

Propuesta de

ACTUACIÓN DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA

REDUCIR EL USO DEL MÓVIL

y la presión social relacionada

Situación del móvil en los colegios...

está prohibido llevar el
móvil...

**Y EL
ALUMNADO
LO RESPETA**

**NI EN LAS
EXCURSIONES**
EXCEPTO VIAJES ERASMUS
(ELS POBLETS)

En Vergel y els pblets tampoco
se permiten los
**RELOJES
INTELIGENTES**

**CASI NADIE
TIENE
MÓVIL**
LOS POCOS QUE TIENEN,
ES A PARTIR DE 6º DE
PRIMARIA

Situación del móvil en los colegios... Y en el instituto:

está prohibido llevar el móvil...

Y EL ALUMNADO LO RESPETA

NI EN LAS EXCURSIONES

EXCEPTO VIAJES ERASMUS (ELS POBLETS)

En Vergel y els pblets tampoco se permiten los **RELOJES INTELIGENTES**

CASI NADIE TIENE MÓVIL
LOS POCOS QUE TIENEN, ES A PARTIR DE 6º DE PRIMARIA

180 AMONESTACIONES
EN MENOS DE UN TRIMESTRE

alumnado que usa el móvil

A ESCONDIDAS EN EL BAÑO

IMPOSIBLE CONTROLAR EL USO EN LAS EXCURSIONES, TEATRO...

PROBLEMAS DE PROFES:

ALUMNADO AL QUE NO CONOCES, ALUMNADO QUE SE NIEGA...

SIGUE HABIENDO AURICULARES Y RELOJES INTELIGENTES

profesorado que finge no ver móviles

POR FALTA DE TIEMPO

PARA GESTIONARLO (PARTE, LLAMADA A CASA...)

PROBLEMA DE DIRECCIÓN

RESPONSABILIDAD DE CUSTODIAR MÓVILES AJENOS

Situación en los colegios...
Y en el instituto:

está prohibido llevar el móvil...

Y EL

En Vergel y els pblets tampoco se permiten los

RELOJES

TINTELIGENTES

alumnado que usa el móvil

**A ESCONDIDAS
EN EL BAÑO**

SIGUE HABIENDO AURICULARES Y RELOJES INTELIGENTES

¿QUÉ PASA MIENTRAS EN CASA?

ES A PARTIR DE 6º DE PRIMARIA

**180 AMONESTACIONES
EN MENOS DE UN TRIMESTRE**

**PROBLEMAS
DE PROFES:**

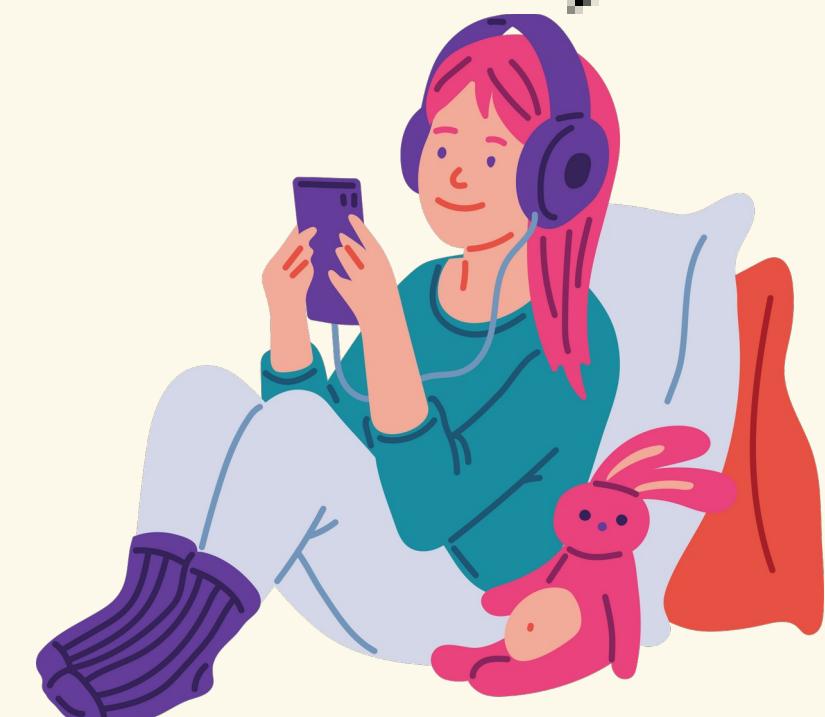
ALUMNADO AL QUE NO CONOCES,
ALUMNADO QUE SE NIEGA...

