
 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2021-2022
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	23 març 2023
		9:30 11:30

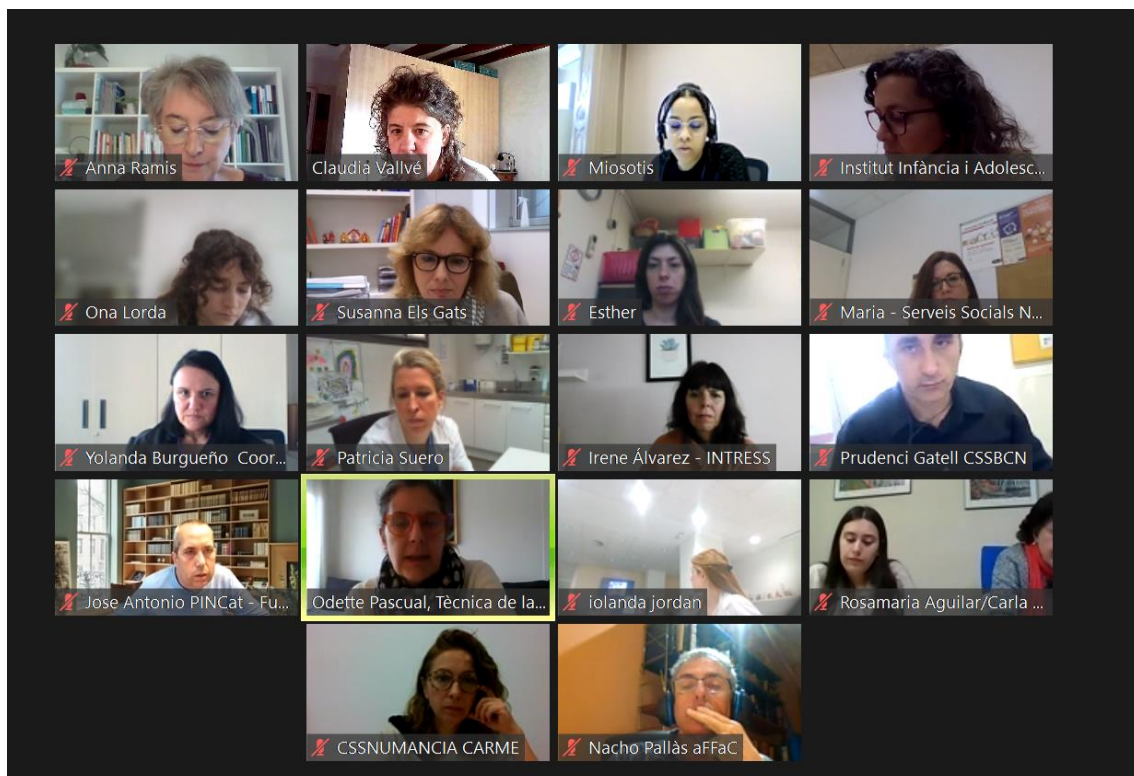
Petita infància i pantalles: riscos per la salut i mesures preventives


6a SESSIÓ DE TREBALL: ACTA DE REUNIÓ

Persones assistents	<p>Confirmats:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pilar Aldea – Sindicatura de Greuges de Barcelona 2. Ma Paz Ardiaca – Dep. Atenció Social a la Família i Infància 3. Yolanda Burgueño – Fundació Trinijove-Centre obert Neus Puig 4. Clara Garcia Blanch – Suara cooperativa-FEDAIA 5. Prudenci Gatell – Consorci Serveis Socials de Barcelona 6. Iolanda Jordan García - Col·legi de Metges de Barcelona 7. Ona Lorda Roure – Save the Children 8. Anna Montolio – Departament Promoció Infància Ajunt. Barcelona 9. Ester Morillas – Fundació FC Barcelona 10. Nacho Pallàs aFFaC 11. Jose Antonio Ruiz Montes – PINCAT-Plataforma Infància Catalunya 12. Maria Salvador – Tècnica Salut Comunitària ASPB 13. Patricia Suero – Societat Catalana Pediatria-Secció At.Primària 14. Laia Pineda Rüegg – Co-cordinadora GT Infància 15. Claudia Vallvé – Co-cordinadora GT Infància 16. Miosotis Gutierrez – Secretaria Tècnica CMBS <p>Convidats:</p> <ol style="list-style-type: none"> 17. Carla Canals – Associació de consumidors audiovisuals 18. Maria Rascón Flores – Treballadora social CSS Numància 19. Carme Pons – Educadora xarxa infància Sants 20. Ester Iniesta – Cdiap ASPACE <p>Ponents:</p> <ol style="list-style-type: none"> 21. Anna Ramis – Promotora de la campanya #de 0a3PantallesRES 22. Odette Pasqual – Tècnica direcció serveis prevenció i seguretat Aj.BCN 23. Rosa Maria Aguilar – Coordinadora PEA, associació consumidors audiovisual 24. Susanna Pugés – Llar d'infants "Els Gats" <p>S'excusa:</p>
---------------------	--

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2021-2022
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	23 març 2023
		9:30 11:30

	<p>25. Carme Calafat – Associació Benestar i Desenvolupament – ABD</p> <p>26. Roger García Rodoreda – UNICEF Comitè Catalunya</p> <p>27. Laura Martí – Federació Catalana de Voluntariat</p> <p>28. Elisabet Serra Mendoza – Fundació “La Caixa”</p> <p>29. Carme Carrera – Referent CMBS-Dep.Participació Social</p> <p>30. Gina Grifoll – Secretaria tècnica CMB</p>
Documentació aportada	<p>Presentació power point de la sessió</p> <p>Manifest infància i pantalles: https://sites.google.com/view/manifestinfanciaipantalles/inici</p> <p>Enllaç al col·loqui del col·legi de metges de la setmana pesada sobre impactes de xarxa socials i pantalles en infància i adolescència http://youtu.be/kyWAY_z5peo</p>



 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2021-2022
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	23 març 2023
		9:30 11:30

Ordre del dia:

9.30- 9.40. **Benvinguda i presentació de la sessió.** L'Informe d'Acció de Govern: La resposta a l'Informe d'Incidència del CMBS Curs 2021-2022 Laia Pineda, coordinadora del grup de treball.

