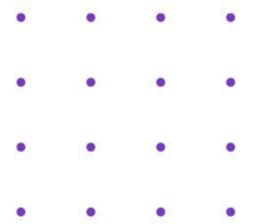


Ser padres en una era digital

¿Qué podemos hacer?



- Comprender que la tecnología es una realidad.
- Conocer sobre las restricciones que los padres pueden realizar en los sitios web.
- Estar presente, nunca dejar al niño solo en el internet.
- Limitar el tiempo de uso de pantallas.
- Evitar el uso de las pantallas como un “distractor” o “niñera”.
- Dar prioridad a la conversación, a los juegos tradicionales en familia y aquellos al aire libre.
- Recordar que en menores de 2 años no es comendada la tecnología según la AAP*.
- Ser ejemplo para los niños en cuanto a tiempo y uso de las pantallas.

* AAP: Academia Americana de Pediatría.

