

# SMARTPHONE-AREN SARBIDEA ATZERATZEKO FAMILIEN ARTEKO AKORDIOA

Laudio ikastolako guraso talde bat gara, Interneterako konexioa duen mugikorra goiz emanez gero seme-alabei izan diezazkiekegun arriskuengatik kezkatuta. **Lehen Hezkuntzako 1.º mailatik 6. mailara eta DBH 1 eta 2ko familien laguntza kolektiboa lortu nahi dugu, smartphone bat emateko adina atzeratzeko.**

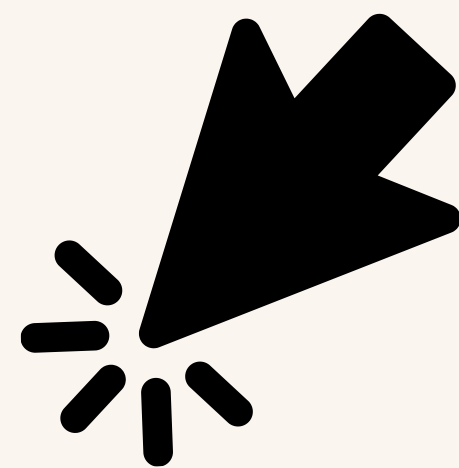


Guztion artean **murriztu dezakegu** familia asko eta asko DBHren hasieran (edo lehenago ere) gailu hori ematera bultzatu dituen **presio soziala**, beren iritziaren eta nahiaren aurka, eta **Interneterako eta sare sozialetarako ikuskatu gabeko sarbideak adingabeen osasun mentalean eta ongizatean ondorio oso negatiboak dituela dioen ebidentzia zientifiko gero eta sendagoaren aurka ere bai. Gailu hau emateko adin edo ikastaro jakin bat markatzea baino gehiago, atzeratzen dugun guztia seme-alabei egiten diegun opari bat dela uste dugu. **Ez gaude teknologiaren aurka, seme-alabak helduagoak izan arte itxaron nahi dugu**, besterik gabe, eta familiak pauso hori ahalik eta ondoen nola eman prestatzen ari gara.**

Akordioa **anonimoa** da, ez duzue inon identifikatu behar, **bakarrik erantsitako esteka bete**. Ondoren, zenbat **familiaren estatistikak partekatuko** ditugu, eta horrek etxean "eta nire mugikorra noizko" edo "denek dute" presioari eusteko argudioak eman ahal izango dizkizue. **Inprimaki hau betetzeko azken eguna 2025eko apirilaren 7a izango da. Seme-alaba bakoitzeko galdetegi bat bete behar da. Galdetegia urtero bidaliko da, familiak konpromisoa hasteko edo berritzeko aukera izan dezaten.**

**Bat egingo duzue?**

**BETE GALDETEGIA HEMEN**



# ACUERDO ENTRE FAMILIAS PARA RETRASAR EL ACCESO AL SMARTPHONE

Somos un grupo de familias de Laudio Ikastola preocupadas por los riesgos a los que podemos exponer a nuestr@s hij@s si les damos un móvil con conexión a internet de forma temprana. **Queremos conseguir el apoyo colectivo de las familias de 1º-6º de Primaria y 1-2º ESO para retrasar la edad en la que les damos un smartphone.**

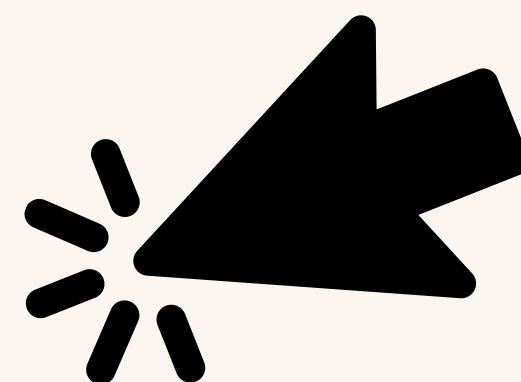


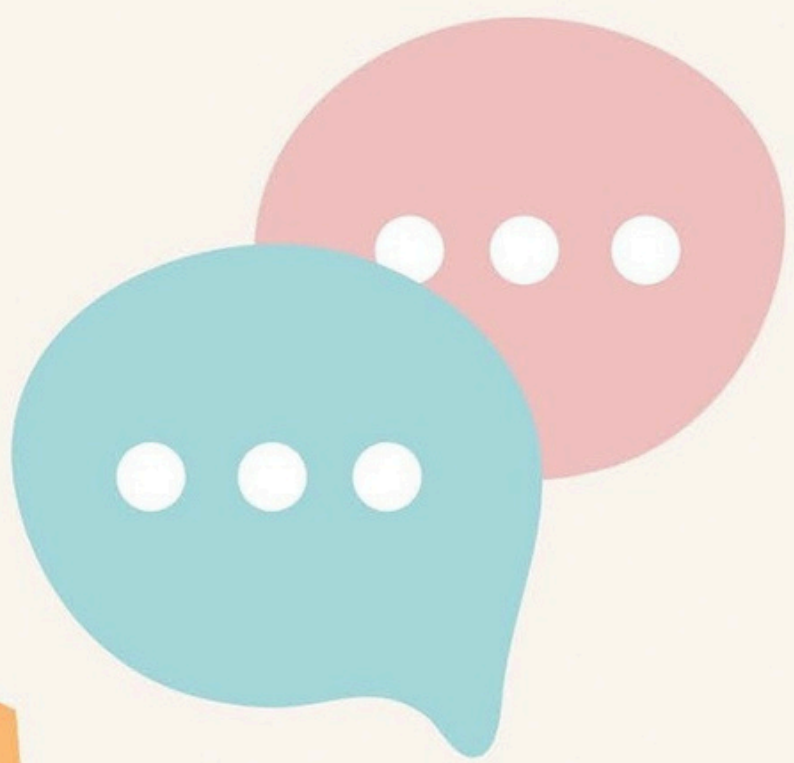
Entre tod@s podemos **reducir la presión social** que ha arrastrado a muchísimas familias a dar este dispositivo al inicio de la ESO (o incluso antes), en contra de su propia opinión y deseo, y también en contra de la evidencia científica cada vez más sólida de que el **acceso no supervisado a internet y las redes sociales tienen consecuencias muy negativas en la salud mental y el bienestar de l@s menores**. Más que marcarnos una edad o curso concreto en el que dar este dispositivo, creemos que todo lo que podamos retrasarlo es un regalo que hacemos a nuestr@s hij@s. **No estamos en contra de la tecnología, simplemente queremos esperar** a que nuestr@s hij@s sean más maduros, mientras las familias vamos formándonos sobre cómo dar ese paso de la mejor manera posible.