9.40- 10.10 El **manifest infància 0-6 i pantalles: motivacions, procés d'elaboració i propostes.** Anna Ramis. Promotora de la campanya #de0a3PantallesRES

10.10 a 10.30 **Reflexions.** La urgència de donar una resposta als impactes nocius de la digitalització de la societat en les vides dels infants i adolescents: fem prou? Per què cal desplegar més actuacions? Com ho hem de fer?

- **Susanna Pugés Estradé:** directora de l'Escola Bressol Municipal "Els Gats", en representació de l' Institut Municipal d'Educació Ajuntament de Barcelona
- **Odette Pasqual Carreira:** tècnica de la direcció de serveis de prevenció i seguretat de l'Ajuntament de Barcelona
- **Rosa Maria Aguilar:** Coordinadora del programa d'Educació Audiovisual (PEA), de l'Associació de Consumidors Audiovisuals

10.30 a 11.10. **Dinàmica i Debat** Quines de les propostes del Manifest són més pertinents des del punt de vista de l'administració local i quines volem elevar com a grup en el nostre rol envers l'Ajuntament? Hi ha altres recomanacions que vulguem elevar per prevenir i actuar davant els efectes negatius de l'exposició a pantalles durant la infància i l'adolescència? (amb esment especial a la petita infància). Participants en la sessió

11.10 a 11.20 **Cloenda i properes passes.** Laia Pineda i Clàudia Vallvé, coordinadores del grup de treball

Desenvolupament de la reunió:


Presentació de la sessió. Laia Pineda

Aclariments previs

- Des del Departament de Participació Social ens han fet arribar la resposta a tots els grups de treball, a partir de les recomanacions que els vàrem fer l'any passat. Aquest és un tema en què ens hi aturarem a la darrera sessió del grup, on combinarem la resposta que hem rebut del curs anterior amb la selecció de recomanacions per al curs vinent.
- Cal fer una esmena en les dades de la darrera sessió de la visita al CSMIJ de Sant Andreu, que es va presentar una informació sobre les visites al codi risc suïcidi. Ens va sobtar molt, i per això vàrem fer les gestions amb l'agència de Salut Pública de Barcelona, que és qui ens havia passat les dades, i efectivament la resposta és que aquestes dades no estan bé. Tot i que ara per ara no poden fer públiques aquestes dades sense autorització, ens confirmen que els registres de noies entre 15 i 19 anys al programa codi risc suïcidi són entre 3 i 4 vegades superiors que en nois.

Introducció de la sessió i selecció de dades rellevants per al debat

Des de l'Ajuntament s'impulsa el programa Parlen els nens i nenes, on es fa una enquesta molt àmplia a nens i nenes en la que es pregunta sobre el seu benestar subjectiu amb relació a molts

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2021-2022
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	23 març 2023
		9:30 11:30

temes. En la darrera enquesta, a la tardor de 2021 es va introduir un mòdul específic sobre pantalles. El que tenim recentment, i també està publicat, és que en aquests moments:

- Gairebé la meitat dels infants de 6è de primària tenen un mòbil amb connexió a internet (abans de 6è també hi ha molts casos tot i que aquí es va preguntar a sisè de primària).
- Entre els nens i nenes que disposen de telèfon mòbil a 6è, **la meitat l'utilitza quan ja estan al llit i**
- Tot i que més de la meitat té algun límit quant el temps que el poden utilitzar, **4 de cada 10 diuen no de tenir cap límit en l'ús del telèfon mòbil.**

Altres dades que tenim són:

- La majoria fa un **ús intensiu d'internet**
- Hi ha **consciència que l'haurien d'utilitzar menys i són conscients de l'addicció** que els genera la connexió a pantalles.
- La meitat reconeix que aquest **ús està condicionat per l'estat d'ànim** (estar trist, sentir-se sol)
- L'ús de **pantalles impacta sobre el temps d'estudi**, i prop d'un 60% acaben els deures o estudien ràpidament per poder-s'hi connectar.

Per parlar d'aquests temes s'ha convidat a Anna Ramis, pedagoga, educadora i impulsora de la campanya "De 0 a 3, pantalles RES" basada en els Drets dels Infants i en la Prevenció de la Salut Infantil. Aquest manifest s'ha elaborat d'una manera molt col·laborativa i interdisciplinària, a partir d'evidències que posen sobre la taula la necessitat de prendre part des de l'Administració per afrontar els problemes que es deriven de l'ús de les pantalles durant la infància i, en especial, durant la petita infància. L'Institut d'Infància Adolescència s'ha adherit al [Manifest Infància i Pantalles](#) i qualsevol entitat que vulgui s'hi pot adherir.


El manifest infància 0-6 i pantalles: motivacions, procés d'elaboració i propostes. Anna Ramis

"La meva feina com a pedagoga ha estat formar docents i famílies. Això de tenir un peu a cada banda em va portar a adonar-me que aquest tema era molt preocupant i vaig començar a fer recerca. Vaig obtenir accés a diferents articles de revistes pediàtriques i em vaig interessar perquè em preocupa molt des del punt de vista dels drets dels infants".

L'exposició a pantalles no només és preocupant a nivell de prevenció sinó perquè qualsevol infant, tingui l'edat que tingui, té dret a tenir salut. Per tant, **és una inversió de futur, però també és un dret del present de l'infant: qualsevol criatura té dret a un desenvolupament sa.**

El curs passat vaig veure que el tema era més gran del que jo podia abastar i ens vàrem reunir 11 professionals: Vicenç Arnaiz, Liliana Arroyo, Dra Domenica Diaz, Cristina Frara, Ana Garrido, Roger Lompart, Laia Miret, Marta Portero, Ana Ramis, Carme Raya, Dra. Silvia Urraca.

