

# Establecer normas en familia con las TIC, para evitar suspensos en Navidades



*-Delante del ordenador mejor junto a tus hijos.*

*Es mejor juntos que solos desde pequeños-*

Gran parte del buen resultado del curso escolar de **tus hijos** va a depender de la buena planificación de **los padres** en cuanto al tiempo libre que dedican a **la familia** y a las TIC que se utilizan en tu hogar durante ese tiempo libre disponible. Os reenvío un documento de gran interés para **las familias con hijos en edad escolar**. Espero que estas sugerencias os sean de utilidad para evitar los primeros disgustos con las notas ya desde las próximas Navidades.

## Comunicado informativo

**El 51,3% de los hogares españoles dispone de banda ancha**  
**Vuelta al cole: es el momento de poner normas para evitar los suspensos**

**Después de un verano ocioso, los escolares vuelven a clase y hay que cambiar unos hábitos que les han llevado a pasar buena parte del verano enganchados al ordenador y al resto de los dispositivos a su alcance. El número de internautas españoles asciende a 21 millones de personas. Y las viviendas con acceso a Internet suponen el 54,0% de los hogares españoles, lo que en números absolutos supone 8,3 millones.**

Según Juan Romero, fundador de Adicciones Digitales, "el problema que ahora se nos plantea es conseguir que nuestros hijos vuelvan a los hábitos de trabajo y estudio, algo que han dejado de lado durante el verano. En la mayoría de las ocasiones han pasado el tiempo pegados a la Play, Wii, ordenador y cualquier aparato electrónico que se nos ocurra. Ahora llega el momento de volver a la cruda realidad".

Desde hace algunos años, la mayoría de los escolares tiene que utilizar **el ordenador** para estudiar y hacer los deberes en casa, por lo que en muchos casos es imposible ejercer el adecuado control sobre el uso que hacen de estos aparatos. **Podemos estar pensando que están estudiando y quizá estén chateando o jugando.** "Y esto tendrá sus repercusiones dentro de un par de meses, cuando lleguen las notas de la primera evaluación", señala Romero.

No podemos olvidar que la proporción de uso de tecnologías de información por la población infantil es, en general, muy elevada. El uso del ordenador entre los menores es prácticamente universal (94,5%) mientras que el 85,1% utiliza Internet. Son datos de la última encuesta publicada sobre equipamiento y uso de tecnologías de la información y comunicación en los hogares, del Instituto Nacional de Estadística, correspondiente a 2009.

Este uso generalizado y cada vez mayor de la tecnología puede plantearnos algunos problemas. Por eso es importante poner algunos medios que nos permitan evitar esas situaciones indeseadas, como la llamada Regla de Oro de Adicciones Digitales. Romero explica que **"esta regla consiste en evitar siempre, absolutamente siempre, que el ordenador esté en la habitación de un adolescente. Debe estar continuamente en la sala de estar o en una zona común de la casa, para que los chavales no consideren que se trata de una propiedad privada, sino de un bien común del que deben hacer un uso adecuado"**.

Aunque esta no es la solución definitiva, pero sí un primer paso, porque se utilizan más aparatos además del ordenador. Los principales equipos que se usan en las viviendas para conectarse a Internet son el ordenador de sobremesa (el 76,2% de las viviendas), el portátil (50,8%) y el teléfono móvil (11,3%), aunque aumentan los accesos mediante otro tipo de dispositivo (agendas electrónicas, PDA, televisión o videoconsola). Entre ellos, cabe destacar el incremento de la conexión por videoconsola, que pasa del 3,9% en 2008 al 7,3% en 2009.

Con estos datos nos damos cuenta que no solo es importante tener el ordenador en un lugar común de la casa, sino poner unos límites a la hora de su uso, e intentar asegurarnos de que se está utilizando sensatamente. **Muchos adolescentes pasan toda la tarde solos en casa porque ambos padres trabajan**, y si ellos mismos no son conscientes de la necesidad de hacer un uso adecuado de esta tecnología lo vamos a notar con los suspensos que empezarán a llegar en unos meses y seguirán llegando durante todo el curso.

Eso por no hablar de otros problemas de seguridad para nuestros hijos y la familia en general, cuando pasan buena parte de la tarde chateando y facilitan datos a personas a las que creen conocer y que quizá no conozcan suficientemente.

"...tanto a los adolescentes como a sus padres, detectamos que las cuestiones de seguridad ni se las plantean. Los chavales, porque se creen que lo saben todo y los padres, porque no entienden de informática y todo esto les supera ampliamente. A ambos hay que educarles **para que la tecnología sea un amigo de la familia y no un problema que pueda llegar a convertirse en tragedia**", concluye Romero.

[www.adiccionesdigitales.es](http://www.adiccionesdigitales.es)

