



**¿POR QUÉ LOS CHAVALES SE PRIVAN CON LA TECNOLOGÍA?  
USO Y ABUSO DE LA TECNOLOGÍA  
GUÍA DE AYUDA PARA PADRES PROFESIONALES Y EDUCADORES**



**Juan Manuel Romero**  
Vicepresidente de AdiccionesDigitales.es

**N.º  
21**

**Madrid, 2008**

**Juan Manuel Romero, periodista y padre de seis hijos de entre 17 y 6 años. Vicepresidente de AdiccionesDigitales.es, organización que se dedica a la promoción del uso saludable de las nuevas tecnologías en el ámbito familiar, docente y laboral impartiendo conferencias en colegios, instituciones y empresas dirigidas a padres, educadores y profesionales, en general, orientadas prevenir posibles tecnoadicciones.**

**<http://www.adiccionesdigitales.es>**

**El ordenador nos ofrece videojuegos, conexión a Internet y chat, entre otros servicios. El móvil nos permite hacer llamadas, mandar mensajes, imágenes y videos y jugar o descargar canciones, logos y demás. El MP3 nos deja llevar un impresionante almacén musical en muy poco espacio físico.**

**Son aparatos y tecnología que se han convertido en un elemento esencial en la vida de niños, adolescentes y jóvenes. El problema surge cuando se utilizan mal, de forma desmedida y sin tener en cuenta que hay otros aspectos de la vida real que no hay que dejar de lado. Sigue siendo importante salir a la calle a jugar, pasear con los amigos o ir al cine. Pero esto es algo que en muchas ocasiones no se produce porque los chavales prefieren quedarse en casa y conectarse a Internet o engancharse a un videojuego; se sienten más seguros.**

## El móvil

*¿Cuándo nos piden el móvil? ¿Qué hacer? ¿Cómo evitar la adicción? ¿Cómo detectar el problema? ¿Qué hago con un hijo tecnoadicto?*

**Nuestros hijos suelen pedirnos el móvil a partir de los diez años.** Argumentan que sus compañeros de colegio ya lo tienen y que es esencial para ellos. Todo mentira. Normalmente sus compañeros tampoco lo tienen, excepto uno o dos, pero algo hay que decir para que se lo compremos.

En caso de que al final lo consigan, **debemos lograr que se den cuenta de que el móvil es un aparato útil** pero que no tienen que estar pendientes de él todo el día. No deben llevarlo al colegio porque se pasarán todo el día jugando con él y mandando mensajitos a sus compañeros; se distraerán y perderán el tiempo en clase. La **única excepción** a tener en cuenta se produce con **los llamados niños del llavín**, que son aquellos que van y vienen solos al colegio y que cuando llegan a casa no hay nadie. Se trata de un buen sistema para que los padres puedan controlar su seguridad.

Una vez que hemos accedido a comprar el móvil hay que decidir si será de contrato o de pre-pago. Los dos tienen ventajas e inconvenientes. La ventaja del contrato es que, a final de mes, nos llega la factura a los padres y podemos **saber las llamadas que se han realizado**. Su desventaja es que, al **no tener una cantidad establecida como tope**, pueden gastar lo que quieran y nos puede llegar una factura de 20, 50, 100, 1.000 ó 3.000 euros, que no sería nada raro.

En cuanto al **prepago**, su desventaja es que no sabemos a quién llaman nuestros hijos, aunque siempre hay medios para adivinarlo en caso de necesidad, acudiendo a la operadora. La ventaja es que les daremos una cantidad fija y razonable cada mes y cuando se les acabe no podrán hacer más llamadas. Debemos ser serios y no darles más dinero si se les acaba el saldo.