Aquest equip ens vàrem reunir i vàrem generar el manifest infància i pantalles. En aquest procés

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2021-2022
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	23 març 2023
		9:30 11:30

es va fer un treball conjunt, totalment voluntari, després de la jornada laboral. Durant aquest treball, ens vàrem adonar que **no volíem adreçar aquest manifest a les famílies** perquè és el lloc comú en qui anem a pensar, i **vàrem decidir adreçar el manifest a les institucions, entitats, instituts i món públic, amb responsabilitat a la primera infància**: salut, cultura, lleure, amb l'objectiu de conscienciar la necessitat de preservar a la primera infància.

En general, creiem que **hi ha un gran desconeixement a la societat dels efectes contraproductius que tenen els dispositius digitals sobre la infància** (en sentit ampli, incloent-hi dispositius com Alexa i tots els dispositius digitals que tenim a casa). Ho veiem una mica com les campanyes de fumar: vàrem passar anys sense saber la incidència que tenia el tabac a la salut, després es va anar fent campanyes, però fins fa pocs anys no es va iniciar aquesta consciència col·lectiva de retirar les imatges de fumar dels espais públics.


Estem lluitant contra un conglomerat molt gran, que és **tota la indústria digital, amb una capacitat de crear addiccions enorme**, i a més amb uns conceptes socials que no ens ajuden: un d'aquests conceptes és el de nadius digitals. **És un concepte equívoc, que porta a la imatge que els nens i nenes neixen amb un cervell diferent**, i en realitat aquest concepte deixa nens i nenes orfes digitals perquè pares, mares, avis els deixen sols davant aquests dispositius i fa que hi hagi aquests efectes contraproductius. Tot això ja està recollit a [l'Observació 25 del Comitè de Drets de l'Infant \(CDI\)](#), però encara **hi trobem a faltar evidències sobre els impactes de les pantalles en la petita infància**.

Tot el que hi ha al Manifest Infància i Pantalles està avalat per evidència científica:

- **Hi ha efectes sobre el desenvolupament cerebral**: la majoria de la societat desconeix que un infant, des que neix, triplica el seu cervell.
- **Efectes en la salut i desenvolupament físic**: També hi ha efectes en trastorns musculoesquelètics, problemes de trastorn del son, p. ex. en el cas de les famílies que fan col·lit i a l'habitació hi ha una pantalla, o efectes en la vista (l'exposició a pantalles en els primers anys afecta el desenvolupament del nervi òptic).
- **Efectes en la salut emocional**: ens preocupen les pantalles en mans dels infants, però sobretot les pantalles en mans dels adults perquè es tradueix en no dedicar temps, mirada, atenció i afecte a la cura dels infants el temps que estem capturats per pantalles, això incideix en el vincle entre adults i infants.

En síntesi:

- Les imatges audiovisuals tenen canvis molt ràpids i els nens s'acostumen a aquesta velocitat. El cervell demana canvis o estímuls molt ràpids en la seva vida i es fan **criatures intolerants al ritme de la realitat**.
- La gratificació per interacció: quan més interacció amb les pantalles el cervell entén que el que passa amb la pantalla és perquè tu ho has provocat i això produeix una descàrrega de plaer, i quan això no passa es canvia de pantalla. Això fa que el nen i nenes, que tenen el lòbul prefrontal en desenvolupament, tinguin **problemes per aprendre a gestionar l'autocontrol, la gestió del temps, etc.**
- A nivell físic afecta en major **sedentarisme**, perquè el mateix ús de pantalles sol ser sedentari, amb el consegüent increment de l'obesitat **infantil**, o a nivell de **desenvolupament físic per cost d'oportunitat**: quan una criatura mira una pantalla, està deixant de fer altres coses.

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2021-2022
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	23 març 2023
		9:30 11:30

- A nivell emocional, perquè quan els nens i nenes estan mirant pantalles hi ha **menys interacció amb les persones i l'entorn, s'empobreix el desenvolupament del llenguatge, hi ha menys aprenentatge relacional i emocional**. Per exemple, quan m' enfado i em posen una pantalla no gestiono aquest enfadament i no aprenc a gestionar-ho. I la variable del vincle de pares mares amb nadons petits, que estan alletant i al mateix temps mirant una pantalla, i això fa que es debiliti aquest vincle tant important.
- Amb relació a les **malalties mentals** no hi ha cap línia que connecti perquè no tenim evidència de què hi hagi relació, però qualsevol dels impactes que hem esmentat a nivell d'entorn afectarà la salut mental de l'infant.

A partir d'aquí, el manifest planteja 7 propostes d'actuació:

1. **Potenciar la recerca en el nostre país i el context proper**, perquè hi ha molta recerca a EEUU o Canadà, però poca recerca al nostre país sobre l'ús de pantalles i els efectes nocius a llarg termini d'aquest ús.

És una proposta adreçada a universitats, centres d'investigació, agències...

2. **Deixar de normalitzar l'ús de pantalles abans dels 3 anys**. Igual que va ser comú deixar de veure persones fumant a la publicitat o les pel·lícules, que ens alarmi el mateix amb imatges d'infants davant de pantalles. Això implica també promoure una major conscienciació social, per exemple, als Ajuntaments que al mateix temps que encarreguen xerrades sobre aquest tema, instal·la pantalles a les aules d'educació infantil.


Aquesta crida va a les institucions, però també a les empreses de publicitat o entitats que regulen la publicitat audiovisual – p.ex. imatges en què el moment feliç de les famílies és davant una pantalla.

3. **Millorar la regulació i la classificació dels continguts audiovisuals**. Hi ha un codi que informa l'adequació del contingut a les diferents edats (codi PEGI) però aquest codi el posen els mateixos fabricants de jocs, però això hauria de ser un control d'una institució externa.

Aquesta proposta va adreçada a les empreses i creadors de continguts.

4. **Sensibilitzar la societat sobre les necessitats dels primers anys de vida i de com satisfer-les perquè els petits puguin créixer sans**. Amb això es planteja promoure campanyes de sensibilització sobre les necessitats de joc i atenció a la infància i com és d'incompatible això amb l'ús i consum de pantalles.

