



*Los teléfonos celulares en la mira*

*El rol del pediatra en cuanto a brindar sugerencias para las familias.*

**RECOMENDACIONES**

**Cuando un niño está preparado para tener un Smartphone**

Para abordar este tema, es importante que tengamos en cuenta la diferencia entre un Dumbphone o teléfono común, que sirve para hacer llamadas, enviar y recibir mensajes de texto y los Smartphones o teléfonos inteligentes que pone además a su alcance el acceso a internet, a mensajería, correos electrónicos, video llamadas y a aplicaciones diversas, tanto con fines de comunicación, recreativos y/o educativos.

Los dispositivos tecnológicos ponen al alcance de los niños y adolescentes el acceso a la información; la comunicación y a la libre expresión.

Desde este punto de vista, entonces, que dispongan de un teléfono inteligente no solo implica que puedan estar comunicados, sino que habilita el acceso a las redes.

Sin embargo, conlleva riesgos como la exposición a contenidos inapropiados, discursos de odio, ciber-acoso, contacto con extraños; exposición a retos peligrosos; y también puede desencadenar en aquellos niños y jóvenes más vulnerables a nivel socio afectivo y con cierto grado de predisposición los llamados consumos abusivos.

**Con respecto a la edad para hacer un uso apropiado**

Nadie conoce mejor al niño, al preadolescente o al adolescente que su familia, los cuidadores saben si está preparado para portar y hacer un buen uso del smartphone, en cuanto a lo individual, su grado de responsabilidad en general y el grado de madurez alcanzado.

Puede servir de ejemplo esta analogía: un niño está preparado para ir solo a la escuela, cuando tiene sentido de la ubicación; respeta las normas de tránsito; conoce los riesgos; y puede pedir ayuda en caso de necesitarlo, lo mismo sucede con el uso del celular. Debe poder tener cierta autonomía, respeto por su privacidad y la de terceros, y sobre todo habilidades de uso crítico para poder minimizar los riesgos.

Para poder lograr las habilidades de uso saludable, es necesario que los niños/as y los adolescentes reciban la información necesaria en primera instancia dentro del seno familiar y en paralelo desde las instituciones escolares. Son imprescindibles los espacios de alfabetización digital, para afianzar la apropiación y la adquisición de herramientas necesarias para desarrollar el pensamiento crítico, la resolución de problemas, la producción de contenidos y la expresión, que dará como resultado una ciudadanía digital plena.



En cuanto al criterio general se debe tener en cuenta la edad mínima permitida para el uso de redes sociales, que puede variar de acuerdo a la plataforma, en general actualmente es entre los 13-14 años, pero se está evaluando en otros países elevar la edad de acceso a partir de los 16 años.

Algunas sugerencias para las familias, consisten en educar a los niños y los adolescentes sobre los riesgos que les puede ocasionar el uso inapropiado y acerca de los beneficios del buen uso.

Consensuar límites intrafamiliares y respetarlos, los adultos cercanos son sus modelos.

Respetar el horario de sueño y las comidas principales. Destinar espacio y tiempo en familia libre de tecnología.

Evitar compartir datos con extraños y descargar apps sin el permiso de los padres.

Se aconseja silenciar las notificaciones y/o apagar el dispositivo, al hacer las tareas escolares o estar en clase.

Es fundamental la educación desde la familia y también en la escuela.

Los adultos cercanos deben involucrarse con la finalidad de conocer a qué redes acceden y conocer los términos y condiciones de cada una de ellas; y pueden investigar guías para padres para estar más informados.

Es esencial acompañarlos en la configuración de perfiles como menores, con el fin de proteger la privacidad y seguridad (configuración de usuario de acuerdo a su edad y contraseñas seguras). Limitar el intercambio de imágenes e información a las personas más cercanas.

Enseñarles a reconocer situaciones de riesgo y brindarles herramientas para reportar y bloquear a los usuarios malintencionados. Brindar un espacio de diálogo y de confianza para que puedan pedir ayuda si la necesitan, sin sentirse juzgados, y para que la navegación en línea sea segura.

Todas estas medidas deben ser acompañadas tanto desde el ámbito público como privado con el fin de proteger a los niños y adolescentes en los entornos digitales.

En la era digital, es fundamental desde el hogar: fomentar las actividades deportivas, artísticas y los encuentros pro sociales

Los adultos deben involucrarse y conocer las actividades en línea de niños y adolescentes y de ser necesario, sobre todo al inicio se pueden utilizar aplicaciones de controles parentales (para control de tiempo, actividad y/o bloqueo de apps) disponibles para todos los dispositivos, esto es extensible a apps, videojuegos y consolas.

En definitiva, la decisión debe basarse en la situación particular de ese niño, su grado de autonomía y madurez, en un contexto familiar determinado asociado a la educación necesaria para que pueda hacer un uso responsable, crítico y saludable y en el ámbito de una comunicación abierta y constante entre el niño y/o el adolescente y su familia.