El primer mes de tener el teléfono se les acabará ese saldo al segundo día. Al mes siguiente ya les durará una semana, luego dos, luego tres y en cinco o seis meses sabrán dosificar las llamadas que hacen: habrán aprendido a utilizar el teléfono de forma más racional, siempre y cuando no les demos cincuenta o cien euros cada mes para el móvil. **Una cantidad razonable son diez o quince euros.**

Hay que conseguir, además que no abusen del móvil. No olvidemos que es un instrumento propio de toda una generación que lo usa y a veces abusa de él. Hay que conseguir **que el adicto (niño, joven o adulto) se conciencie de qué llamadas son necesarias y cuáles no**. Si evitamos la adicción evitaremos situaciones de aislamiento social.

Debemos ser cuidadosos con el uso que hacen de él, por ejemplo, por la noche. **El móvil debe quedar en un lugar común durante la noche, y apagado**. Fuera del alcance de los niños. No se permitirá, bajo ningún concepto, que nuestros hijos duerman con él conectado y en la mano, con el vibrador puesto, porque estarán en tensión las 24 horas del día. Muchos chavales reciben mensajes durante la noche, a las cuatro o cinco de la madrugada, y no descansan, porque responden a esos sms. Y en caso de que no les manden un mensaje o una llamada perdida se sentirán defraudados porque nadie se acuerda de ellos.

Para evitar todo esto lo mejor es que quede claro desde el primer día que **el móvil estará por la noche apagado** y en el recibidor de casa o en cualquier otro lugar fuera del alcance de los niños. Hay que tener mesura. Es razonable que un chaval reciba o envíe dos, tres o cuatro mensajes al día, pero es irracional que esa cifra ascienda a más de cincuenta, como ocurre en muchas ocasiones.

Y todo ello sin olvidarse del aspecto académico, porque **se acostumbra a escribir mal con el lenguaje del móvil**, se comen las letras, no ponen acentos y las faltas de ortografía son habituales. El problema es que esto se traslada al ámbito escolar y muchos exámenes los rellenan con este lenguaje sin darse cuenta, y, por supuesto, les suspenden.

### **MP3, ventajas e inconvenientes**

El MP3 es un dispositivo excepcional con tantas ventajas como inconvenientes, tanto si nos referimos a la salud como a la educación. Para empezar, nos encontramos con **un maravilloso dispositivo tecnológico** que nos permite almacenar infinidad de canciones en muy poco espacio físico. También tenemos la posibilidad de pasar esas canciones de un dispositivo digital a otro en muy pocos segundos y de forma sencilla. Esto ha convertido al MP3 en uno de los aparatos digitales preferidos por los adolescentes y jóvenes, pero tiene sus riesgos.

En el campo de la salud, los especialistas en audiolología no se cansan de atribuir el aumento de la sordera entre los jóvenes al uso frecuente y, generalmente, a todo volumen, de estos aparatos. Parte de la culpa de este aumento de los problemas auditivos se debe a los llamados auriculares de botón, que, además de colocarse directamente en el interior del oído, pueden aumentar la señal excesivamente para lograr escuchar con nitidez las canciones.

Al contrario que los modelos más antiguos de cascos, con almohadillas y diadema de sujeción (mucho más recomendables), los actuales auriculares apenas si aíslan el ruido exterior provocando que la persona tienda a subir cada vez más el volumen, con las **consiguientes repercusiones negativas para el oído.**

Por ello se recomienda que se escuche menos de una hora al día y a un nivel que no llegue al sesenta por ciento del máximo permitido por los aparatos. Se han realizado estudios que demuestran que la generación actual que usa constantemente el MP3 **adelantará en un futuro los primeros síntomas de la sordera:** si hasta ahora las personas empiezan a quedarse sordas, por regla general, a partir de los 80 años, la actual generación de usuarios de estos aparatos comenzará a perder audición de forma considerable a partir de los 60.

Y en cuanto al aspecto educativo también plantea muchos problemas si no se anda con cuidado. Los chavales no deben ir escuchando el MP3 cuando van al colegio porque durante la primera hora de clase les estará retumbando en la cabeza la canción de "El Canto del Loco" o el último baile del ombligo de "Shakira" y será humanamente **imposible que se concentren.** A esto añadimos que en el recreo, habitualmente, también utilizan el MP3 con lo cual a la vuelta a clase, si tienen una asignatura intelectualmente fuerte, perderán el tiempo.

