



**YOUTH
AND
MEDIA**

NATIONAL PLATFORM
FOR THE PROMOTION
OF MEDIA SKILLS



**Para padres
de niños
hasta 7 años**

Recomendaciones sobre el uso de los medios digitales

www.youthandmedia.ch



BUENO DE SABER

En el mundo actual, los medios digitales están presentes en todas partes, también para los niños. Ya los más pequeños observan cómo los adultos utilizan un smartphone o cómo los hermanos mayores están sentados delante del portátil o viendo la tele. Al igual que todo aquello que es nuevo para ellos, también los medios digitales despiertan su curiosidad. ¿Cómo afrontar como padres esta situación?

Una cosa está clara: no tiene sentido ni es realista mantener a los niños alejados de los medios digitales. En lugar de eso, se trata de predicar con el ejemplo de un uso responsable, escoger contenidos adecuados a la edad y acompañar a los niños cuando usan los medios. Los niños son individuos, su desarrollo trascurre de forma variable, por este motivo, a menudo las reglas y límites que se establecen teniendo en cuenta exclusivamente la edad, no conducen al objetivo deseado. Aun así, existen **puntos de referencia** que pueden servir de orientación en el día a día a padres y otras personas de referencia.

Con nuestras recomendaciones deseamos animarle a afrontar de forma positiva y creativa la cuestión del uso de los medios, a descubrir junto con los niños contenidos, a experimentar con funciones de aparatos y a configurar de forma consciente el uso de los medios digitales.





RECOMENDACIONES

ACOMPañE A LOS NIÑOS CUANDO ESTÉN UTILIZANDO LOS MEDIOS.

Los niños necesitan en los mundos mediáticos o digitales el acompañamiento por parte de sus padres u otras personas de referencia. Observe el efecto que produce en el niño el uso de medios y cómo reacciona (por ejemplo, con miedo o alegría). Hable con él sobre ello.

NO OLVIDE SU FUNCIÓN EJEMPLAR.

Los padres y otras personas de referencia son un modelo para los niños en el uso de los medios. Por este motivo, debe revisar sus propios hábitos de uso de los medios.

DETERMINE EL USO QUE HACEN DE LOS MEDIOS DIGITALES CONSCIENTEMENTE.

Los niños pequeños necesitan ante todo su atención, pero también movimiento y tiempo para jugar libremente y descubrir. Estas experiencias se pueden completar con el uso acompañado de medios digitales. Usar medios en pantalla antes de acostarse dificulta la conciliación del sueño.

ESTABLEZCA UN TIEMPO DE USO DE LAS PANTALLAS.

Usted determina cuánto tiempo al día pasa el niño delante de la pantalla. Cada niño es diferente, preste atención al efecto individual que ejercen los medios digitales y a la capacidad de atención del niño. Fije límites claros y dé importancia a que se acaten.

TENGA EN CUENTA LAS AUTORIZACIONES POR EDAD.

Tenga en cuentas las autorizaciones por edad en las películas (FSK, etc.) y los juegos (PEGI, USK, etc.) y considere además si los contenidos son adecuados para el niño.

LOS MEDIOS DIGITALES NO SUSTITUYEN LA TUTELA INFANTIL.

Los medios digitales no deberían emplearse para tranquilizar o distraer a los niños. Únicamente tranquilizan a los niños a nivel físico, pero los contenidos mediáticos se tienen que procesar mentalmente. Cuando sea posible, involucre a los niños en las tareas cotidianas.

LAS CONVERSACIONES SINCERAS SON MÁS IMPORTANTES QUE LOS PROGRAMAS DE FILTRADO.

Hable con el niño sobre contenidos perturbadores teniendo en cuenta su edad. No ponga televisores, ordenadores/portátiles ni tabletas en la habitación de los niños. Es útil un programa de filtrado, pero no garantiza una protección completa.

SEA PRECAVIDO CON LOS DATOS Y LAS IMÁGENES PRIVADAS EN INTERNET.

Tenga precaución en Internet y, especialmente, en las redes sociales, con las fotos y los datos personales, como nombre, dirección y edad del niño. No se deberían mostrar en las fotos que se publiquen en Internet las caras de los niños.

FOMENTE LA COMPRENSIÓN DE LOS MEDIOS.

Explique al niño cómo funciona la publicidad y cómo se puede distinguir en la televisión o YouTube de otros contenidos.

FOMENTE UN USO POSITIVO Y CREATIVO DE LOS MEDIOS.

Fomente el uso creativo de fotos, vídeos y música. Existen excelentes juegos y vídeos que proporcionan placenteros resultados de entretenimiento. Además, Internet ofrece una gran selección de contenidos didácticos.



MÁS INFORMACIÓN

Jóvenes y Medios es la plataforma nacional para el fomento de la competencia mediática. **Deseamos que los niños y jóvenes usen de forma segura y responsable los medios digitales.** Por este motivo, ofrecemos información, consejos y recomendaciones tanto para padres y personas de referencia como para profesores y especialistas:
www.youthandmedia.ch

Este folleto va dirigido a padres, personas de referencia y cuidadores de niños menores de 7 años (edad preescolar). **Existen otros dos folletos**, uno con recomendaciones para el grupo de edad de 6 a 13 años (edad escolar primaria) y otro para padres y personas de referencia de jóvenes (de 12 a 18 años). **Todos los folletos están disponibles en dieciséis idiomas.** Los puede pedir o descargar de forma gratuita en nuestra página web.

Además, en nuestra página web puede encontrar información, enlaces y explicaciones complementarias a nuestras recomendaciones:
www.youthandmedia.ch/recommendations



Publicado por

Jóvenes y Medios

Plataforma Nacional para el Fomento de la Competencia Mediática

Oficina Federal de Seguridad Social

y

ZHAW Escuela Superior de Ciencias Aplicadas de Zúrich

Departamento de Psicología Aplicada

Grupo de Expertos en Psicología de los Medios

Dirección: Prof. Dr. Daniel Süss, MSc Gregor Waller

Fotos: Pia Neuenschwander, photopia.ch

Pedido (gratuito):

BBL, Verkauf Bundespublikationen, CH-3003 Berna

www.bundespublikationen.admin.ch

Número de pedido: 06.20 2000 318.861.esp

Spanish

©2020 Jugend und Medien, Nationale Plattform zu Förderung von
Medienkompetenzen, Bundesamt für Sozialversicherungen/
ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften

Zurich University
of Applied Sciences



**School of Applied
Psychology**

Psychological Institute



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Federal Department of Home Affairs FDHA
Federal Social Insurance Office FSIO