SCUOLA DELL'INFANZIA PARITARIA "LE MINAS"

SCUOLA DELL'INFANZIA PARITARIA MARIA ASSUNTA S. DAMIANO MACRA

UNA COMUNIDAD PARA EL PACTO DIGITAL

ESCUELA INFANTIL

"EL SENTIDO COMÚN EXISTÍA, PERO SE MANTENÍA OCULTO POR MIEDO AL SENTIR COMÚN"

(«Los novios» I promessi sposi, de Alessandro Manzoni., cap. XXXII)

La tecnología ha invadido y transformado rápidamente la vida de todos nosotros porque nos tomó desprevenidos; con el sentido común, ahora que conocemos las consecuencias del abuso de los dispositivos, podríamos juntos cambiar el sentir común.

El pacto nace de la colaboración entre familias, escuela y territorio, con el objetivo de identificar unas pocas normas claras y compartidas para acercarse al mundo digital con gradualidad y conciencia. Nuestra comunidad educativa cree en la importancia de (in)formar a los padres y a quienes cuidan del niño (abuelos, tíos, niñeras, hermanos) sobre el uso correcto de los dispositivos digitales y sus posibles riesgos para poner el bienestar del niño en primer lugar.

1. **EN LA MESA SE ESTÁ JUNTOS**

Evitar el uso de dispositivos digitales durante las comidas, convirtiéndolas en momentos de diálogo y de compartir.



2. **PROTEGER EL SUEÑO DE LOS NIÑOS**

Según las recomendaciones de la Sociedad Italiana de Pediatría (SIP), para los niños las pantallas deben apagarse al menos 1 hora antes de dormir (la luz y los contenidos estimulantes alteran el sueño). Colocar las pantallas en espacios comunes y no en los dormitorios.



3. **CUANDO SE SALE...**

Fomentar el movimiento, la actividad física, los momentos de socialización y el juego espontáneo con otros niños.



4. **PARA LAS APLICACIONES ES MEJOR ESPERAR!**

Se pueden proponer contenidos breves, adecuados a la edad, que involucren elaspecto psicomotor del niño (mirar fotos y reelaborar recuerdos, escuchar música, juegos sonoros, de movimiento y acciones en secuencia, por ejemplo recetas de cocina).



5. **MOMENTOS DE DESCONEXIÓN**

Establecer momentos o días sin conexión para toda la familia.



6. **VALORAR LOS MOMENTOS VACÍOS**

No llenar los momentos de inactividad, espera y aburrimiento con dispositivos digitales; dejar al niño libre para encontrar soluciones y alternativas originales y creativas.



QUÉ RIESGOS?



Las investigaciones científicas (1) y las últimas recomendaciones de la SIP (Sociedad Italiana de Pediatría) 2025 (2) demuestran que el uso precoz y excesivo de las pantallas puede estar relacionado con:

- problemas físicos (postura, vista, alimentación y sueño);
- problemas cognitivos (dificultades en el desarrollo del lenguaje, dificultades de concentración, aprendizaje, disminución del tiempo de atención y reducción de la creatividad);
- consecuencias psicológicas y en la autorregulación emocional (miedos y traumas relacionados con contenidos para adultos, disminución de las capacidades relacionales y de la gestión de las propias emociones).

PROFUNDIZACIONES...



Las directrices de la Organización Mundial de la Salud (3) indican que, en edad preescolar, el uso de las pantallas debe ser muy restringido; a los 5 años de edad no debería superar una hora al día, con adultos al lado.

Se sugiere, antes de exponer al niño a las pantallas, comprobar la adecuación de los contenidos según la edad del menor. Es importante identificar programas procedentes de canales/plataformas seguras (por ejemplo, YouTube y YouTube Kids no representan fuentes fiables en las que confiar; las condiciones de servicio de YouTube requieren la autorización de un padre o tutor para los menores de 18 años).

Es recomendable proponer, siempre bajo la supervisión de un adulto, pantallas grandes (como la televisión, no teléfonos inteligentes ni tabletas), donde la distancia entre el niño y el dispositivo sea mayor y exista un mayor control por parte del adulto; de este modo, el menor no puede desplazarse rápidamente entre programas, sino que se requiere el uso del mando a distancia. Para supervisar el acceso y los contenidos disponibles es posible utilizar formas de control parental; una de ellas es Family Link:
https://familylink.google.com/

Se desaconseja publicar imágenes de los menores como si fueran nuestras; sería conveniente limitar al máximo su publicación para no condicionar su futuro ni difundir contenidos privados en la web.

[1]
Yeon Kim et al. The relationship between smartphone overuse and sleep in younger children: a prospective cohort study, Journal of Clinical Sleep Medicine, julio de 2020.
Madigan, S., McArthur, B. A., Anhorn, C., Eirich, R., & Christakis, D. A. (2020). Associations between screen use and child language skills: a systematic review and meta-analysis.
Una investigación de Nikkelen et al. (2014) identificó correlaciones negativas entre el uso de las pantallas y los comportamientos relacionados con el TDAH en niños y adolescentes.
[2]
https://sip.it/2025/12/02/bambini-troppo-digitali-troppo-presto-ogni-ora-di-schermo-e-un-rischio-per-corpo-e-mente/
[3]
https://www.who.int/publications/i/item/9789241550536

mec Piemonte

PATTI DIGITALI