



## **PREVENCIÓN DEL ABUSO Y MAL USO DE LAS PANTALLAS EN LAS FAMILIAS DEL DISTRITO TORRERO-LA PAZ**

Este proyecto consiste en la realización de CHARLAS PARA PREVENIR EL ABUSO Y MAL USO DE LAS PANTALLAS, así como una CAMPAÑA DE SENSIBILIZACIÓN con apoyo de cartelería, redes web y folletos informativos.

Es un proyecto dirigido a la población de todo el Distrito, pero centrado en las familias con menores y adolescentes.

Desde la Asociación Vecinal La Paz es indispensable realizar acciones que contribuyan a prevenir la adicción a las pantallas y los riesgos asociados a su uso a edad temprana, además de fomentar el tiempo libre de calidad.

La edad a la que los adolescentes y jóvenes utilizan internet y comienzan a tener móvil propio se adelanta año tras año, según el Instituto Nacional de Estadística. Con 10 años, el 86,7% tiene ya su primer dispositivo, y este porcentaje asciende al 98% a los 15 años.

El 89,7% de los menores tiene ordenador, y aumentan los datos con la conexión a internet (el 92,9%). El 87,7% se conecta al menos una vez a la semana, el 77,6% diariamente y el 74,9% varias veces al día.

Según los datos, solo un 32% de los adolescentes haría un uso adecuado de internet, mientras que el 31,5% mostraría ya señales de riesgo. Un 23,3% mantendría una conducta de uso abusiva y un 13,2% mostraría una clara dependencia comportamental en el uso de la red.

*(Datos obtenidos del informe realizado por la Universidad Camilo José Cela y el Instituto de Adicciones de Madrid Salud Uso y abuso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación por adolescentes)*

Los y las jóvenes usan sus aparatos mayormente para escuchar música, usar redes sociales, buscar alguna información y jugar en línea. Este último rango supone una gran fuente de adicción para las y los menores porque cada vez que ganan, suben de nivel u obtienen un triunfo el cerebro recibe dopamina, provocando un sentimiento de gozo y satisfacción inmediatos, y de ahí que se desarrolle la adicción.

La llegada de Internet a los hogares ha supuesto también un gran impulso para la visibilidad e influencia social de la pornografía, cambiando por completo la accesibilidad y la naturaleza del fenómeno (Barba y Montes, 2007). A golpe de clic se puede acceder a la pornografía en cualquier momento y desde cualquier lugar, a merced de cualquier usuario de cualquier edad.

Desde hace tiempo existe una preocupación social en las Asociaciones vecinales con respecto al abuso de las pantallas y los riesgos y problemas que están generando, sobre todo en la infancia y juventud.

Los niños y niñas nacen ahora con móviles y tablets habituales en su entorno, son elementos cotidianos y normalizados por ellos. Las personas adultas que los rodean deben educar en el buen uso de los dispositivos ya que pueden acarrear consecuencias perjudiciales y graves problemas de adicción.

La dificultad que presenta en la actualidad este fenómeno pone de manifiesto la necesidad de promover e impulsar medidas que permitan hacer frente a esta problemática. Es imprescindible dar visibilidad al problema y ponerlo en la agenda de las entidades y de los recursos y foros relacionados o que trabajan en temas de salud, así como de las asociaciones vecinales para su traslado a los territorios a través del trabajo comunitario.

En este proyecto se hace hincapié en la población infantil y joven del distrito, como colectivos más vulnerables, lo que no quiere decir que no existan en otras franjas de edad u otros colectivos los factores de riesgo, pero considerando prioritaria en materia de prevención las acciones dirigidas a la infancia, adolescencia y juventud.

---

La finalidad de este proyecto es trabajar la prevención del uso conflictivo de las pantallas, que merman la buena convivencia de las familias y el desarrollo saludable de los menores

---

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo General**

Contribuir a mejorar el bienestar y la salud comunitaria del distrito de Torrero a través de la prevención del mal uso y abuso de las pantallas, así como los riesgos asociados a su utilización a edades tempranas, dándoles visibilidad como problemas de salud comunitaria.

### **Objetivos Específicos**

1. Visibilizar el uso inadecuado y conflictivo de las pantallas en las familias.
2. Sensibilizar sobre los problemas y riesgos asociados a usos inadecuados de las pantallas por los menores, como son la adicción al juego y el acceso a la pornografía.
3. Ofrecer información y herramientas para ayudar a poner límites y normas beneficiosas para realizar un buen uso de las pantallas en las familias.
4. Fomentar el ocio y tiempo libre de calidad

## ACTIVIDADES

### Charlas para prevenir el abuso y mal uso de las pantallas.

Se prevé dar un total de 8 charlas - taller, distribuidas en los centros públicos educativos del distrito, en la Junta Municipal y en la Asociación Vecinal La Paz.