Por la tarde, tras regresar del colegio ocurre otro tanto si se ponen a estudiar. Así, nos encontramos con que, de seis horas lectivas al día, los chavales pueden llegar a perder tres por hacer un mal uso del MP3 y habitualmente ni ellos ni sus padres son conscientes de esta realidad.

Y todo eso por no hablar de la **adicción que provocan estos aparatos** ya que hay muchos adolescentes, y no tan adolescentes, que se acuestan con el MP3 conectado y lo tienen en sus oídos sonando música

toda la noche. Parece claro que las funciones de descanso que el cuerpo tiene que realizar durante esas horas no se efectúan correctamente. Por la mañana llegarán reventados a clase y estarán medio dormidos.

### ¿Para qué sirve el chat y cuáles son sus peligros?

El chat es **una de las aplicaciones preferidas de Internet**, ya sea en salas abiertas, cerradas o a través del messenger, que veremos más adelante de forma especial. La gran ventaja del chat es que **nos permite comunicarnos con personas de todo el mundo, en tiempo real, e intercambiar conocimientos.**

Sin embargo, se pueden desencadenar situaciones que son más complejas y problemáticas cuando utilizamos el chat porque no nos gusta nuestra propia personalidad. Lo hacemos como una defensa ante nuestras frustraciones y nos presentamos ante los demás como seres idílicos, con una prótesis tecnológica con magníficos resultados mientras dura el chat. Allí, un chaval con frustraciones y problemas de comunicación, que no se gusta físicamente —lo que no significa ni mucho menos que en realidad sea como él o ella se ven— se puede presentar como le gustaría ser: alto, rubio, metro ochenta, ingeniero informático, cinco idiomas, etc.

El problema es que el chat se acaba y volvemos a la cruda realidad; y por eso **muchas personas van de un chat a otro sin parar.** Y además, nadie puede garantizar a ese chateador que la chavalina que ha conocido al otro lado sea, en realidad como ella se presenta; es muy posible que tenga los mismos problemas que él, es decir, que no se acepte.

Una de las ventajas del chat abierto es que sus salas se estructuran por temas, lo que permite ir directamente al grano: cine, viajes, música, sexo, cotilleos, etc. Nadie entra engañado porque cada uno sabe donde se mete, aunque lo que no se puede evitar es que un chat para adultos entre un chavalín de doce años. ¿Cómo sabemos que realmente tiene los años que dice? Imposible.

A esto hay que añadir que **el anonimato está garantizado**, lo cual es una ventaja y un inconveniente. Al entrar en un chat no se utiliza el nombre real (nunca debe hacerse) sino un apodo o nick. La ventaja es que podemos expresarnos con total libertad ante la seguridad de que no se van a poder utilizar nuestros comentarios en nuestra contra. El inconveniente es que **tampoco sabremos quien está al otro lado** y muchas veces se trata de delincuentes que pueden intentar estafarnos o meternos en alguna red ilegal, ya sea de pederastia, prostitución, xenofobia o grupos violentos.

El chat puede provocar **una fuerte adicción** porque los que están enganchados sufren el **síndrome de abstinencia** en cuanto no están conectados. Por ello es importante **no confundir afición con adicción**. La adicción aparece cuando no utilizamos el chat para divertirnos, sino que **lo usamos de forma compulsiva para huir de nuestros problemas** y buscar satisfacción inmediata. Los adictos son fáciles de cazar: mienten más que hablan. Dicen que están haciendo una cosa, cuando en realidad están a otra, y ellos mismos se contradicen. Lo cierto es que **los chats han provocado cientos de divorcios**, por dos motivos principales: porque uno de los miembros de la pareja se pasa las horas chateando y no atiende las necesidades y obligaciones familiares o porque han navegado tanto que han acabado conociendo a otra persona, han engañado a su pareja y ésta se ha enterado y se acabó la relación,

