



III CONGRESO INTERNACIONAL  
EDUCACIÓN MEDIÁTICA  
Y COMPETENCIA DIGITAL

PANTALLAS SANAS

# Be Good Influencer!



A los 15 años de Pantallas Sanas  
en el III Congreso Internacional de  
Educación Mediática y Competencia Digital

"Alfabetizarse no es aprender a repetir palabras, sino a decir su palabra"

*Paulo Freire*

[www.pantallassanas.com](http://www.pantallassanas.com)

 **GOBIERNO  
DE ARAGON**

# Pantallas Sanas, una iniciativa de Salud Pública



## Pantallas Sanas para el presente digital

**D**irigida a toda la comunidad educativa, Pantallas Sanas es una iniciativa de la Dirección General de Salud Pública y la Dirección General de Innovación, Equidad y Participación del Gobierno de Aragón, en la que se aborda la fenomenología de las pantallas y las nuevas tecnologías desde el punto de vista de la promoción de la salud y la creación de capacidad, con el objeto de desarrollar aspectos que van desde los hábitos y la sociabilidad a los consumos y las adicciones, centrados actualmente en favorecer desde el ámbito educativo un uso saludable de móviles y redes sociales.

*"Casi nunca pensamos en el presente y cuando lo hacemos es para ver cómo ilumina nuestros planes de futuro",* afirmaba Pascal. Sin miopía, desde los comienzos de Pantallas Sanas quisimos hacer al revés, pensar con visión el futuro para iluminar el presente, retos socioeducativos en la revolución digital. Pantallas para un escenario de identidad, convivencia y entornos saludables desde los postulados, valores y actitudes de la promoción de la salud, con una perspectiva y cultura de activos desde y para el aula.

### Desde el aula

Influencia y uso para el fomento de la salud a partir de la creación de recursos, cursos de formación, campaña de difusión en familias, material didáctico de apoyo, seminarios, actividades y ensayos. Desde sus inicios estas son las acciones más destacadas, en la búsqueda de una alfabetización sanitaria y digital, contando con el marco y escenario de la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud.



### Desde la Salud 2.0

Esta blogosfera saludable toma cuerpo de forma estratégica a los 20 años del SARES, conscientes de que su trabajo de alfabetización en salud a través de las redes sociales es clave para la innovación y la mejora de las organizaciones. La Web 2.0 en promoción de salud y su uso por profesionales, gestores y dinamizadores, labor centrada en compartir contenidos de calidad, velar por el posicionamiento SEO, dinamizar la comunidad y crear redes de capacidad: la blogosfera como un gran escenario abierto donde todos somos actores que participamos en un proyecto promotor de la salud.



# Decálogo para la ciberconvivencia

## Saber navegar, saber conversar

Los jóvenes *millennials* protagonizan la nueva campaña primavera/verano 2017 de Dolce & Gabbana, en un momento donde los mayores de 65 años también pujan por ser nuevos millennials, lo que confirma el gran avance de la digitalización de la sociedad española. Según el reciente *Informe Sociedad de la Información en España 2016*, decimoséptima edición que recoge tendencias en el uso de las TIC, Internet impulsa la vida social y el móvil revoluciona la forma en la que nos organizamos, rompiendo barreras entre la vida profesional y personal. El despliegue de 4G ha permitido que el 95% de la población esté cubierta por esta tecnología. Y como dato destacado, el 79,5% entre los usuarios entre 14 y 19 años toma decisiones no planificadas sobre la marcha relacionadas con el ocio gracias a información que recibe continuamente en el móvil.

### Convivencia en el nuevo contexto digital

Enmarcada en la campaña *No Hate Speech*, PantallasAmigas [www.pantallasamigas.net](http://www.pantallasamigas.net) en colaboración con Habbo y el Instituto Nacional de Tecnologías Educativas y de Formación del Profesorado (INTEF) y el Instituto de la Juventud (Injuve), elaboró un recurso didáctico digital para prevenir la violencia y fomentar el uso responsable y seguro de las nuevas tecnologías en infancia y adolescencia <http://bit.ly/2enfaMo> Recoge un **Decálogo de buenas prácticas para la ciberconvivencia positiva** entre los escolares, dando valor a la privacidad de las personas:

- 01 Cuidado de los datos ajenos.** Los datos personales de las demás personas no te pertenecen. Evita usarlos o publicar fotografías sin permiso.
- 02 Discreción.** No reveles asuntos particulares de otras personas aunque pienses que no les va a importar.
- 03 Respeto y prudencia.** Dirígete a las demás personas con mucho cuidado y respeto. Puede



que no te entiendan bien o que tengan un mal día.