- IES José Manuel Blecua (Calle de la Cuarta Avenida 13, 50007, Zaragoza)
- CEIP Domingo Miral (Calle Mesones de Isuela, 7, 50007, Zaragoza)
- CEIP Luis Vives (Calle Jenaro Checa, 25, 50007, Zaragoza)
- CEIP Ramón Sainz de Varanda (Calle Nuestra Señora de la Oliva, 3, 50007, Zaragoza)
- CEIP María Zambrano (Avenida de la Policía Local, 50021, Zaragoza)
- CPI Colegio Público Integrado Parque Venecia (Avda. Policía local s/n. C.P. 50021, Zaragoza)
- Asociación Vecinal La Paz (Calle Oviedo 181, 50007, Zaragoza)
- Centro Cívico de Torrero (C/ Monzón, 3, 50007 Zaragoza)

Cada charla - taller tendrá una duración de 1 horas.

Las 6 charlas - talleres ofertadas en los centros educativos, están dirigidas a las familias y al profesorado. Las 2 charlas realizadas tanto en la Asociación Vecinal como en la Junta Municipal están abiertas a todo el distrito.

Realización de una **campaña de sensibilización** a través del diseño de carteles y un folleto para familias, colocados y repartidos en todos los recursos del distrito (Centros de Salud, Farmacias, Colegios, Institutos, Centros Cívicos, Asociaciones, Junta de Distrito...), además de las web y redes sociales de las Asociación Vecinal de la Paz y de la Federación de Asociaciones de Barrios de Zaragoza.

El material de la campaña incluirá:

- Un cartel genérico de prevención y sensibilización.
- Un folleto - guía sobre el mal uso y abuso de las pantallas para familias que incluirá:
  - o Malos usos de las pantallas
  - o Consecuencias negativas de los malos usos de las pantallas.
  - o Límites y normas para el buen uso de las pantallas.
  - o La importancia del ocio y tiempo libre.
  - o Recursos y herramientas disponibles para minimizar los riesgos ante el acceso a las pantallas.
  - o Referencias donde pedir ayuda ante usos problemáticos de las pantallas.

## **METODOLOGÍA Y CALENDARIZACIÓN**

La campaña de sensibilización se extenderá a través de las webs y recursos del distrito por medio de una campaña de prevención de la adicción a las pantallas y fomento del tiempo libre de calidad.

Los materiales se distribuirán en todos los recursos y servicios del barrio (Centro de Salud, Farmacias, Colegios, Institutos, Centros Cívicos, Asociaciones, Junta de Distrito...), además de las web y redes sociales de la asociación vecinal de la Paz y de la Federación de Barrios de asociaciones de Zaragoza.

Las charlas - talleres se ofertarán a los centros educativos a través de los medios técnicos acreditados de la FABZ (educadores y trabajadores sociales), ya que tiene experiencia en la dinamización de un proyecto de prevención de adicción al juego presencial y “on line”, en el que se establece relación con los centros educativos.

La importancia de este proyecto es que está promovido desde una asociación vecinal, arraigada en distrito y la experiencia diaria con los vecinos y las

vecinas, en las actividades que se realizan dentro de sus locales, y la colaboración con AMPAS y otros colectivos sociales. Es importante articular un movimiento vecinal plural y diverso, y capaz de hacer frente a las demandas vecinales.

Las asociaciones vecinales son espacios democráticos tanto en cuanto cada participante tiene la misma capacidad de proponer, opinar y decidir, participativos, pues permiten la incorporación, de cualquier persona interesada en los temas que se trate y solidarios, caminado hacia una sociedad más justa e igualitaria

Además, al contar con los medios técnicos de la Federación de Asociaciones de Barrios de Zaragoza se considera una prioridad actuar en el ámbito de la igualdad, educando y concienciando para una sociedad libre de discriminación en la que todas las personas, independientemente de su sexo o género, o cualquier otra circunstancia personal o social sean consideradas iguales entre sí. En esta línea, la FABZ, considera imprescindible realizar todas sus actuaciones con perspectiva de género, y para ello se usa lenguaje inclusivo en todos los materiales elaborados para su difusión.

**CRONOGRAMA**

TEMPORALIZACIÓN 2024	MESES						
	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV
Creación e impresion del material							
Difusión y colocación del material de la campaña de sensibilización							
Contacto y coordinación con los centros educativos							
Charlas							
Memoria y justificación del proyecto							

## **PRESUPUESTO**

Diseño	250 €
Imprenta	650 €
Comunicación en webs y redes	100 €
Personal (Charlas y coordinación)	1.000 €
<b>TOTAL</b>	<b>2.000 €</b>

## **EVALUACIÓN**

Se realizará un seguimiento de la campaña a través de entrevistas con los recursos del barrio, un seguimiento con diferentes formas de evaluación:

- Evaluando los puntos fuertes y débiles del material y las estrategias de la campaña.
- Examinando la ejecución de la campaña, midiendo los esfuerzos y valorando qué se ha logrado y en qué medida.
- Valorando la acogida de la campaña entre los vecinos y vecinas del distrito

## **PREVISIÓN DEL IMPACTO FAMILIAR DE LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO. INDICADORES.**

El impacto del proyecto se medirá a través de las evaluaciones realizadas con los centros educativos, entrevistando al profesorado y orientadores para tratar los indicadores de impacto a través de las siguientes preguntas:

¿Qué piensan las familias destinatarias de la campaña acerca del abuso de las pantallas?

- ¿Qué mensajes funcionan más?
- ¿Ha sido suficiente la charla y el material utilizado?
- ¿Ha sido útil para mejorar la relación de las familias con las pantallas?