



FUNDACIÓN Para la Convivencia Digital

ACUERDO

SOBRE USO DE TECNOLOGÍAS PARA EL BIENESTAR Y LA INFANCIA PARA PADRES, APODERADOS Y ALUMNOS DE 5TOS BÁSICOS 2023

En el Encuentro Parental del nivel 4to básico ofrecida por el colegio en abril de este año, sobre el acceso temprano a pantallas, videojuegos, redes sociales e internet a cargo de la **Fundación Convivencia Digital**, surgió la necesidad urgente de levantar el tema y administrar su uso, así como la importancia de involucrarnos como apoderados en la crianza digital de los hijos/as. Motivados por los delegados y apoderados de nuestro nivel 4to básico, decidimos hacer algo concreto en favor del desarrollo sano de nuestros hijos/as y prevenir futuros problemas.



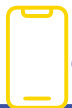
Los investigadores han demostrado que el desarrollo del lóbulo frontal en los niños se está retrasando por el tiempo excesivo que permanecen frente a la pantalla, produciendo un daño temprano al sistema cerebral infantil. Esta zona del cerebro es responsable de la **capacidad de atención, control de emociones y habilidades empáticas**. Por lo tanto, si no queremos hijos/as desconectados de la vida real y sus nefastas consecuencias mentales (ansiedad, depresión, angustia, adicción y otros trastornos afines) debemos administrar su tiempo de uso de forma responsable. Además, el tiempo valioso que se pierde al estar conectados es un tiempo necesario para el desarrollo de otras habilidades.

LÓBULO FRONTAL



La urgencia, según Soledad Garcés, directora de la Fundación para la Convivencia Digital, es **retrasar el acceso a actividades digitales y dispositivos de uso personal** lo más pronto posible, y lograr acuerdos de curso orientados al buen uso de las tecnologías.

Por este motivo se decidió, en primera instancia, hacer una encuesta para conocer el acceso y uso de tecnologías de nuestros hijos/as, como también el levantamiento de preocupaciones y motivaciones por parte de los apoderados frente a estos temas. **Con un total de 166 respuestas de familias de 4to básico (de un universo de 179 familias) las principales conclusiones fueron:**



88.6%

No tiene dispositivo móvil propio

El uso de dispositivos móviles es de moderado a bajo



Hay un mediano control parental

Entre los apoderados hay gran preocupación por el tema

Hay más libertad los fines de semana para uso de tecnología



Sin embargo, la misma encuesta refiere que un **11,4%** de los niños/as del nivel ya tiene un dispositivo móvil de uso personal, algo contraindicado por los expertos en psicología y psiquiatría infanto-juvenil (y cuyo uso interno en el colegio está prohibido por reglamento).



Con estos datos en mano, se formó una **comisión representativa** de los cinco 4tos básicos del Colegio Saint George, donde 21 apoderados comenzamos a dar forma a un Acuerdo de curso/nivel **para orientar el uso de tecnología en los niños/as**. Esta comisión, que contó con apoderados de diversas profesiones y con hijos/as en diferentes niveles, entregó testimonios que apuntaban a la necesidad urgente de levantar el tema del uso de tecnologías en 5to básico (y no más adelante).

Todos ellos explicaron que a medida que los hijos/as crecen y más amigos empiezan a tener dispositivo móvil, el tema “se va de las manos” ya que el **vicio o adicción por los videojuegos, la apatía social, el bullying, el riesgo de exponerse a material de adultos y a desconocidos, y daño del lóbulo frontal** del cerebro que se produce por el uso excesivo de las pantallas y redes sociales, además de otra serie de consecuencias, era una problemática que les costaba enfrentar con hijos adolescentes. Finalmente, y en pro de la eficiencia, la comisión se dividió en dos subcomisiones para tratar dos importantes áreas:

ACUERDOS PREVENTIVOS Y PROTOCOLOS

Se preocupó de armar un acuerdo entre apoderados y alumnos -avalados por el colegio- para limitar el uso de dispositivos móviles, acordar conductas y evitar secuelas.

