

## Siete Pasos Progresivos para Proteger a los Niños de los Efectos Dañinos de los Medios de Comunicación

Por Peter DeBenedittis, Ph.D.

[www.medialiteracy.net](http://www.medialiteracy.net)

*Lo mas importante que usted puede hacer para proteger a sus niños de los mensajes dañinos de medios de comunicación que se entremetan, es tener limites fuertes y esforzarlos consistentemente. Por favor consideren estos límites. Recuerden, cada paso es un poco mas dificil. Tome aquellos cuales usted se sienta más cómodo de ejercer.*

1. Para los niños menores de tres años: Ninguna pantalla pasiva (como la televisión, los videos, las computadoras, o los juegos electrónicos). Para los niños de tres años a siete: no más de una hora de TV al día.
2. Corte su propio uso en la mitad. Pase el tiempo extra hablando o jugando con sus niños. Leyéndoles es excelente actividad.
3. Determine una zona en su hogar y cuando su familia estará sin usar los medios de comunicación, tal como la hora de la comida, durante el día, etc.
4. Mire los contenidos de los programas en los medios de comunicación que sus hijos quieren usar para asegurarse que estos representan su sistema de valores. NO PERMITA en su casa medios de comunicación que violan sus valores. Esto tiene que ser un “no es negociable” sin importar lo mucho que su niño o niña le ruegue que necesita tenerlo, verlo o usarlo.
5. Mire, Escuche, y Juegue los videos/juegos de computadora con sus niños para poder discutir los mensajes que el medio les está enviando. Trate de grabar los programas de la TV que ven juntos y salte los comerciales.
6. Quite todas las pantallas pasivas de los cuartos de dormitorios. Colóquelos en lugares comunes en su hogar para poder controlar mejor su uso.
7. Apague la televisión – ¡Permanentemente!

Visite <http://www.medialiteracy.net> para bajar **un Libro Gratis** sobre como instruir a sus hijos sobre los medios de comunicación.

Traducción: C. Delgado