Un exemple bo en aquesta línia és una [campanya de l'Ajuntament de Santa Coloma de Gramenet](#), que ha fet uns cartells i un vídeo per prevenir la sobreexposició a pantalles en la infància. Però el millor d'aquesta campanya és que fa un any que s'hi treballa a diverses regidories, i que abans de llençar la campanya s'ha fet formació a l'ajuntament, escoles bressol, serveis de petita infància, CSMIJ, CDIAP, serveis socials, OME... És a dir, que tots els professionals que atenen famílies 0-3 han tingut una formació sensibilitzadora, i aquesta campanya cau en un "terra abonada" que pugui arrelar.

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2021-2022
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	23 març 2023
		9:30 11:30

5. **Orientar i acompanyar les famílies perquè la convivència amb els dispositius digitals sigui respectuosa amb les necessitats dels infants.** Per tant ens adreçem a les famílies des dels professionals que treballem amb elles com poden ser les llevadores, que tenen una incidència molt gran en un moment molt sensible dels pares i mares primerencs. Però aquesta acció també implica a les administracions, institucions, professionals...


I al mateix temps que diem que no a les pantalles, hem d'ajudar-les a dir que si a altres coses. Per exemple, al costat de la brossa dir no llencis cap capsca amb la qual abans no hagi jugat un infant. O per exemple, als patis de les escoles, es poden fer tipis amb les branques, o quan hi ha la fullaraca no es recullen les fulles, o posar avisos als parcs dient que no hi ha wifi perquè hi ha infants jugant. És a dir posar-ho fàcil a les famílies. Arribar-hi amb propostes, no amb culpabilització.

6. **Promoure polítiques de conciliació.** Les famílies més pobres són les que fan servir més pantalles perquè tenen menys espais i menys temps per gaudir del temps amb els seus fills i filles. Per tant, es fa una crida a tots els representants polítics i empreses per facilitar la conciliació familiar i fer possible que les famílies disposin de temps per estar amb els seus fills i filles.
7. **Regulació a les empreses tecnològiques per limitar la recollida d'informació de dades dels infants amb finalitats comercials.** Qualsevol app que li deixem al nostre fill, qualsevol nen que passa temps en una plataforma digital, recull dades sobre l'infant. Hi ha informació sobre els ciutadans des del moment que neixen que es recull sense cap regulació i caldria regular els drets digitals dels infants d'ençà que neixen.

En definitiva, s'ha de protegir a la infància per fer un ús conscient de les pantalles i tenir consciència que el ritme a què progressa l'oferta de pantalles és molt gran i el ritme a què progressa la reflexió és més lent i el ritme a què progressa el control és encara més petit.

Resum d'idees clau:

- L'exposició a pantalles és una preocupació no només pel que fa a la prevenció, sinó també pel dret de tot infant a tenir salut i desenvolupament sa.
- El Manifest Infància i Pantalles està adreçat a les institucions, entitats, instituts i món públic amb responsabilitat amb la primera infància.
- El Manifest està avalat per evidència científica i recull els efectes negatius sobre el desenvolupament cerebral, la salut física i emocional de l'exposició a les pantalles en els primers anys de la infància (0-6 anys)
 - Les imatges audiovisuals es mouen molt de pressa i els nens s'hi acostumen, el que els fa criatures intolerants al ritme de la realitat fora de les pantalles.
 - La interacció amb les pantalles produeix gratificació i plaer, però també dificulta el desenvolupament de l'autocontrol i la gestió del temps.
 - L'ús excessiu de les pantalles pot afectar físicament els nens, fent-los sedentaris o propensos a l'obesitat, i també pot limitar les seves oportunitats de desenvolupament físic.
 - A nivell emocional, l'ús excessiu de les pantalles pot limitar la interacció social i emocional, empobrint el desenvolupament del llenguatge i les habilitats relacionals.

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2021-2022
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	23 març 2023
		9:30 11:30

- No hi ha evidència directa que l'ús excessiu de les pantalles provoqui malalties mentals, però pot afectar la salut mental indirectament.
- A partir d'aquí, es plantegen 7 propostes concretes per abordar aquests problemes.
 1. Potenciar la recerca sobre l'ús de pantalles i els seus efectes a llarg termini.
 2. Deixar de normalitzar l'ús de pantalles abans dels 3 anys i promoure la consciència social.
 3. Millorar la regulació i classificació dels continguts audiovisuals.
 4. Sensibilitzar la societat sobre les necessitats de joc i atenció a la infància i la incompatibilitat amb l'ús excessiu de pantalles.
 5. Promoure el joc lliure i la natura com a alternatives saludables.
 6. Formar als professionals que atenen les famílies amb infants per a una intervenció adequada.
 7. Empoderar les famílies per a un ús responsable i saludable de les pantalles.

Reflexions: la urgència de donar una resposta als impactes nocius de la digitalització de la societat en les vides dels infants i adolescents: fem prou? Per què cal desplegar més actuacions? Com ho hem de fer?

Susanna Pugés Estradé. Directora de l'Escola Bressol Municipal Els Gats", en representació de l'Institut Municipal d'Educació de l'Ajuntament de Barcelona


El tema de l'abús de les pantalles va sorgir a la xarxa de petita infància de Sants perquè ens trobàvem que els infants són cada cop més dependents de les pantalles: no mengen sense pantalles, no saben gestionar la frustració sense un mòbil al davant, etc. **S'ha d'incidir en els efectes en el cervell dels infants i en l'efecte que això provoca.**

Per donar resposta a aquesta situació, vàrem buscar ajuda per formar-nos com a professionals i saber com acompanyar a les famílies.

També vàrem decidir que això es produïa per un motiu, i segurament era perquè les famílies no tenien estratègies o habilitats per poder acompanyar. I vam decidir fer unes xerrades parlant dels efectes de la pantalla però també oferint alternatives i parlant de necessitats.

Per poder acompanyar a un infant, hem de saber què necessiten. No es tracta que un infant estigui assegut mirant una pantalla sinó que li toca moure's, explorar, etc. i cal conèixer les necessitats dels infants. No perquè falti informació sinó perquè **les famílies estan desbordades d'informació**. I els serveis d'educació podem acompanyar i orientar a les famílies: no jutjar però sí donar alternatives i estratègies.

