



CREANDO UN AMBIENTE SEGURO

Cómo saber si su hijo/a está listo/a para un teléfono celular



Por Jane Sutter

Como todo lo relacionado con la tecnología, la pregunta de cuál es la edad apropiada para que un niño tenga un celular no tiene una respuesta sencilla.

“En cuanto a la edad apropiada, es un tema muy complejo, y la realidad es que no existe una solución universal para dar a un niño su primer celular, cuando ya tiene la madurez suficiente para asumir las responsabilidades que conllevan los celulares y las tabletas”, afirmó Supreet Mann, directora de investigación de Common Sense Media.

La organización sin fines de lucro Common Sense Media ofrece recomendaciones de entretenimiento y tecnología para familias y escuelas. También realiza investigaciones sobre el impacto del uso de los medios y la tecnología en el desar-

rollo físico, emocional, social e intelectual de los niños.

Mann enumeró una lista de preguntas que los padres deberían hacerse al considerar permitir que sus hijos tengan un celular:

Pregúntese si sus hijos han demostrado ser responsables. ¿Aparecen en los lugares cuando dicen que lo harán? ¿Ya se mantienen en contacto? ¿Un teléfono lo mejorará o lo facilitará? ¿En qué otras situaciones sociales podrían necesitar un teléfono? ¿El teléfono les facilita hacer las cosas que ya hacen, como reunirse con amigos?

La estructura familiar también es algo a considerar, dijo Mann. ¿Hay razones de seguridad para que un niño tenga un teléfono? ¿Cómo encaja tener un teléfono en el sistema de valores familiar? ¿Cuáles son los costos financieros de añadir un teléfono a la familia?

Uso de medios en niños

Common Sense Media publicó recientemente un informe sobre el uso de medios en niños de 0 a 8 años. El estudio reveló que el 40 % de los niños de 2 años tiene su propia tableta, y más del 50 % de los de 4 años la tienen. “Así pues, los niños pequeños interactúan mucho con estos dispositivos a su manera”, señaló Mann.

El informe reveló que, a los 8 años, casi una cuarta parte de los niños tenía su propio teléfono celular, y alrededor del 79 % de estos teléfonos eran teléfonos inteligentes (smartphones), lo que significa que estos teléfonos tienen acceso a internet y permiten transmitir videos, descargar aplicaciones, etc., afirmó Mann. Estos resultados “resaltan la necesidad de ser realmente cuidadosos con los teléfonos celulares y las tabletas en el hogar, el acceso de los niños a ellos y cómo los

Continúa en la página 2

estamos guiando a través de este nuevo espacio digital”.

Es importante que los padres hablen con sus hijos sobre el tipo de contenido que ven, dijo Mann. Los padres deben enseñarles que el contenido que ven está altamente editado y filtrado. También deben hablarles sobre qué hacer si ven contenido que los incomoda, si sufren ciberacoso o si ven a alguien siendo acosado. “Creo que a veces olvidamos lo importante que es para nosotros, como padres, ser un buen ejemplo de comportamiento en línea para nuestros hijos, hablando de cómo experimentamos los ‘dilemas digitales’, según los llamamos, y cómo nos comportamos en ese espacio”, señaló Mann.

Los teléfonos son herramientas poderosas.

Es importante que los padres expliquen a sus hijos las capacidades de los teléfonos, dijo Mann. “Hay que asegurarse de que los niños sepan que esta herramienta es poderosa, que les permite acceder a información importante que podrían necesitar, pero también que puede mostrarles cosas realmente perjudiciales. Es importante que comprendan cómo podría ser y cómo acudir a sus padres si están en una crisis o si simplemente tienen dudas”.

Por ejemplo, sufrir acoso puede tener efectos a largo plazo en un niño, dijo Mann. Los padres deben asegurarse de implementar medidas de seguridad en los teléfonos para proteger a sus hijos de contenido inapropiado.

Un peligro es la exposición a la pornografía. Common Sense Media realizó una investigación hace unos años en la que se preguntó a adolescentes sobre su acceso a la pornografía, incluyendo la “pornografía intencional” (cuando un adolescente la buscó) y la “pornografía accidental” (cuando un amigo le envió pornografía a un adolescente). “Descubrimos que hay muchísimos niños que ven pornografía con mucha frecuencia y nunca la buscaron”, lo que significa que la exposición accidental es muy alta, dijo Mann. “La edad promedio de la primera exposición a la pornografía en línea fue de 12 años... Los teléfonos celulares y las tabletas facilitan mucho compartir ese tipo de contenido. Por lo tanto, tener este tipo de conversaciones sobre el uso responsable es realmente importante”. Reconoció que el problema es “complicado” porque los niños pueden recibir este contenido de otros niños.