**Sociedad Argentina  
de Pediatría**

Por una niñez y  
adolescencia sanas,  
en un mundo mejor

## Los teléfonos celulares en la escuela

Como pediatra, es fundamental destacar que el tema de permitir o no el uso de smartphones en las escuelas no es simplemente abrir un debate sobre la presencia de dispositivos, sino que es un reflejo de la necesidad de concientización y educación sobre un uso saludable de la tecnología. Es crucial alcanzar la alfabetización digital en todos los niveles para poder hacer un uso saludable, con el fin de compartir los deberes de cuidado con las familias, educadores, sector privado y público.

Si bien la tecnología es esencial para acceder a información y educación, su uso inapropiado puede afectar el rendimiento académico.

Según la UNESCO, el uso de celulares en las aulas puede ser una herramienta útil para mejorar la educación, ya que permite el acceso a la información en forma instantánea, facilita la comunicación y fomenta la colaboración en proyectos educativos. En el Informe Global de Monitoreo de la Educación (GEM 2023), se advierte sobre el impacto negativo del uso de estos dispositivos en el rendimiento académico, y revela que a pesar de las ventajas que las herramientas digitales pueden ofrecer en favor de la educación, pueden conllevar riesgos que a menudo son ignorados y que afectan el avance del proceso educativo.

El informe afirma que las notificaciones de los teléfonos desencadenan la falta de concentración de los estudiantes, acerca de este tema un estudio demuestra que pueden tardar hasta 20 minutos en volver a centrarse en el aprendizaje.

Desde UNESCO se invita a establecer pautas claras sobre el uso de la tecnología en las escuelas, sobre establecer prioridades sobre cuáles son los dispositivos más adecuados para usar en las instituciones educativas, con el objetivo de proteger la salud de los alumnos y promover un entorno de aprendizaje seguro y enriquecedor.

Un estudio realizado en Noruega, por Sarah Abrahamsson, sobre la prohibición de teléfonos celulares en las escuelas revela múltiples beneficios, especialmente para las niñas y los niños en entornos socioeconómicos bajos. Entre los hallazgos se destacan la disminución de visitas médicas por problemas psicológicos en niñas, la reducción de situaciones de acoso, mayor rendimiento académico en niñas, y un impacto positivo en niños de familias menos favorecidas. En este trabajo la medida de prohibición de teléfonos inteligentes en las aulas se muestra como una herramienta efectiva para mejorar la salud mental y los resultados educativos de los estudiantes, sin efectos negativos en aquellos de familias con mayor nivel socioeconómico.

La decisión de prohibir, o controlar el uso de los celulares en las aulas es compleja, trae aparejado posibles ventajas como reducir distracciones, pero también desventajas al privar a los estudiantes de recursos educativos valiosos.

En la Argentina existe una organización cuyo objetivo es generar acuerdos entre las familias para retrasar el acceso a smartphones y redes sociales.

(<https://www.instagram.com/manoslibresorg/>)



Es importante encontrar un equilibrio mediante el uso controlado de celulares en actividades específicas, estableciendo normas claras y programas educativos para fomentar un uso responsable de la tecnología. La conciencia digital, incluye la prudencia, el cuidado de su seguridad y privacidad en línea, el pedido de consentimiento al subir contenidos o etiquetar a otras personas, el control del tiempo y la verificación de la información, tener en cuenta todos estos aspectos es fundamental con el fin de educar ciudadanos digitales responsables.

### **Subcomisión de TICs**

**Autores:** Dras. Silvina B. Pedrouzo, Paula Otero, Laura Krynski

**Agradecimiento a:**

Dres. Guillermo Goldfarb, Ariel Melamud, Fernando Lamas, Elisabeth Carsin, Martín Sabban, por sus valiosos aportes y lectura crítica.

### **Lectura sugerida:**

- <https://www.sap.org.ar/docs/publicaciones/archivosarg/2023/v121n4a03.pdf>
- <https://www.pantallasamigas.net/educar-familia-buen-uso-movil/>
- <https://www.commonsemmedia.org/es/articulos/telefonos-celulares-y-dispositivos-una-guia-para-padres-y-cuidadores>
- <https://www.commonsemmedia.org/es/articulos/como-ayudar-a-los-ninos-a-equilibrar-el-uso-de-telefonos-y-pantallas-con-el-sueno>
- <https://www.healthychildren.org/Spanish/family-life/Media/Paginas/parental-controls-for-kids-setting-safe-and-healthy-media-limits.aspx>
- <https://es.weforum.org/agenda/2023/08/la-unesco-pide-que-se-prohiban-los-telefonos-en-las-escuelas-por-que/>
- [https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=4735240](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=4735240)
- <https://mhealth.jmir.org/2021/2/e22601/>