El acuerdo es **anónimo**, no tenéis que identificaros en ningún sitio, sino simplemente **completar el cuestionario del enlace adjunto**. Posteriormente compartiremos las **estadísticas de cuántas familias se han unido**, lo que os podrá dar argumentos para aguantar en casa la presión de “y mi móvil para cuándo” o “es que todos tienen”. El último día para rellenar este formulario será el 7 de abril de 2025. Hay que rellenar **un cuestionario por cada hij@**. El cuestionario se enviará **anualmente** para que las familias puedan iniciar o renovar su compromiso.

## ¿Os sumáis?

**RELLENA AQUÍ EL FORMULARIO**





# Smartphona goiz erabiltzearen arriskuak

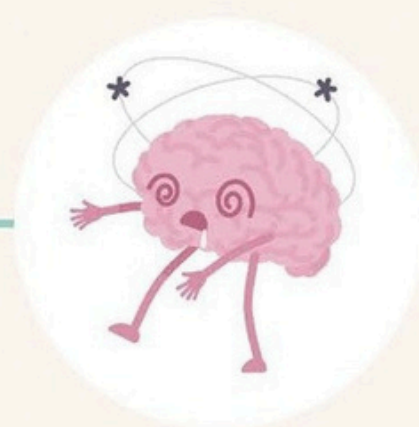
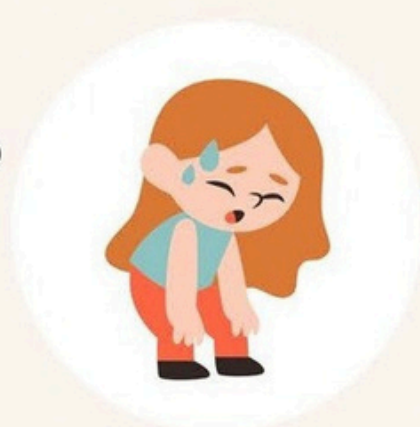




## RIESGOS DEL USO TEMPRANO SMARTPHONE

### Alteración del estado de ánimo

Ansiedad, depresión, insomnio, miedo a salir sin el móvil, nerviosismo, baja autoestima e inseguridad. (Fontalba-Navas et al., 2015)

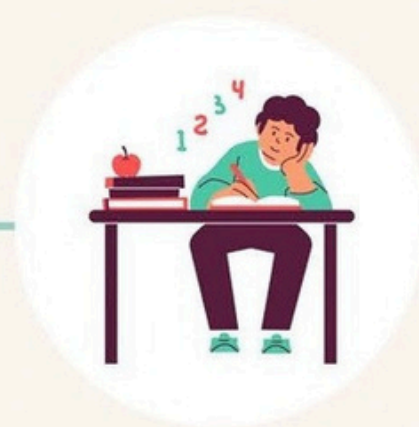


### Alteración funciones cognitivas

Déficit de atención, retrasos cognitivos, problemas de aprendizaje, aumento de la impulsividad, falta de autocontrol y riesgo de conductas agresivas. (Campos, 2019)

### Adicción tecnológica y dependencia psicológica

El uso intensivo y/o problemático del teléfono móvil y de las redes sociales puede llevar a desarrollar síntomas psicopatológicos, especialmente ansiedad. (Cortés et al., 2020)



### Rendimiento escolar

El uso temprano y problemático de dispositivos móviles se asocia a una disminución del rendimiento académico. (Boubeta et al., 2015)

### Fear of Missing Out (FoMO)

Sentimientos negativos y persistentes de que otras personas tienen una vida mejor, sintiendo la obligación de seguir constantemente el contenido que otros comparten en las redes sociales. (Tanhan et al., 2022)



### Deterioro relaciones interpersonales

Déficit de habilidades sociales y alteración de las relaciones interpersonales, priorizando las conversaciones telefónicas al contacto directo con la persona. (Bernete, 2010)



### Riesgos asociados al uso indebido

Cyberbullying (acoso cibernético), sexting (sextorsión), scam (estafas), phishing (robo de datos personales), child-grooming (ciberacoso sexual). (Rojas et al., 2023)