



**LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS Y EL USO DE LOS
DISPOSITIVOS MÓVILES**

**Recomendaciones relacionales para padres e hijos y
consejos de seguridad y etiqueta para menores**

ÍNDICE

1. Introducción
2. Objetivos
3. Escenario actual
4. Recomendaciones actuativas para padres
5. Recomendaciones actuativas para menores
6. Decálogo
7. Enlaces de interés

1. Introducción:

Las Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación (NNTT) han logrado una implantación tan rápida y definitiva en el mundo desarrollado que, en poco tiempo, han revolucionado las relaciones sociales y numerosos aspectos de nuestra vida. Forman parte de nuestro día a día y se han convertido en herramientas imprescindibles que, en muchas ocasiones, se convierten en extensiones de nosotros mismos a las que dedicamos una parte considerable de nuestro tiempo; en muchas ocasiones excesiva.

Los adultos nos adaptamos a ellas con cierta lentitud y dificultad, todo lo contrario que nuestros jóvenes, llamados nativos digitales, ya que desde su nacimiento conviven con las NNTT, sacándoles el máximo partido, hasta el punto de convertirlas en su seña de identidad, especialmente en la etapa adolescente.

Cada vez son más tempranas las edades en las que los menores conviven con las NNTT. Al llegar a la adolescencia nuestros hijos son usuarios habituales y avanzados de Internet a la que acceden mediante ordenadores y todo tipo de dispositivos móviles. Conocen mucho mejor estas herramientas que nosotros y tienen una intuición innata en cuanto a su uso y posibilidades.

No hay ninguna duda que las NNTT nos suponen un gran beneficio por su capacidad informativa, capacidad comunicativa, capacidad social e interconectividad pero un uso inadecuado de estos instrumentos expone a adultos y menores a ciertos riesgos. Por ello, todos deberíamos conocer cuáles son los problemas que pueden derivarse de su uso y anticiparnos a ellos. Es fundamental informarnos de las posibilidades de las Nuevas Tecnologías, aprender a utilizarlas



adecuadamente y crear en nosotros mismos y en nuestros hijos buenos hábitos de uso.

En Monsan somos muy conscientes de ello y el objetivo final de este documento es ofrecer a los adultos y menores una reflexión básica para favorecer la educación y acompañamiento en el uso seguro y responsable de las Nuevas Tecnologías.

2. Objetivos:

1. crear un decálogo asesor para favorecer el correcto uso de los dispositivos móviles en lo referente a tiempos de uso, maneras y derivaciones económicas.
2. facilitar la relación de los menores y sus familiares en su interacción con dispositivos móviles.
3. dotar al personal de Monsan de un documento difusor de recomendaciones sociales aprovechando las intervenciones en medios.
4. seguir trabajando la Responsabilidad Social Corporativa de Monsan a través de la difusión de este documento.

3. Escenario actual:

22 millones de usuarios españoles utilizan smartphones.

Se calculan 56 millones de terminales en España.

Aumento exponencial de delitos y fraudes a través de dispositivos móviles.

El 53% de los españoles son adictos al móvil, según datos del Centro de Estudios Especializados en Trastornos de Ansiedad.

Crece la Nomofobia -el miedo a salir de casa sin el teléfono- y el 40% de los jóvenes, entre 18 y 30 años, asegura que no puede vivir sin su smartphone. También aparece la Infobesidad: la revisión constante y compulsiva de la recepción de mensajes y mails.

El 67% de los menores de 15 años tiene móvil.

El 45% de los jóvenes presenta algún indicio de uso problemático en la navegación por Internet.

El 45% de los menores accede a la red desde dispositivos que no poseen filtros de contenidos.

El 6'5% reconoce tener un posible problema en su nivel actual de uso del correo electrónico y el móvil y cerca del 9% reconoce que le dedica más tiempo del que cree que debería.

El 12'8% de los jóvenes ha utilizado páginas de contenido sexual, por curiosidad.

El 9'1% ha falsificado su identidad en foros, chats, redes sociales...

El 7'8% ha enviado por mail fotos de otra persona para reírse con sus amigos.

