

# Elegir también es cosa de niños y niñas

## Objetivo

**Brindar información** a los integrantes de los grupos de consumidores que les permita hacer un mejor uso, además de identificar situaciones en las que los menores de edad pudieran estar en riesgo al utilizar el internet sin la supervisión adecuada; además de generar mejores hábitos de consumo de un recurso tan necesario como es el agua.

## Justificación

La **vida actual** ha puesto al alcance de todos, productos y servicios que antes no se imaginaban, un ejemplo es internet, medio por el cual se pueden ver películas, escuchar música, aprender tomando clases, cursos, realizando actividades como visitas a museos, jugar, conocer personas de cualquier edad y lugar del planeta, entre muchas otras actividades a las que con solo conectar la computadora, tableta o un teléfono celular se puede tener acceso.

Los beneficios son numerosos, sin embargo, existen situaciones que sino se controlan a tiempo pueden poner en riesgo particularmente a la población infantil, más aún cuando es muy común que para entretenerlos se les permite utilizar estos dispositivos sin supervisión durante mucho tiempo, es responsabilidad de los padres estar al tanto de los sitios a los que entran, ¿quiénes son sus amigos en redes sociales? y vigilar las actividades que realizan, además de crear buenos hábitos para que convivan con la familia, y asuman responsabilidades de acuerdo a su edad como ayudar a las tareas de la casa, y creando **buenos hábitos de consumo y ahorro**.



FICHA EDUCATIVA DEL PAQUETE DIDÁCTICO 3.22



**ECONOMÍA**

SECRETARÍA DE ECONOMÍA

**PROFECO**

PROCURADURÍA FEDERAL  
DEL CONSUMIDOR

# ESTIMULA TU MENTE NO LA ENTRETENGAS

La tecnología ya tenía un lugar importante antes de la pandemia, mediante el uso de internet se podía tener acceso a miles de páginas con cualquier tipo de contenido, tanto para aprender como para solo pasar el rato. La nueva normalidad ha hecho que sea aún más importante y en el caso de niños, niñas y adolescentes ha sido la herramienta utilizada para que continúen tomando clases y aprendiendo, además de servir para entretenerlos durante el tiempo en casa.

Sin embargo, es importante tener en cuenta que los menores de edad no deben estar solos cuando estén utilizando los dispositivos, requieren supervisión constante para platicar sobre lo que estén viendo, además es muy común que no todos los contenidos sean gratuitos, así que hay que cuidar que no vayan a realizar algún pago con tal de tener acceso a actividades con costo.

Además, para un óptimo desarrollo físico, mental y social de los más pequeños requieren jugar, compartir con toda la familia y con otros niños de su misma edad, así que es importante cuidar el tiempo que pasan frente a los dispositivos, aún más si se considera que el acceso a cualquier página está abierto las 24 horas del día.

Finalmente, es importante darles herramientas que les ayuden en el futuro y fomentar aquellas actividades en las que demuestren aptitudes y disfruten realizar de acuerdo a sus gustos y preferencias.



2

FICHA EDUCATIVA DEL PAQUETE DIDÁCTICO 3.22



**ECONOMÍA**  
SECRETARÍA DE ECONOMÍA

**PROFECO**  
PROCURADURÍA FEDERAL  
DEL CONSUMIDOR

## Algunos ejemplos son las plataformas:

**ÁrbolABC.COM:** Dirigida a población infantil de entre 3 y 10 años, ofrece juegos infantiles educativos e interactivos como material didáctico de matemáticas, en inglés, rompecabezas, cuentos y hasta experimentos caseros entre muchos más, disponible en la siguiente liga:

<https://arbolabc.com/>



**Programo Ergo Sum:** Página española en la cual podrán aprender informática, programación electrónica y robótica educativa mediante tutoriales y cursos gratuitos, la página es:

<https://www.programoergosum.es/>



**Duolingo:** Diseñada para aprender diferentes idiomas de forma sencilla, divertida y gratis. La página **duolingo** <https://es.duolingo.com/learn> contribuirá a adquirir una habilidad de suma importancia en el mundo actual.



**El Búho Boo:** Diseñado para bebés y niños pequeños e incluye videos, dibujos para pintar y divertidos fondos de pantalla en:

<https://www.elbuhoboo.com/>



Existen muchas otras opciones para aprender como la Librería Digital Mundial <https://www.loc.gov/collections/world-digital-library> en la que se puede tener acceso gratuito a libros únicos, mapas, fotografías y muchos otros documentos.