- 04 Visión global y creativa.** Cuida mucho las bromas en público. Aunque la persona implicada sepa que no es en serio otras lo pueden interpretar mal.
- 05 Observación y empatía.** Cuando entres en un lugar nuevo observa durante algunos días antes de actuar. Quizás no sea el sitio o la gente que pensabas.
- 06 Gestión positiva de emociones.** Si alguien te enfada, desconecta un rato. Puede tratarse de un malentendido o algo no intencionado.
- 07 Compromiso y sensibilidad.** Cuando veas que alguien comete una imprudencia, házselo saber de manera discreta.
- 08 Implicación activa y constructiva.** Si perteneces a una comunidad o red, participa y contribuye de forma positiva.
- 09 Tolerancia y participación.** Muestra respeto por las opiniones de las demás personas y manifiesta la tuya.
- 10 Solidaridad.** Si ves que alguien sufre trato injusto y abuso intenta ayudar evitando presuposiciones y conflictos.

## Manifiesto de Buenas Prácticas Be Good Influencer!



### Retos en competencia digital y promoción de la salud

En la XII Jornada Pantallas Sanas que reunió a un centenar de educadores y sociosanitarios con objeto de establecer orientaciones en los usos saludables de Internet y las redes sociales, se elaboró el siguiente manifiesto con objeto de compartir sencillos consejos, orientaciones sobre los principales retos en competencia digital y promoción de la salud, relacionados con **la identidad, privacidad y reputación online, la autoimagen corporal, la ciberconvivencia y la ciudadanía digital:**

#### • AL ALUMNADO

- 01 Internet no olvida. ¿Cómo querrás ser recordado? Reflexiona antes de publicar.
- 02 En la diferencia está la riqueza. Sé original: Esta mañana ponte un 'like'.
- 03 Aprende a convivir gestionando tus propias emociones, también en la Red.
- 04 Sé consciente de tus derechos y corresponsabilidades como ciudadano digital.

#### • AL CENTRO EDUCATIVO

- 05 Los centros educamos para ser personas, también en Internet.
- 06 Siempre encontrarás un 'like' que potenciar en cada alumno/a. Descúbrelo.
- 07 Valora la oportunidad que las TIC ofrecen en la práctica docente para favorecer el desarrollo integral del alumnado.
- 08 Educa en valores en la Red teniendo en cuenta las emociones, el espíritu crítico y las desigualdades sociales digitales y en salud.

#### • A LA FAMILIA

- 09 Tu hijo/a en la Red es también tu responsabilidad. Sé coherente, acompaña y establece límites.
- 10 Nos gusta cómo eres. Quiérete y comunica en familia lo que más te importa.
- 11 Acompaña en el desarrollo digital de tus hijos/as, creando con ellos nuevos espacio de encuentro.
- 12 Comparte con tus hijos/as el descubrimiento digital, educando ciudadanos responsables, comprometidos con lo local y lo global.

# Bobina Pantallas Sanas en Cine y Salud

## El audiovisual, herramienta de educación para la salud

Cine y Salud [www.cineysalud.com](http://www.cineysalud.com) se desarrolla desde el año 2001, y tiene por finalidad fomentar la responsabilidad de los adolescentes para adoptar las actitudes y comportamientos más adecuados sobre los aspectos más relevantes de salud pública: el tabaco, alcohol y otras drogas; la alimentación: la sexualidad, la salud emocional, mediante el uso del lenguaje cinematográfico. Los contenidos de salud ayudan a desarrollar las competencias básicas incluidas en el curriculum de Secundaria.

