

La tecnología y los niños una vision puericultora

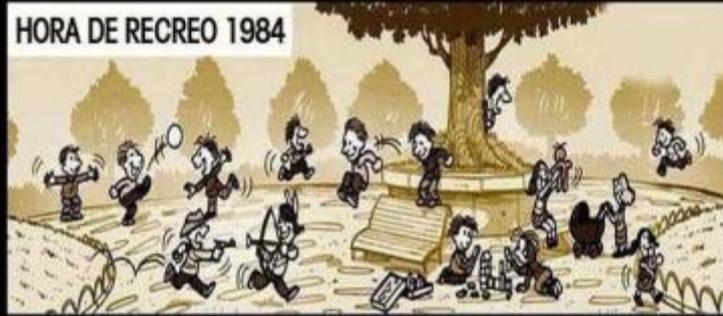
Angela Maria Giraldo Mejia

Pediatra

Docente Puericultura

CÓMO CAMBIÓ NUESTRA INFANCIA!

HORA DE RECREO 1984



HORA DE RECREO 2013





















1980

**Nativos digitales
información mas no
formación**

- El cerebro es plástico, pero no es infinito

Todos tenemos limitaciones que marcan nuestra naturaleza y cuando intentamos sobrepasarlas, nos pasa factura, tanto a los inmigrantes como a los nativos digitales.

Lleva a colapso de la memoria de trabajo, superficialidad en el pensamiento, dificultad para enfocar y desenfocar la atención. Los estudios dicen que nos lleva a ser

“enamorado de la irrelevancia “

JUVENTUD
DIGITAL





- El Internet a sido una de las mejores creaciones y mas masivas en el intercambio de información y acercamiento a través de sus herramientas web



- El crecimiento de internet en las familias de nuestro país ha crecido en forma considerable y seguirá creciendo.
- Los niños cada vez son más avezados en la materia y pasan horas frente a un computador

Universidad de la Sabana 2012

- “Para las pantallas no hay feriado, vacaciones ni recesos. Por el contrario, en las pausas escolares el tiempo invertido aumenta”
- Los adolescentes pasan 1.200 horas por año frente a las pantallas, contra 900 en clase (Francia)
- Se duplicó el tiempo que los adolescentes permanecen conectados a Internet: 2012 el 55% está conectado entre dos y cuatro horas, casi el doble que en 2006. (Argentina)

Uso de Internet entre niños y adolescentes



Fuente: El perfil del internauta uruguayo - Grupo Radar, 2013 / EL PAIS

Colombia

- Según el estudio, un 68 por ciento de los adolescentes accede a internet diariamente, el 30 por ciento lo hace entre 3 y 6 días a la semana y el 2 por ciento restante entra una o dos veces.
- Entre los jóvenes que navegan por la red a diario hay un 54 por ciento que permanece conectado entre 3 y 4 horas y otro 20 por ciento sobrepasa las cinco y más horas frente a la pantalla, la tableta o el celular.

Estudio 2012 Bogotá Universidad de la Sabana



Empezamos a ver.....



- La sustitución masiva del libro de texto es un error del que nos arrepentiremos en unos años. En Primaria, el uso de la tableta puede interferir con el aprendizaje de la lectoescritura
- «Educar en el asombro», Catherine L'Ecuyer



- En la infancia, las pantallas no son herramientas neutras porque tienen un efecto que la literatura llama «de desplazamiento». Mientras un niño está en internet está dejando de hacer mil cosas que aportan mucho más a su buen desarrollo.



