo estudio revela que el 89% de los padres mexicanos gestionan activamente el tiempo en pantalla de sus hijos, pero más de la mitad afirma que los niños encuentran formas de eludir los controles.

Ciudad de México, 20 de agosto de 2025 – Con el regreso a clases a la vuelta de la esquina, [Norton](#), un líder mundial en ciberseguridad y parte de [Gen](#) (NASDAQ: GEN), anima a las familias a reflexionar sobre cómo fomentar hábitos digitales seguros y saludables entre los niños. Según el informe [Norton Cyber Safety Insights Report: Connected Kids de 2025](#), los niños en México pasan una media de 4.61 horas al día utilizando dispositivos digitales. Aunque el 89% de los padres encuestados afirma que gestiona activamente el tiempo que sus hijos pasan frente a la pantalla, el 51% de los padres afirma que sus hijos han encontrado formas de eludir las restricciones.

“En Norton, queremos ayudar a los padres a sentirse más seguros ahora que sus hijos regresan al colegio y vuelven a conectarse con la tecnología, tanto en el aula como en casa”, afirma Iskander Sanchez-Rola, director de IA e Innovación en Norton. “La tecnología puede ser una poderosa herramienta de aprendizaje, pero sin los límites adecuados, también puede suponer riesgos, especialmente con la exposición temprana a la inteligencia artificial. Establecer acuerdos familiares, utilizar herramientas de confianza y mantener un diálogo abierto son aspectos esenciales para fomentar hábitos tecnológicos positivos durante el año escolar”.

El estudio también reveló que el 37% de los padres mexicanos, ha observado que sus hijos utilizan herramientas de inteligencia artificial como compañía o apoyo emocional. Aplicaciones como ChatGPT (56%), Google Gemini (47%) y My AI de Snapchat (14%) se encuentran entre las herramientas de IA más utilizadas. Este uso creciente de la IA señala la importancia de educar a los niños y adolescentes sobre los parámetros de la inteligencia artificial y de mantenerse involucrados en las interacciones en línea de los niños, tanto dentro como fuera de la escuela.

Los expertos de Norton ofrecen orientación para ayudar a las familias a crear hábitos saludables en Internet.

Utiliza herramientas de control parental

Establecer límites de tiempo de pantalla y utilizar herramientas de control parental puede ayudar a crear un equilibrio saludable entre las actividades digitales y las actividades fuera de línea. Soluciones como [Norton Family](#) permiten a los padres supervisar la actividad en línea, bloquear contenidos inapropiados y establecer horarios personalizados, incluyendo el tiempo dedicado al colegio y al descanso, lo que fomenta la transparencia y la confianza entre padres e hijos.

Restringir las compras, las descargas y los sitios web no deseados

Muchas plataformas permiten bloquear sitios web específicos, limitar las descargas o configurar alertas para compras no autorizadas. Establecer estos límites desde el principio puede ayudar a evitar sorpresas y proteger a los niños de riesgos innecesarios.

Revisar la configuración de privacidad

Comprueba qué aplicaciones tienen acceso a la cámara, el micrófono, la ubicación y otras funciones del dispositivo. Ajustar estos permisos, protege la privacidad de los niños y reduce el riesgo de sobreexposición.

Mantén la conversación abierta y fluida

Más allá de las herramientas tecnológicas, es fundamental establecer una relación de confianza. Habla con regularidad sobre sus experiencias en línea: lo que les gusta, lo que les preocupa y cómo manejar situaciones incómodas en Internet.

Para acceder a los resultados completos del Norton Cyber Safety Insights Report: Connected Kids de 2025, visite:

<https://newsroom.gendigital.com/Norton-Cyber-Safety-Insights-Report-Connected-Kids>

Acerca del Norton Cyber Safety Insights Report: Connected Kids de 2025

El estudio fue realizado en línea en México por Dynata en nombre de Gen, entre el 30 de abril y el 8 de mayo de 2025, entre 1000 adultos mayores de 18 años. Los datos se han ponderado, cuando ha sido necesario, por edad, sexo y región, para que sean representativos a nivel nacional. En este informe, las menciones a los padres se refieren a padres con hijos menores de 18 años.

Acerca de Norton

[Norton](#) es líder en ciberseguridad y forma parte de Gen (NASDAQ: GEN), una empresa global dedicada a potenciar la libertad digital con una familia de marcas de consumo de confianza.

Norton proporciona a millones de personas y familias una protección galardonada para sus dispositivos, su privacidad en línea y su identidad. Los productos y servicios de Norton están certificados por organizaciones de pruebas independientes como AV-TEST, AV-Comparatives y SE Labs. Norton es miembro fundador de la Coalición contra el Stalkerware. Más información en www.norton.com