Un aspecto innovador y decisivo es la creación de mensajes audiovisuales por el alumnado sobre temas de salud. La realización del **Certamen Cine y Salud** estimula a los centros educativos a producir materiales audiovisuales realizados por el alumnado con el apoyo de sus profesores. Los estudiantes que forman parte en la elaboración de cortos mejoran la comprensión del lenguaje audiovisual, la creatividad, aprenden a trabajar en equipo, y promueven la corresponsabilidad en las buenas prácticas en salud.

Para ello proponemos la siguiente lista de **chequeo para mensajes** saludables en audiovisuales y multimedias de Cine y Salud:

- 01 ¿Tiene un enfoque global de salud?
- 02 ¿Identifica las motivaciones y actitudes de los adolescentes?
- 03 ¿El mensaje se puede poner en práctica en el contexto de nuestro jóvenes?
- 04 ¿Potencia los recursos personales de los jóvenes?
- 05 ¿Resalta los recursos del entorno para la salud?
- 06 ¿Promueve la responsabilidad y autonomía?
- 07 ¿Propone valores positivos para la salud? Sociabilidad, gestión compartida, cuidado, humor
- 08 ¿Existe una coherencia entre fondo y forma?
- 09 ¿Aporta aspectos originales y creativos?
- 10 ¿Realiza una visión desde el enfoque de los jóvenes?

## Uso saludable de móviles y redes

En los quince años de Certamen han participado 518 trabajos realizados por adolescentes, jóvenes y sociosanitarios. En los últimos años, la convivencia con las pantallas ha sido una de los principales temas representados, cortometrajes para un uso educativo y saludable de móviles y redes sociales. Por ello se ofrece a la comunidad educativa la **lista de reproducción Pantallas Sanas en Cine y Salud** <http://bit.ly/2m8im1R> como bobina de cortos realizados por diversos centros de Aragón [www.youtube.com/user/SARESARAGON](http://www.youtube.com/user/SARESARAGON)

## Por un nuevo imaginario mediático

También sugerimos estos otros items a tener en cuenta en el desarrollo de historia y personajes:

- 01 Valorar lo que pretendemos despertar en el espectador: cuestionamiento, crítica, denuncia, defensa de la dignidad, solidaridad. Qué emoción se quiere provocar (*sentimiento*) y a qué actitud se quiere invitar (*compromiso*).
- 02 Ser conscientes de los valores que encarnan o llevan implícitos los personajes.
- 03 No confundir conflictos y elementos dramáticos en los que se apoya la acción, con desarrollar aspectos trágicos que envuelvan y se adueñen de la trama.
- 04 Intentar que la motivación de sus protagonistas tengan una misión narrativa y social.
- 05 Apelar a una responsabilidad prospectiva en la toma de decisiones que incida en lo que quede por hacer.
- 06 Tener claras qué preguntas queremos que se haga el espectador y cuáles podrían ser sus posibles respuestas.
- 07 Incluir en los mensajes empoderamiento, control y cambio, ya sea personal o comunitario.
- 08 En el desarrollo de la trama, procurar guardar como sorpresa —la paralipsis de Gérard Genette— aspectos positivos y capacitantes.
- 09 Representar el entorno como un elemento social más, capaz de ayudar a la salud, al bienestar emocional y la convivencia.
- 10 Construir un código visual que busque la innovación y que, en conjunto, su tratamiento y tono sea invitador a buenas prácticas.

# Manifiesto SARES por una Promoción de la Salud 2.0

## 20 años SARES de alfabetización en salud

Tras la cultura de la conversación por la que se preocupó *The Cluetrain Manifiesto*, acaban de aparecer otras *Nuevas claves* que profundizan en las posibilidades transformadoras de Internet. Las 121 nuevas tesis debaten en qué se ha convertido Internet, qué es y qué no debe ser: “Internet es nuestro (...) de nosotros, por nosotros y para nosotros”, apostando por “recordar su verdadera naturaleza”.

A los 20 años del SARES, el Sistema de Asesoramiento y Recursos en Educación para la Salud [saresaragon.blogspot.com](http://saresaragon.blogspot.com) la alfabetización en salud a través de las redes sociales es clave para la innovación y la mejora de las organizaciones. Profundizamos en la utilidad de Internet y la Web 2.0 en promoción de salud y su uso por profesionales, gestores y dinamizadores. Permite conocer y compartir experiencias personales y comunitarias. En estos tiempos de redes, en el SARES integramos nuestras actuaciones y aprendemos continuamente a mejorar lo que hacemos.