PROBLEMA DE DIRECCIÓN
RESPONSABILIDAD DE CUSTODIAR MÓVILES AJENOS

¿Cómo voy a quedar con mis amigos si no tengo móvil?

Lo necesito para clase o para estudiar.

"Todos" tienen móvil, menos yo...



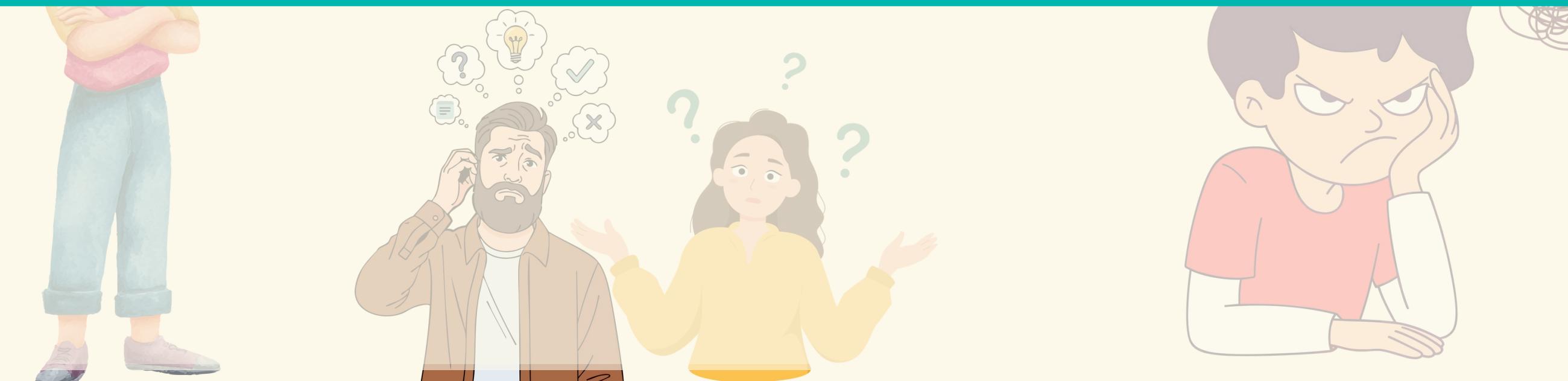
**¡QUIERO
SER NORMAL!**



¿Cómo voy a quedar con mis amigos si no tengo móvil?

Lo necesito para clase o para estudiar.

¿CUÁNDΟ COMIENZA EL PROBLEMA?



Dales la tablet a los niños y así comemos tranquilos.

Ahora no tengo tiempo de explicártelo, búscalo en internet.

¡Mira qué listo! Ya sabe ponerse sus dibujitos solito.



¡DÁSELO PARA QUE SE CALLE!



El 70% de los adolescentes pasa más de cuatro horas al día en internet: "Amenaza el desarrollo libre y sano de sus vidas"

El Ministerio de Sira Rego advierte del "altísimo grado" de uso de las redes sociales en los menores. El empleo de aplicaciones para ligar aumenta un 10%



¿Han arruinado los móviles la salud mental de los jóvenes? La ciencia busca explicaciones a un problema universal

Pantallas y gominolas de melatonina, el cóctel que 'envenena' el sueño infantil



Phubbing en la familia: cuando padres e hijos se ignoran entre sí por las pantallas



El 70% de los adolescentes pasa más de cuatro horas al día en internet: "Amenaza el desarrollo libre y sano de sus vidas"

El Ministerio de Sira Rego advierte del "altísimo grado" de uso de las redes sociales en los menores. El empleo de aplicaciones para ligar aumenta un 10%

Pantallas y gominolas de melatonina, el cóctel que 'envenena' el sueño infantil



¿DE VERDAD NO PODEMOS HACER NADA?



¿Han arruinado los móviles la salud mental de los jóvenes? La ciencia busca explicaciones a un problema universal



CONCIENCIAR A LAS FAMILIAS



PARA NO COMETER ESTOS ERRORES

EMPODERAR A LAS FAMILIAS



PARA QUE NO HAYA TANTA PRESIÓN SOCIAL

CONCIENCIAR A LAS FAMILIAS

0-3 AÑOS (escuela infantil)

Recomendación de la

OMS:
NADA de pantallas



Efectos del uso de pantallas:

- Menor capacidad de atención
- :(ahora y en el futuro). Peor desarrollo socioemocional = más rabietas.

