



### FAMIPED

**Familias, Pediatras y Adolescentes en la Red. Mejores padres, mejores hijos.**

## Impacto de las nuevas tecnologías en nuestros hogares

**Autor/es:** Narcisa Palomino Urda. Pediatra CS Las Flores. Granada. Carlos Valdivia Jiménez. Pediatra. CS Los Boliches. Fuengirola (Málaga).

[Volumen 5. Nº3. Septiembre 2012](#) [1]

**Palabras clave:** [televisión](#) [2], [internet](#) [3], [hogares](#) [4], [nuevas tecnologías](#) [5], [TIC](#) [6], [videojuegos](#) [7], [teléfono móvil](#) [8]

En la sociedad en la que nos desenvolvemos se han instalado las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (TICs). Tanto adultos como niños, convivimos con ellas, y nos aportan grandes utilidades, ya que han supuesto un gran avance en la educación, comunicación, relaciones interpersonales, trabajo y ocio.

Los padres actuales necesitamos subirnos al carro de las nuevas tecnologías, si aún no lo hemos hecho, para acompañar a nuestros hijos en esta andadura que forma parte de sus vidas. Puede que exista una *brecha digital* que refleje un nivel de competencias muy distinto entre padres e hijos y, en este caso, por primera vez en nuestra historia, serán los hijos (*nativos digitales*) los que enseñen a los padres (*inmigrantes digitales*) el manejo de los dispositivos, ayudando a *alfabetizarnos* en las nuevas tecnologías.

Tenemos que saber que más información no significa mayor competencia o conocimiento. Nuestros hijos necesitarán que los eduquemos en el uso de las nuevas tecnologías, transmitiéndoles los valores que les enseñamos en todos los aspectos de la vida. La cortesía, el respeto, la amabilidad, el sentido común, la prudencia serán necesarios, y los deben acompañar, tanto en la red como en la vida real. La distancia y el anonimato no pueden justificar un comportamiento maleducado y dañino.

Es cierto que internet es una gran ventana abierta al mundo, por la que accedemos a infinitos contenidos de gran valor para el desarrollo humano y profesional, pero también hay que ser conscientes de que entraña riesgos que debemos conocer y afrontar. Sería inútil negar esta realidad, así como intentar evitar estos peligros mediante el aislamiento o la prohibición. Nuestros hijos tendrán acceso a las nuevas tecnologías en otros ámbitos cercanos a ellos (escuela, casas de los amigos, cualquier centro educativo o de ocio al que acudan). La actitud más sensata, útil e inteligente es enseñarles cómo navegar por la red, conociendo los riesgos y facilitando herramientas que les ayuden a afrontarlos y salir bien parados.

**¿Cuándo empiezan nuestros hijos a tener contacto con las nuevas tecnologías?**

Es frecuente observar a los bebés jugando con el móvil de sus padres, ya sea con algún juego instalado o, simplemente, con la galería de fotos o videos que guardan en este soporte. La facilidad de interacción, gracias a la conducta intuitiva, y la curiosidad de los pequeños hacen que aprendan su uso rápidamente. Así que, desde muy pronto, manejan el smartphone, las pantallas digitales de la tablet y otros dispositivos que se pongan a su alcance.

No perdamos de vista que otro aparato, **el televisor**, presente en la casi totalidad de los hogares, también supone una puerta de entrada a material externo. En menores de dos años se recomienda exponerlos lo menos posible a la TV. Es mucho más beneficioso para los niños la interacción y el juego con sus padres que cualquier entretenimiento en pantalla. La educación y el aprendizaje son mucho mejores cuando proceden de este contacto humano cercano, a través del contacto físico, la voz, la mirada, con la transmisión del afecto y el amor necesarios para establecer un buen vínculo que favorezca un apego correcto, imprescindible para su desarrollo afectivo y emocional.

Así que, se aconseja apagar la televisión todo lo posible, y dejar la posibilidad de llenar el tiempo con otras actividades que pueden ser, simplemente, observar, imaginar, inventar, con la suficiente supervisión y dedicación por parte de los cuidadores.

**Los videojuegos** son una fuente interesante de entretenimiento y diversión. Para recabar información a la hora de elegir un videojuego, en Europa disponemos del código PEGI (Pan European Game Information). Nos orienta sobre la edad recomendada y la advertencia de contenidos ofensivos. Lo mejor es conocerlos previamente o tener referencias de alguien en cuyo criterio confiemos, para decidir si los contenidos se adaptan a lo que queremos para nuestros hijos.

