



# Digipadres

UNA INICIATIVA DE ESET



¿A qué edad es recomendable que los niños tengan su primer móvil?



Como padres, sabemos que acompañar a los niños en las distintas etapas que atraviesan desde niños no es tarea fácil. Y el mundo en el que vivimos hoy ha sumado a nuestra realidad una dinámica nueva, compleja y desafiante: la tecnología.

Desde que dan sus primeros pasos, e incluso antes de hacerlo, los niños están **en presencia de pantallas, principalmente de dispositivos móviles**, junto a los que van creciendo y desarrollándose. Sin embargo, conocer el funcionamiento de estos equipos no significa saber manipularlos de forma responsable.

Con el objetivo de despejar muchas de sus dudas, **Digipadres unió fuerzas con las Asociaciones Civiles [Argentina Cibersegura](#) y [Chicos.net](#)** y con-

versó con algunos especialistas en el área. **Aldana Siciliano**, licenciada en psicología y Directora Ejecutiva de Argentina Cibersegura, **Luis Lubeck**, vocero voluntario de la ONG y Security Researcher de ESET Latinoamérica, y **Julián D'Atri**, Coordinador de Proyectos de Chicos.net, respondieron algunas de nuestras preguntas para acercarte toda su experiencia y conocimiento, y ayudarte a tomar las decisiones más adecuadas a la hora de definir si tus niños están listos para tener su primer móvil.

## ¿Cuándo se recomienda que los niños tengan su primer móvil?



Es difícil de precisar ya que depende de diversos factores, como el consenso familiar, el momento cultural o la comunidad en la que se esté desarrollando ese niño o niña. Pero si tengo que establecer un momento, diría no antes de los 7 años y extendiendo lo máximo posible esa edad.



En general, es recomendable que suceda **cuando haya una necesidad real de comunicación entre la familia y el niño**, por ejemplo, cuando se empieza a desplazar sin la compañía de un adulto. La edad adecuada también dependerá de la educación que tenga el menor, y un buen consejo es acompañar el uso del dispositivo con una herramienta de control parental como ESET Parental Control que ayude tanto al menor como al adulto a respetar los límites establecidos.



En realidad la edad es relativa a la confianza que le quieran dar los adultos responsables al menor. Nosotros asociamos el **momento recomendado con la instancia en que empiezan a moverse solos**, por ejemplo, a viajar en colectivo e ir a la escuela por su cuenta. De todas formas, depende de la situación en que viva cada niño y cada niña.

## ¿Está bien revisar el celular de los niños? Muchos padres lo hacen a escondidas, ¿Cuál es su opinión sobre esto?



Es muy importante poder tomar contacto con los contenidos a los que acceden nuestros hijos/as desde sus móviles, pero creo **fundamental que el acceso sea consensuado, que los niños/as lo habiliten y estén presentes**. Es muy común ver a los padres manifestar que sus hijos "no lo permiten" y que se ven obligados a hacerlo a escondidas. Para evitar esto, deben generarse acuerdos desde que se da el primer dispositivo. **La adopción e incorporación de estos límites sentarán las bases para un uso adecuado a futuro**, cuando ya no corresponda que tomemos contacto directo con sus contenidos.



Sin dudas está mal revisar el celular de los niños a escondidas. **Es importante que el uso sea acompañado, y que haya una revisión con consentimiento y en conjunto con el niño**, para analizar juntos qué contenido se está viendo, qué aplicaciones se utilizan y con qué fines, conversar sobre posibles dudas, etc. Si esto se hiciera a escondidas y se encontrara algo que no fuera del agrado del adulto, esa información sería prácticamente imposible de utilizar sin producirse un quiebre en la confianza del menor, y **los resultados acabarían generando un efecto opuesto al buscado**.





No creemos que deba revisarse a escondidas el móvil. A través del diálogo, y mientras los niños y las niñas entiendan el porqué de la preocupación de los padres y madres en lo que hacen con el celular, **es un tema que puede abordarse en conjunto**. Siempre que los adultos puedan hablar el mismo idioma y entender lo que hacen los menores, entonces ellos no van a tener problema en compartirlo.