Mann comentó que, después de la publicación de ese informe de investigación, una educadora le contó sobre un incidente en el que se descubrió que una niña de segundo o tercer

Continúa en la página 3

GUÍAS PARA PADRES

La Academia Americana de Pediatría ofrece las siguientes guías para los padres antes de permitir que sus hijos tengan un teléfono celular:

- 1.** Hable con su hijo/a sobre las reglas y expectativas de la familia. Algunas familias utilizan un acuerdo/contrato telefónico para establecer las expectativas sobre cuándo, dónde y cómo se puede usar el teléfono. Esto podría incluir que los padres sepan la contraseña y que revisen ocasionalmente los mensajes de texto para detectar acoso u otras inquietudes.
- 2.** Recuerde a sus hijos que tener un teléfono celular no equivale a tener acceso a redes sociales. Tome decisiones sobre cada aplicación por separado.
- 3.** Establezca expectativas sobre el uso del teléfono en el dormitorio, en la mesa y durante la hora de hacer las tareas.
- 4.** Configure la privacidad, el contenido, los contactos, las descargas y el tiempo de inactividad, y explíqueles a sus hijos por qué es importante para evitar encontrarse con contenido alarmante o inapropiado.
- 5.** Cada pocas semanas, hable con su hijo/a sobre cómo va el uso del teléfono. Si los niños tienen problemas porque el teléfono les impide dormir o contribuye a las discusiones, dedique tiempo a resolver problemas con ellos sobre lo que deben cambiar.

SITIOS WEB ÚTILES:

Colaboración de AT&T:

AT&T, la Academia Estadounidense de Pediatría y Common Sense Media colaboraron para crear contenido útil que incluye un cuestionario para que los padres determinen si su hijo/a está listo/a para un teléfono celular; información sobre cómo configurar los controles parentales en varios dispositivos; además de un video y una plantilla en línea para crear un plan de medios familiar. <https://screenready.att.com/digital-parenting/>

MEDIOS DE SENTIDO COMÚN:

Para reseñas de diversos medios, como películas, juegos y aplicaciones, además de informes de investigación y recursos para docentes sobre temas como la ciudadanía digital, visite <https://www.commonensemedia.org/>

ALTERNATIVAS A UN TELÉFONO INTELIGENTE:

¿Quiere que su hijo pueda mantenerse en contacto con familiares y amigos con un dispositivo sin aplicaciones ni acceso a internet? Wait Until 8th es una organización que ofrece a los padres la oportunidad de unirse y comprometerse a no permitir que sus hijos tengan celulares hasta, al menos, después del octavo grado. Este artículo describe diversas opciones que no son teléfonos inteligentes, como relojes y los llamados teléfonos “tontos” (“dumb phones”): <https://www.waituntil8th.org/devices>.

grado transmitía pornografía en su Apple Watch y se la mostraba a otros niños en el patio de recreo.

Aplicaciones y redes sociales

Si bien muchas aplicaciones pueden indicar que la edad apropiada es mayor de 16 años, Mann reconoció que los niños más pequeños que están muy motivados para acceder a las aplicaciones encontrarán la manera de hacerlo. Tiene la esperanza de que los esfuerzos para mejorar la verificación de edad y brindar salvaguardas efectivas tengan éxito, pero reconoció la dificultad de hacerlo.

Al igual que con la respuesta a la pregunta de cuál es la edad apropiada para que un niño tenga un teléfono celular, la pregunta de cuándo está un niño listo para las redes sociales no ofrece una respuesta fácil, dijo Mann. Las redes sociales pueden ser utilizadas por diferentes niños de diferentes maneras. Los niños que tienen dificultades para hacer amigos en persona pueden beneficiarse del uso de las redes sociales. Al mismo tiempo, algunos niños pueden comportarse mal con otros en las plataformas de redes sociales. La mayoría de las aplicaciones de redes sociales recomiendan la edad mayor de 16 años, pero, nuevamente, los niños más pequeños pueden encontrar maneras de eludir esas salvaguardas, dijo Mann. "Tener una política de solo abstinencia puede no ser realmente útil para ayudar a los niños a navegar por estos espacios cuando inevitablemente se encuentren en ellos". Por lo tanto, es importante que los padres hablen sobre el uso de las redes sociales.