Ens trobem que les famílies diuen a l'escola "19 infants mengen junts sense cap pantalla i a casa és impossible!". És així perquè el menjar a l'escola és un subjecte actiu, menjar és una situació social. **Volem transmetre una imatge capacitadora, que les famílies confiïn en les seves capacitats per acompanyar als infants.** Perquè rebem molts imputs del que fem malament, i acompanyem a les famílies explicant que l'infant és capaç d'adormir-se sense una pantalla o dinar sense una pantalla, amb l'acompanyament adequat. Quan hi ha un acompanyament amb un referent, l'infant és capaç de desenvolupar-se, no necessita cridar l'atenció.

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2021-2022
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	23 març 2023
		9:30 11:30

També parlem del **dret a avorrir-se, a no tenir res a fer, perquè llavors es desenvolupa la creativitat**. No cal que l'infant tingui sempre alguna cosa a fer. P. ex. des del CDIAP vàrem fer una xerrada sobre això, i una família reclamava que havíem deixat de tenir joguines perquè els nens es distraguessin mentre esperava la consulta. I això, la família també es podia anticipar, portar colors i papers en lloc de donar el mòbil. Sobretot, que ells no tinguin la sensació que se'ls dona el mòbil perquè molesten. No molesten, es mouen perquè és normal. I buscar estratègies per demostrar que són capaços de menjar, dormir, i del fet que poden acompanyar una rebequeria (no cal sufocar-la amb una pantalla).

Al final **és una inversió perquè si no creem infants dependents**, addictes a les pantalles, infants d'1 any que ploren quan els treus una pantalla i pot estar mitja hora plorant. Ho veiem cada dia a l'escola.

Com a serveis d'infància el que hem de fer és acompanyar, donar estratègies i capacitar a les famílies. Tots sabem fer les coses, si ens vinculem i tenim present a l'Infant i les seves necessitats, tot acaba fluint d'una altra manera.

○ **Reflexió Anna Ramis a la intervenció de la Susanna Pugés:**

Un infant que sembla que està tranquil i que sembla que té focalitzada l'atenció quan està mirant una pantalla, és mentida: té l'atenció segrestada i no es belluga. Per tant, li manquen dos drets: l'atenció de l'adult i el moviment. Quan li traiem la pantalla s'enfada i com ha estat mancat d'atenció i moviment (dues necessitats vitals) ens reclamarà les dues coses. Com a resultat, sembla que està quiet i interessat i són dues falsedats.

Odette Pasqual Carreira. Tècnica de la Direcció de Serveis de Prevenció i Seguretat de l'Ajuntament de Barcelona

Estem parlant de nens. Jo treballo a partir de l'adolescència i, per tant, la meua visió és del que passa a partir d'aquesta edat.


Aquesta revolució digital ha estat un avanç tecnològic important però és un risc brutal, molt basada en la vulnerabilitat de l'ésser humà, nens i adolescents i en uns interessos d'aquestes plataformes. Facebook no és gratuït. Té un objectiu: que consumeixis. Tu ets un producte (referència al documental "[El dilema de las redes sociales](#)").

Ara ens trobem amb TikTok com a font de captació de menors, que publiquen situacions de manca d'afecte o vulnerabilitat socioeconòmica, i hi ha persones que s'hi atansen per oferir-los treball sexual. Té tot un costat tan fosc que fa por. I aquest costat comporta moltes problemàtiques: addiccions, l'addició a les pantalles és tremenda....

(dades FRESC) **Els nois de Barcelona de secundària passen una mitja de 4 hores davant les pantalles fora de l'horari lectiu**. On està l'esport?. On està la relació humana? I aquest ús de la pantalla ve pel mòbil. És presumptament una finestra oberta al món. Però ho és si fas un bon ús, si no, és una pantalla oberta a molts perills i amenaces.

Els nois depenen d'una aprovació social, d'una comunitat invisible d'amics que els va donant likes. Això és molt fort perquè s'està rebaixant l'autoestima d'una manera brutal, perquè si tu no reps likes, el teu cervell, que encara està en formació, diu "jo no agrado", i això comporta depressió, intents de suïcidi, cosificació en les noies, es demanen cirurgies plàstiques en edats cada cop més primerenques...

Una altra dada: la ludopatia (dades FRESC): **en el darrer any, el 12,6% dels nois, en els darrers 12 mesos abans de l'enquesta, en una mitjana de 14 anys, han jugat on line**. És a dir, que el joc

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2021-2022
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	23 març 2023
		9:30 11:30

problemàtic és gairebé del 6% en nois tant on line com presencialment. I això anirà *in crescendo* amb l'edat. Un tema com era la ludopatia, que abans de les pantalles, en gent molt jove era pràcticament inexistent, comença a ser molt greu.

Una altra dada molt important, del 2017, d'abans de la pandèmia, d'una enquesta escolar a tota Catalunya (ECESC): **un 40% dels adolescents, abans de la pandèmia ja patia assetjament per les xarxes socials**. La majoria era contingut sexual vers a noies, insults, fent el buit (no donant likes, fent un grup sense incloure a un o més companys...) davant una comunitat invisible i enorme, amenaces per fer coses que no volien fer. No tenim una enquesta recent¹, però la previsió és que aquestes dades s'hauran multiplicat exponencialment.

Des de l'Ajuntament de Barcelona s'han intentat crear línies de treball per anticipar-nos al que ja és un problema, que és aquesta amenaça de la tecnologia mal compresa. No es tracta de demonitzar-la. És una arma de doble fil en una població molt vulnerable com són infants i adolescents.

Podria ser molt interessant **crear un grup de treball seriós per fer un decàleg o un full de ruta per anticipar-nos a aquesta situació d'amenaça o problema real, i quins mitjans es podrien utilitzar i quines estratègies es poden desenvolupar**. Hi ha protocols, hi ha xerrades informatives, però tot això, amb aquestes xifres que estem veient, no està funcionant. Potser caldria posar negre sobre blanc un programa d'acció en l'àmbit municipal, perquè la ciutat de Barcelona pugui tenir un cos on poder aferrar-se per fer un full de ruta.