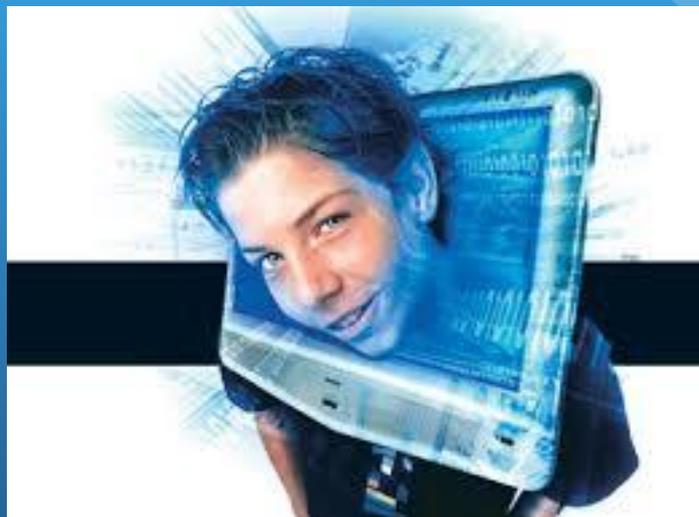




- En esa etapa debe experimentar, tocar, sentir, ver la realidad, estrenarla en directo y, sobre todo, desarrollar virtudes que luego permitirán usar esas estupendas herramientas de forma responsable



- Antes de introducirse en el **mundo online**, uno ha de tener la cabeza muy bien puesta .
- Todo tiene su tiempo.
- La mejor preparación para el mundo online es el **mundo offline**



Los medios digitales llegaron para quedarse

- la *tablet* y en general los nuevos dispositivos a nuestro alcance son buenos en su justa medida.
- Debemos **pactar desde el primer momento unos plazos** y unos tiempos para el uso de los medios digitales . Establecer unos tiempos máximos diarios y apoyar otras iniciativas o actividades al aire libre.

- Un límite de 2 horas al día para que los niños de hasta 5 años usen cualquier dispositivo que requiera visualizar una pantalla
- El exceso de uso puede cansar la vista y reseca los ojos. Además demasiada actividad “tecnológica” disminuye los niveles de actividad física



No podemos llegar a

“niños invisibles”



El síndrome de los “**niños invisibles**”, nombrados así porque al tener una interacción excesiva con aparatos electrónicos como tabletas, computadoras o teléfonos inteligentes, dejan de interactuar con su alrededor



Aislamiento progresivo, en un empobrecimiento para la capacidad de interrelacionarse con sujetos vivos, en una capacidad de desarrollo de ideas fantásticas, ya sea de grandiosidad y de irrealidad, pero desafortunadamente conductas violentas



Un delgado hilo buen uso vs mal uso

- **Señales de alarma** sobre un posible uso excesivo de nuevas tecnologías por los menores deben encenderse "cuando interfiere gravemente en la vida cotidiana y el niño, niña o adolescente pierde interés por otras actividades".
- En definitiva, cuando su vida comienza a girar en torno a ellas y el no usa ya el ordenador, la consola o el móvil para pasarlo bien, sino para aliviar el malestar que le supone no utilizarlos.