Todo esto consume mucho tiempo, dijo Mann, señalando que es una gran exigencia para los padres, quienes están muy ocupados. Pero, así como los padres hablan con sus hijos sobre las relaciones y las amistades y cómo desenvolverse en esos espacios, hablar con ellos sobre sus relaciones en línea es igual de importante.

Prohibiciones de celulares y alternativas a los teléfonos inteligentes

Algunos estados, incluyendo Nueva York, han explorado la posibilidad de implementar prohibiciones sobre el uso de celulares en las escuelas, y algunos ya las han promulgado. "Creo que, para la mayoría de los niños, prohibir el uso de celulares durante la jornada escolar es una buena idea", dijo Mann, porque la restricción minimiza las distracciones, pero para algunos niños puede no ser útil. Se trata de niños que no tienen amistades sólidas en su vida interpersonal, pero sí tienen amistades sólidas en línea que utilizan para apoyarse a sí mismos durante la jornada escolar, dijo Mann.

CONTROL DE LAS NOTIFICACIONES EN UN TELÉFONO:

La siguiente información proviene del informe de Common Sense Media titulado: "Compañero constante: Una semana en el uso del smartphone (teléfonos inteligentes) por parte de un joven". Puede acceder al informe completo aquí: <https://www.commonensemedia.org/research/constant-companion-a-week-in-the-life-of-a-young-persons-smartphone-use>

Las notificaciones son abundantes, a veces divertidas, a veces molestas, y son uno de los principales controles que los jóvenes pueden realizar en sus smartphones. Las notificaciones de marketing fueron las menos esenciales y las más irritantes para los adolescentes con los que hablaron los investigadores, quienes también desconfiaban de las plataformas que intentaban captar su atención de forma poco auténtica (por ejemplo, avisándoles de que un conocido lejano había publicado algo sin etiquetarlos).

Una de las principales cosas que los cuidadores y maestros pueden hacer es ayudar a los jóvenes a reflexionar sobre cómo las notificaciones de los teléfonos inteligentes afectan sus emociones, concentración y hábitos de revisar sus dispositivos, y luego capacitar a los usuarios jóvenes para que administren sus notificaciones y establezcan horarios de "no molestar" que se ajusten a sus necesidades.

Qué pueden decir y hacer los adultos:

- Intente revisar la configuración de tiempo de pantalla y bienestar digital en su teléfono y en el de su hijo/a para hablar sobre qué aplicaciones le envían más notificaciones.
- Luego, hable sobre cómo actualizar la configuración (tanto en las aplicaciones como en las notificaciones del teléfono) para eliminar todas las interrupciones adicionales que los jóvenes mencionan como su mayor molestia.
- Aunque lleva tiempo, reflexionar sobre cómo el teléfono intenta captar su atención puede generar conversaciones interesantes en familias y aulas, y puede dar a los usuarios una sensación de control sobre cuánto usan su teléfono inteligente. Este blog contiene consejos e instrucciones útiles.: <https://www.waituntil8th.org/blog/2021/9/19/how-to-help-your-kid-use-their-iphone-less>

Existen alternativas a darle a un niño un teléfono inteligente. Los llamados teléfonos tontos (dumb phones) permiten que los niños se conecten, pero no tienen acceso a internet. "Es una gran idea, pero no solemos ver a los padres usar ese tipo de tecnologías", dijo Mann. Ella cree que a menudo es más fácil para los padres darles a sus hijos su viejo teléfono inteligente en lugar de comprar una alternativa donde los padres tienen que aprender una nueva tecnología y asegurarse de maximizar esas protecciones.

Mann no cree que la presión social sea el factor principal por el que los niños quieren su propio teléfono, sino que se sienten excluidos si no lo tienen. Por ejemplo, una niña de un equipo de baloncesto se siente excluida si no puede participar en el chat grupal con sus compañeras si no tiene su propio teléfono.

La conclusión a la hora de hablar sobre la preparación de un niño para un teléfono es que no hay respuestas fáciles a estas preguntas. "Para mí, la conclusión es que no hay una edad mágica ni un momento ideal", dijo Mann. Se deben tener en cuenta las necesidades del niño y las de la familia en general. "Ese tipo de perspectiva tiene cierta gracia, que permite mucha más flexibilidad y comprensión, y que los padres no se castiguen por cuándo y cómo toman estas decisiones, sino que también sean conscientes de que no es el espacio perfecto". Finalmente, los padres deben ser conscientes de que, a veces, las cosas no salen exactamente como ellos quieren.

Jane Sutter es una escritora independiente con sede en Rochester.