Las opciones en línea son numerosas para iniciar a los más pequeños en la cultura como museos, obras de teatro, música y mucho más, para estimular su mente y que aprovechen el tiempo.

Crear buenos hábitos en los menores de edad es de suma importancia y enseñarles con el ejemplo es fundamental, todas las actividades que puedan hacer en familia contribuirán a su formación y fomentarán la confianza y acercamiento para un óptimo desarrollo físico, mental y emocional, así que **¡a estimular esas pequeñas mentes!**



# GROOMING Y CIBERACOSO

La tecnología tiene un lado positivo que abre un mundo de posibilidades a los menores, sin embargo, **también tiene un lado negativo**, peligroso, en el que niños, niñas y adolescentes pueden verse involucrados, uno de ellos es el grooming y el otro es el ciberacoso, ambos pueden ocasionar problemas emocionales, mentales, físicos y en casos extremos llevar hasta el suicidio.

La Asociación Mexicana Contra Delitos Cibernéticos A. C., considera que **“el grooming es el acoso sexual a un menor a través de la Red, los acosadores aparentan ser menores de edad y tratan de establecer una amistad con su víctima”**. Comienzan ganándose su confianza a través de redes sociales, aplicaciones de mensajería como WhatsApp, Telegram o correo electrónico, obteniendo información personal, familiar, gustos y preferencias para después, mediante chantajes y persuasión obligarlo a proporcionar imágenes o videos sexuales que pueden ser usados por redes de abuso sexual o pederastia.

**“La tecnología tiene un lado positivo... sin embargo, también tiene un lado negativo”**

En caso de que el menor se niegue a proporcionar más fotografías o videos es amenazado con dar a conocer lo que ha hecho a sus contactos con lo que el pequeño se siente más presionado, llegando en ocasiones hasta a aceptar encuentros físicos.

## en niños



De acuerdo con datos de esta asociación, México es considerado como el segundo país a nivel mundial con mayor producción de pornografía infantil, en el que al menos uno de cada siete menores ha recibido solicitudes sexuales por medios electrónicos, aunado a esto se ha confirmado que a un acosador sexual le toma 12 minutos hacer que un niño, niña o adolescente se quite la ropa frente a la cámara web.

**En cuanto al ciberacoso,** se da entre menores de edad cuando reciben mensajes hirientes, ofensivos, burlas, críticas, amenazas, insultos, publicación de fotos o videos en situaciones comprometedoras, humillantes o embarazosas o cuando se pone en riesgo su información personal a través de correo, redes sociales, mensajes, video llamadas o cualquier otro medio digital.

En ambos casos el daño que se hace al menor es grave, por ello los padres deben estar vigilantes si notan cambios de conducta como ansiedad, temor o agresión, malestares físicos entre los que pueden presentar dolor de cabeza o insomnio. Cuando un niño, niña o adolescente deja de tener interés por lo que le gustaba,

está al pendiente de sus dispositivos y evita que los demás vean lo que está haciendo son focos rojos que hay que atender de inmediato, para ello es conveniente fomentar la comunicación y confianza, que sienta que sea cual sea la situación en la que se encuentre puede acercarse a alguno de los padres o familiares para pedir apoyo y que si ya está en una de estas situaciones no es culpa suya, que no está solo o sola y que cualquiera que sea el problema podrán solucionarlo juntos.

Algunas formas de evitar llegar a casos extremos son el uso de herramientas de control parental que bloquean, controlan y limitan el uso de aplicaciones y contenidos en internet, las redes sociales como Facebook y juegos se pueden configurar para el uso seguro de menores de edad, ver de quienes reciben solicitudes de amistad, etc. Pero **sobre todo hay que platicar con ellos, escucharlos y dedicarles tiempo** para que se sientan con la confianza de abrirse ante este tipo de situaciones que son más comunes de lo que generalmente se piensa y las consecuencias pueden ser fatales.



# CIERRA LA LLAVE, CUIDA EL AGUA

El agua es un bien de todos, que se debe cuidar por su escasez y por su costo, sobre todo porque se pierden miles de litros por fugas y goteras en casa. Los siguientes son algunos datos sobre el agua en el mundo y en México.

## De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el mundo:

- Menos del **1%** del agua dulce disponible del planeta es potable.
- 3 de cada 10 personas** carecen de acceso al agua potable en su hogar.
- 6 de cada 10 individuos** carecen de saneamiento hídrico.
- Se requiere, en promedio, **30 minutos** para llevar el agua al hogar de quienes no cuentan con ella.
- Se estima que **159 millones de personas** beben agua no tratada, directamente de ríos o lagos.

