

CRECER SANOS

en el mundo de los medios digitales



"Nuestra esperanza es que el mayor número posible de niños y adolescentes puedan crecer de forma saludable, para que puedan afrontar su futuro digital de forma competente."

Dra. Michaela Glöckler



QUÉ CULTIVAR

para un desarrollo saludable

Para el desarrollo de los sentidos los niños necesitan experiencias no mediadas: fenómenos naturales, experiencias al aire libre, con animales, instrumentos musicales, etc.

El desarrollo cognitivo se promueve con mucho movimiento y tiempo para jugar libremente y sin restricciones.

Para el desarrollo de las habilidades motoras finas y la creatividad, el estímulo frecuente para dibujar, hacer manualidades, esculpir, etc., es muy útil.

El contacto directo y cara a cara con otras personas estimula el desarrollo del habla.

El interés y la atención de los padres sin la presencia de los medios de pantalla fortalece el vínculo entre padres e hijos.



QUÉ HAY QUE EVITAR

en relación con el uso de los medios de pantalla

El tiempo de pantalla perjudica la madurez del cerebro limitando la variedad de impresiones sensoriales necesarias para su desarrollo: ver, oír, saborear, oler, tocar y sentir.

El uso de medios de pantalla demasiado temprano en la vida puede generar trastornos en el desarrollo del habla y la concentración, hiperactividad física e inquietud interior.

El tiempo frente a la pantalla dificulta el radio de movimiento del niño y favorece la falta de movimiento.

Los medios de pantalla reemplazan el contacto directo con el mundo real y con otras personas.

El uso excesivo de los medios de pantalla perturba el vínculo de los padres con sus hijos y viceversa.



CÓMO DESARROLLAR

una educación mediática responsable

Los momentos de afecto intenso hacia su hijo/a con mucho contacto físico y cercanía son muy importantes para la madre y el/la niño/a. ¡Permítase estos tiempos libres!

Los momentos de tranquilidad son importantes para su bebé, porque así tiene la oportunidad de explorar su propio cuerpo y entorno.

Usted también necesita tiempo para descansar. Por lo tanto, acostumbre a su hijo/a a entretenerse un poco. Incluso los niños pequeños pueden hacer eso.

Lo ideal sería que el entorno de la primera infancia estuviera libre de medios técnicos.

Su hijo/a no necesita juguetes con pantalla. La superficie sin características y las operaciones unilaterales solo estimulan inadecuadamente el desarrollo del cerebro.