### Contenidos saludables

La blogosfera es una oportunidad para la construcción conjunta del saber. Hablar de salud no es hablar de enfermedad, sino crear capacidad y apostar por los activos frente a los riesgos. Encuentra en nuestra red proyectos interesantes con criterios de calidad compartidos.

La web social nos invita a establecer alianzas entre sus diferentes agentes, un trabajo en red para una mayor promoción de los mensajes saludables y sus buenas prácticas. El uso de la blogosfera permite ofrecerlos de forma continua, actualizados para todos los grupos de población.

Permite identificar activos y satisfacer necesidades, acompañando en la búsqueda de información para promover cambios o comportamientos saludables mejorando los entornos sociales. Imaginamos más cosas, somos más creativos, tenemos la oportunidad de aprender haciendo. La promoción de salud es divertida, participativa y muy creativa.



### Dinamizadores de comunidad

La nueva cultura de la conversación nos invita a un doble rol: ser creador de contenidos a la vez que animador de la comunidad. Cada persona se puede implicar y fomentar la utilización de la red, haciendo posible pensar globalmente y actuar localmente.

La promoción de la salud a través de la Red necesita ajustarse a criterios de responsabilidad social. El trabajo en red es uno de los grandes retos de la web social, desde el uso de herramientas, pasando por el sentido de pertenencia, el equipo, el reparto de tareas, para potenciar la cultura de la participación.

### Redes de capacidad

La blogosfera es un escenario abierto donde todos somos actores que participamos en un proyecto promotor de la salud. La Web 2.0 es una oportunidad para reforzar las redes sociales que se basan en el compromiso y el contacto real entre las personas.

Las habilidades para la vida se reformulan bajo parámetros de competencia digital, acompañamiento, empatía y *e-confianza*. La blogosfera en promoción de la salud facilita el trabajo con asociaciones y grupos de pacientes organizados y fomentar el trabajo en equipo. Es una comunidad donde podemos participar, interactuar, aportar y dar lo mejor de nosotros mismos.

## Otras actividades



### Jornada Pantallas Sanas, foro de innovación

Desde el curso 2003-2004 se viene realizando una jornada, un espacio anual para el intercambio de experiencias por un uso responsable de Internet, las redes sociales y el teléfono móvil, aportando orientaciones para abordar las TIC desde la educación para la salud, teniendo en cuenta actitudes, conductas y entornos saludables; consumos y adicciones, sociabilidad y hábitos; pautas para la promoción de la salud e intervenciones socioeducativas. La jornada también explora las posibilidades de la web social en el proceso de aprendizaje aplicado a las áreas curriculares específicas, interdisciplinares y transversales.

Por ella han pasado los educadores más importantes de todo el Estado relacionados con la alfabetización mediática y digital, como Joan Ferrés, Agustín García Matilla, Carmen Marta-Lazo, Grupo Spectus, Daniel Aranda, Jordi Sánchez-Navarro, Ignacio Aguaded, Roberto Aparici, Jorge Flores, Dolors Reig, Gusi Bertomeu, etc. así como profesionales y personalidades del mundo de la cultura como Vicente Verdú, Mariano Hernán, José Luis Martín, Mariola Cubells, Pablo Pérez, Pedro González, Carles Feixa, Túa Blesa, Ana Alcolea, Carmen Gascón, Javier Coronas, Ju-

lia Puyo, Francisco Javier Millán o Gonzalo Musitu dentro del seminario permanente que también tuvo lugar en 2005, por citar algunos nombres más destacados.

### Concurso fotográfico de educación para la salud

Durante el curso 2008-2009, también desde Pantallas Sanas y especialmente dirigido a la Red de Escuelas, tuvo lugar el *Concurso fotográfico de educación para la salud*, en el que se recibieron más de doscientas obras, valiosa iniciativa por su calidad, contenidos positivos, comunicación y eficacia en la búsqueda de actitudes y conductas saludables. Todas las fotografías incluían un motivo de educación para la salud dentro de su estética y mensaje, con aspectos de empoderamiento y corresponsabilidad, especialmente en los ámbitos de alimentación, autoestima, salud mental, adicciones, relaciones, afectividad y sexualidad, ecología y entornos saludables. Las siguientes ediciones del concurso se enmarcarían dentro del Proyecto de Cooperación Transfronteriza Drojnet desde nuestra Dirección General de Salud Pública.