EDUCACIÓN Y CAPACITACIÓN DE APODERADOS Y ALUMNOS

Se preocupó de las consecuencias, riesgos y ventajas del uso de tecnologías, diseñando herramientas o recursos sobre distintas temáticas relativas al tema, para capacitarnos y formarnos como apoderados en el tema con un fin educativo/preventivo.



En conjunto definimos a qué nos referimos por celular y/o dispositivo tecnológico optando por referimos a “dispositivos móviles” es decir un teléfono, tablet, reloj inteligente u otro dispositivo con acceso a internet, juegos, aplicaciones, claves y cuentas de uso propio del alumno/a.

Como papás, mamás y apoderados de 4to básico 2022, futura **Generación 2030**, hemos querido redactar un marco de acuerdos que sirva de guía y acompañamiento sobre su uso en nuestros niños/as, apoyados con importante evidencia científica y psicológica como base de trabajo tanto de chilenos expertos como de estudios internacionales.

Estamos convencidos que: **estando TODOS de acuerdo, será más fácil su control**. Y que la única forma de lograr su postergación es en alianza entre apoderados del nivel, y la complicidad y diálogo con nuestros hijos/as en pro de su bienestar y respeto por el estadio del desarrollo en que se encuentran.

Este marco entrega una guía para poder lograr coherencia entre nosotros, en pos de buscar una **infancia y adolescencia más sana y alegre** para nuestros hijos/as. La evidencia científica avala que **atrasando su uso aumenta y mejora su desarrollo mental, social, motriz y emocional, alargando la infancia incluso hasta 2 años más.**

ACUERDO PARA APODERADOS



Los objetivos generales son, llegar a un acuerdo entre padres, madres y apoderados y facilitarles a los alumnos/as de 5to básico la comunicación y sobre todo los vínculos con sus pares; mostrándoles alternativas de entretención creativas y sanas de acuerdo a su edad y ayudarnos a convivir digitalmente, cuidándose ellos y respetando a los demás.

Este acuerdo **no es una imposición; sino más bien la búsqueda de un mínimo común** de "convivencia digital" para ayudarnos entre nosotros, apoyarnos y acompañarnos en una educación digital consciente y alertar sobre las nuevas etapas que empiezan a vivir nuestros hijos/as, los códigos de comunicación que usan, sus formas de relacionarse y un apoyo a la vida post-pandemia.

Este acuerdo **será tan dinámico como van creciendo los niños/as**, por tanto, puede actualizarse en cualquier momento, considerando también modificaciones en el reglamento del colegio.

Asimismo, los actuales 3ros básicos, también están trabajando en otro acuerdo similar y alineado con el nuestro, para desde más temprana edad aportar en el desarrollo de nuestros hijos/as de forma sana, poniendo alerta a prácticas que los perjudican.

USO DE DISPOSITIVOS MÓVILES



Estamos en la era digital
y debemos educarla

Yo _____ como papá, mamá o apoderado de _____

del curso _____ me comprometo a:

