

Las luces y las sombras de Internet en la infancia y adolescencia



N. Palomino Urda¹, C. Valdivia Jiménez²

¹Pediatra. CS Las Flores. Granada. España.

²Pediatra. CS Los Boliches. Fuengirola, Málaga. España.

“Educar es formar personas aptas para gobernarse a sí mismas, y no para ser gobernadas por los demás”
(Herbert Spencer)

Las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (TIC) forman parte de nuestras vidas en cualquiera de los ámbitos que nos rodean: educación, trabajo, ocio, comunicación, relaciones interpersonales. Han supuesto una revolución para el conocimiento y la comunicación.

Son innumerables los beneficios de este nuevo recurso. Disponer de un terminal y una conexión a Internet nos permite aprender, divertirnos, informarnos y comunicarnos, y pone a nuestro alcance infinitos conocimientos y posibilidades.

Como profesionales sanitarios, nos posibilita estar actualizados, comunicarnos entre nosotros y con los pacientes. Ha supuesto un novedoso cambio en la relación médico-paciente. Son muchísimos los blogs, páginas web y otros recursos en la red, que sobresalen como fuente de referencia en la información para la salud, en nuestro caso infantil, y como herramientas educativas de apoyo en la crianza.

Y en los hogares de nuestro entorno, ¿qué ha supuesto para las familias? ¿Cuál es el escenario que se ha desencadenado? ¿Cómo se mueven nuestros hijos por Internet?

En la infancia, como en otras edades, hay que destacar que el uso adecuado de las TIC abre la posibilidad de aprender, interactuar, comunicarse y divertirse de miles de maneras (cine, música, páginas web, blogs, videojuegos, redes sociales). Es la parte positiva que tenemos que

potenciar, animando al buen uso de la red. Las TIC serán maravillosas para los hijos solo si se consigue que estén convenientemente entrenados en su buen uso.

Sin embargo, si nos preocupan las TIC es por los riesgos que acarrea si no les damos un uso correcto. ¿Qué les preocupa a los padres? ¿Cuáles son los problemas que nos plantean en la consulta? ¿Cuáles son esos riesgos en Internet? Es un arma muy poderosa que, usada de forma inapropiada, puede acarrear problemas muy difíciles de solucionar.

Con frecuencia leemos en los medios de comunicación noticias sobre delitos cibernéticos (*cyberbullying, grooming, sexting*). Hay muchas y muy buenas páginas que los explican detalladamente. Otro problema en alza es la adicción a la red.

Para evitar estas complicaciones es crucial la prevención. Nuestro consejo como profesionales de la salud debe ir orientado a que sean los padres los que acompañen a sus hijos en el aprendizaje de las TIC, para que aprendan a usarlas de forma responsable y adecuada en función de la edad, de la misma manera que se les enseña otras muchas competencias y habilidades. Ese aprendizaje es la mejor protección y debe empezar desde que los hijos son pequeños.

Los requisitos y premisas que podemos recomendar como herramientas de protección son las mismas que han sostenido la crianza antes de que llegara Internet: amor, apego, confianza y acompañamiento.

¿Por qué hablar de consejos a los padres cuando los niños tienen dos, cuatro o seis años? Porque el aprendizaje adecuado tiene que venir desde estas edades si queremos tener un buen manejo de la situación cuando lleguemos a la preadolescencia y adolescencia.

Ya desde pequeños hay que acompañarlos y adaptar el uso de las TIC y las normas a la edad del niño. Los padres que no se manejan bien en Internet deben aprender a hacerlo. En edades tempranas, se aconseja el uso de filtros y listas de favoritos para evitar contenidos nocivos (sexistas, xenófobos, violentos), y compartir el e-mail y las redes sociales. Posteriormente, en la adolescencia, facilitar un clima de confianza que permita que comuniquen situaciones en Internet que les han hecho sentir incómodos.

Hay que insistir a los padres en la observación del comportamiento de los hijos y estar alerta sobre las situaciones sugerentes de problemas: retraimiento, cambio de carácter, estar mucho tiempo conectados a la red, sobre todo en horas nocturnas, llegada de envíos postales por correo ordinario, gastos imprevistos en la cuenta del teléfono...

Es importante dejar de ver a los hijos como víctimas pasivas, y proporcionarles las herramientas para avanzar y conseguir una protección activa.

El mejor camino es enseñar a identificar los riesgos y a resolver situaciones no deseadas, alertarles de los peligros. Hay que ser conscientes de que mayor información no es más conocimiento. Y que la información colgada en la red no tiene por qué ser cierta; debe ser contrastada. Otro aspecto importante que hay que tener muy en cuenta es que cuando cuelgan una información en la red, instantáneamente pierden el control sobre ella.

El ordenador en zonas comunes es una recomendación en la que se debe insistir. Los aparatos electrónicos, tanto la televisión como los videojuegos, así como cualquier dispositivo electrónico con conexión a Internet (smartphone, tablet, ordenador) no deben estar en el dormitorio hasta edades avanzadas. El mejor lugar es una zona común de la casa, como el comedor o el cuarto de estar.

Por último, ¿cuál es el papel de la educación en valores cuando nos movemos en la red? El respeto, la coherencia, la responsabilidad, la tolerancia, la amabilidad, la prudencia y el sentido común que aplicamos en la vida analógica nos sirven igualmente en la vida digital.

En resumen, con las TIC hay que aprovechar al máximo los beneficios y estar muy alerta, conociendo los riesgos y buscando el uso adecuado para evitar vivencias desagradables. Procuremos que las sombras de esta potente herramienta no eclipsen las luces que Internet nos brinda como fuente de conocimiento y comunicación.

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

- Aprendiendo a educar a tu hijo en el uso correcto de las nuevas tecnologías (I) [en línea]. Disponible en: <http://menores.osi.es/padres-madres/destacados/aprendiendo-a-educar-a-tu-hijo-en-el-uso-correcto-de-las-nuevas-tecnologias>
- Aprendiendo a educar a tu hijo en el uso correcto de las nuevas tecnologías (II) [en línea]. Disponible en: <http://menores.osi.es/padres-madres/destacados/aprendiendo-a-educar-a-tu-hijo-en-el-uso-correcto-de-las-nuevas-tecnologi-0>
- Guía de actuación contra el ciberacoso para padres y educadores. INTECO. Octubre 2012 [en línea]. Disponible en: http://menores.osi.es/sites/default/files/Guia_lucha_ciberacoso_menores_osi.pdf
- Guías "Educar para proteger: familia y escuela". Consejería de Educación, Consejería de Economía, Innovación y Ciencia. Junta de Andalucía [en línea]. Disponible en: http://www.kiddia.org/guia_educar/archivos/guia_educar.html
- Valdivia Jiménez C, Palomino Urda N. Internet y redes sociales [en línea]. Disponible en: <http://www.familiaysalud.es/vivimos-sanos/ocio-y-actividad-fisica/internet-y-redes-sociales>