### Participación en redes estatales

Pantallas Sanas ofrece formación y recursos tanto a la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud (RAEPS) como a la Red Aragonesa de Proyectos de Promoción de la Salud (RAPPS), abriendo sus redes al escenario estatal, siendo colaborador del I Encuentro Internacional sobre Educación Audiovisual en Santiago de Compostela (2005), del I Congreso Internacional Menores en las TIC de la Fundación CTIC en Gijón (2009), y del I Congreso Internacional de Ciudadanía Digital en Donostia (2010), participando también de forma activa en la Jornada Ciudadanía Digital y prevención del ciberacoso (2014) organizada en Madrid por PantallasAmigas, Red.es y Twitter.



Asimismo, bajo el espíritu de Abla 2010 [www.salud20.es/manifiesto](http://www.salud20.es/manifiesto) reunión en Almería sobre la Salud 2.0 en la que estuvimos presentes para debatir las principales líneas por una Sanidad Participativa, Pantallas Sanas apostó por el uso de las herramientas de social media como un nuevo espacio relacional y de empoderamiento para educadores y sociosanitarios. En esta fase fundacional, desarrollamos talleres en los Congresos sobre la Blogosfera Sanitaria organizados por la Fundación Gaspar Casal de Madrid (2010 y 2011).

## Promover una Internet Segura

El Día Internacional de la Internet Segura o Safer Internet Day (SID) [www.saferinternetday.org](http://www.saferinternetday.org) es un evento que se celebra en febrero de cada año para promover un uso más seguro y responsable de la tecnología, los smartphones e Internet, especialmente entre niños, niñas y jóvenes de todo el mundo. Un espacio seguro que, para así serlo, tiene que ser también saludable y de conocimiento, al que desde el curso 2012-2013 invitamos a los centros educativos de nuestra comunidad.

Las propuestas y recursos para su celebración se centran en el acto oficial que tiene lugar en un espacio educativo, con ponencias y mesas redondas, materiales y recomendaciones, ofreciendo pautas, mapa y brújula desde una mirada de activos para la salud, así como una mochila de experiencias y buenas prácticas por parte de los diferentes agentes sociales, entre los que destaca la labor educativa y de participación ciudadana de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado a partir de su Plan Director para la Convivencia y Mejora de la Seguridad en los Centros Educativos y sus Entornos.

## Cibervoluntariado por unas Pantallas Sanas

Preocupados por promover el debate de la educación para la ciberconvivencia y la ciudadanía digital, en el curso 2013-2014 iniciamos una estrategia de participación y protagonismo de los adolescentes a partir del aprendizaje-servicio —procesos de aprendizaje y de servicio a la comunidad—, apoyada en la innovación de buenas prácticas, invitando a la comunidad educativa a desarrollar actividades y recursos con y en la Red sobre los ámbitos más importantes de la educación para la salud a partir de campañas, formación y otras iniciativas docentes.

Esta experiencia pionera de innovación y empoderamiento en los adolescentes aragoneses sirvió como recurso educativo a sus iguales a partir de la creación de equipos de cibervoluntariado, entre los que destacó los diseñados por el IES Parque Goya de Zaragoza desde su proyecto Ciberayudantes [alumnosayudantes.wordpress.com](http://alumnosayudantes.wordpress.com) Primer Premio de Aprendizaje-Servicio en Educación para la Salud. Invitado por Red.es actualmente este centro es pionero y referente a nivel nacional en modelos de buena práctica, un equipo capitaneado por Jesús Prieto, Pilar García y Toni Martínez.