Existe una despreocupación generalizada, especialmente en nuestros jóvenes, por su privacidad identitaria que degenera en: exposición de información personal y confidencial, falta de protección ante desconocidos, grooming o ciberacoso sexual, ciberbullying o acoso escolar a través de Internet, mayor probabilidad de ser víctima de algún tipo de fraude o estafa.

Según encuesta de la Obra Social de Caja Madrid, el 47'1% de los padres, madres y tutores encuestados afirma tener un conocimiento nulo de Internet.

En cuanto al correo electrónico, este porcentaje es del 63'8%. En el Chat, este porcentaje aumenta hasta el 75'5%.

El 62'9% de los padres, madres y tutores encuestados afirma tener un conocimiento básico del teléfono móvil.

4. Recomendaciones activas para padres:

Observar el uso que los hijos hacen del móvil y hacer el proceso de aprendizaje de uso conjunta y simultáneamente. El teléfono móvil no debe separarnos por ser un instrumento con una tecnología o lenguaje por nosotros desconocidos.

Acordar unas normas de uso en cuanto a tiempos, lugares, contenidos y maneras.

Poner un límite de gasto mensual y de tiempo de uso del móvil y hacer responsable a nuestro hijo del gasto que genera su móvil. Para ello es

recomendable que conozca las tarifas telefónicas: horarios más caros de llamadas, coste de establecimiento de llamada, coste de envío de mensajes de texto o multimedia, precio de las descargas y otras utilidades.

No deberíamos permitirle superar los límites establecidos y, si ocurriera, habría que hacerles corresponsables de los gastos de más que se hayan generado.

Enseñarle a utilizarlo sólo cuando sea necesario y no haya otra forma de comunicarse.

Pedirle que sus conversaciones sean cortas.

Los teléfonos móviles disponen de numerosas aplicaciones educativas; es importante explorar estas opciones con nuestros hijos para que perciban que un terminal móvil tiene un abanico de posibilidades que pueden servir de apoyo y complemento a su proceso educativo.

Razonar con el menor unas normas respetuosas hacia terceros sobre contenidos, fotos y vídeos, compartir con otras personas sus imágenes y, por supuesto, la no distribución de aquellas que sean de otros sin su autorización o que puedan perjudicar irreversiblemente la imagen de cualquiera.

Pedirle que apague el teléfono cuando no lo necesite o no deba utilizarlo: mientras estudia, está en el colegio, mientras come o duerme cuando está en lugares públicos exigentes de atención o silencio...

Instalar filtros parentales, programas que evitan un uso indebido del teléfono o impiden el acceso a determinados tipos de contenidos.

Educar con el ejemplo es muy importante, los hijos replican las conductas de sus padres. Evitemos las llamadas largas o repetitivas, tampoco utilicemos nuestro terminal para expresar problemas o estados emocionales (preocupación, enfado, etc) en presencia de los hijos.

5. Recomendaciones actuativas para menores:

Utiliza tu móvil sólo cuando sea necesario. Tendrás que pactar con tu familia las situaciones de uso.

Utilízalo de forma que no te aíse de las personas que te rodean. Y cuando lo hagas observa las normas básicas de educación y cortesía.

Apaga el teléfono móvil en lugares donde no esté permitido su uso.

Da prioridad a las personas con las que estás hablando físicamente frente a la persona que te llama al móvil. No ocurre nada por no contestar una llamada en un momento determinado, ya que se puede responder con otra llamada más tarde. Si es estrictamente necesario contestar al instante, pide disculpas a la persona con la que estés.

No permitas que los dispositivos móviles te aísen del mundo real.

Controla lo que gastas cada mes y conoce las tarifas de tu teléfono. Recuerda no sobrepasar el límite acordado.

Utiliza los medios de comunicación que mejor se adapten a cualquier circunstancia y que sean menos invasivos: el teléfono fijo para llamar a otro fijo, el correo electrónico, una reunión de amigos, sistemas de mensajería instantánea...

Pide permiso antes de fotografiar o grabar a alguien.

Sé consciente de los beneficios de tener y saber usar un dispositivo móvil y de los peligros que también supone.