CINCO MANERAS

de proteger a tus hijos sobre
el abuso sexual

Los padres desempeñan el papel principal en educar a sus hijos sobre el abuso sexual. Aquí hay cinco consejos para enseñar seguridad a los pequeños que Dios te ha confiado.

1

Manténgalo práctico. Enseña a tus hijos las diferencias entre los toques apropiados y los toques inapropiados.

2

Dígale a tus hijos que está bien de decir “no”. Autoriza a tus hijos que digan “no” si alguien los hace sentir incómodos o los toca de manera inapropiada.

3

Dale a tus hijos una manera de alertarte. Dígales a tus hijos que pueden usar una excusa o compartir una “palabra clave” especial con usted para alertarlo sobre una persona o situación insegura.

4

Dígales a tus hijos que denuncien un contacto inapropiado. Dígales a tus hijos que deben decirte si se sienten incómodos o inseguros con cualquier adulto o compañero. También puedes identificar a otros adultos a los que ellos pueden hablar sobre los toques inapropiados.

5

Dile a tus hijos que confías en ellos. Si tu hijo te haga un informe, créanlos. Diles que no es su culpa y que los amas. Inmediatamente llama la atención sobre las denuncias a las autoridades.



Promesa de Proteger

Compromiso de Sanar



ROMAN CATHOLIC
DIOCESE OF ROCHESTER

El Boletín Creación de un Entorno Seguro

se publica trimestralmente por la Diócesis Católica Romana de Rochester con el objetivo de ayudar a todos nosotros a mantener seguros a los niños y adultos vulnerables en el hogar, en la iglesia y en todos los lugares en la comunidad.

Puede dirigir sus comentarios a:
Tammy Sylvester,
Coordinadora diocesana de Educación Sobre Entorno Seguro y Cumplimiento
585-328-3228
o en Tammy.Sylvester@dor.org.

Víctimas de abuso sexual por cualquier empleado de la Iglesia deben ser reportadas a las autoridades civiles siempre.

Para reportar un caso de posible abuso sexual y recibir ayuda y orientación de la Diócesis Católica Romana de Rochester, contacte a la Coordinadora de Asistencia a las Víctimas diocesana:

Deborah Housel
(585) 328-3228, ext. 1555;
gratis 1-800-388-7177,
ext. 1555
victimsassistance@dor.org

Todas las fotos en este boletín son para propósitos de ilustración solamente

RECURSOS DE SEGURIDAD ADICIONALES

RECURSOS DE SEGURIDAD EN LÍNEA

Webonauts Internet Academy:

<http://pbskids.org/webonauts/>

Juego PBS Kids que ayuda a niños más jóvenes entender los conceptos básicos de conducta y seguridad en Internet.

NSTeens:

<http://www.nsteens.org/>

Un programa del Centro Nacional para Niños Desaparecidos y Explotados que tiene juegos interactivos y videos sobre varios temas de seguridad en Internet.

PARA PADRES:

Common Sense Media

<https://www.commonsensemedia.org/parent-concerns>

Una página web actualizada frecuentemente que está repleta de recursos. Dedicada a mejorar las vidas de niños y familias proporcionándoles información y educación

Family Online Safety Institute:

<http://www.fosi.org/>

iKeepSafe:

<http://www.ikeepsafe.org/>

Recursos para padres, educadores, niños y parroquias sobre cómo navegar las tecnologías móviles y los medios sociales

Faith and Safety:

<http://www.faithandsafety.org>

Seguridad en un mundo digital, un proyecto conjunto de la Conferencia de Obispos Católicos de EE.UU. y Griego

INFORMACIÓN SOBRE RECURSOS LOCALES Y CONTACTO

Bivona Child Advocacy Center

(Condados de Monroe, Wayne)

www.BivonaCAC.org

585-935-7800

Chemung County Child Advocacy Center:

607-737-8449

www.chemungcounty.com

Child Advocacy Center of Cayuga County:

315-253-9795

www.cacofcayugacounty.org

Finger Lakes Child Advocacy Program

(Ontario County):

www.cacfingerlakes.org

315-548-3232

Organización Darkness to Light:

www.d2l.org

STEBEN COUNTY: Southern Tier Children's Advocacy Center:

www.sthcs.org

716-372-8532

NYS State Central Registry

(Línea de Auxilio para Reportar

Abuso de Niños):

1-800-342-3720

NYS Child Advocacy Resource and Consultation Center (CARCC)

866-313-3013

Tompkins County Advocacy Center:

www.theadvocacycenter.org

607-277-3203

Wyoming County Sexual Abuse Response Team:

585-786-8846

Yates County Child Abuse Review Team:

315-531-3417, Ext. 6