

Sociedad



Marta Eguidazu | Psicóloga infantil

«Nuestros hijos están creciendo en un entorno digital sin un buen paracaídas»

La especialista aconseja evitar regalar móviles a menores de 12 años y, en caso de hacerlo, con un «contrato parental» que fije tiempos de uso



La experta vizcaína cree que las familias necesitan más formación sobre el uso de las nuevas tecnologías. / EL CORREO



SILVIA OSORIO

Sábado, 24 diciembre 2022, 00:28



Una decena de colegios concertados de Bizkaia ha comenzado a impartir clases de Ciudadanía Digital para prevenir y evitar un mal uso de los móviles y las redes sociales entre los menores de edad. De la mano de la Fundación Children On The Line, varios expertos han participado en la elaboración de este programa pionero. Entre ellos, la

psicóloga vizcaína Marta Eguidazu, que advierte de la necesidad de que familias y escuelas realicen una labor preventiva a edades muy tempranas, además de fijar normas y no dejarse llevar por lo que hacen otros padres.

- ¿Por qué es necesario educar digitalmente a los escolares?

- Nuestros hijos están creciendo en un entorno digital sin un buen paracaídas y en modo caída libre, y eso implica muchos riesgos. A nivel familiar, hay que hacer una labor preventiva, pero los colegios también son un recurso clave, ya que los niños se escolarizan muy jóvenes y han impuesto el uso de las nuevas tecnologías. El objetivo es que consigan adquirir hábitos y rutinas saludables.

- La enseñanza es cada vez más digital. ¿Qué hacemos?

- La revolución digital ha llegado a las escuelas, y la enseñanza se ha entregado a ello. Es muy importante que los educadores se planteen cómo va a ser esa digitalización sana. De alguna manera, han puesto a las familias entre la espada y la pared. Les han dado un dispositivo, pero hay mucha desinformación.

- ¿Cómo se consigue ese uso responsable de internet?

- Hay tramos muy vulnerables, en concreto los de 13 y 14 años. Habría que establecer límites claros de horas de contenidos. Tenemos niños en escuelas con ordenadores desde muy chiquitines, con acceso a YouTube en horario lectivo... Entre todos deberíamos reflexionar.

- ¿Cuántas horas recomendaría a los padres permitir a sus hijos usar el móvil?

- La Academia de Pediatría Americana habla de evitar la exposición hasta los 6 años. El impacto en el desarrollo es importante: un niño que no juega, no interactúa. Y a partir de los 6, exposiciones de una hora máximo.

- Pasan mucho más tiempo.

- En los adolescentes hablamos de hasta seis horas. Esta tecnología está diseñada para ellos y las mentes infanto-juveniles son muy vulnerables.

- **Muchos críos reciben su primer móvil en Navidad. ¿A partir de qué edad lo aconseja?**

- A los 12 años, coincidiendo con el paso a Secundaria, por su madurez neurológica. Pero siempre con un control parental. No es tanto que le demos un móvil o no, sino cómo se lo damos. Debe ir acompañado de unas normas muy claras de uso, con tiempos de empleo y horarios reducidos. Ese 'contrato parental' tendría que mantenerse hasta los 15. A partir de los 16, podrían volar solos. Si se ha hecho bien el trabajo de enseñarles a regularse, evitaremos muchos problemas.

- **Pero los padres se dejan llevar por lo que hacen otros padres.**

- Es un debate que podríamos abordar también con temas publicitarios. Hay muchísima información subliminal. Las redes y los dispositivos nos hacen más felices. Falta una actitud crítica por parte de las familias. Cuando hablamos con algunas familias nos damos cuenta de que falta muchísima información. Es complicado manejar esto porque nosotros mismos estamos muy enganchados.

- **¿Es conveniente que los niños tengan teléfono a edades tan tempranas?**

- Un niño de 10 años no tiene necesidad. El problema es que se lo entregamos sin ningún tipo de educación ni control.

«Las familias han normalizado que los chavales se aíslen en su cuarto»

SILVIA OSORIO



Límites en lugar de castigo

- **¿Y castigarles sin móvil o sin consola?**

- Más que castigos se trata de poner límites. Un adolescente no puede tener barra libre con el móvil el fin de semana. Hay que respetar su forma de ocio en esos momentos, pero con sentido común y no que un chaval se meta en la cama y que esté hasta las dos de la mañana chateando.

- **¿Deberían los padres controlar a quién siguen o qué fotos suben a Instagram? ¿O tampoco es bueno un exceso de control?**

- Hay que tener más control porque el acceso a la información es infinito. No se puede hacer un uso de siete horas y hablar con gente desconocida. Hay que explicarles mucho los riesgos que eso entraña.

- **¿Pero cómo se le asesora a un chaval sobre el uso de internet y a la vez se respeta su intimidad?**

- Hay una confusión entre el concepto de intimidad y el de protección. No es lo mismo la intimidad con 9 años que con 16. No podemos obviar que es su forma de socializar, pero es necesario también educarles en el uso en los tiempos, en los contenidos y a medida que vayan creciendo, serán independientes, autónomos y ellos mismos lo gestionarán, sin tener que negar, controlar o prohibir.

- **¿Cómo se le explica a un adolescente que El Rubius no es un modelo de conducta?**

- Los padres llegamos a la adolescencia de nuestras hijas sin unas bases muy importantes en los vínculos con ellos. Pretendemos ponernos en una posición muy contraria y eso tampoco es bueno. Desde pequeños tenemos que acompañarles: interesarnos por esos 'youtubers', intercambiar impresiones... Y para mí lo más importante es mantener una actitud crítica delante del menor.

TEMAS Redes sociales, Internet, Educación, psicología

TENDENCIAS

1 Comentarios

MÁS NOTICIAS DE EL CORREO



El fútbol de Irán llora por Azadani



¿Estamos bebiendo plásticos?