## ¿Qué clase de límites deben establecerse respecto al uso del móvil y hasta qué edad vale la pena hacerlo?



La clave está en definir límites y reglas claras. Para ser más específica, **tiempo y horario de uso, configuraciones de privacidad, controles parentales y acceso de forma presencial a los contenidos** del móvil son cuestiones a tener en cuenta. El **diálogo** es el mayor y más importante generador de límites. Asimismo, es importante dar el ejemplo. Es fundamental **observar nuestra propia conducta** y vínculo con los dispositivos y entender qué de todo aquello queremos transmitir y qué vale la pena corregir. Lo que los niños y adolescentes ven en sus casas es más fuerte que lo que se dice y explica. Además, es conveniente aplicar esto desde que los niños son pequeños y hasta en parte de su adolescencia - aproximadamente 16 años - dependiendo de múltiples factores, y debiendo prestar atención a cada uno, tanto en su individualidad como al ser parte de un grupo.



Los límites que se establezcan también deberían ser de común acuerdo, y un buen momento para realizarlos es justamente cuando se le entrega el dispositivo al menor, ya que luego se volverá más difícil la adopción de la norma. Éstos pueden ser: **la cantidad de horas de uso, el tipo de aplicaciones que se permite instalar, la forma de uso de las mismas** (perfiles públicos o privados, doble factor de autenticación, control parental, etc.), entre otros. Todo esto se puede establecer inclusive en la herramienta de control parental mencionada. A medida que pasa el tiempo, estos límites pueden ir aliviándose, producto de una mayor responsabilidad y concientización respecto del uso de la tecnología y el propio crecimiento del menor.



El límite respecto al tiempo de uso también es relativo. Un chico/a que todos los días hace deporte, sale con amigos y no deja de estudiar puede utilizar el móvil el tiempo que lo considere. Distinto es alguien que no cumple con las tareas o no sale de su casa, ahí entonces está bueno que los adultos pongan algún límite, pero **no es una cuestión de horas sino de la productividad que pueda tener desconectándose del móvil**. Y con la edad sucede lo mismo, hay un momento en que los menores son lo suficientemente maduros para regular su propio tiempo y dividirlo para usar el móvil, jugar a la consola, estudiar y hacer otras actividades.

## ¿Puede ser contraproducente que los padres permitan a los niños usar sus móviles con el fin de tener tiempo para sí mismos? ¿Puede esto generar problemas más adelante al querer establecer límites con sus propios móviles?



Es conveniente que los dispositivos de los adultos sean de los adultos. Forma parte de la intimidad de los padres y establece en cierta manera un límite en cuanto a los roles. Seguramente, haya algún contenido que les agrade compartir con sus hijos, pero eso tiene que ver con una adecuada gestión de su privacidad. Enseñar que aquello debe ser respetado es importante para establecer límites saludables, que sentarán las bases para el futuro uso de dispositivos.



Tal como se mencionó, **cualquier límite que no se establezca claramente desde un comienzo será más difícil de aceptar después**. Por lo tanto, usar los dispositivos de los padres como “chupetes/nanas digitales” para conseguir tiempo libre puede rápidamente tornarse contraproducente, ya que hay altas probabilidades de que los mismos cuenten con aplicaciones o información que no se desea que el menor maneje.



Cualquier medio digital es una herramienta. Si un adulto necesita concentrarse, por ejemplo, para manejar en la ruta, no está mal que utilice un celular o Tablet para que sus hijos/as no estén tan dependientes de esa persona. Lo importante es que los mayores también entiendan que **no es ese un medio para cuando no tienen ganas de ocuparse de los niños**.

## ¿Qué efectos negativos puede tener el uso de móviles en niños? ¿Hay efectos positivos? ¿Varían estos en función del rango etario de los menores?



Desde el punto de vista de la psicología y la crianza, los contenidos de un dispositivo móvil generan un **impacto sensorial muy elevado**, que es difícil conseguir luego a través de los juegos o las comunicaciones del mundo físico. Asimismo, el método de **recompensa inmediata de estos contenidos** (videos, fotos, interacciones, etc.) puede también interferir en el desarrollo de la tolerancia a la frustración, aumentando los niveles de ansiedad. Las fases del sueño pueden también verse alteradas y quedan disminuidas considerablemente la actividad física y los juegos con contacto físico real.

Cuando los niños tienen menos de **5-6 años** deben explotar la **fase del movimiento**. La dificultad para quedarse quietos en una silla desde que aprenden a caminar tiene que



ver con procesos de desarrollo que hay que atravesar. Por lo tanto, el **sedentarismo producto de un dispositivo móvil no contribuye a las necesidades vitales** de esa instancia. Superado este período comienza el de "latencia", cuando aumenta su capacidad para estar sentados y empiezan a desarrollarse los desafíos lógico-matemáticos, literarios, creativos, etc. Este es un momento algo más apropiado para el uso de un móvil, aunque por tiempos cortos.