Tardan más en aprender a hablar y se expresan peor.

3-6 AÑOS (educación infantil)

NADA de pantallas

pero si se las pones, que

Contenidos educativos, pausados y con pocos estímulos visuales.

Siempre bajo supervisión de un

adulto.

¡Nunca para calmar rabietas!

Efectos del uso de pantallas:

Peor memoria de trabajo.

Menor capacidad para concentrarse, esperar turnos, resolver problemas...



6-12 años

(primaria)

Máximo 2h/día
contando el tiempo de

televisión,
tablet, móvil, videoconsola,
Nunca antes de dormir

Contenidos supervisados
y comentados con adultos.
¡Sin redes sociales!

Efectos del uso de pantallas:

Peor gestión de las
emociones y
más problemas de
conducta.

Ansiedad, alteraciones del
sueño,

peor estado de ánimo...

Menor predisposición a
socializar,
a hacer deporte, a leer

2 horas al día
(MÁXIMO)

Establecer límites y
horarios
Mantener la comunicación
sobre lo que se ve.

Tratar temas problemáticos:
contenidos pornográficos,
ciberacoso, incitación al odio...
**DISPOSITIVOS CON
control parental!**

12-18 años

(instituto)

Efectos del uso de pantallas:

Peor rendimiento escolar,
alteraciones del sueño, mayor
malestar psicológico y aislamiento
social

El 55% de casos de ansiedad en
adolescentes,
el 52% de los síntomas de
depresión y

el 48% de los comportamientos
agresivos



6-12 años

(primaria)

Máximo 2h/día
contando el tiempo de

televisión,
tablet, móvil, videoconsola,
Nunca antes de dormir

Contenidos supervisados
y comentados con adultos.
¡Sin redes sociales!

Efectos del uso de pantallas:

Peor gestión de las
emociones y
más problemas de
conducta.

Ansiedad, alteraciones del
sueño,
peor estado de ánimo...

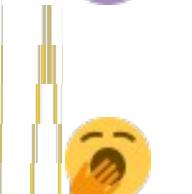
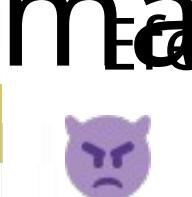
Menor predisposición a
socializar,
a hacer deporte, a leer

En el Xebic, el 76% del alumnado
encuestado dedica más horas de
las recomendadas entre semana.

El fin de semana, el porcentaje
sube al 95%.

Informe PASOS 2022, Fundación Gasol

2 horas al día
(MÁXIMO)
Establecer límites y
horarios
Mantener la comunicación
sobre lo que se ve.
Tratar temas problemáticos:
contenidos pornográficos,
ciberacoso, incitación al odio...
**DISPOSITIVOS CON
control parental!**



12-18 años

(instituto)



Efectos del uso de pantallas:

Peor rendimiento escolar,
alteraciones del sueño, mayor
malestar psicológico y aislamiento
social.
El 55% de casos de ansiedad en
adolescentes,
el 52% de los síntomas de
depresión y
el 48% de los comportamientos
agresivos.

EMPODERAR A LAS FAMILIAS

1. Centros educativos sin móviles.



creando una presión social favorable

CLICA AQUÍ PARA SABER MÁS

15%
increase in the probability of passing grades

84%
saw a positive change in student engagement

72%
saw a positive change in student behaviour

44%
decrease in average monthly behavioural referrals

68%
saw a positive change in academic performance

*School Survey Results

YONDR (MARCA AMERICANA)

- 18€ POR FUNDA (15€ LAS ADICIONALES).
- PUNTOS DE APERTURA (10-20).
- 50 FUNDAS DE REPUESTO.
- GESTOR DE PROYECTO (INGLÉS).
- “FORMACIÓN” DEL PROFESORADO.

STUDENT POUCH

Our standard lockable design with protective fabric.

- Durable neoprene fabric
- Tamper-resistant lock
- Fits all phones sizes



MEDICAL POUCH

Quick-access velcro pouch for medical exceptions.

- Velcro closure
- Readily accessible
- Durable fabric



MAGNET BASE

Unlock pouches with our standard magnet design.

- Durable wooden base
- Tabletop or wall mount
- Designed just for Yondr



STORAGE TOTE + HAMPER

Stackable storage for end-of-year pouch collection.

