



RESUMEN EJECTIVO DEL PROYECTO

TITULO: PLAN DIGITAL FAMILIAR
ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE PEDIATRIA

DESCRIPCIÓN GENERAL:

El plan digital familiar **es un documento que pueden elaborar las familias para gestionar el mundo digital en casa**. El objetivo: disminuir los riesgos a nivel físico, mental y social sobre los que impacta la tecnología tanto en la infancia como en la adolescencia y en la etapa adulta.

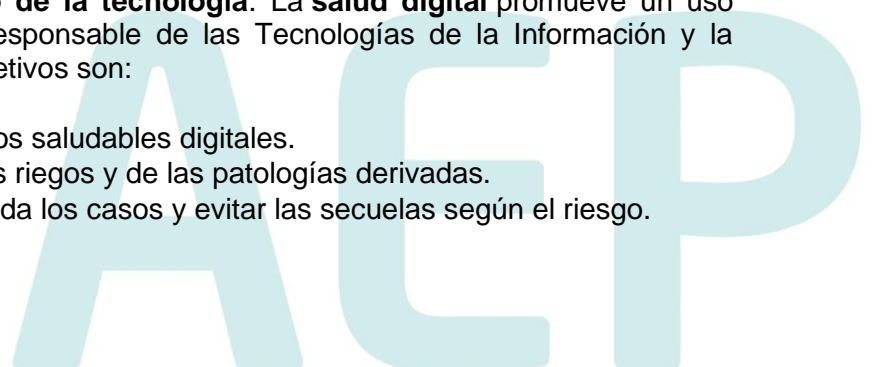
El Plan Digital Familiar es un espacio web que ofrece orientación científica a padres y pediatras sobre hábitos saludables en el uso de las pantallas adaptados a cada edad. El objetivo del Plan Digital Familiar de la AEP es ofrecer pautas para hacer un buen uso de los medios digitales con el fin de obtener las ventajas que puede aportar la tecnología reduciendo los riesgos que impactan sobre la salud y el bienestar.

El Plan se materializa en un documento que las familias pueden adaptar a sus circunstancias particulares. Así, ofrece la opción de elegir entre una serie de propuestas basadas en recomendaciones científicas; unas en función de la edad y otras generales para todos los miembros. Tras la selección, las familias se pueden descargar un documento 'personalizado' con recomendaciones sobre cómo gestionar el uso de los dispositivos para aplicarlas en el hogar. El Plan contiene un apartado específico para los profesionales de pediatría, a los que se anima a compartir su existencia con las familias durante la consulta y a ponerse a su disposición si requieren ayuda.

ADECUACIÓN AL OBJETIVO DEL PREMIO:

Teniendo en cuenta que dichos premios vienen a reforzar e impulsar la importancia del aprendizaje de un uso de los medios digitales que sea seguro y adecuado para garantizar su privacidad haciendo hincapié en un uso equilibrado y responsable de los dispositivos digitales e internet, el PLAN DIGITAL FAMILIAR” pretende **que, mediante la capacitación de los padres y el ejemplo** de estos en la familia se **disminuyan los riesgos del uso inadecuado de la tecnología**. La **salud digital** promueve un uso saludable, seguro, crítico y responsable de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), y sus objetivos son:

- Promoción de los hábitos saludables digitales.
- Detección precoz de los riesgos y de las patologías derivadas.
- Tratar de forma adecuada los casos y evitar las secuelas según el riesgo.





RELEVANCIA:

Los menores de 16 años se han convertido en los grandes consumidores de dispositivos con acceso a Internet. Según el estudio del Observatorio Nacional Tecnología y Sociedad (ONTSI), en España, el 95% de los menores de 16 años utiliza el ordenador y el 98% usa internet. La adopción del móvil es inferior, pero siete de cada diez menores disponen de este dispositivo. Además, las niñas acceden a Internet y usan más estos aparatos que los niños. A medida que los niños crecen y pasan más tiempo con la tecnología digital, experimentan más aspectos positivos y negativos. Y preocupa, cada vez más, el impacto que pueda tener sobre su bienestar un uso excesivo.

MATERIALES ELABORADOS:

Plataforma web: <https://plandigitalfamiliar.aeped.es/index.php?m=1>

Herramienta de medición de impactos