- **Reflexió Laia Pineda, IIAB:** És important veure què passa en la infància i l'adolescència, com a resultat d'anys d'exposició i de totes les estratègies darrere els dispositius que no són innòcues i que tenen un objectiu molt clar darrere del mercat.

Rosa Maria Aguilar i Carla Canals. Coordinadores del programa d'Educació Audiovisual (PEA), de l'Associació de Consumidors audiovisuals

Com a associació estem adherits al Manifest Infància i Pantalles. Nosaltres **treballem per protegir a totes les persones consumidores, però sobretot als menors d'edat, de les pantalles**.


Creiem que s'ha de treballar des de les escoles amb un **sistema triangular** que passi per professors, famílies i alumnes. Hem fet un projecte preventiu a l'escola infantil per donar eines a les famílies i als mestres.

Amb la gent jove ja ens trobem el foc, i **hem de començar a prevenir des de la petita infància** i donar aquestes eines: p. ex. quan vas al metge t'emportes una motxilla i materials perquè el nen/a jugui. Coses fàcils, perquè hem de treballar com a institucions, però també volem començar des de baix, per fer aquests plans amb eines fàcils perquè els pares tinguin recursos.

Creiem que **és molt necessari donar les eines** perquè els pares puguin escollir quins continguts són adequats als gustos.

Com a associació també treballem els continguts audiovisuals. Com per exemple l'efecte de la pantalla passiva, o els likes, la pressió que això genera, els videojocs. A la pantalla passiva no hi

¹ La darrera enquesta ECESC és del 2022 (5ª edició), però encara no se n'han publicat els resultats. Hem localitzat, només aquesta notícia, <https://agora.xtec.cat/ins-mila-bcn/general/enquesta-de-convivencia-escolar-i-seguretat-a-catalunya/>

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2021-2022
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	23 març 2023
		9:30 11:30

ha aquest activament, però no és el mateix veure un dibuix animat on hi ha agressió o violència sexual que quan hi ha altres valors d'amistat, colors dolços, etc. A l'associació hi ha una plana web donant informació (<https://contraste.info/>).

Resum d'idees clau:

Pantalles i petita infància:


- Els infants són cada cop més dependents de les pantalles i s'ha d'incidir en els efectes en el cervell dels infants i en l'efecte que això provoca.
- És important oferir alternatives i estratègies perquè les famílies puguin acompanyar als infants en l'ús de les pantalles.
- Les famílies estan desbordades d'informació i els serveis d'educació poden acompanyar i orientar-les donant alternatives i estratègies.
- És important transmetre una imatge capacitadora a les famílies perquè confiïn en les seves capacitats per acompanyar als infants, i així crear infants no dependents ni addictes a les pantalles.
- Un infant que sembla que estigui tranquil i que estigui focalitzat en una pantalla té l'atenció segrestada i no es belluga, per tant, li manquen dos drets: l'atenció de l'adult i el moviment (ens pot generar una falsa percepció de capacitat d'atenció)

Efectes en l'adolescència de l'exposició a les pantalles:

- La revolució digital és un avanç tecnològic important, però també comporta riscos per a la vulnerabilitat dels nens i adolescents.
- Les xarxes socials, com Facebook, no són gratuïtes i tenen l'objectiu que els usuaris consumeixin. Els nens i adolescents són un producte per a aquestes plataformes.
- L'addicció a les pantalles és un problema greu:
 - Els nens depenen de l'aprovació social i de les interaccions a les xarxes socials, el que pot comportar una baixa autoestima, depressió, intents de suïcidi, cosificació en les noies i una tendència a demanar cirurgies plàstiques en edats cada cop més primerenques.
 - La ludopatia és un problema greu que afecta un percentatge significatiu de nois menors de 14 anys. El problema en aquestes edats era inexistent fa uns anys
 - El 40% dels nens ja patien assetjament per les xarxes socials abans de la pandèmia
- S'han intentat crear línies de treball per anticipar-se a aquesta amenaça tecnològica, però no estan funcionant. És necessari crear un grup de treball seriós per establir un decàleg o full de ruta per anticipar-nos a aquesta situació i desenvolupar estratègies per als nens i adolescents.

Vigilància dels continguts

- Cal treballar amb un sistema triangular que involucri professors, famílies i alumnes des de les escoles.
- Amb els adolescents estem veient les conseqüències de la sobreexposició a pantalles, i això anirà a més. Per això és vital començar a prevenir des de la petita infància
- És necessari donar eines als pares i mares per triar els continguts adequats als seus fills.
- I cal treballar amb la indústria i els generadors de continguts, analitzant els continguts audiovisuals i fomentar un consum audiovisual saludable.

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2021-2022
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	23 març 2023
		9:30 11:30

Dinàmica i debat:

S'inicia el debat entorn de les següents preguntes:

- Quines de les propostes del Manifest són més pertinents des del punt de vista de l'administració local i quines volem elevar com a grup en el nostre rol envers l'Ajuntament?
- Hi ha altres recomanacions que vulguem elevar per prevenir i actuar davant els efectes negatius de l'exposició a pantalles durant la infància i l'adolescència? (amb esment especial a la petita infància).

Anna Ramis. Campanya #de 0 a 3 Pantalles RES

S'ha d'arribar a través de les escoles, però cal activar tot el que no són escoles. Les escoles bressol estan sensibles, i segurament la majoria dels docents d'educació infantil en són conscients també. I, per tant, tota la gent de l'àmbit sanitari que prengui cartes en l'àmbit de primària per no esperar que hi hagi ingressos a nivell de psiquiatria. Segur que hi ha protocols de com s'alimenten els nens i nenes, i caldría també afegir protocols sobre com utilitzar les pantalles (per exemple evitar canviar el bolquer amb la pantalla perquè no es toqui i no s'embruti).

Iolanda Jordan, Col·legi de Metges de Barcelona

És un tema molt de família escola, però també molt de societat. Hi ha nens petits que no fan un ús correcte de les pantalles. I quan es fan més grans, si tenen alternatives, fan esports, fan altres coses. Per tant, és una cosa que implica a tothom, és una cosa d'equilibri, les pantalles estan i fins i tot estan recollides com un dret, però ha d'estar acompanyades. I potser hem de tornar a recuperar el sentit comú i potser hem d'ajudar als pares a donar alternatives.

