

# Internet Safety

The Internet is a great resource for children in that it provides instant communication, games, and educational materials. However, it's important to keep a close eye on children's Internet use. During 2007, the US Department of Justice received over 18,000 complaints of internet-facilitated child exploitation. Additionally, "cyber-bullying," which includes intimidating children or sending embarrassing stories or pictures, has become more prevalent. Here are some tips for safe surfing on the Internet.

## What Can I Do?

- Explain why personal information should not be shared online. Websites for children are not permitted to request personal information without a parent or guardian's permission.
- Tell children not to respond to offensive or dangerous e-mail, chats or other communication but report it to their parents or a trusted adult. Report these types of communications to the police.
- Make and discuss clear rules on Internet usage and explain the importance of being cautious when using the Internet. Rules may include only talking to people children have met in person or not saying things online that children would not say face-to-face. Post the rules by the computer.
- Limit Internet usage to two hours or less each day.
- Keep the computer in the family room or another open area of the house.
- Know who children are exchanging email with, and only let them use chat areas when you can supervise. Limit chat room access to child friendly sites.

- Consider using filtering or monitoring software.
- Check your computer to see what websites your child is using. Website-tracking software is available.

## How can UVA help?

At UVA Children's Hospital, caring for children is our specialty. We have more than 500 healthcare professionals dedicated to treating children in an environment specially designed for kids and their families. UVA Children's Hospital includes a pediatric emergency department, a state-of-the-art Newborn Intensive Care Unit, an intensive care unit (PICU), acute care facilities, the Kluge Children's Rehabilitation Center and an extensive network of primary and specialty care clinicians. Our goal is to get kids back to being kids.

## For more information, call 434.924.1648.

Portions adapted from the US Department of Justice, the American Academy of Pediatrics, and Safe Kids Worldwide.

# Seguridad en Internet

La Internet es un gran recurso para los niños ya que les ofrece comunicación instantánea, juegos y materiales educativos. Sin embargo, es importante poner mucha atención a la forma en que los niños usan la Internet. Durante 2007, el Departamento de Justicia de los Estados Unidos recibió más de 18.000 quejas de explotación infantil facilitada por medio de Internet. Además, el “acoso cibernético” — por ejemplo, intimidar a los niños o enviar historias o imágenes para hacerles pasar vergüenza— se ha vuelto más frecuente. Los siguientes consejos ayudarán a que sus niños naveguen en forma segura por Internet.

## ¿Qué puedo hacer?

- Explique a sus niños por qué es importante que no compartan información personal en línea. Los sitios web para niños tienen prohibido solicitar información personal sin el permiso de un padre o tutor.
- Dígales a sus niños que no respondan a mensajes, chats u otras comunicaciones electrónicas ofensivos o peligrosos y que en cambio se lo informen a sus padres o a un adulto de confianza. Informe este tipo de comunicaciones a la policía.
- Establezca reglas claras con respecto al uso de Internet y explíquelas. Explique asimismo la importancia de usar la Internet con cautela. Algunas de las reglas podrían ser comunicarse sólo con gente que los niños conocen personalmente o no decir nada en línea que no dirían cara a cara. Ponga un cartelito con las reglas junto a la computadora.
- Limite el uso de Internet a dos horas o menos cada día.
- Mantenga la computadora en la sala de estar o en otro lugar de la casa para toda la familia.
- Sepa con quiénes intercambian correo electrónico los niños y deje que usen lugares de chat sólo cuando usted pueda supervisarlos. Permita que accedan solamente a salas de chat apropiadas para niños.
- Considere usar un software de filtro o vigilancia.
- Inspeccione su computadora para ver los sitios web que su niño está visitando. Hay software disponible que permite rastrear los sitios visitados.

## ¿Cómo puede ayudar la UVA?

En UVA Children's Hospital, cuidar a los niños es nuestra especialidad. Contamos con más de 500 profesionales de cuidado de la salud dedicados a tratar a los niños en un ambiente especialmente diseñado para ellos y sus familias. UVA Children's Hospital tiene un Departamento de Emergencias Pediátricas, una Unidad Neonatal de Cuidados Intensivos con tecnología de vanguardia, una Unidad de Cuidados Intensivos, instalaciones para cuidados agudos, un centro de rehabilitación infantil (Kluge Children's Rehabilitation Center) y una amplia red de médicos de atención primaria y especialistas. Nuestro objetivo es ayudar a que los niños vuelvan a ser niños.

**Para más información, llame al  
434.924.1648.**

Adaptado en parte de Departamento de Justicia de los Estados Unidos, American Academy of Pediatrics y Safe Kids Worldwide