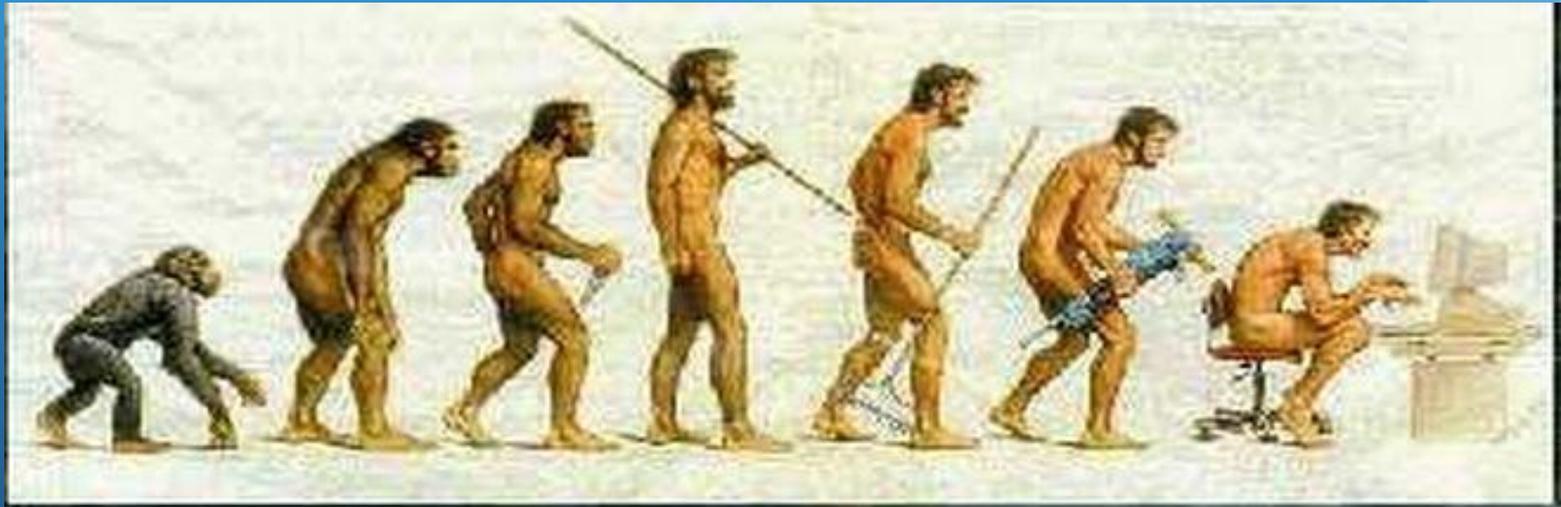


Posible adicción a las nuevas tecnologías las dan ciertas conductas típicas o síntomas

- Necesidad de dedicarle más y más tiempo para obtener el efecto placentero de estar frente a una pantalla.
- La pérdida de control (necesidad de usarlas para aminorar el disgusto que provoca estar desconectado),
- La ocultación (niega el problema a pesar de evidencias como el fracaso escolar o el aislamiento social),
- El abandono de otras actividades , problemas familiares, escolares y relacionales, hasta puede afectar la higiene personal, el sueño, la alimentación y presenta cambios de comportamiento



- Muchos casos la adicción compromete órganos como los ojos, músculos, ligamentos, articulaciones y vértebras pueden verse afectados a mediano o largo plazo
- Aquellos que pasan todo el tiempo escribiendo con los pulgares, la mirada fija en una pantalla tienen la espalda encorvada, desconocen que esta actividad aparentemente inocua conlleva el desarrollo de cifosis, retracciones en ligamentos de los dedos, tensiones musculares y síndrome del túnel del carpo.



- El cerebro de los adolescentes adictos al internet podrían experimentar cambios similares a los que sufren los adictos a sustancias psicoactivas o alcohólicos , hay desmielinizacion
- Academia China de Ciencias Wuham

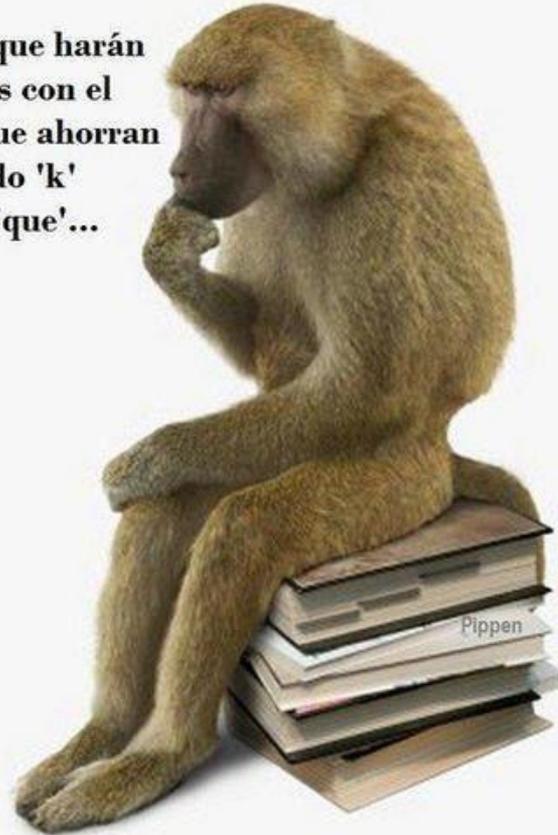
- Diferentes estudios sugieren que el número de personas con miopía en el mundo ha aumentado un 35 por ciento desde la masificación del teléfono , y mantener pegados al chat .



Algunas consideraciones

Lenguaje

**Me pregunto que harán
esas personas con el
tiempo libre que ahorran
escribiendo 'k'
en vez de 'que'...**



Pippen



Nomofobia



Ese mini-infarto

que te da cuando no sentís tu celular en el bolsillo

#vamping
#insomnio
#desvelado

- Entre los adolescentes, las horas de la noche parecen ser el momento de mayor actividad en las redes sociales.
- Aparentemente dormidos, se



La realidad y el peligro

- "EU Kids online II" de la Unión Europea, 25 países.
- El 35% de los menores internautas tiene contactos con personas que no conoce, y el 18% acude a encuentros con ellas.