- 1. ACCESO A DISPOSITIVOS:** Esperaremos a cumplir los 13 años, para entregar un teléfono personal con acceso a internet.
- 2. ACCESO SUPERVISADO:** Como familia, vamos a proveer una alternativa de comunicación entre compañeros/as cuyo uso será supervisado por adultos.
- 3. EL PODER DEL EJEMPLO:** me comprometo a ser ejemplo a seguir en cuanto al uso de dispositivos móviles y otras tecnologías, especialmente: controlando el tiempo y momento de uso, manteniendo un buen trato virtual y siendo críticos respecto al contenido digital al que accedo.
- 4. CUMPLIMIENTO DE LA NORMATIVA VIGENTE:** Cumpliré la ley 19.628 que regula el uso de datos personales en menores de edad, por lo que no autorizaré el uso de redes sociales hasta que cumpla esa edad.
- 5. DETERMINACION DE LIMITES Y CONSECUENCIAS:** Me comprometo a conversar con mis hijos sobre los límites respecto al uso de las herramientas digitales y dispositivos tecnológicos, donde tendrá prioridad el cuidado del sueño, el buen trato, el buen uso del tiempo y el cuidado del bienestar emocional. A su vez, determinaremos las consecuencias lógicas que implica respetar los límites acordados.
- 6. RESPETAR EL REGLAMENTO DEL COLEGIO SAINT GEORGE:** Me comprometo a promover las normas de convivencia y buen uso de tecnologías que se establecen en el Reglamento Interno Escolar (RIE).
- 7. PRIVILEGIAR LA AMISTAD Y EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES:** Me comprometo a hacer de mi hogar, un espacio formativo de esparcimiento, entretención y amistad, donde priorizaremos las actividades presenciales que fomentan el desarrollo de habilidades sociales, por sobre el entretenimiento digital.
- 8. ANTE SITUACIONES QUE SON MOTIVO DE PREOCUPACION:** En caso de ver, sospechar, recibir una denuncia o presenciar situaciones en niños/as del curso, me contactaré con el profesor/a jefe y el asesor/a de convivencia escolar del nivel y le entregaré los antecedentes necesarios para que los profesionales a cargo puedan abordar prontamente la situación y evitar riesgos innecesarios.

ACUERDO PARA APODERADOS



INVITADOS A LA CASA, VIDEOJUEGOS Y RRSS



FUNDACIÓN Para la
Convivencia Digital

- 1. CREAR RUTINAS EN LA CASA CON ACTIVIDADES QUE FAVOREZCAN EL DESARROLLO DE TALENTOS, EL BIENESTAR EMOCIONAL Y LA CREATIVIDAD.**
- 2. CUIDAR EL SUEÑO Y EL DESCANSO,** alejando las actividades digitales de la hora de dormir.
- 3. INCENTIVAR Y PRIVILEGIAR JUEGOS AL AIRE LIBRE,** manualidades, salidas a la plaza, deporte, actividades en que gasten energía o actividades que no involucren uso de pantallas ni redes sociales.
- 4. COMPARTIR CON LOS OTROS PADRES** las actividades que aporten al desarrollo de los hijos/as.
- 5. EN CASO DE PERMITIR ACTIVIDADES DIGITALES,** procurar que el tiempo sea acotado, que los contenidos sean apropiados para la edad y que todos puedan participar.

**Si no dejas a tus hijos solos en una plaza con 30 personas,
¿por qué los dejarías sólo en un mundo virtual con 300 millones de personas?
Por una infancia sana. Cuidemos la infancia.**

Firma papá, mamá o apoderado _____

ACUERDO PARA LOS ALUMNOS

ACUERDO CON MIS COMPAÑEROS DE CURSO



FUNDACIÓN Para la
Convivencia Digital

Si invitamos a amigos y amigas a nuestra casa es para:

- 1. DIVERTIRNOS SIN PANTALLAS,** no para jugar con videojuegos, ni redes sociales, ni para ver el dispositivo móvil, usar el computador, ni pegarnos a la televisión. Debemos privilegiar la amistad y compartir con el otro.
- 2. USAR NUESTRA CREATIVIDAD** en manualidades, juegos de tablero, comics, legos, disfrazarse, cocinar y otras actividades para compartir.
- 3. APROVECHAR NUESTRA INVITACIÓN EN ¡LA HORA DEL PATIO!** jugando fútbol, volleyball, bailando, saltando la cuerda, yendo a la plaza, jugando con las mascotas, compartiendo una rica comida entre otras ideas que podamos inventar.
- 4. PONER TODAS MIS GANAS EN ARMARLES UN PANORAMA ENTRETENIDO A LOS AMIGOS/AS.** Y si vamos a jugar videojuegos (solo un rato corto), preguntaremos si los amigos tienen permiso de sus papás y mamás para ver pantallas, y también pediré permiso a mis papás o al adulto que me esté cuidando en la casa.

**El juego libre y creativo en la infancia, favorece el
desarrollo cerebral por sobre el juego digital.**

Nombre Alumno/a _____

Curso _____

Firma Alumno/a _____