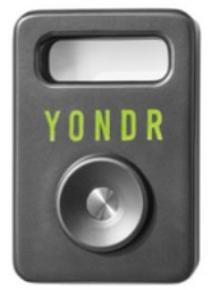
- Fits up to 75 pouches
- Collapsible design
- Durable fabric



HANDHELD MAGNET

Easy-carry design for portable unlocking.

- Best for high-traffic areas
- Compact, handheld size
- Designed just for Yondr



LOCKBOX

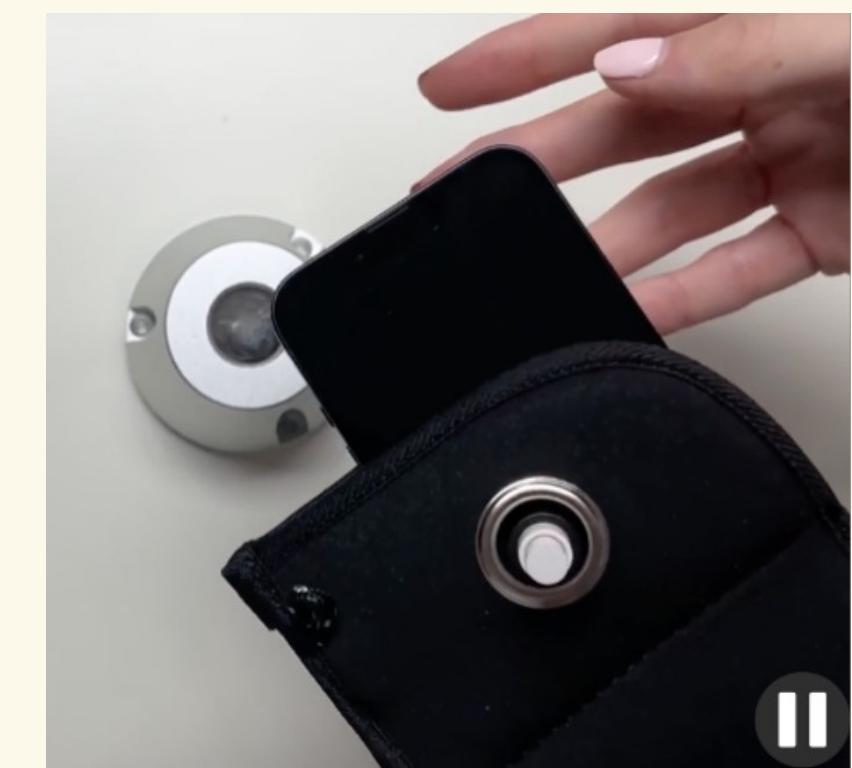
A lockable wall-mounted box with a Yondr Magnet inside.

- Weatherproof metal
- Tamper-proof design
- Optional wall spacer



LOCKSTA (MARCA ALEMANA)

- 10€ POR FUNDA.
- 47€ POR PUNTO DE APERTURA (10-20)
- = 1€ EXTRA POR ALUMNO



PHONE RELAX (MARCA ESPAÑOLA)

- 15€ POR FUNDA.
- 60€ POR PUNTO DE APERTURA
- CUALQUIERA PUEDE COMPRARLO



Funda PhoneRelax
SignalBlocking (bloquea cobertura móvil)
€14,95

[Agregar al carrito](#)



Imán PhoneRelax
€59,90

[Agregar al carrito](#)

Andalucía

TELÉFONOS MÓVILES >

E Fuera móviles hasta los 16 años: la pionera medida de los padres de un colegio cordobés

La sobreexposición a las pantallas y los contenidos inapropiados de Internet han llevado a los padres del CEIP López Diéguez a no dar teléfonos a sus hijos hasta que cumplan esa edad

NOSOTROS
TAMBIÉN
PODRÍAMOS
CONSEGUIRLO

64 colegios e institutos de Valladolid pactan retrasar la entrega del móvil a los 16 años

La provincia encabeza junto con Burgos el movimiento Adolescencia Libre de Móviles en la Comunidad que llega a 113 centros de Castilla y León

[Enlace noticia completa](#)



Vuelve el teléfono fijo: un grupo de padres sustituye los smartphones por teléfonos antiguos para evitar la ansiedad y la depresión en adolescentes

Madres de Toledo impulsan un pacto para retrasar el uso del móvil: "A nadie se le ocurre dar un cigarro a un niño de 13 años"

- Más de 130 familias del colegio Europa se unen a una campaña para elevar la edad de entrega del primer smartphone hasta los 16 años, extendiendo la iniciativa a otros centros.
- **Más información:** Una ley del Gobierno dará poder a los profesores para que prohíban a los alumnos tener los móviles encendidos

EMPODERAR A LAS FAMILIAS

creando una presión social favorable

Respaldo real de la comunidad educativa

Concienciar e informar a las familias en todas las etapas educativas: sobres en las matrículas, carteles, reuniones de padres... Que sea política de centro.

