PATTI DIGITALI

¿HACEMOS UN PACTO?

mec Piemonte

LO DIGITAL EN LA ESCUELA PRIMARIA: COHERENCIA Y SENTIDO COMÚN

"EL SENTIDO COMÚN EXISTÍA, PERO SE MANTENÍA OCULTO POR MIEDO AL SENTIR COMÚN"
(ALESSANDRO MANZONI, LOS NOVIOS - 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.



1

PRIMARIA LIBRE DE SMARTPHONES

- Evitar la entrega de dispositivos personales libremente conectados a la red durante la escuela primaria;
- Adoptar soluciones alternativas como dispositivos compartidos o con funciones limitadas, para acompañar a niños y niñas hacia un uso consciente y progresivo de lo digital.





2

PARTICIPACIÓN ACTIVA Y CONSCIENTE DE LOS ADULTOS EN EL PROYECTO: ¡NUESTRO EJEMPLO ES IMPORTANTE!

Padres, abuelos, educadores y profesores se comprometen a:

- limitar el uso de los dispositivos cuando están con los niños;
- respetar y hacer respetar las mismas normas sobre los dispositivos;
- participar en encuentros de educación digital para desarrollar competencias activas y creativas.

3

CAMINAR JUNTOS EN LO DIGITAL: ¡LOS NIÑOS NUNCA SOLOS FRENTE A LA PANTALLA!

- Navegación y búsqueda en línea permitidas solo en presencia de un adulto;
- Bloqueo total de los contactos con desconocidos, incluidos los videojuegos.



4 DISPOSITIVOS TRANSPARENTES HASTA LOS 14 AÑOS: ¡CONFIANZA RECÍPROCA, OPORTUNIDAD DE INTERCAMBIO Y DIÁLOGO!

- Compartir las contraseñas entre padres e hijos como herramienta de protección;
- Revisión periódica de chats, aplicaciones e historial junto con los hijos para construir conciencia y afrontar juntos los posibles riesgos;
- Colaboración activa para transformar la navegación en una oportunidad de crecimiento seguro.



5 APLICACIONES, VIDEOJUEGOS Y REDES SOCIALES ADECUADOS A LA EDAD

- Evitar el uso autónomo de las redes sociales antes de los 14 años, siguiendo las indicaciones legales;
- Comprobar siempre, antes de la visualización, que los contenidos de aplicaciones, vídeos, canales de YouTube y series de televisión sean adecuados para la franja de edad de los propios hijos;
- Utilizar la clasificación PEGI para elegir películas, series de televisión y videojuegos adecuados para la madurez del niño.

6 LUGARES Y TIEMPOS DEFINIDOS PARA SU UTILIZACIÓN

- Acordar horarios y lugares de uso para favorecer la presencia y el diálogo con los adultos;
- Evitar las pantallas en el dormitorio, durante las comidas y en los momentos de socialización o juego;
- Controlar las horas totales de conexión, no más de dos horas al día, para garantizar una alternancia saludable entre lo digital y la realidad;
- Prever días sin pantallas para dar espacio a la creatividad y al descanso.





7 ENCONTRARSE EN PERSONA IMPORTA

- Favorecer ocasiones de encuentro y de relación directa fuera del mundo digital;
- Fomentar el deporte, el juego libre y el tiempo compartido con los amigos;
- Promover la participación en talleres e iniciativas locales para estimular nuevos intereses;
- Cultivar vínculos que no dependan exclusivamente de los dispositivos y de las redes sociales.

¡A VECES LAS PALABRAS NO BASTAN!

Muestra cómo se utilizan las pantallas de forma responsable.
Recuerda que los momentos pasados junto a nuestros hijos son más importantes que cualquier notificación.
Las pantallas restan tiempo a las relaciones.

PROFUNDIZACIONES Y SUGERENCIAS ÚTILES

¿EXISTE UNA EDAD ADECUADA PARA EL SMARTPHONE? Según la opinión de numerosos expertos, el smartphone personal no es adecuado durante la escuela primaria. Las directrices de la Organización Mundial de la Salud aconsejan esperar al menos hasta el tercer curso de secundaria. Existen muchas alternativas para utilizar Internet con seguridad: por ejemplo, una tableta o un ordenador, más fáciles de controlar y de dejar en casa cuando no son necesarios. ¡Sin olvidar la posibilidad de utilizar un «teléfono móvil tradicional» si es necesario comunicarse con los padres!
Para más información, «Digital y niños: las nuevas recomendaciones de la Sociedad Italiana de Pediatría» https://sip.it/2026/01/27/digitale-e-bambini-le-nuove-raccomandazioni-sip/

¿CÓMO ELEGIR LOS VIDEOJUEGOS? ¿Y LOS CONTENIDOS DE VÍDEO? Nos ayuda el sistema PEGI, que indica la edad recomendada para cada videojuego comercializado, www.pegi.info. Se debe prestar especial atención a los juegos en línea que permiten el contacto con desconocidos. También la elección de vídeos y series de televisión merece atención: muchas plataformas tienen filtros y otras requieren la supervisión de los padres. Los controles parentales son herramientas útiles y actualmente están disponibles en todos los dispositivos.

REGLAS, LÍMITES Y DÍAS «SIN PANTALLAS» Los principales consejos de los expertos: evitar las pantallas durante las comidas, antes de dormir (al menos media hora antes) y antes de ir a la escuela. No superar las dos horas totales al día, hacer pausas frecuentes y establecer días sin pantallas (cada semana) para favorecer actividades alternativas, la socialización y prevenir las adicciones digitales. Evitar su uso en el dormitorio y en los lugares donde no haya supervisión de un adulto. Recordemos, por último, la importancia del ejemplo de los adultos: ¿por qué no hacer los días sin pantallas con toda la familia?

USO CONSCIENTE, POSITIVO Y DIDÁCTICO Las competencias digitales serán fundamentales en el futuro de nuestros jóvenes. Por este motivo, es importante no limitarse a las normas, sino hablar y reflexionar con los propios hijos sobre lo que hacen y lo que les interesa en línea. Apoyar el uso creativo y el uso de la red para informarse y aprender cosas nuevas, aliándose con otros padres y con los profesores para enriquecer la conciencia y la competencia digital de adultos y jóvenes.

PROTEGE Y SALVAGUARDA LA PRIVACIDAD DE TU HIJO Presta atención al compartir fotos, vídeos e información personal de nuestros hijos y de sus amigos en línea: permanecen para siempre y pueden proporcionar información a personas malintencionadas. Recordemos también que está prohibido compartir fotos de otros menores en línea sin el consentimiento de sus padres.

DEDICA A TU HIJO UN TIEMPO EXCLUSIVO Y AUTÉNTICO Cuando nos reencontramos al final del día o cuando jugamos juntos, hagamos que el tiempo que pasamos con nuestros hijos sea exclusivo, completamente dedicado a ellos y lo más libre posible de smartphones. Lectura y narración, movimiento y creatividad, experiencias en la naturaleza y socialización.

LAS ALTERNATIVAS A LA TECNOLOGÍA Y A LAS PANTALLAS

Lectura y narración: leer juntos y contar historias estimula el desarrollo cognitivo y emocional desde los primeros meses de vida.

Movimiento y creatividad: promover el juego, la actividad física, artística y musical, la destreza manual y la curiosidad para favorecer un crecimiento armonioso.

Experiencias en la naturaleza y socialización: los paseos al aire libre y los momentos de convivencia con otros niños son valiosas oportunidades para aprender a crecer juntos.