



¿Plataformas y redes sociales seguras?

Este mensaje surge de la preocupación y de la necesidad de acción ante este contexto digital con sus oportunidades y riesgos, sin necesidad de que las familias, centros educativos y sobre todo las personas protagonistas de este debate: la infancia y las personas jóvenes sientan una exigencia constante a la que no sienten que puedan dar respuesta frente a la protección, seguridad, cumplimiento de sus derechos, en este contexto digital necesario. Recientemente hay varios países que ya están tomando la iniciativa en regular el uso de redes sociales en menores y jóvenes y el debate está en si la prohibición puede ayudar a generar un contexto digital seguro y saludable.

Australia se ha convertido en el primer país **en prohibir las redes sociales para menores de 16 años**. Con esta normativa el país pretende trasladar la responsabilidad directamente a las plataformas digitales, exige a Facebook, Instagram, Threads, Tik Tok, Snapchat, X, Reddit, Discord y Kick para que desactiven cuentas de usuarios por debajo de la edad permitida. Esta lista de plataformas variará según vayan surgiendo nuevos productos o alternativas digitales.

A raíz de esta iniciativa, hay varios países en Europa que están estudiando medidas de regulación de este tipo, como pueden ser: Dinamarca, Francia España, Italia, Grecia y Alemania, eso sí que con diferentes modelos y plazos de ejecución a la hora de imponer las distintas restricciones.

El Parlamento Europeo el pasado mes de noviembre aprobó un [informe](#) que hace referencia a una investigación según la cual el 97 % de la gente joven se conecta internet a diario, y el 78% de los niños y niñas entre 13 y 17 años revisa sus dispositivos al menos una vez cada hora, al mismo tiempo, uno de cada cuatro menores muestra un uso "disfuncional" del teléfono inteligente, es decir, patrones de conducta que corresponden a una adicción. Este informe contiene medidas y recomendaciones teniendo en cuenta también los resultados del [Eurobarómetro de 2025](#) donde más del 90% de la población europea cree que es urgente tomar medidas para proteger a las niñas y niños en internet, sobre todo por el impacto negativo de las redes sociales en la salud mental (93%), el ciberacoso (92%) y la necesidad de encontrar fórmulas efectivas para poder restringir contenido inadecuado para su edad (96%).

A raíz de estas iniciativas y diferentes estudios el debate está abierto, con posiciones que pueden ser complementarias o enfrentadas, educar o prohibir. La Unión Europea hace referencia que este informe pretende acompañar a los progenitores a la hora de gestionar el uso de las tecnologías para sus hijos. Ya no cabe duda de que para la mayoría de la población están de acuerdo que las competencias digitales son fundamentales para participar en la sociedad y también que son las escuelas y las familias que deben enseñar a las menores y jóvenes a gestionar el impacto de las tecnologías digitales, como las redes sociales, sobre su salud mental y física.

Pero también es una realidad que cada vez más las familias, los centros escolares, las

asociaciones que están trabajando con menores y jóvenes están pidiendo tener puntos de apoyo para poder realizar su labor primordial que es educar y ahí es donde está abierto el debate: **¿la prohibición ayudaría a la educación?**.

En este contexto, el último estudio realizado por la FAD sobre la relación de la juventud y las TRICO (Tecnologías de la Relación, la Información, la Comunicación y el Ocio), refleja que las personas jóvenes son muy conscientes de las oportunidades que generan, así como los principales riesgos que ellos perciben: víctimas de estafa, timos o fraudes (37,7%), la difusión de fotos o vídeos comprometidos sin permiso (37,4%) y la suplantación de identidad (30,6%), así como la exposición a discursos de odio, casi la mitad de las personas jóvenes entrevistadas se ha visto en el último año mensajes de odio en internet dirigidos a individuos o colectivos por razones de raza, género o religión.

No cabe duda de que nos encontramos ante unos desafíos importantes, y que probablemente las medidas son diversas en esta tarea de acompañar que es de todas las personas implicadas en generar entornos seguros y saludables: familias, personas educadoras, plataformas digitales, autoridades políticas, creadores de contenido...

Compartimos una serie de estrategias proactivas para el acompañamiento digital:

PAUTAS – NUEVAS TECNOLOGÍAS

PARA LAS PERSONAS ADULTAS DE REFERENCIA



<p>1) CRECIMIENTO PERSONAL Intentar que la actividad de las nuevas tecnologías contribuyan al desarrollo del menor.</p> <p>2) NORMAS CLARAS Fijar unas normas claras y sencillas y consecuencias acordadas.</p> <p>3) RESPONSABILIDAD Hacer responsable al menor en caso de incumplir las normas. No ceder a chantajes.</p> <p>4) HORARIOS DE WI-FI Establecer horarios específicos y hacer al menor responsable de cumplirlos.</p> <p>5) MOMENTOS COMUNES En los momentos comunes evitar usar tecnología (comidas, momentos familiares).</p> <p>6) ESTUDIOS SIN TECNOLOGÍA Horas de estudio deben ser sin aparatos electrónicos.</p> <p>7) APLICAR CONSECUENCIAS En lugar de prohibir, aplicar consecuencias que impliquen el uso de aparatos tecnológicos.</p> <p>8) SER COHERENTES Ser coherentes y respetar también los padres y las normas.</p>	<p>1) SUPERVISIÓN ADECUADA No prohibir, sino supervisar.</p> <p>2) INTERÉS ACTIVO Conocer y participar en redes sociales y videojuegos que usan nuestros hijos.</p> <p>3) USO RESPONSABLE No usar la tecnología para tenerlos entretenidos (chupete digital).</p> <p>4) COMPARTIR TECNOLOGÍA Compartir momentos tecnológicos con ellos.</p> <p>5) RESPETO A LA PRIVACIDAD No vulnerar la privacidad a menos que haya sospechas de riesgo para su salud.</p>	<p>1) MODELOS DE REFERENCIA Conocer sus modelos de referencia y dar nuestra opinión sin juzgarlos. Generar un pensamiento crítico sobre la realidad de las redes sociales.</p> <p>2) AUTOESTIMA Adaptar una posición crítica frente a la necesidad de obtener likes, comentarios o seguidores. Hablar sobre el contenido que suben a la red y sus consecuencias.</p> <p>3) INTERÉS ACTIVO Saber por qué les gustan ciertos videojuegos.</p> <p>4) ACTIVIDADES VARIADAS Fomentar otro tipo de actividades sociales dentro y fuera del hogar.</p> <p>5) DÍAS ALTERNOS Establecer días alternos para jugar después de cumplir con la responsabilidad.</p> <p>6) APLICACIONES DE CONTROL PARENTAL Controlar el tiempo de uso, aplicaciones, horarios y ubicación.</p> <p>7) ESPACIOS SIN TECNOLOGÍA Crear espacios libres de tecnología.</p>
--	--	---

Fuente: Proyecto Hombre

¡GENERAR ESPACIOS DONDE NO HAYA ESPACIO PARA LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS!

¿La prohibición ayuda a proteger y garantizar la participación de manera plena en el mundo digital?. ¿Nos responsabilizamos todas las partes implicadas?.