Mediar para establecer hasta qué edad “todos” están sin móvil.

Consensuar medidas para reducir el uso.

Insistir en la importancia de que el primer móvil sea “tonto” y/o con CONTROL PARENTAL activado y supervisado.

Coordinando todos los centros educativos.

0-2 AÑOS (guardería)

Recomendación de la OMS:
NADA de pantallas



Efectos del uso de pantallas:

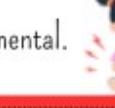
- Menor capacidad de atención (ahora y en el futuro).
- Peor desarrollo socioemocional = más rabietas.
- Tardan más en aprender a hablar y se expresan peor.

3-5 AÑOS (preescolar)

UNA HORA DIARIA de pantallas como máximo

Contenidos educativos, pausados y con pocos estímulos visuales. Siempre bajo supervisión de un adulto.

¡Nunca para calmar rabietas!



Efectos del uso de pantallas:

- Peor memoria de trabajo.
- Menor capacidad para concentrarse, esperar turnos, resolver problemas...
- Menor flexibilidad mental.

6-11 años (primaria)

Máximo 2h/día contando el tiempo de televisión, tablet, móvil, videoconsola, ordenador.

Nunca antes de dormir

Contenidos supervisados y comentados con adultos.

¡Sin redes sociales!



Efectos del uso de pantallas:

- Peor gestión de las emociones y más problemas de conducta.
- Ansiedad, alteraciones del sueño, peor estado de ánimo...
- Menor predisposición a socializar, a hacer deporte, a leer...

12-18 años (instituto)

2-3 horas al día (MÁXIMO)

Establecer límites y horarios

Mantener la comunicación sobre lo que se ve. Tratar temas problemáticos: contenidos pornográficos, ciberacoso, incitación al odio...

¡Dispositivos con control parental!



Efectos del uso de pantallas:

- Peor rendimiento escolar, alteraciones del sueño, mayor malestar psicológico y aislamiento social.
- El 55% de casos de ansiedad en adolescentes, el 52% de los síntomas de depresión y el 48% de los comportamientos agresivos...
- Se deben a la adicción a las redes sociales

Y SI EL XEBIC
SE SUMA?



PLATAFORMA DOCENTE POR UNA DIGITALIZACIÓN RESPONSABLE

ADOLESCENCIA LIBRE DE MÓVILES

Centro Adherido a la Plataforma Docente "Adolescencia Libre de Móviles Comunidad Valenciana"

La finalidad última de esta iniciativa, es **retrasar la llegada masiva de los dispositivos móviles con acceso a internet y para ello se pide restringir su uso y entrada en los espacios educativos y que estos sean libres de móviles** y para ello es necesario reforzar a las familias que deciden tomar esta elección desde la responsabilidad digital y el cuidado de los menores a su cargo.

Desde los centros educativos, **ciertos docentes creemos** que en esta situación tenemos un papel por hacer. En ejercicio de nuestra misión educativa, debemos tomar parte activa en la alfabetización digital de nuestro alumnado (y sus familias) y debemos asumir también nuestra responsabilidad en ello. Para ello os proponemos la constitución de una **PLATAFORMA DOCENTE por una DIGITALIZACIÓN RESPONSABLE**. Para ello, os invitamos a **comunicarnos vuestra adhesión, a título personal o como claustro completo, a esta plataforma mediante este formulario**.

Y SI TÚ TE SUMAS?



Asociarse a "Adolescencia Libre de Móviles Comunidad Valenciana"

- Promover la concienciación acerca de los efectos nocivos de los dispositivos con acceso a internet a edad temprana.
- Invertir la presión social y reforzar a las familias que consideran más apropiado esperar hasta los 14 o 16 años de edad para entregar un smartphone a sus hijos.
- Consensuar medidas en los centros educativos que protejan del acoso y el acceso a contenidos inapropiados.
- Llevar esta cuestión a las Instituciones Públicas para que legislen sobre los contenidos no apropiados para menores en internet.
- Solicitar la prohibición de los smartphones (teléfonos inteligentes con internet) para los menores de 14 y/o 16 años.

Somos
la comunidad educativa
y
las familias
PODEMOS MEJORAR LAS
COSAS