

## 1) Qué es un “Pacto de Familias”

Un **Pacto de Familias sobre el uso del *smartphone*** es un acuerdo colectivo entre padres y madres (habitualmente de un mismo **centro, curso, clase** o **barrio**) para establecer **normas comunes** respecto al uso de **smartphones, redes sociales** y **acceso a internet** por parte de sus hijos e hijas.

El objetivo principal es **retrasar la entrega del primer *smartphone*** y **reducir la presión social** (que ningún niño/a se sienta “el único sin móvil”), a la vez que se favorece un **acompañamiento digital consciente** en las familias.

## 2) Origen y situación en el Colegio Cardenal Herrera Oria.

La iniciativa del **Pacto de Familias** en el colegio **Cardenal Herrera Oria** ha surgido por iniciativa de un grupo de madres y padres de la **AMPA** y del **Consejo Escolar** (sector familias). Motivados por la preocupación ante el uso temprano de teléfonos móviles y redes sociales, nos hemos puesto en contacto con el colectivo del barrio madrileño de Montecarmelo, quienes nos han facilitado las pautas de actuación que ahora queremos implementar en nuestro centro.

El objetivo principal de estos pactos es **evitar la presión social** que, dicen sufrir el **85% de las familias**, quienes se sienten forzadas a entregar un *smartphone* antes de lo que realmente desearían.

## 3) Objetivos del Pacto

- Promover un **uso saludable, gradual y supervisado** de móviles y tecnología en la infancia y adolescencia.
- **Apoyar a las familias** con pautas comunes que faciliten decisiones consistentes.
- **Reducir la presión** del “todos lo tienen menos yo”.
- Ofrecer una **introducción progresiva** al uso del móvil y al acceso a internet.
- **Construir cultura comunitaria** y espacios de ocio sin pantallas.

## 4) Beneficios

- Disminuye la presión social entre menores y familias.
- Crea **red de apoyo** y coherencia entre hogares.
- Favorece hábitos cotidianos más **saludables** (sueño, atención, convivencia).
- Facilita una **introducción por etapas** a internet y RRSS.

## 5) Compromisos comunes (propuesta base)

Estos compromisos fueron consensuados en el AMPA Cardenal Herrera Oria de Madrid y sirven como modelo para otros centros que quieran poner en marcha su propio pacto.

### 1. Edad mínima para el primer móvil con internet

- No facilitar acceso a móvil con internet antes de los **14 años**.
- Antes de esa edad, en caso necesario por **logística/seguridad**, se podrá usar un **móvil básico** (llamadas y SMS) o **reloj** con llamadas.

### 2. Acceso a redes sociales

- No permitir RRSS antes de los 16 años.
- Respetar siempre las edades mínimas legales y condiciones de cada plataforma.

### 3. Uso cotidiano del móvil (cuando ya procede)

- Entre semana, sin móvil o con acceso limitado a un horario pactado.
- Sin móviles en comidas/cenas.
- Sin móvil en la habitación por la noche.
- Supervisión parental activa, con revisiones periódicas y diálogo sobre contenidos (redes, vídeos, videojuegos, chats...).

### 4. Encuentros sociales y actividades

- Favorecer planes sin pantallas y juegos presenciales.
- Desaconsejar el uso de móviles entre menores durante fiestas/reuniones.

## 6) Formato de adhesión

El Pacto de Familias en el Colegio Cardenal Herrera se materializa a través de un **formulario de adhesión** y cuenta con un **grupo de WhatsApp que se creará mas adelante**, donde se comparte:

- Información actualizada sobre tecnología, infancia y adolescencia.
- Noticias sobre el impacto del uso de móviles en la salud mental y física.
- Recomendaciones de actividades sin pantallas y recursos educativos.
- Avances de la iniciativa (reuniones intercentros, ocio saludable, acciones en comercios, etc.).

## 7) Formulario de adhesión

A través del siguiente enlace:  [Formulario Pacto de familias](#)

## 8) Consideraciones

Este pacto **no juzga ni impone**. Su propósito es **unir, informar y acompañar**.

El movimiento de Pactos de Familia del Colegio Cardenal Herrera Oria demuestra que, con el esfuerzo conjunto de **familias, AMPAs y centros educativos**, es posible generar una **transformación real** en la forma en que acompañamos a nuestros hijos en el mundo digital.