

BIBLIOGRAFIA XORNADA SOBRE PREVENCIÓN NA XESTIÓN DO MUNDO DIXITAL NAS FAMILIAS

1. Estudos, informes e guías para educar aos nosos fillos no eido dixital

[Impacto de la tecnología en la adolescencia. Relaciones, riesgos y oportunidades UNICEF “Adolescencia, Tecnología, Salud y Convivencia” Fundación Pedro Barrié de la Maza](#)
[Nuevo informe: Casi 9 de cada 10 adolescentes se conectan varias veces al día a internet o están permanentemente en la red Save the Children](#)
<https://www.centroreinasofia.org/publicacion/impacto-tecnologia-familias/>
<https://www.anar.org/informe/estudio-tric/>
<https://www.anar.org/fundacion-anar-landa-la-habitacion-del-panico-campana-creativa-de-sensibilizacion-sobre-los-problemas-ocultos-de-los-menores-de-edad/>
[Impacto del aumento del uso de Internet y las redes sociales en la salud mental de jóvenes y adolescentes Observatorio Infancia](#)
[El comité de expertos de Juventud e Infancia propone 107 medidas para crear entornos digitales seguros Ministerio de Juventud e Infancia](#)
[guía anar](#)
[guía comunidad madrid](#)
[Guía para padres con hijos en Educación Primaria sobre el uso saludable de las nuevas tecnologías](#)
[guía su mayor influencer unicef](#)
[guía galicia 2021](#)
[guía concello](#)
<https://ceapa.es/guia-abuso-de-internet-y-ciberbullying-ceapa/>
[GUIA NUEVAS TECN NIÑOS Y ADOLES FAROS HOSPITAL SANT JOAN DEU](#)
<https://www.aepd.es/infografias/plan-digital-familiar-infografia.pdf>
<https://empantallados.com/especiales/estudio2018/>
[jóvenes e internet en galicia 2024](#)
https://somconnexio.coop/wp-content/uploads/2025/03/SomConnexio_GuiaDetox_esp-3-2.pdf
[informe cataluña la protección de los niños y los adolescentes en el entorno digital 2022](#)
[los riesgos de las rrs en la salud mental adolescentes hospital sant joan de déu faros](#)
[reto sin móvil para familias](#)

2. Documentais-campañas

[Redes Sociales-La fábrica del terror-Atres Media](#)
[La fábrica del terror-Especial salvados](#)
[La noche temática - Adictos a las pantallas - RTVE.es](#)
[Conectados en Familia-TVG](#)
[Adictos a las pantallas-La Sexta](#)
<https://www.aepd.es/prensa-y-comunicacion/notas-de-prensa/aepd-y-fundacion-atresemidia-lanzan-campana-no-a-la-barra-libre-digital>
[campana hay más riesgos en internet que en la vida real](#)
[campana cambia el plan](#)
<https://www.aepd.es/mas-que-un-movil>
<https://www.respetoimagenesintimas.com/>

3. Libros

"Cariño he conectado a los niños" Guillermo Cánovas

"Superficiales" Nicholas Carr

"Conectados y empoderados" Eva Bailén

[10 opciones](#)



Salud digital : claves para un uso saludable de la tecnología / Gabriela Paoli

4. Enlaces a entrevistas, noticias... de interés para familias

<https://www.aepd.es/prensa-y-comunicacion/notas-de-prensa/la-aepd-y-unicef-espana-ofrecen-las-familias-las-claves-que>

<https://www.abc.es/familia/padres-hijos/silke-muller-hijos-acceso-no-regulado-internet-20241218144046-nt.html>

<https://www.farodevigo.es/sociedad/2025/01/16/laura-cuesta-menores-deben-ver-113427019.html>

[Las pantallas no son “niñeras”: los pediatras piden restringir su uso entre los más pequeños](#)

https://www.lavozdeg Galicia.es/noticia/santiago/2024/12/15/pocos-padres-ensenen-hijos-navegar-internet/0003_202412S15C4993.htm

<https://www.lavozdeg Galicia.es/noticia/lavozdelasalud/salud-mental/2023/10/29/francisco-villar-psicologo-clinico-aportan-pantallas-menores-6-anos-incluso-8-solo-negativo/00031698597886933995539.htm>

<https://empantallados.com/videos/estoy-enganchado-al-movil-que-puedo-hacer/>

<https://www.infocop.es/uso-problematico-de-internet-y-redes-sociales-consecuencias-y-estrategias-de-prevencion-e-intervencion/>

[Carlos González, pediatra, sobre el uso de pantallas en menores](#)

[Begoña del Campo, psicóloga, sobre adicción al tfo](#)

5. Páginas webs de interés para guiar no bo uso da xestión de pantallas

<https://pactomenoresdigitales.org/>

<https://plandigitalfamiliar.aeped.es/plandigitalfamiliar.php>

(MOI IMPORTANTE PARA FAMILIAS)

<https://www.incibe.es/menores/familias>

(MOI IMPORTANTE PARA FAMILIAS)

<https://www.pantallasamigas.net/>

<https://intef.es/competencia-digital-educativa/>

<https://intef.es/recursos-educativos/aseguratic/>

<https://www.incibe.es/menores/recursos/promoviendo-ciberseguridad-desde-la-familia-y-la-escuela>

<https://www.anar.org/>

<https://fapmi.es/>

<https://www.aminogal.es/bibliografias-de-interes/>

<https://www.centroreinasofia.org/publicacion/impacto-tecnologia-familias/>

<https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=observatorio+infancia+jovenes+internet>

<https://aunclickdeayudarles.es/>

<https://empantallados.com/>

<https://unaf.org/>

<https://adolescencialibredemoviles.es/index.html>