

# PACTO PARENTAL

pactoparental.org

Nosotros padres del curso ..... del colegio.....

1. Asumimos nuestra responsabilidad como cuidadores del bienestar y desarrollo integral de nuestros hijos, lo que comprende su salud física y emocional.
2. Reconocemos que la infancia y la adolescencia son etapas que necesitan presencia adulta, acompañamiento y límites claros.
3. Sabemos que la utilización temprana de teléfono celular y de redes sociales afectan la atención, el sueño, la autoestima y el bienestar emocional de nuestros hijos, exponiéndolos, además, a riesgos y presiones para las que todavía no están preparados.
4. Reconocemos los beneficios de una niñez más libre de pantallas; lo que redundará en más juego, más movimiento, más creatividad, más diálogo y más tiempo real con la familia y los amigos, siendo estas experiencias esenciales para su crecimiento y construcción de vínculos saludables que ninguna pantalla puede reemplazar.
5. Por todo lo expuesto, y entendiendo que sostener límites de manera individual es difícil frente a la presión social, elegimos hacerlo en comunidad. Por tal motivo, nos unimos para acompañarnos, respaldarnos y comprometernos, colectivamente, a proteger a nuestros hijos en las etapas en las que más nos necesitan.

En consonancia con lo antes expresado, nos comprometemos a:

**Primero: Retrasar al menos hasta los 13 años el primer dispositivo propio de nuestros hijos.**

Evitar que tengan acceso temprano a un celular que los expone a distracciones constantes, interrupciones permanentes, sobreestimulación y contenidos que aún no pueden procesar.

Acompañar este proceso con presencia y límites claros, retirando celulares existentes si es necesario, promoviendo actividades compartidas, más juego, más movimiento, más vínculo real y menos tiempo frente a la pantalla.

**Segundo: No permitir cuentas ni acceso a redes sociales al menos hasta los 16 años.**

Retrasar su ingreso a plataformas que los exponen a situaciones y contenidos para los que todavía no tienen las herramientas emocionales necesarias.

Acompañar este proceso con diálogo, enseñando sobre el uso responsable de la tecnología, construyendo confianza y ofreciendo alternativas reales fuera de la pantalla.

**A través del presente documento, las madres, padres y/o tutores firmantes se comprometen de manera voluntaria a respetar las pautas aquí establecidas y a colaborar activamente en su cumplimiento. Asimismo, acuerdan acompañar a los niños, niñas y adolescentes bajo su responsabilidad en un desarrollo más sano, equilibrado y consciente, promoviendo un uso responsable de la tecnología y un vínculo más seguro con los entornos digitales.**

**La firma de este pacto implica la aceptación de estas condiciones y la disposición a trabajar en conjunto con otras familias y con la institución educativa para sostener los lineamientos acordados, priorizando siempre el bienestar integral de los menores involucrados.**

Fecha ...../...../20.....