

Este documento "Televisión y familia: recomendaciones", elaborado por el grupo de trabajo "Infancia y Juventud" del Foro de Entidades de las Personas Usuarias del Audiovisual creado a iniciativa de CAC (Consejo Audiovisual de Cataluña), tiene como finalidad aportar a las familias algunas pautas sobre el buen uso de la televisión.

Desde CEAPA pensamos que, en una sociedad donde la mayor parte de la información es audiovisual, uno de principales cometidos educativos de las familias debe ser enseñar a los hijos e hijas a ver la televisión con una actitud crítica y consciente.

## RECOMENDACIONES PARA LAS FAMILIAS SOBRE UN MEJOR USO DE LA TELEVISIÓN

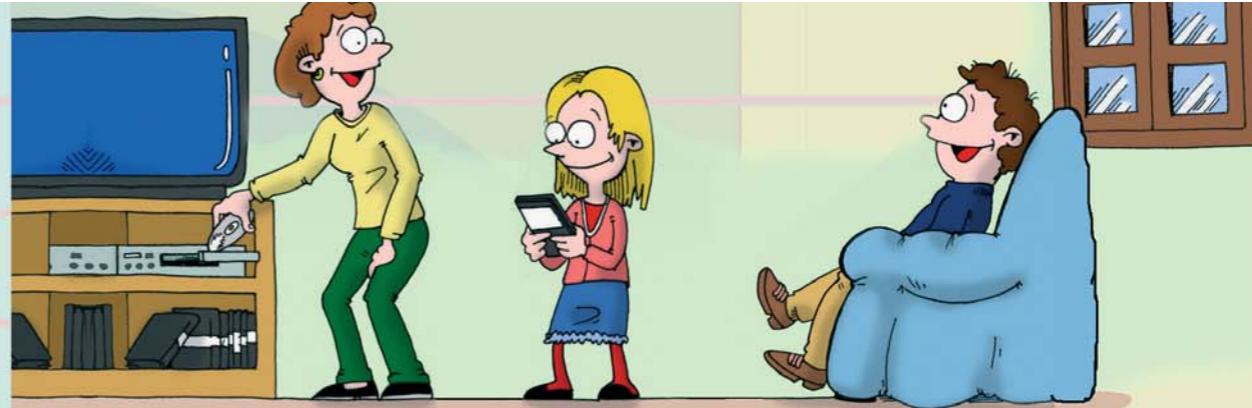
**1** La responsabilidad de lo que ven los niños y niñas en la televisión es, básicamente, de las personas adultas que conviven con ellos. Es bueno pactar con ellos la selección de programas adecuados a su edad y a sus intereses. Enseñémosles a escoger.

**2** Limitemos el tiempo que los niños y niñas dedican a la televisión. El televisor no debe estar encendido todo el día. Apaguémoslo cuando el programa seleccionado se haya acabado.

**3** Procuremos mirar la TV con nuestros hijos e hijas y comentemos los programas y la publicidad. Aprovechemos los valores de la televisión.

**4** Enseñemos a los niños y niñas a cuestionar y valorar aquello que ven en la televisión, estimulando su capacidad crítica. Ayudémosles a entender la diferencia entre realidad y ficción.

**5** Si no podemos estar con nuestros hijos e hijas, interesémonos por lo que miran y por los motivos de sus preferencias.



**6** Mirar la TV no debe quitar horas de sueño, que son necesarias para el buen desarrollo físico y psíquico de nuestros niños y niñas.

**7** Sacaremos más provecho de la TV utilizando el vídeo o el DVD para grabar los programas que puedan interesar más a nuestros niños y niñas.

**8** Busquemos alternativas al consumo televisivo: jugar, leer, hacer deporte, ir con los amigos y amigas... Hay muchas cosas por hacer además de mirar la TV.

**9** No dejemos que la televisión sea la única fuente de información y la única opción cultural de nuestros niños y niñas. Ayudémosles a interesarse por la prensa, la radio, el cine, el teatro...

**10** Recordemos que los niños y niñas tienden a imitar la manera de hacer de los adultos también con respecto a la televisión.

