

El centro de desintoxicación de adicciones Fromm Bienestar alerta a los Reyes Magos sobre el uso de móviles

[Multimedia](#)

El equipo de educadores y psicólogos especialistas del centro para adolescentes y familias Fromm Bienestar avisa sobre los riesgos de algunos regalos tecnológicos para que los Reyes Magos tomen la mejor decisión en estas fechas navideñas cargadas de ilusión y puedan prevenir futuras conductas de riesgo entre menores y adolescentes

Llegan las vacaciones de navidad y son muchas las familias que optan por hacerle un regalo de tipo tecnológico a sus hijos e hijas. Aunque el avance social es inevitable y las demandas de teléfonos móviles en menores de 12 años van en aumento, es fundamental conocer todos los riesgos asociados a esta práctica.

El equipo de expertos de Fromm Bienestar alerta de la necesidad de mejorar el vínculo familiar a través del afecto y la comunicación directa, independientemente del valor económico del regalo que se quiera hacer a los hijos e hijas.

Riesgos del uso de móviles en niños

En cuestión de pocos años, el teléfono móvil ha pasado de ser una herramienta de comunicación a convertirse en una extensa plataforma de relaciones interpersonales. Esta plataforma ha causado un gran impacto en la sociedad, no solo a nivel externo sino en la esfera personal. Por ello, es difícil imaginarse un mundo sin teléfonos móviles a día de hoy. No obstante, este uso tiene un inicio relativamente temprano en el que es fundamental poner el foco para evitar la nomofobia o adicción al móvil.

Edad mínima para tener un móvil

¿Cuándo empiezan los más pequeños de la casa a utilizar teléfonos? Haciendo un breve repaso al funcionamiento familiar actual, se pueden observar comportamientos relacionados con la tecnología en edades muy tempranas. Es común utilizar una pantalla táctil para entretener a un niño menor o darle el teléfono para que vea imágenes en movimiento y así poder desconectar un breve periodo de tiempo, pero es importante tener en cuenta que estas conductas deben dosificarse.

Exponer a una persona menor de edad a un uso prolongado del teléfono móvil puede asociarse a una cierta dependencia tecnológica y al sedentarismo. Aunque hay estudios que rechazan la correlación entre el uso de teléfonos en niños y falta de habilidades sociales[1], existen numerosas evidencias que ponen

de manifiesto el peligro de no controlar la exposición a internet y a la comunicación a través del smartphone en niños menores de 14 años.

Claudia Pradas, psicóloga del equipo de Fromm Bienestar afirma que "tener un smartphone no tiene por qué suponer un riesgo per se, pero es importante que el niño o adolescente lo interprete como una herramienta comunicativa, no como un juguete o un escape de la realidad".

Además, el peligro no solo se reduce al uso en sí del teléfono sino también al riesgo de sufrir acoso a través de internet o de acceder a páginas no aptas para el consumo infantil. Es por ello que el control parental es una pieza clave si al final se regala un smartphone.

¿Existe una edad idónea para tener móvil?

Como ya se ha avanzado en este artículo de <http://frommbienestar.es>, es fundamental dosificar la exposición al teléfono móvil en edades tempranas. A pesar de que no existe una edad concreta en la que se pueda delimitar la línea entre lo que es adecuado o no, sí que es importante valorar si el niño puede responsabilizarse de una herramienta de comunicación tan compleja.

Por qué no regalar un teléfono en Navidad

Otra de las razones por las que es mejor dar un teléfono en otras fechas es por el mero hecho de convertirlo en un regalo que sustituya de algún modo el afecto parental. "Estas navidades, regala afecto y tiempo compartido, comenta Antonio Molina, educador social y director de Fromm Bienestar.

Si bien es cierto que, en algún momento, el niño o adolescente demandará un smartphone, es importante dárselo como una herramienta, no como un regalo. Por ello, regalarlo en estas fechas puede tener una connotación que reste responsabilidad y favorezca el riesgo de desarrollar adicciones tecnológicas como la nomofobia.

Este equipo especialista en adicciones y adolescentes se encuentra en Mairena del Aljarafe y se ha convertido en referencia como centro para adolescentes en Sevilla, gracias al éxito en las intervenciones socioeducativas que llevan a cabo sus profesionales. Psicólogos, educadores sociales, expertos en familias y adolescentes que han recibido ya cientos de reseñas de gratitud y satisfacción, destacando hasta el momento como el mejor centro de adolescentes en la provincia.

▣ Ruvalcaba, M. M., Arámbula, R. E., & Castillo, S. G. (2016). Impacto del uso de la tecnología móvil en el comportamiento de los niños en las relaciones interpersonales. *Educatconciencia*, 5(6)

<http://frommbienestar.es>

<http://www.facebook.com/FROMMBIENESTAR/>

<http://www.instagram.com/frommbienestar/>

[http://www.youtube.com/channel/UCNMefUluxzfARih--rBHBvA?
view_as=subscriber](http://www.youtube.com/channel/UCNMefUluxzfARih--rBHBvA?view_as=subscriber)

<http://twitter.com/Frommbienestar>

<http://www.linkedin.com/company/frommbienestar/>
