

# ¡Consulta nuestros recursos!

[aap.org/redes sociales](http://aap.org/redes sociales)



## **Portal de preguntas y respuestas**

Una recopilación de preguntas de jóvenes, padres, educadores y profesionales clínicos sobre las redes sociales y la salud mental juvenil, respondidas por expertos con respuestas basadas en evidencia.



## **Guía de diseño digital liderada por jóvenes**

Esta guía, completamente nueva y desarrollada en colaboración con asesores adolescentes, refleja una visión de las redes sociales que se adapta mejor a la forma en que los adolescentes piensan, sienten y se conectan.



## **Entrevista motivacional para los hábitos mediáticos familiares**

Serie de vídeos breves basados en conceptos de las 5 C del uso de los medios de comunicación que ofrecen a los profesionales sanitarios orientación sobre cómo utilizar la entrevista motivacional para entablar conversaciones significativas con las familias sobre los hábitos mediáticos.



## **Kit de herramientas para el desarrollo infantil temprano sobre el tiempo frente a las pantallas**

Desarrollado para su uso por educadores de la primera infancia, proveedores de cuidado infantil, especialistas en intervención temprana, visitadores domiciliarios, pediatras u otros profesionales que apoyan a familias con niños pequeños, e incluye recursos de capacitación.



## **Casos prácticos sobre redes sociales para proveedores**

Desarrollado para su uso por educadores de la primera infancia, proveedores de cuidado infantil, especialistas en intervención temprana, visitadores domiciliarios, pediatras u otros profesionales que apoyan a familias con niños pequeños, e incluye recursos de capacitación.



## **Desarrollo de habilidades mediáticas para niños de 10 años o menos**

Ayude a los niños a desarrollar hábitos saludables en el uso de los medios de comunicación desde temprana edad con estrategias prácticas que promuevan el equilibrio, el pensamiento crítico, la autorregulación y la seguridad en línea, desde la primera infancia hasta la escuela primaria.

### **Centro de recursos de las 5 C:**

<https://www.aap.org/en/patient-care/media-and-children/center-of-excellence-on-social-media-and-youth-mental-health/5cs-of-media-use/>

### **Caja de herramientas para la calma:**

<https://www.aap.org/en/patient-care/media-and-children/center-of-excellence-on-social-media-and-youth-mental-health/the-calm-toolbox-healthy-ways-to-cope-with-stress/>

### **Plan de medios de comunicación para familias de AAP:**

<https://www.healthychildren.org/English/fmp/Pages/MediaPlan.aspx>

### **Temas para iniciar una conversación:**

<https://www.aap.org/en/patient-care/media-and-children/center-of-excellence-on-social-media-and-youth-mental-health/conversation-starters-for-families-about-media/>