Puericultura

Equilibrio justo

Factores de protección

Pueden ser potenciados por padres y educadores, como la autoestima, la comunicación, y buscar las alternativas variadas y saludables de ocio y tiempo libre.





- El PILAR de la prevención a la adicción infantil y juvenil a las nuevas tecnologías, es una relación paterno-filial basada en el amor incondicional y la comunicación abierta y el ejemplo coherente de los progenitores.



Fray Ejemplo es el mejor predicador

Proverbio español



Amenazas para estar alertas

Ciberbullying, grooming y phishing

Acoso cibernético

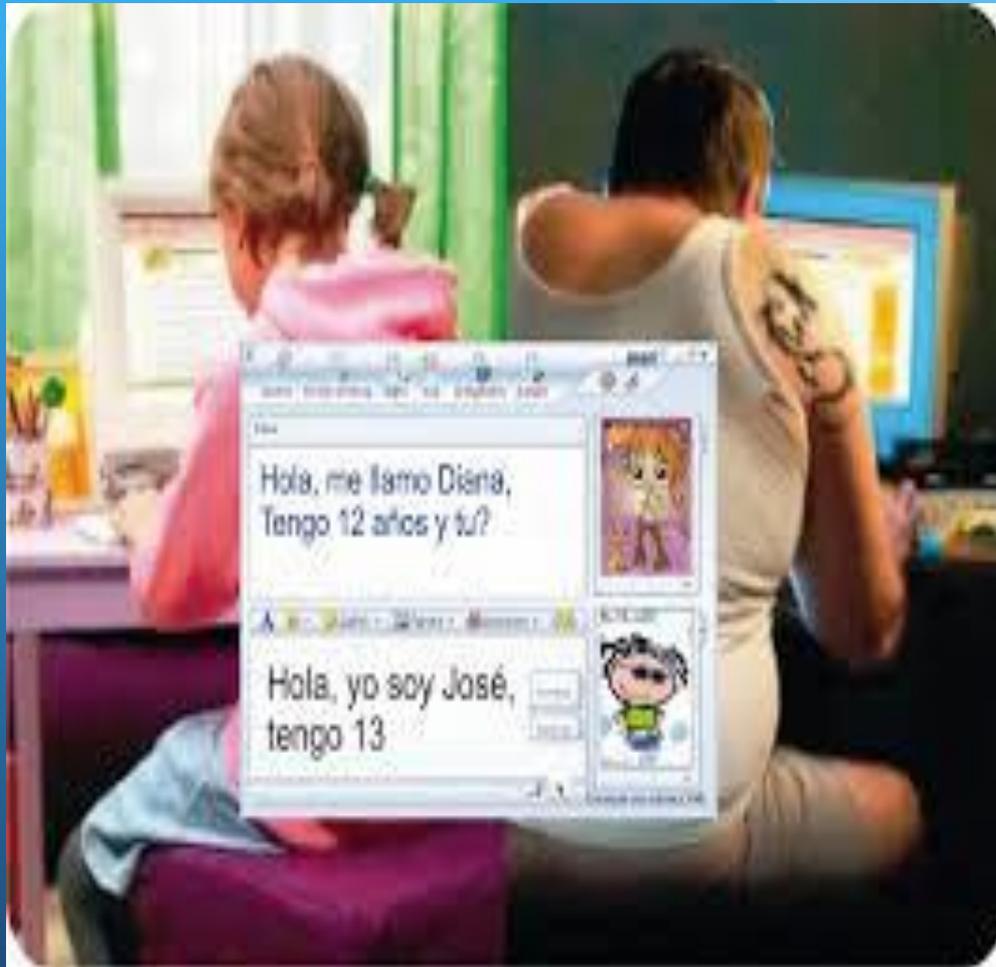
- Ciberbullying o acoso cibernético incluye todas aquellas conductas de burla, difamación, agresión, amedrentamiento e intimidación en contra de un individuo o grupo a través internet o teléfonos móviles.
- Este tipo de abuso tiene incalculables consecuencias psicológicas en los afectados que ven totalmente vulnerada su identidad en su entorno social.

