

"Mi hijo quiere un móvil", cómo lidian los padres con el primer teléfono de sus hijos

Los expertos de Qustodio han elaborado una guía para padres sobre cómo educar a sus hijos en un uso correcto del móvil. Un primer dispositivo puede abrir la puerta a ciertos peligros como la adicción o el acceso a contenido inapropiado

Muchos centros educativos se empiezan a plantear limitar el uso del teléfono móvil a los estudiantes. La relación de los menores con la tecnología empieza a edades cada vez más tempranas, según UNICEF, la edad media en que los niños disponen de su primer móvil es antes de cumplir los 11 años. De hecho, en Cataluña, se ha creado un movimiento por parte de algunos padres para retrasar la compra del primer teléfono a los 16 años, una iniciativa que quieren extender a nivel estatal.

Ahora que los niños reciben smartphones en el último ciclo de primaria, muchas familias se preocupan por el uso que pueden hacer sus hijos de estos dispositivos tecnológicos, además de plantearse cuándo es apropiado regalárselo. De hecho, el último estudio 'De Alpha a Zeta, educando a las generaciones digitales' de Qustodio, plataforma líder de seguridad digital para familias, revela que los jóvenes pasan una media de cuatro horas diarias conectados.

Un primer dispositivo puede abrir la puerta a ciertos peligros como la adicción o el acceso a contenido inapropiado. Consciente de ello, los expertos de Qustodio han elaborado una guía para las familias sobre cómo educar a sus hijos en el uso correcto del móvil:

Cómo hacer un uso correcto. Está claro que no se puede evitar el uso del móvil completamente, ya que forma parte de su vida social. Por ello, es fundamental, sobre todo cuanto más pequeños son, que conozcan cómo utilizar de manera correcta el teléfono, sabiendo qué compartir, con quién hablar, dónde buscar información... La educación digital es esencial cuando se empieza a utilizar cualquier dispositivo.

Establecer unos horarios. Para poder tener control sobre el tiempo y el uso que dan al móvil, es importante establecer una rutina que evite excederse. Es cierto que la tecnología es beneficiosa, pero hay que saber usarla con moderación y estableciendo un orden, sobre todo, a edades tan tempranas.

Dar ejemplo. Si los niños ven a sus padres constantemente con el móvil, acabarán cogiendo el mismo hábito. El ejemplo es uno de los mejores instrumentos con que cuentan las familias para educar a sus hijos. Los padres enseñan a través del ejemplo y los niños aprenden a través de la imitación.

Enseñar alternativas. Hay una gran cantidad de opciones para evitar el uso del teléfono cuando uno se aburre. Pueden buscar actividades que les gusten sin necesidad de estar constantemente frente a una pantalla; hacer deporte, dibujar, aprender a tocar algún instrumento... Las posibilidades están dentro de los intereses de cada niño.

Compartir los espacios. Estar en la habitación solo y con el móvil es el mejor contexto para pasarse horas frente a la pantalla. Por eso, los expertos de Qustodio recomiendan compartir el espacio y que hagan uso del móvil con más gente alrededor y así tener más compañía que la pantalla. También, quitarles el móvil antes de dormir ayudará a su sueño y evitará que pasen más horas conectados.

Eduardo Cruz, CEO de Qustodio, reconoce que "es inevitable que los niños acaben teniendo su primer móvil, es parte de su vida social y los avances tecnológicos favorecen a ello. Prohibirlos no es la solución, hay que saber cómo integrarlos de manera moderada y que ellos mismos sepan que el uso excesivo acaba siendo perjudicial. Por eso, recomendamos a los padres que se sienten y hablen con sus hijos de todos los peligros y beneficios que un uso moderado del teléfono puede acarrear".

Datos de contacto:

Lucía Durán
Trescom
638622084

Nota de prensa publicada en: [Barcelona](#)

Categorías: [Nacional](#) [Educación](#) [Sociedad](#) [Ciberseguridad](#) [Ocio para niños](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>