Irene Álvarez, INTRESS


A la universitat, en els darrers anys ens trobem moltes dificultats dels alumnes per superar un examen escrit, i una de les hipòtesis és que s'ha perdut el costum de prendre apunts a mà. O ho fan en ordinadors o graven. Tot ha canviat, però el tema de prendre apunts a mà activa unes àrees del cervell que si no es fa no s'activen i, per tant, no es desenvolupen. En un examen obert a classe no es pot corregir perquè no hi ha estructura. Treballs, sí, però amb una pressió d'una hora i mitja no es pot corregir perquè no hi ha cap estructura. No escriuen a mà i això té conseqüències importants.

Patricia Suero, Societat Catalana Pediatria-Secció At.Primària

La educación es clave. Yo en primaria creo que hay que incidir mucho en las revisiones de niño sano, igual que incidimos en alimentación saludable o salud mental, también hay que incidir en el uso de las pantallas.

Las familias han de saber reconocer cuales son las necesidades de los niños. Han de reconocer que un niño se ha de mover, llora, tiene rabietas. Y han de saber gestionar esas situaciones, y el recurso más fácil es ofrecer el móvil.

Para eso hay que desarrollar unes campanyes formatives para los pediatras para que puedan transmitir a las familias cuales son las directrices y las recomendaciones.

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2021-2022
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	23 març 2023
		9:30 11:30

Muy interesante la campaña de Santa Coloma de Gramenet. Ver los carteles en el metro, en los autobuses, en todos lados, para que llamen la atención. Para que se empiecen a interesar en el tema. Porque no tiene que llegar solo desde la educación y el centro de salud, pero también desde el resto de la sociedad.

Se intenta hacer una labor desde primaria pero es muy complicado porque no tenemos tanto tiempo. Y aunque insistas, sales a la sala de espera y ves a las familias con el móvil. Y les dice que no pasa nada si los niños/as se mueven.

También hay que contrarrestar la idea que con las pantallas se aprende mucho: los números, los colores, inglés... El supuesto beneficio que les ofrecen las pantallas es mucho menor que el peligro que pueden tener y hay que trabajar e insistir desde todas partes, y dar mucha formación a todos los profesionales que están en contacto con los niños.

Maria Rascón, Treballadora social CSS Numància

Jo voldria remarcar un tema molt important i transversal que s'ha de treballar des dels diferents àmbits i dimensions. Des del nivell local, fins a un programa d'àmbit d'acció municipal.

Que els serveis socials, quan treballem amb les famílies, no ens arriben per tema de pantalles, però tenim l'oportunitat d'introduir aquest tema. I fins i tot hem fet una guia exploratòria sobre aquest tema. Quan les famílies ens parlen... també perquè ens fem presents amb els infants i poder parlar de quins són els seus hàbits, com funcionen les famílies, com s'estan activant les pantalles a l'hora de menjar, dormir...

I després el tema més de xarxa, de poder entrar en contacte amb serveis de territori a través del treball en xarxa, i que aquest contacte, ens permeti veure quina intervenció podem fer de forma conjunta: amb CDIAP i altres espais d'atenció.

Carme Pons, Educadora Xarxa infància Sants

Aquest protocol que vàrem elaborar des de serveis socials, vàrem veure la necessitat a partir dels requeriments de fiscalia d'infància en risc, per no perdre el focus amb els infants, elaborar un protocol d'hàbits saludables en l'àmbit familiar. Incorpora alimentació, són, oci familiar, espais de lleure... Ho vam adaptar al nostre àmbit per fer exploracions d'infància en risc i estudis de fiscalia. És una eina de detecció.

I respecte a les accions amb la Xarxa d'Infància, vam fer dues comissions per treballar de 0 a 3 anys i dels 3 als 12)


Estem fent una experiència en una escola de Sants sobre ús i abús de pantalles. És una experiència pilot que s'està fent amb la TIS, la referent de pediatria i l'educadora social. S'han fet dues tertúlies i ara tallers i estem valorant el que ha funcionat. Serveis socials també ens voldríem incorporar en un projecte municipal.

Nacho Pallàs, AFFaC

A nivell de famílies manca sensibilització. S'ha passat a la preocupació sense la sensibilització i les famílies van molt perdudes de com han de buscar ajut.

És un tema de salut pública, i l'Administració hauria de tenir voluntat política d'implementar programes i incorporar als tècnics i tirar-ho al davant. Ha d'haver-hi voluntat i recursos.

I la poca autoritat a l'escola. El problema és la falta de reconeixement. És important que els tècnics i tècniques de salut puguin traslladar que cal fer alguna cosa. Quan hi ha una urgència

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2021-2022
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	23 març 2023
		9:30 11:30

cal agafar a qui té més capacitat d'incidir.

Esther Iniesta, CDIAP ASPACE

Des del CDIAP, sobretot des de la pandèmia, hem vist un increment de la tecnologia digital amb infants de 0 a 3 anys, davant de pantalles moltes hores i això ens ha preocupat molt.

Tot l'equip s'ha implicat en un recull de dades que han iniciat dues companyes psicòlogues mirant quantes hores passen davant les pantalles per veure si hi ha una relació entre el motiu de consulta i l'orientació diagnòstica, i també comprovar si reduint el temps d'exposició millora el diagnòstic. Ho estem fent des del 2021 i estem en procés.

Des de la xarxa 0-3 ens van proposar col·laborar i fer aquestes xerrades de prevenció amb les famílies, serveis socials... Estem disposades a participar i col·laborar en tot el que pugem.

Laia Pineda. IIAB

Queda clara la necessitat d'enxarxar-se i abordar aquest tema des de tots els fronts. Per preguntar als serveis de primera línia com a part fonamental pel diagnòstic i l'acompanyament i per veure quin resultat donarà aquesta recollida de dades.

Clara Garcia, Suara Coop

Ens hem sentit bastant sovint com a contracorrent perquè aquest discurs no anava cap aquí i ara que està sortint s'agraeix.