- Para hablar de acoso los hechos deben repetirse a lo largo del tiempo durante un periodo prolongado.
- Las víctimas y acosadores son de edades similares y tienen relación o contacto en el mundo físico. Muchas veces el acoso comienza en el mundo real, para luego pasar al mundo virtual.



Grooming

Se trata de la extorsión “en línea” que realiza un adulto a un niño que bajo amenazas o engaños, accede a peticiones de connotación sexual frente a una cámara , en un chat o messenger, llegando incluso a concertar encuentros para materializar el abuso.



- Lleva a acciones realizadas para establecer, de forma deliberada, una relación y control emocional sobre el menor, con el fin de preparar el terreno para el abuso sexual.
- Los acosadores tienen preferencia por un prepúber o púber y frecuentemente son hombres casados. El menor suele ser ingenuo y no se da cuenta de que “habla” con un adulto.



- El acosador acaba confesando su edad y pidiendo secreto sobre su identidad , convence que no deben decirlo a los padres, pues no lo entenderían.
- Logran datos personales y fotografías, que cada vez serán con menos ropa



- Fase de amistad: se pone en contacto para conocer sus gustos, preferencias y crear una relación de amistad y confianza.
- Fase de relación: incluye confesiones personales e íntimas entre acosador y menor, estableciéndose una mayor confianza. El acosador obtiene cada vez más información sobre sus gustos y preferencias.
- Fase con componente sexual: hay petición a los menores de su participación en actos de naturaleza sexual, grabación de imágenes o toma de fotografías

Pishing



Recomendaciones a los niños

- En Internet utilizar pseudónimos o *nicks* personales que únicamente sean conocidos por un círculo de contactos.
- **Ser cuidadoso con los datos personales que se publican.**
- Tener especial cuidado a la hora de colgar en Internet contenidos audiovisuales, FOTOS y comentarios .
FACEBOOK

- No enviar imágenes o videos a usuarios en los que no hay plena confianza.
- No aceptar ni agregar como contacto a desconocidos.
- Comunicar a padres o tutores cualquier situación de riesgo y mas si toca temas relacionados con aspectos sexuales

Recomendaciones a los padres

- Deben involucrarse en el uso que hacen sus hijos de Internet.
- Los computadores con *cámara* y el acceso a Internet deben estar en zonas comunes de la casa.
- Establecer un horario para el uso de Internet y del computador o tableta .
- Educar en el uso responsable de la cámara del computador tablet o teléfono.
- Bloquear paginas no aptas para menores

- Educar en la difusión responsable de imágenes (no enviar a desconocidos).
- Supervisar, evitando ser intrusivos.
- Comunicación abierta y muy clara con los hijos , abordando los beneficios y riesgos de el internet.
- Educar en la **autoprotección**: ser cuidadoso a la hora de facilitar datos por Internet y en las redes sociales.

- Los padres supervisen, con mucho respeto, el acceso de sus hijos a internet: chat, mensajes instantáneos y charla interactiva, así como su correo electrónico.
- Corte constitucional Colombia
- Es importante que los hijos entiendan que es parte del rol de su padre/madre preocuparse por su integridad y bienestar





Realidad

- “La tecnología ha surgido como un modo de simplificar la vida del ser humano, tiene sus ventajas y desventajas, se usa para buenos y malos fines. Ha transformado la manera de este interactuar y socializar con los demás, hay personas que en las redes sociales se tratan como amigos y en persona ni se saludan”, “Esos web sites otorgan a sus usuarios un poco de popularidad, hasta los más tímidos se exhiben en ellas, también por eso gustan tanto”,

Sociólogo José Enrique Espinal.

Equilibrio justo
Amor incondicional
Acompañamiento



VALOR

ES TENER PROBLEMAS
Y NO ANDARTE QUEJANDO EN

FACEBOOK







**La tecnología no nos puede
atrapar**



**Si alguien ve a mi mamá en
Facebook, por favor recuérdense que
me dejo en el lavamanos**



**Reflexiones
PARA TI y PARA MI. COM**