## Con respecto al agua en México:

- Más de **35 millones de personas** viven con escasez extrema de agua.
- Se estima que **10 millones** no cuentan con los servicios de agua y drenaje.
- En fugas se calcula que se pierde entre el **35 y 40 %** del volumen total del agua.
- De la totalidad del agua empleada en el hogar el **66%** se utiliza para la regadera y el sanitario.

## Tips de ahorro de agua:

### En la cocina

- Reutiliza el agua con la que lavas frutas y verduras.
- Utiliza poca agua para cocinar alimentos y prefiere los preparados al vapor por sobre los hervidos.
- Instala dispositivos ahorradores de agua en la llave del fregadero.
- Enjabona varios trastes a la vez para aprovechar al máximo el líquido cuando abras la llave.

### En el baño

- Recupera en una cubeta o tina el agua fría que sale al abrir la regadera.
- De ser posible sustituye tu regadera por modelos ahorradores.
- Procura que tus baños diarios sean cortos, de **5 minutos** aproximadamente.
- Evita tirar basura en el sanitario, cada descarga desecha entre **6 y 12 litros**.
- Abre la llave solamente cuando vayas a enjuagarte los dientes, las manos, la cara o al rasurarte.

### Lavado de ropa

- Utiliza la lavadora en su máxima carga.
- De ser posible reutiliza el agua de la lavadora, puede ser útil para lavar patios, ventanas, coches o el frente de tu casa.

### Agua de lluvia

- Instala dispositivos como canaletas y contenedores que captan el agua de lluvia.

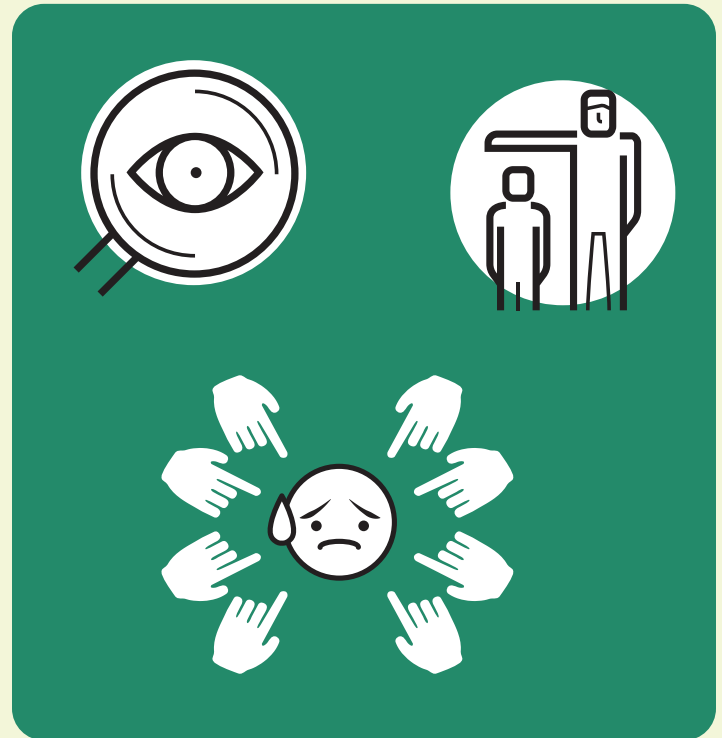
### Plantas y/o jardines

- Riega por las mañanas o noches para que no se evapore el agua.

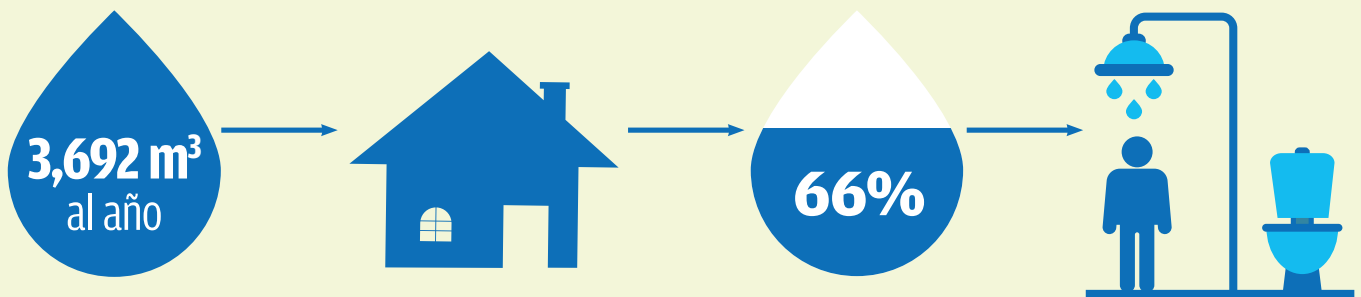
Toda la familia debe poner en práctica buenos hábitos en el consumo del agua, el ahorro que se logre ahora será en beneficio de las generaciones futuras, en particular los menores deben aprender a utilizarla de forma eficiente. La frase: **“Cierra la llave y cuida el agua”** debe ser una lección para todos, al ser un recurso de vital importancia.