El afectado, ya sea niño, adolescente, joven o adulto, **cambia su carácter y sus prioridades**. No le importa poner en peligro relaciones importantes, ya sea de pareja, familiares o de amistad. Incluso se despreocupa de su trabajo o estudios; sólo está pendiente de conectarse. Pierde el control y no se da cuenta de lo que está ocurriendo. Cuando la situación es grave hay que **acudir a profesionales especializados**, pero tendrán que ser las personas de su entorno las que tomen esta decisión, porque **el enganchado no será consciente de ello**.

Y en cuanto a los más jóvenes, hay que tener en cuenta que los especialistas en problemas de adolescencia ven con preocupación los chats con desconocidos: la mentira es algo habitual y la irrealidad idealizada del chat la exportan a la vida real. Muchos chavales pasan horas chateando en lugar de relacionarse con jóvenes de su edad.

Algo a tener muy en cuenta cuando nuestros hijos chatean son unas **normas básicas de seguridad**. Nunca debemos permitir que se citen con amigos que hayan conocido en un chat si previamente no tenemos la certeza de que se trata de niños, porque en ocasiones los adultos con malas intenciones se hacen pasar por jóvenes para, luego, aprovecharse de nuestros hijos tanto en el plano sexual como en otros aspectos delictivos.

## **El Messenger**

Sin duda, **el gran descubrimiento de esta década**. Se trata de un servicio de mensajería instantánea que ha triunfado en Internet, sobre todo, entre adolescentes. Lo fundamental, y su gran ventaja, es que el usuario

establece su círculo de amistades. En el Messenger se suelen comunicar con las personas con las que se relacionan habitualmente en la vida cotidiana.

Tenemos la lista de contactos y nosotros, como usuarios, decidimos con quién chateamos. Pero esto no es seguro al cien por cien. De hecho nadie puede impedir que un pedófilo, experto en informática, se cuele en nuestro ordenador robando claves y diga que es amiguito de tal y que vive en otra ciudad. Podemos ver un ejemplo de lo que puede pasar por un mal uso de este sistema de comunicación en la siguiente dirección: <http://www.adiccionesdigitales.es/Consultas/Messenger.pps>.

Este ejemplo sería un caso excepcional, pero son precisamente esos casos excepcionales los que llegan a los medios de comunicación y los que provocan o pueden provocar tragedias familiares. Lo normal es que no ocurra nada, pero hay que ser precavidos.

Lo anterior se refiere a la seguridad de nuestros hijos, pero también tenemos que fijarnos en las posibles adicciones. Lo cierto es que **los tiempos de permanencia en el Messenger son altos**. Una chavalín puede estar quince o veinte horas conectado a la semana y considerarlo normal, sin darse cuenta, ni él ni su entorno familiar, de que se trata de una actividad altamente adictiva y que impide otras formas de comunicación. Es habitual que un grupo de amigos vaya desde el colegio a casa andando durante veinte minutos sin decir una sola palabra, y al llegar al portal decidan conectarse al Messenger y pasarse varias horas chateando. ¿Qué significa eso? Pues simplemente que están perdiendo su capacidad de comunicación oral de persona a persona, y sólo saben hacerlo a través del ordenador.

En la actualidad el Messenger ha venido a sustituir en cierta forma al teléfono. Décadas atrás cuando los niños llegaban a casa se colgaban del teléfono para hablar con sus amigos. Ahora hacen lo mismo con el Messenger, con la diferencia de que pueden comunicarse varios a la vez y no sólo dos como ocurría antes. Algunos psicólogos piensan que se trata de una conducta que tiene que ver con un momento determinado de los adolescentes.

