

# FORMANDO JUNTOS

Boletín para la Comunidad Ursulina



## ¿COMO MEDIAR CON LA TECNOLOGÍA?

Psicología

En Chile un cuarto del tiempo que los niños/as ven televisión lo hacen después de las 10 de la noche, en horario destinado a adultos. Además, en nuestro país los escolares ven diariamente más de 3 horas de televisión y practican en promedio sólo una hora de actividad física a la semana. Nuestro país se encuentra en el sexto lugar mundial en obesidad infantil y es el número uno de América Latina. Algunas de las orientaciones entregadas por la UNICEF, señalan que los padres centran su preocupación en el contenido de lo que están viendo, pero el riesgo, según advierten, va más allá de ello. Para empezar, predispone al sedentarismos en una etapa en la que debieran estar relacionándose socialmente, explorando, jugando y moviéndose para ejercitar su desarrollo motor. A ello se agrega que las pantallas emiten una luz de onda corta que puede llegar a dañar la retina de manera irreversible, ya que su cristalino se encuentra en pleno desarrollo y no son capaces de filtrar la luz adecuadamente, consecuencia de ello, vemos como ha aumentado considerablemente los casos de miopía en el mundo.

Está también la peligrosa sobreestimulación que recibe el cerebro, dificultando con ello conciliar el sueño, y si esta actividad además supera las siete horas al día, ocasiona bajos niveles de sustancia blanca en el cerebro, clave para el desarrollo cognitivo y el lenguaje en la infancia.

¿Cómo mediar la tecnología con niños, niñas y adolescentes en cada etapa de su desarrollo? A continuación algunas guías de como realizarlo:

- **0 a 6 años:** Los niños y niñas no deberían estar solos con un dispositivo navegando en la web, tampoco pueden usar la tecnología sin supervisión. La tecnología no brinda ninguna ventaja adicional al desarrollo de niños y niñas en esta etapa por lo que se recomienda la no utilización de pantallas.
- **6 a 12 años:** Se recomienda un acceso supervisado, desde la certeza de que tienen clara la noción de privacidad y comprenden el riesgo de compartir información en las redes, deben conocer los riesgos que existen en internet, como por ejemplo el grooming o ciberacoso. Cuando están más tiempo en el hogar y frente a las pantallas, estos riesgos aumentan debido a que la mayor parte de su vida queda atravesada por la tecnología. Así también es importante enseñar sobre la responsabilidad digital, utilizando las mismas reglas que una convivencia presencial, hacerse cargo de sus palabras y tomar conciencia de sus acciones.
- **12 a 18 años:** Negociar los tiempos utilizados en pantallas, actualmente la forma de vincularse es por medio de las redes y eso también significa acompañar en la convivencia digital y responsabilidades como ciudadano digital, hay que monitorear el tiempo que dedican a otras actividades y hasta dónde cumplen con lo que es esperable para su edad.



Aspectos destacados del boletín

¿Cómo mediar con la tecnología?

El ciberacoso y la responsabilidad parental

Recomendaciones para las familias

Charla de expertos



formacion@csum.cl

## EL CIBERACOSO Y LA RESPONSABILIDAD PARENTAL

En la actualidad una gran mayoría de adolescentes utilizan medios digitales para comunicarse a diario: hoy el patio escolar se ha trasladado, a los grupos y “estados” de WhatsApp, a los chats e “historias” de Instagram, a los videos de TikTok y a los grupos de opinión y/o perfiles de Facebook. Frente a este fenómeno cultural nace la figura del ciberbullying (ciberacoso), entendiéndose por tal la utilización de cualquier medio digital (redes sociales, apps, correos electrónicos, chats, juegos en línea, blogs, etc.) **con la intención de difamar, amenazar, degradar, agredir, intimidar o amedrentar a otro**. En Argentina, un primer precedente de repercusión pública data de abril de 2010, cuando una compañera de colegio de una niña de diez años creó un grupo de opinión en Facebook denominado “Tres razones para odiar a...”, en el que incitaba a odiar a su compañera, publicándose fotos e insultos en su contra. El hecho fue denunciado y el grupo se dio de baja. Frente a este tipo de casos, que se replican a nivel mundial, se plantea el interrogante de si los padres de los menores de edad que ejercitan acciones de ciberacoso deben responder civilmente por los daños y perjuicios causados por sus hijos.

El reciente fallo de la Corte Suprema que condenó a los padres de un menor que publicó fotos íntimas de una compañera en redes sociales debe ser un foco de atención ya que no se trata de hechos aislados. Nuestro Código Civil hace responsable a los padres de los hechos de los hijos menores que habiten en la misma casa, a menos que prueben que a pesar de la autoridad y el cuidado que debían ejercer, no hubieran podido impedir el hecho, como también los hechos que provengan de la mala educación o de los hábitos viciosos que les han dejado adquirir. Es precisamente la aplicación del primer caso señalado el que utilizó la Corte Suprema para condenar a los padres del menor. Esta ley impone a los padres de hijos menores una obligación de “correcta vigilancia”, esto es, de impedir – mediante una diligente atención– que los hijos causen perjuicios. Este principio se complementa con el estándar jurídico del “buen padre de familia”, que supone para los padres no solo el deber de cuidar, dar amor y protección a sus hijos, habitación y alimento, sino también la obligación de observación y debida custodia sobre sus acciones.

El contexto actual nos obliga a reflexionar sobre la necesidad de tomar adecuadas medidas de educación y concientización para nuestros menores en el uso responsable de redes sociales y aplicaciones de mensajería, entendiendo la responsabilidad gigante que implica entregarle un celular a nuestros hijos, considerando la importancia de prevenir hechos de esta naturaleza que pueden generar daños irreparables.

### Recomendaciones para las familias

Las familias son el primer referente para promover un uso responsable de la tecnología. Por ello, para prevenir el ciberacoso, es fundamental:

- ✓ Ser un modelo de comportamiento digital: Los adultos deben practicar y demostrar actitudes de respeto, empatía y buen uso de la tecnología.
- ✓ Supervisar el uso de pantallas: Es importante garantizar que las interacciones digitales sean seguras, adecuadas para la edad y se realicen en un entorno protegido. Definir horarios y tiempos de uso de dispositivos, así como reglas para las redes sociales.
- ✓ Fomentar el diálogo abierto: Conversar regularmente con niños, niñas y adolescentes sobre sus experiencias digitales y promover un espacio de confianza.
- ✓ Promover la alfabetización digital: Enseñar a identificar riesgos en línea, como el ciberacoso, y cómo actuar ante ellos.
- ✓ Conocer las plataformas que utilizan: Familiarizarse con las aplicaciones y redes sociales para comprender sus riesgos y beneficios.



## Charla de Expertos

Como nos manipulan  
las redes sociales