## Publicaciones

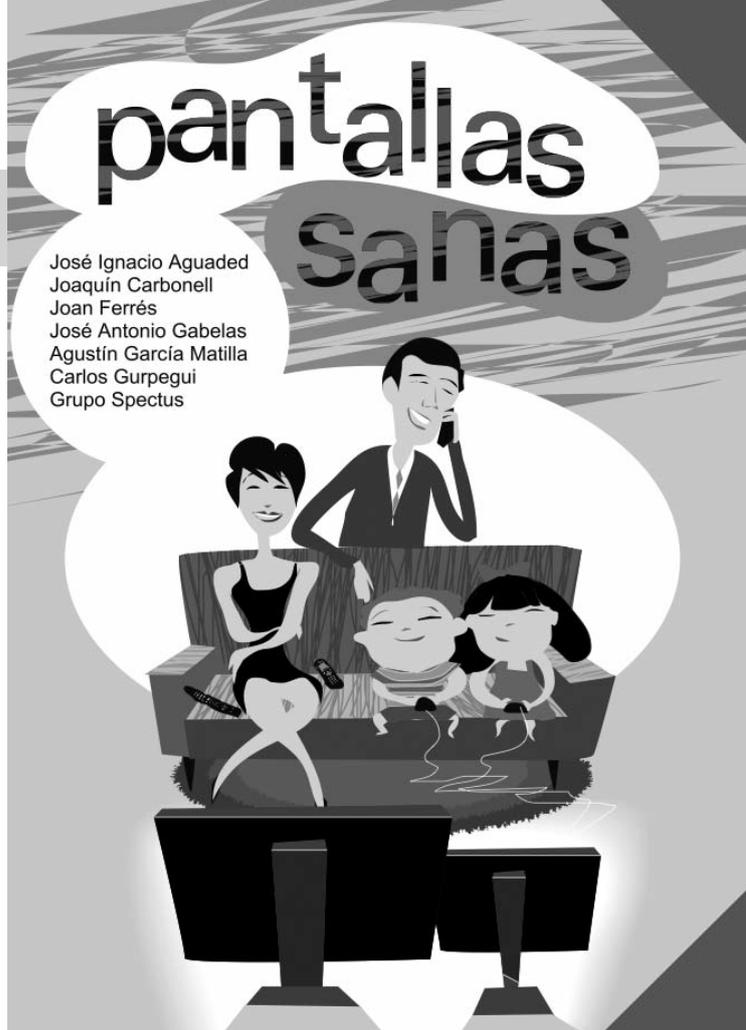
descargas pdf disponibles en [www.pantallassanas.com](http://www.pantallassanas.com)

### Pantallas Sanas: TIC y educación para salud

En 2005 aparece el primer volumen, **Pantallas Sanas: TIC y educación para salud**. Ante el nuevo panorama, Pantallas Sanas propone pautas para una educación para la salud con las nuevas tecnologías, incidiendo en las actitudes y conductas, apoyadas en la mirada crítica y corresponsable, en los consumos autónomos y saludables, conscientes de la vida en relación y de un entorno que cada vez debería optar por ser más saludable. El presente volumen reúne varios e importantes trabajos de las principales firmas relacionadas con la educomunicación en España como José Ignacio Aguaded, Joaquín Carbonell, Joan Ferrés, José Antonio Gabelas, Agustín García Matilla, Carlos Gurpegui y Grupo Spectus.

### Seminario Pantallas Sanas

En 2006, resultado del trabajo de profundización y debate durante el curso, editamos las ponencias del **Seminario Pantallas Sanas**, donde especialistas en medios de comunicación y nuevas tecnologías compartieron sus conocimientos y diálogo en un foro donde la educación para la salud con las TIC fue protagonista junto a educadores, sociosanitarios, educomunicadores, padres y madres, con el ánimo de dar luz y destrezas para esta particular convivencia en la vida cotidiana. Televisión, publicidad, Internet, videojuegos y dispositivos móviles desfilaron una vez al mes por la Sala Amparo Poch de Zaragoza para unir reflexión y debate, todo gracias a Gonzalo Musitu, Vicente Verdú y Carmen Marta —de quienes presentamos sendos libros—, así como otros expertos: Carlos Gurpegui, José Antonio Gabelas, José María Mendoza, Grupo Spectus, Álex Dantart, Marisa Aísa, Francisco Javier Millán y Juan Carlos Garza, periodista relator de estas sesiones y del grupo de discusión que realizamos.