Y otro aspecto son **las imposiciones del Microsoft**, el creador de este magnífico sistema de comunicación. Muchas personas tienen una cuenta en Hotmail, para usar el correo electrónico y/o utilizar el MSN Messenger. Hotmail, marca de Microsoft, tiene a muchos usuarios atrapados en sus

servicios, sobre todo, con el de correo electrónico. Para los que usen Hotmail como cuenta para la mensajería instantánea y quieran liberarse del programa MSN Messenger, cargadito de publicidad, hay solución. Desde mayo de 2007 puede descargarse en Internet el **programa de mensajería instantánea llamado Pidgin**. Este software es **gratuito** (licencia GPL) y sin ningún tipo de publicidad. Es capaz de conectarse a múltiples redes y cuentas de manera simultánea. Por ejemplo: es posible iniciar sesión simultáneamente con una cuenta de Hotmail y otra de Gmail. El programa Pidgin para Windows se puede descargar en:  
<http://downloads.sourceforge.net/pidgin/pidgin-2.2.2.exe>.

### **Pornografía y captación de menores**

La pornografía puede **llegar a nuestro ordenador por dos caminos diferentes**: buscarla o que te encuentre. Quienes la buscan son personas a las que no se engaña porque saben donde se meten. Sin embargo, la pornografía también nos busca. Esto se produce cuando recibimos correos basura donde se nos ofrecen fotos o videos de todo tipo o cuando mientras navegamos por Internet se nos dirige a ciertas páginas sin que nosotros queramos y a veces sin que podamos evitarlo.

Lo cierto es que muchos adolescentes, que manejan el ordenador mucho mejor que sus padres, están ávidos de material sexual y pueden encontrar todo lo que quieran sin restricción alguna. En cualquier caso, generalmente, los chavales se cansan muy pronto de visitar estas páginas y se dedican a jugar y a otro tipo de actividades en Internet. Las niñas, por su parte, se sienten más interesadas por el chateo con otras amigas, los llamados juegos sociales y la descarga de videos y canciones.

Y aquí, precisamente, nos encontramos con **uno de los grandes peligros de Internet** a la hora de topar con pornografía no deseada. Entre los adolescentes está muy de moda *E-Mule*, un programa cuya función es el intercambio de archivos. Es muy fácil de usar, pero tiene el inconveniente de que los archivos se pueden titular como se quiera (*Doraemon*, *La Sirenita*, *Spiderman*, etc.) y contener pornografía que sólo podemos descubrir cuando el archivo ha sido bajado por completo y lo abrimos en nuestro ordenador. Según unos estudios realizados en EEUU, el 80% de los usuarios de estos programas de intercambio de archivos facilitan vídeos de manera ilegal. De los vídeos descargados, el 60% son películas pornográficas y, en contra de lo que se puede suponer, solamente el 5% de las películas descargadas son de estreno reciente.

## Webs que incitan a la anorexia y la bulimia

En estos momentos, y aunque parezca algo irreal, hay **cientos de webs que enseñan a nuestros hijos a ser anoréxicos y/o bulímicos y a engañar a sus padres** para que no se percaten de que están siguiendo ciertas prácticas, totalmente malsanas, para adelgazar.

Cuando tengamos conocimiento de algunas de estas webs **hay que denunciarlo**, porque se han cerrado muchas de ellas gracias a acuerdos con los proveedores de servicios de Internet, una vez conocido su contenido.

## Navegar seguro. Filtros para Internet

Con la incorporación de los más pequeños de la casa a Internet, lo primero que nos planteamos es **cómo evitar que accedan a cierto tipo de contenidos**. Los peligros que alberga la Red han impulsado a muchas empresas a crear programas de filtrado que permiten acceder a ciertas páginas y restringen el uso de otras. Como todo en la vida esto tiene sus ventajas y sus inconvenientes porque, si bien impedimos que accedan a las páginas que queremos vedarles, también es cierto que no pueden visitar otras que sí son recomendables para su desarrollo intelectual y cultural.