Los acuerdos y las reglas claras deben ser transversales a las edades de la infancia y la adolescencia. Es importante que los padres puedan **transmitir el valor y lo que significa la privacidad, el autocuidado y el respeto por el otro desde pequeños**. Pero no todo es negativo. Hay ciertas habilidades que se desarrollan muy bien con el uso de los dispositivos, por ejemplo, la visión estratégica, la precisión y velocidad en la motricidad fina, en muchos casos la búsqueda y/o ahorro de recursos, entre otros.



—  
**El teléfono móvil en sí mismo no es positivo ni negativo, es una herramienta.** Hay aspectos buenos, como la mejora en la comunicación con familiares y amigos o la adquisición temprana de habilidades en tecnología, y hay otros negativos, como la exposición a riesgos que el menor no esté en condiciones de afrontar, ya sea grooming, robo de información, sobreexposición en línea o descuido de la privacidad. En definitiva, el efecto no va a estar dado por tener o no tener un teléfono, sino por el acompañamiento y el uso que se le dé al mismo. **Cuanto más responsablemente se entregue y se utilice, menores serán los efectos negativos** que puedan asociarse al mismo.



—  
**Los efectos negativos y positivos están más relacionados al contenido.** Por ejemplo, ver videos infantiles todo el tiempo por ahí no permita un desarrollo cognitivo interesante. Pero hay mucho material que estimula y genera efectos positivos para aprender a hablar, a contar, a conocer otros idiomas, a jugar, etc. **El rango etario irá de la mano con los efectos que van a producirse.** Si a un niño o niña que aún no sabe comunicarse se lo deja horas viendo videos en otra lengua, entonces no se está estimulando a que aprenda nuestro idioma. En cambio, si a un menor que ya tiene la capacidad para hablar y para leer se lo incita a aprender sobre algo a través de estos medios, entonces el efecto va a ser mucho más positivo.

## ¿Cuáles suelen ser los motivos por los que los padres dan a sus hijos un dispositivo móvil desde niños?



Hay varios factores que puedo dividir de la siguiente manera:

- **Por el tiempo de entretenimiento**

Tal como se refirió anteriormente, uno de los motivos suele ser el tiempo que los niños/as se encuentran "ocupados" y "entretenidos" con las pantallas. En consecuencia, hay más tiempo para los adultos.

- **Por influencia de otros pares**

Puede deberse a la influencia de pares y a la dificultad de decir NO, accediendo de esta forma a dar un dispositivo al menor incluso sin estar de acuerdo.

- **Para dejar de prestarles su propio celular**

Frente a la imposibilidad de decir NO, como se dijo en el punto anterior, y no prestar el propio móvil, reemplazan su propio dispositivo por uno que sea de exclusiva propiedad del niño/a.

- **Para estar en contacto con los chicos cuando empiezan a salir solos**

Otro motivo suele estar relacionado al momento en que los niños/as empiezan a moverse solos, para saber dónde están, poder localizarlos y poder comunicarse con ellos. En definitiva, las cuestiones giran en torno a los límites, al diálogo y al consenso.



Los motivos más comunes que se observan son la **presión social del grupo**, al no querer que el menor se sienta desplazado ya que alguien más lo tiene, o cuestiones asociadas a la **seguridad y a poder comunicarse** con el menor cuando éste empieza a tener más independencia.



El principal motivo por el que padres y madres dan dispositivos móviles a muy temprana edad es justamente el de tener tiempo para sí mismos. Esto **puede ser un arma de doble filo**, porque en otro momento no van a poder sacarles ese dispositivo o incitarlos a jugar con otros niños, hacer algún deporte o prestar atención en un espacio familiar. En conclusión, es positivo utilizar los medios digitales para que los menores puedan estimular sus sentidos, pero también es recomendable que los adultos **se preocupen y estén atentos, y no depositen en un móvil toda la educación de sus hijos**.

Si quieres acceder a más contenido relacionado al cuidado de los menores en el mundo digital, consulta la pestaña "Padres" en nuestro micrositio Digipadres y descarga los contenidos que subimos cada mes para hacer de tu tecnología, y de tu hogar, un lugar más seguro.

Queremos que más Digipadres potencien a los niños  
y les enseñen a navegar seguros.

¿Estás listo para acompañarnos en este desafío?

[www.digipadres.com](http://www.digipadres.com)