### Guía Multimedia Pantallas Sanas

También en 2006, escenarios de persuasión y socialización como la publicidad y la televisión quedaban pendientes de abordaje, así como la integración curricular de videojuegos, Internet y dispositivos móviles, actitudes y comportamientos más adecuados sobre los aspectos más relevantes de salud pública abordados desde una publicación, un DVD y un CDrom, conformando un nuevo recurso para la ESO: la **Guía Multimedia Pantallas Sanas**, coordinada por José Antonio García Serrano e Isidro Moreno. Ya entonces pretendimos ofrecer una introducción a los aspectos más relevantes de cada una de las pantallas y dar orientaciones didácticas con actividades que facilitarían la reflexión sobre los medios entre jóvenes y adolescentes. En ella reunimos documentos audiovisuales como apoyo en el estudio de los medios, el análisis del uso que hacemos de las distintas pantallas, así como de los mensajes que recibimos. Todo acompañado de informes y documentación, además de fichas y formularios que facilitan la realización de las actividades propuestas.

# Guía Multimedia Pantallas Sanas



JOSÉ ANTONIO GARCÍA SERRANO  
ISIDRO MORENO HERRERO



## Consumos y mediaciones de familias y pantallas

Nuevos modelos y propuestas de convivencia

José Antonio Gabelas Barroso  
Carmen Marta Lazo



CONSEJOS PRÁCTICOS 2.0 DESDE LA EDUCACIÓN PARA LA SALUD

## NUEVAS TECNOLOGÍAS en familia

Con prólogos de Lola Abelló y Agustín García Matilla



## Consumos y mediaciones de familias y pantallas

En 2008 Pantallas Sanas editó **Consumos y mediaciones de familias y pantallas. Nuevos modelos y propuestas de convivencia**, realizado por los educadores aragoneses José Antonio Gabelas y Carmen Marta-Lazo, resultado de su estudio de investigación en el marco formativo de la FAPAR para las AMPAS de todo Aragón, recabando datos y reflexiones sobre cómo establecer desde el entorno familiar modelos y propuestas de convivencia con las pantallas. Sin duda, *“un asunto clave en la educación actual: cuál es el papel de las madres y los padres en los procesos de comunicación de los niños y de los jóvenes con las múltiples pantallas ordenadores, videojuegos, móviles, televisión, cine, etc. Este trabajo muestra una preocupación real de los padres más implicados en la educación de los hijos”*, subrayaba en su presentación el experto Agustín García Matilla.

# Seminario Pantallas Sanas



TIC, salud y vida cotidiana



GOBIERNO  
DE ARAGON

## Nuevas tecnologías en familia

Poco más tarde, en 2010, firmado por Carlos Gurpegui y Eva Pallarés reeditamos la guía para padres y madres **Nuevas tecnologías en familia. Consejos prácticos 2.0 desde la educación para la salud**, a favor del acompañamiento, diálogo y actitud crítica, la negociación de límites e invitación a valores, el control de riesgos y descubrimiento de ventajas, con decálogos de buenos hábitos (protocolos) y de buenas prácticas (convivencia). La guía hace especial hincapié en normas de uso de las redes sociales por parte de los adolescentes. Su finalidad es dar pautas a las familias para educar en el uso de nuevas tecnologías a sus hijos. Su elaboración fue contrastada con las recomendaciones que se estaban elaborando en España y a nivel internacional sobre el uso seguro y saludable de Internet por parte de la infancia y adolescencia: *“Bien utilizadas y conocidos sus riesgos, las tecnologías no son sólo un medio de alfabetización, sino también de desarrollo de habilidades y crecimiento personal, que pueden ayudar en el estímulo de la creatividad, la innovación y la autoestima si se saben seleccionar y dosificar, integrando conocimiento y entretenimiento”*.





III CONGRESO INTERNACIONAL  
EDUCACIÓN MEDIÁTICA  
Y COMPETENCIA DIGITAL



[www.pantallasanas.com](http://www.pantallasanas.com)  
[eps.aragon.es](http://eps.aragon.es)  
[www.facebook.com/pantallasanas](https://www.facebook.com/pantallasanas)  
@pantallasanas @cineysalud  
@saresaragon @gobierno\_aragon