Hay filtros que impiden acceder a cierto tipo de páginas según las palabras que allí aparezcan registradas. En estos casos lo mejor es consultar con expertos en programas informáticos que se encuentran en cualquier tienda del sector.

En caso de que decidamos instalar un filtro debemos tener en cuenta algunas cuestiones básicas como el **criterio que se toma para vetar un sitio, el sistema que se utiliza para filtrar los contenidos, la posibilidad de actualizar ese filtro de forma gratuita a través de Internet, el grado de dificultad para configurar el filtro** y sí se trata de una tecnología lo suficientemente avanzada como para que pueda ser controlada y manipulada por los niños sin el conocimiento de sus padres.

## Compra segura y riesgos de la Red

La compra en Internet es, probablemente la **aplicación económica con más futuro del momento**. Se va desarrollando de forma relativamente

lenta pero segura, una vez que se van solventando todos los problemas de seguridad y confianza que se pueden plantear a la hora de facilitar nuestros datos, los de nuestra cuenta bancaria y los de la tarjeta de crédito.

Pero para el completo desarrollo de este comercio electrónico, **es necesario lograr la absoluta garantía en cuanto a seguridad y confianza**. No podemos pedirle a alguien que compre desde su ordenador o cualquier otro dispositivo informático si esa persona no tiene la certeza de que los datos que facilite van a tener un buen uso. No hay que olvidar que cuando se producen situaciones irregulares enseguida tienen su reflejo en los medios de comunicación, lo que no ocurre cuando se desarrollan operaciones sin incidencias, que es en la inmensa mayoría de las ocasiones.

Internet debe ser seguro y transmitir esa confianza a quién vaya a comprar. Para saber si nuestros datos se están enviando de forma segura sólo tenemos que mirar **el encabezamiento de la página que no será http sino https**. Esto ocurre tanto cuando estamos comprando algún servicio o producto como cuando consultamos la cuenta de nuestro banco. Tenemos derecho a devolver la compra igual que cuando compramos en la tienda de la esquina, aunque es conveniente mirar las condiciones que facilita la web en la que estamos haciendo la operación.

Y como en cualquier tienda, **es conveniente guardar el justificante**, ya sea en papel o en formato digital, para poder reclamar posteriormente. **Nunca debemos pagar el producto antes de comprobarlo**, a no ser que la tienda en la que compremos sea de nuestra absoluta confianza. Y mucho cuidado con los datos que facilitamos. Los que usamos Internet de forma habitual hacemos una serie de operaciones de forma automática. Por eso debemos tener presente qué tipo de información damos, porque no sabemos qué uso se va a hacer de esa información.

## **Medicamentos en la Red**

Adquirir medicamentos es **una de las compras más y peligrosas** que, niños, jóvenes y adultos pueden hacer en Internet. Se calcula que **en estos momentos se venden más de 2.000 medicamentos de manera ilegal** a través de Internet, la mayoría de ellos sin prospecto y con información sólo en inglés. Muchos están **caducados y no ofrecen las adecuadas garantías sanitarias**. Siempre es imprescindible la participación

tanto del médico como del farmacéutico en la prescripción y venta del medicamento.

Debemos tener siempre presente que si una medicina no está en la farmacia es porque las autoridades sanitarias no lo consideran adecuado para nuestra salud. . Lo cierto es que se acude a Internet cuando se trata de un medicamento no autorizado en nuestro país que necesita receta o que es un medicamento caro y pensamos que en la Red va a ser más barato. Y al comprarlo nos saltamos las más elementales normas de la lógica y todos los controles de seguridad y salubridad, que han sido puestos por las autoridades sanitarias precisamente para velar por nuestra salud.

Estos productos son muy **fáciles de conseguir**. Sólo hace falta un nombre, un teléfono, una dirección de correo electrónico y, por supuesto, una tarjeta de crédito para hacer los pagos. El problema es que esto lo puede hacer tanto un adulto como un adolescente.