6. Decálogo:

Hacer un uso útil y racional del móvil: evitar llamadas repetitivas, de aprobación o carentes de contenido. Modular el tiempo dedicado a cada llamada enviada o recibida, evitar un excesivo consumo en el envío de SMS y no bajarse un desproporcionado número de aplicaciones innecesarias. Educarnos y educar en la gestión inteligente del ocio y del tiempo libre suele ser siempre una buena idea.

Ser breve, conciso y estructurado en las llamadas: el teléfono móvil tiene como finalidad establecer comunicaciones efectivas, por lo que hay que evitar conversaciones prolongadas que puedan elevar el consumo racional de nuestro terminal. Escribir un breve borrador o nota en un papel con los 3 o 4 puntos que deseamos tratar con el interlocutor, en caso de llamadas de trabajo, suele ser efectivo. Mostrar a nuestros hijos esta metodología es, siempre, un buen ejemplo.

Ejercer un control del gasto: contratar aquella tarifa que mejor se adapte a nuestras necesidades. En el caso de nuestros hijos es recomendable contratar tarifas prepago.

Hacer uso de los programas de control parental en los dispositivos con conexión a Internet para evitar que los menores se encuentren contenidos inadecuados para su edad.

Establecer normas claras para regular el uso del terminal móvil. Hay que conseguir consensuarlas y establecer el compromiso común. Por supuesto son de obligado cumplimiento y con consecuencias previstas en caso incumplirlas.

Usar whatsapp u otras herramientas de mensajería instantánea: con esta u otra herramienta podremos enviar mensajes eficientes sin tener que interactuar mediante una llamada. Ahorraremos recursos, evitaremos las conversaciones prolongadas, seremos menos invasivos y mucho más concretos y efectivos en nuestro contenido.

Desconectar el terminal o silenciar el terminal cuando sea necesario: no olvidemos las normas esenciales de etiqueta en el buen uso de nuestros dispositivos. Hablar bajo, no poner el móvil encima de la mesa, no estar mirándolo ni revisando mensajes mientras conversamos con otras personas... Expliquémoslas a nuestros hijos y demos ejemplo.

No emplear esta tecnología fraudulentamente. *No burlarse de otro ser humano y no engañarle. No crear identidades falsas. No participar en conversaciones que hieran a otros. No decir nada que no diríamos en persona y en voz alta. Establecer autocensura.*

Mantenerse actualizado en los avances en las Nuevas Tecnologías, para que la llamada brecha digital no suponga un obstáculo en nuestros conocimientos ni en la labor de interactuar y proteger a tus hijos.

Establecer un diálogo efectivo y continuado entre padres e hijos y no olvidar ser consecuente y dar ejemplo en la interacción con las Nuevas Tecnologías. Nuestros hijos deben encontrar en nosotros comunicación positiva y apoyo ante cualquier problema



7. Enlaces de Interés:

Fundación Telefónica: <http://laboratorios.fundaciontelefonica.com/>

INTECO (Instituto Nacional de Tecnologías de la Comunicación)
<http://menores.osi.es>

RTVE (TVE) Noticias Tecnología :
<http://www.rtve.es/noticias/20110208/consejos-para-padres-hijos-uso-del-movil/398069.shtml>

Agència de Salut Pública de Catalunya:
http://www.aspb.cat/quefem/docs/nota_cast_telefonia_mob_010.pdf

Educatumundo.com:
<http://www.educatumundo.com/2013/07/02/10-consejos-para-promocionar-un-uso-adecuado-del-telefono-movil-2/>

Vodafone:
<http://www.vodafone.es/conocenos/es/vodafone-espana/sostenibilidad/comportamiento-etico-y-responsable/moviles-antenas-y-salud/moviles-y-salud/uso-de-moviles-por-ninos/>

Centro de Estudios Especializados en Trastornos de Ansiedad.

Comisión del Mercado de las Telecomunicaciones (CMT). Integrada en la Comisión Nacional de los Mercados y la Competencia (CNMC) desde el 7 de Octubre del 2013.

Obra social Caja Madrid.

Obra Social La Caixa.