## CONCLUSIONES

Internet abre un mundo de posibilidades para adultos, jóvenes y menores de edad, en el que se puede tanto aprender cómo solo pasar el tiempo, en el caso de los niños, niñas y adolescentes es importante generar buenos hábitos controlando el tiempo que utilizan los dispositivos y enseñándoles los pros, contras y hasta los riesgos que existen en su uso. Tiene particular importancia que los padres puedan establecer lazos de confianza para que en caso de que los menores tengan alguna duda o problema puedan solucionarlo juntos.



El agua debe cuidarse por su escasez y costo, se pierden miles de litros por fugas y goteras en casa, hay que poner en práctica los buenos hábitos en el consumo para este recurso de vital importancia.



**Del total del agua empleada en el hogar, el 66% se utiliza para la regadera y el sanitario.**

## BIBLIOGRAFÍA

**Asociación Mexicana contra Delitos Cibernéticos A. C.** Técnicas que pueden originar otros delitos. Recuperado de <http://amcdc.org.mx/amcdcni%C3%B1os.html>

**Breña, P. A., y Breña, N. J. 2007.** Disponibilidad de agua en el futuro de México. Ciencia. Vol 58 (3). Pp. 58-71. Recuperado de <https://www.amc.edu.mx/revistaciencia/index.php/77-vol-58-num-3-julio-septiembre-2007/agua/123-disponibilidad-de-agua-en-el-futuro-de-mexico>

**Profeco, Revista del Consumidor 518, Abril 2020.** Estimula tu mente, no la entretengas. <https://issuu.com/profeco/docs/revistadelconsumidorabril2020>

**Profeco, Revista del Consumidor 530, Abril 2021.** Grooming y Ciberacoso en niños. Cierra la llave, cuida el agua. <https://issuu.com/profeco/docs/revistadelconsumidor530abril2021>

**Yañez, B. 2018.** 8 datos que nos dicen por qué México está en la antesala de una crisis de agua. Expansión Política. Recuperado de <https://politica.expansion.mx/mexico/2018/11/02/8-datos-que-nos-dicen-por-que-mexico-esta-en-la-antesala-de-una-crisis-de-agua>

### Videos complementarios

**Tema: Desarrolla tu mente, no la entretengas** Guía Essentia. 2021. 4 consejos prácticos para el uso de Internet de nuestros hijos. <https://www.youtube.com/watch?v=6xDzPU7IBRQ>

Librería Interactiva. 2017. Yo aprovecho la tecnología. Uso responsable de nuevas tecnologías. <https://www.youtube.com/watch?v=KYjwVEGCnjM>

**Tema: Grooming y ciberacoso en niños** Quanti Media Group. Tips de seguridad en Internet para niños. <https://www.youtube.com/watch?v=iW453EHf3nc>

**Tema: Cierra la llave, cuida el agua** Revista del Consumidor TV 2.2. 13 enero 2010. El ahorro del agua empieza en casa. <https://www.youtube.com/watch?v=WtWQCwY24n0>

Smile and Learn Español. Trucos para ahorrar agua. Salvemos el planeta. Medio ambiente para niños. [https://www.youtube.com/watch?v=TOD\\_9kWu3bA](https://www.youtube.com/watch?v=TOD_9kWu3bA)

**Tema: Platillo Sabio Profeco** Martha Ortiz. Pastel de elote con salsa mística de manzanilla. Platillo Sabio Profeco. <https://www.youtube.com/watch?v=nWa1Vqcv-D0>



**Elaboró:** María Concepción Guzmán Ramos, Supervisora de Promoción y Capacitación de Consumo.

**Diseño:** Daniel Eduardo Wilson Oropeza, Diseñador Gráfico de la DEC.

**Revisó:** Alicia Ivon Castañeda Cerda, Jefa de Departamento de Programas de Educación.

**Validó:** Marcos Moisés Macías Torres, Director de Educación para el Consumo.