Por si esto fuera poco, las webs que se dedican a este tipo de venta suelen facilitar información muy incompleta de los medicamentos sin referirse a los efectos secundarios. **No se advierte la forma correcta de usar estos fármacos**. A veces, los fármacos llegan sin el prospecto y fuera del envase original camuflados bajo la apariencia de juguetes, ratones de ordenador o maquillaje, para que no sean detectados en los controles aduaneros, En ocasiones se reciben **envases abiertos o incompletos**, con un número de grageas distinto al normal, con el prospecto pegado con un celo o completamente deteriorados. Otras veces llegan envueltos en papel de periódico del país de procedencia. Está claro que ésta situación no ofrece ninguna garantía de conservación ni tampoco sanitaria del producto que suele llegar a nosotros de lugares como Tailandia, las Islas Fidji, Estados Unidos, Brasil y Nueva Zelanda, que ofertan desde Viagra hasta andrógenos o anabolizantes sin el menor control médico.

### **Videojuegos ¿Quién usa los videojuegos?**

Los videojuegos son **uno de los grandes motores del avance informático**. Gran parte de las mejoras que se originan en el mundo de la informática se producen gracias a los videojuegos, voraces consumidores de todos los recursos de nuestro ordenador. En realidad, la culpa de que los ordenadores se actualicen de forma tan rápida todos los años no hay que echársela a Bill Gates, dueño de Microsoft, sino a los videojuegos y al afán por jugar de niños, jóvenes y adultos.

Los videojuegos, como parte de la tecnología, **son utilizados por los chavales como una alternativa a la soledad y el aburrimiento**. Otras veces, se trata simplemente de la imposibilidad del chico de estar con sus amigos por diferentes motivos y descarga sus energías en la maquinita. Algunos videojuegos, utilizados sin medida, aíslan, **hacen perder la noción del tiempo y de la realidad y pueden incrementar actitudes violentas**.

Los factores que hacen que un videojuego enganche a los usuarios son, principalmente, que sea impactante y atractivo y que permita el uso de una fantasía que nos aleja de la realidad, y que no sea demasiado complicado de jugar.

Los **videojuegos son muy variados**; van desde los estrictamente educativos a los absolutamente violentos o racistas. Unos son de pago y otros se pueden conseguir gratis. Hoy en día cualquier chaval puede comprar o bajarse de Internet de forma totalmente gratuita juegos que vulneran los derechos humanos. Algunos ni siquiera están bien catalogados para la edad a la que van dirigidos.

**Es conveniente que intentemos que nuestros hijos utilicen videojuegos que lleven implícitos valores** que nosotros consideremos positivos, y tengan un objetivo concreto y asequible. Deben ser juegos que **ofrezcan alternativas**, es decir, que el jugador no esté obligado a seguir la pauta que el juego impone sino que ellos mismos puedan marcar su ritmo **dejando un intervalo de tiempo suficiente para pensar, reflexionar y decidir**.

Pero además, los padres debemos intentar que nuestros hijos repartan sus actividades y dediquen parte de su tiempo a otras diversiones o entretenimientos como el deporte, el cine o la lectura. Una buena medida es que, de vez en cuando, los adultos juguemos con nuestros hijos intentando dar siempre ejemplo de serenidad. Y, por supuesto, **evitar, en la medida de lo posible que utilicen videojuegos racistas, sexistas o violentos**.

En ocasiones esos videojuegos violentos o racistas son puestos en la red y **distribuidos de forma gratuita por organizaciones fascistas, racistas o criminales** para captar adeptos entre los más jóvenes, con lo que estos juegos se convierten en una peligrosa bomba de relojería que tenemos que intentar desactivar a tiempo.





[direccion@mpazm.es](mailto:direccion@mpazm.es)  
[www.mpazm.es](http://www.mpazm.es)

**Declarada de utilidad pública**

C/ Valverde, 32  
Tel. 91 758 96 88  
Fax 91 559 06 79  
28004 MADRID