Respecto al **teléfono móvil**, la pregunta más habitual es cuándo lo necesita nuestro hijo. Será usted y su familia quienes deben decidir el momento en función de la edad, madurez y circunstancias familiares. Cuanto menor edad, el modelo debe ser más sencillo.

Para los hijos, el móvil representa la independencia, autonomía, y autoafirmación. Es una herramienta que los mantiene conectados con su entorno, facilitando la pertenencia al grupo de iguales. Por tanto, muy lejos de la idea de control que tienen los padres.

¡Cuidado con el uso de la cámara del móvil! Es un elemento que, mal usado, puede conducir a actos delictivos como ciberacoso a través de la difusión de fotos y/o videos de carácter ofensivo o denigrante. Ser menor de edad no exime de responsabilidades.

### ¿Cuándo preocuparnos por internet?

Cuando los niños pueden acceder a contenidos de la red porque son capaces de interactuar con el terminal. Es el momento de acompañarlos en esta andadura, de crear una lista de favoritos con los contenidos que creamos idóneos y de establecer filtros en el ordenador que nos ayuden a seleccionar la información recibida, desechando la no deseada. De esta manera, podrán acceder de manera más fiable a páginas de juegos, educativas, que aportarán beneficios en su aprendizaje.

Según van siendo mayores, es posible que quieran explorar los recursos de comunicación, introduciéndose en redes sociales que les conecten con amigos de su entorno (chats, blogs, foros, tuenti). Es el momento de dar recomendaciones sobre dos conceptos importantes: la privacidad y la veracidad.

La privacidad en la red se debe mantener, evitando dar datos personales (nombre y dirección, número de teléfono, colegio al que asiste, rutina de las actividades diarias del niño y de su familia), tanto de ellos como de sus amigos.

Hay que enseñarles que no todo lo que enseña o publicita la red es cierto. Cualquiera puede colgar contenidos, y hay que contrastar la información hasta asegurarse de que es veraz. Deben tener esto en cuenta tanto para buscar información general en cualquier ámbito como para ofertas, gangas o chollos que pueden esconder engaño.

### Peligros de internet

Los riesgos que se presentan en Internet se pueden agrupar en:

- **Contenidos nocivos:** aquellos que, siendo o no legales, afectan de manera negativa a los menores (violencia, xenofobia, trastornos alimentarios, etc.)
- **Contactos dañinos:** personas que causan sufrimiento a través de la red. El grooming y el ciberbullying son dos claros ejemplos.
- **Comercio fraudulento, apuestas y juegos de azar.**
- **Relacionados con la Ley:** se producen cuando, de forma intencionada o no, se lesionan los derechos de terceros.
- **Relacionados con el uso excesivo:** problemas visuales y osteomusculares, obesidad por sedentarismo, falta de desarrollo de determinadas competencias psicosociales por el aislamiento, adicción.
- **Pérdida de privacidad.**

### Recomendaciones generales para el buen uso de las nuevas tecnologías:

- Coloque las pantallas (tv, videoconsola, ordenador) fuera del dormitorio de su hijo. El lugar mejor es una zona común de la casa que sea de paso (salón, sala de estar)
- Acompañe a su hijo en el aprendizaje de las nuevas tecnologías.
- Aprenda a instalar en su ordenador filtros de contenidos no deseados.
- Elabore una lista de páginas favoritas que considera de interés y seguras.
- Comparta inicialmente la cuenta de correo electrónico con su hijo.
- Enséñele a detectar contenidos no deseados, a no responder a personas desconocidas, a advertirle de la recepción de mensajes amenazantes u obscenos. Dele la confianza suficiente como para compartir con usted situaciones en la red que crea peligrosas. Tome en serio sus comentarios si le alerta de ello.

Por último, el amor, la confianza sincera y el diálogo son grandes herramientas para educar a los hijos. Aderezados con la disciplina y las normas adecuadas a cada edad, nos ayudan a transmitir los valores que tenemos. Estas recomendaciones son útiles en todos los aspectos de la vida, tanto *analógica* como *digital*.

Son muchas las páginas que aportan información interesantísima para navegar seguros por internet:

- [www.pantallasamigas.net](http://www.pantallasamigas.net) [9]
- [www.menores.osi.es](http://www.menores.osi.es) [10] (Oficina de Seguridad del Internauta).

- <http://www.chaval.es/chavales/> [11] (sección Recursos).
- [www.infanciaytecnologia.com](http://www.infanciaytecnologia.com) [12] (oportunidades que ofrecen las TIC para la infancia).
- [www.netiquetate.com](http://www.netiquetate.com) [13] (fomento y promoción de hábitos seguros y responsables en las redes sociales, la ciudadanía digital y la ciberconvivencia).