Els espais familiars van canviar la normativa fa un any, perquè estàvem molt centrades a fer fotografies. Molt important aquesta mirada que els adults estem abandonant la cura, quan ens centrem no en l'infant sinó en fer fotografies. Ens trobàvem mares que estaven tot el dia fotografiant i ho hem limitat i hem tingut molt bon resultat: ara el mòbil està a la bossa tota la sessió i va molt bé.

Ens trobem amb moltes dificultats de llenguatge. Molts infants els va enganxar la pandèmia i van viure el confinament com a nadons i això els ha afectat.

Nosaltres la preocupació de les famílies només l'hem detectat quan són adolescents i comencen les pràctiques de risc, però en les famílies de petits encara no hem detectat aquesta preocupació i costa molt més acompanyar-ho.


Rosa Maria Aguilar / Carla Canals, Associació de consumidors audiovisuals

Estem fent un projecte amb cinc escoles amb cinquè de primària i amb pares i docents, i ho fem des de la UB. Aquest informe es pot fer arribar perquè també és un punt de cinc escoles de cinquè de primària amb tot un projecte de formacions, sensibilització, etc. que acabaran a sisè l'any vinent. Si hi ha sort, amb la formació, i hi ha aquesta conscienciació, els pares canvien hàbits, els docents fan un impuls, es treballen temes de ciberassetjament i pornografia a classe, aconseguirem prevenir entre 5è i 6è.

La part de metges i pediatria és molt important perquè estem parlant amb l'associació de pediatres dient que quan vagis al pediatre porta una bossa de jocs, no li donis el mòbil. I ens encantaria fer alguna cosa conjunta.

Irene Álvarez, INTRESS

L'EBAM som l'equip d'urgència de la DGAIA, que cobrim tot el tema dels maltractaments

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2021-2022
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	23 març 2023
		9:30 11:30

infantils en l'àmbit sanitari i una de les preocupacions principals és la preocupació pel telèfon mòbil. Abans quan prenia una mesura de protecció i un menor ingressava en un centre et feien un altre tipus de preguntes, i ara et pregunten sobretot si podran tenir el mòbil. O si poden escollir, abans que portar alguna cosa que sigui significativa de casa, trien portar el mòbil.

Anna Ramis, Campanya #de 0 a 3 Pantalles RES

Agraïment per tantes veus que estan fent estudis, investigacions, etc.

I reclamar, tant a nivell micro dels serveis, com a nivell macro que com a ciutat tinguéssim una acció política en defensa dels ciutadans de 0-6, que bo seria que fos una ciutat respectuosa amb la petita infància a nivell de protegir-la d'aquesta explotació de dades i d'aquests riscos que no hauria de ser.

I em poso a la vostra disposició, perquè hi hagi un grup que hi treballi. Però que sigui un grup que no es quedi enquistat en la reflexió. Que hi hagi estudis, però que es barregi anàlisi i acció i avaluació d'aquesta acció. Perquè cal ser pioners en tot això que tots estem detectant que és un mal per la nostra infància i en definitiva per a tota la nostra societat.

Laia Pineda. IIAB

Agrair a tothom la participació i l'esforç en aportar informació i visions.

És una sensació de David contra Goliat, d'un monstre que ens depassa per totes bandes i si una cosa no ens podem permetre fer és paraitzar-nos o tirar la tovallola.

Avui ha estat una única sessió de treball, però penso que és un tema que mereix dedicar-hi més temps, i sobre tot, aprofitar l'oportunitat que tenim com a grup de traslladar aquesta urgència i aquesta necessitat al govern municipal, que és un actor molt important i que intentarem que posi més recursos i energies.

Tancament

Recordar que ens trobarem el 19 d'abril amb la darrera de les sessions de contingut del curs. Després ens haurem de tancar per fer identificar les recomanacions de millora que voldrem elevar a l'Ajuntament. Serà una sessió que ens ha ajudat a preparar la Iolanda Burgueño i parlarem d'educació sexual i afectiva, un altre tema en què cal més reflexió i actuació.

CLAUS DE LA SESSIÓ

- 1. Cal situar el tema de les pantalles com un tema de salut pública.** S'han de donar a conèixer a la societat els efectes contraproduents dels dispositius digitals sobre la infància, i trencar els falsos mites que encara existeixen sobre aquesta qüestió (que amb les pantalles aprenen, o el concepte de nadius digitals que fa pensar que nens i nenes neixen amb un cervell diferent, que un infant davant una pantalla és un infant tranquil, entre altres).



2. Cal treballar amb les institucions, entitats i món públic amb responsabilitat en la infància i des de totes les àrees:

- Desenvolupar protocols en les revisions del nen sa sobre com evitar la sobreexposició i l'abús de les pantalles (hi ha protocols sobre alimentació o sobre higiene bucodental).
 - Formar als pediatres i personal sanitari perquè puguin transmetre orientacions a les famílies en aquest àmbit.
 - Fer una guia exploratòria per al personal de serveis socials, per introduir el tema de les pantalles en les intervencions amb les famílies (per treballar els hàbits, detectar situacions de perill...)
3. **Cal disposar de dades** que ens permetin conèixer l'efecte de les pantalles en els infants i els adolescents, i la seva evolució.
4. **Cal orientar les famílies, des d'una perspectiva en positiu** - donant-los eines i alternatives a l'ús de la pantalla - **i capacitadora** – que confiïn en les seves capacitats per acompanyar els infants –.
5. **Cal incidir en l'ús de pantalles en els adults**, que priva als infants i adolescents de l'atenció que necessiten.
6. **Cal parar especial atenció a les famílies d'entorns més desfavorits**, que estan més exposades als efectes nocius de les pantalles a causa de dificultats sistèmiques a nivell de context (dificultats per conciliar, viure en habitatges compartits amb conflictes amb altres convivents si els infants fan soroll o es mouen).

Proposta de continuïtat per seguir treballant en aquest tema: crear un grup de treball per fer un decàleg o un full de ruta per anticipar-nos a aquesta situació d'amenaça o problema real, i quins mitjans es podrien utilitzar i quines estratègies es poden desenvolupar.