

e-implícate

EVALUACIÓN II
PROGRAMA E-IMPLÍCATE

1. La prevención del comportamiento abusivo de Nuevas Tecnologías es:

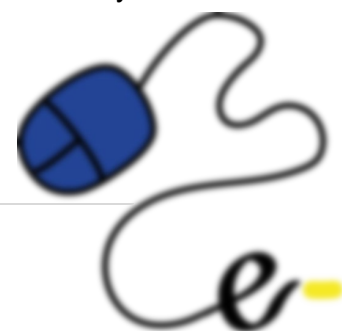
- a. La acción de anticiparnos a alguna situación o acontecimiento que nos cause algún riesgo en la salud, de manera que podamos evitar que ocurra o en el caso de que ya haya ocurrido, para reducir sus daños.
- b. Las estrategias de intervención social que desarrollaríamos para, en primer lugar, reconocer cuál es la amplitud del problema ante el que nos enfrentamos y en segundo lugar, identificar los factores de riesgo y los factores de protección con los que trabajaremos para evitar o reducir los problemas en el uso excesivo de las pantallas, así como sus consecuencias.
- c. A y B son correctas.

2. Según los tres tipos de prevención, la primaria se encargaría de:

- a. Actuar con personas que empiezan a tener un comportamiento de riesgo aunque sin ser abusivo.
- b. Actuar con la población en general que no presenta un problema.
- c. Actuar cuando el comportamiento abusivo ya está instaurado y se presentan los daños asociados al problema.

3. Selecciona la opción INCORRECTA. Las características más comunes en un comportamiento abusivo a las Nuevas Tecnologías son:

- a. Cambio de hábitos en comidas, horarios u hora de irse a la cama, así como pérdida del interés por actividades que antes le gustaban y descuida responsabilidades en casa y en el colegio o instituto.
- b. Buena relación con la familia y con su grupo de iguales, existe una comunicación eficaz entre ellos y el estado de ánimo o emocional es estable.
- c. Miente y oculta el tiempo real de conexión. Estar delante de la pantalla le hace sentir una euforia y activación excesiva, pero una irritabilidad y agresividad cuando lleva rato sin estar conectado.



4. Para saber diferenciar qué tipo de consumo tiene un/a adolescente se hace referencia a un símil:

- a.** El símil del ascensor, que según sube de planta se produce un mayor nivel de uso problemático y por tanto de riesgo de alcanzar un comportamiento adictivo.
- b.** El símil del termómetro, que a mayor temperatura, mayor nivel de uso problemático y por tanto de riesgo de alcanzar un comportamiento adictivo.
- c.** El símil de la escalera, donde cada peldaño supone subir un mayor nivel supone subir un mayor nivel de uso problemático y por tanto de riesgo de alcanzar un comportamiento adictivo.

5. Los factores de riesgos son:

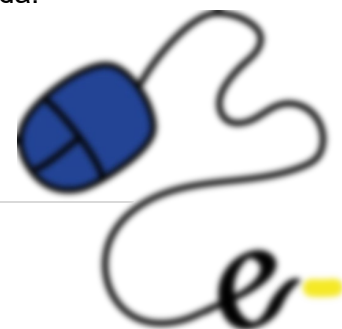
- a.** Aquellas características del individuo o de su entorno que aumentan las probabilidades de que aparezcan o se desarrollen problemas en cuanto al uso de Nuevas Tecnologías
- b.** Aquellas características del individuo o de su entorno que previenen y disminuyen las posibilidades de que aparezcan esos problemas.
- c.** Ninguna es correcta.

6. Si un/a adolescente presenta dificultad para comunicarse o relacionarse con otras personas, se considera:

- a.** Un factor de riesgo.
- b.** Un factor de protección.
- c.** A y B son correctas.

7. La autoestima es un factor de riesgo o de protección

- a.** Es un factor de riesgo, pues si no se valora como debería y se deja influenciar para obtener la apreciación del grupo.
- b.** Es un factor de protección, ya que te permite tener buen equilibrio emocional y una actitud positiva ante las adversidades de la vida.
- c.** Ambas respuestas son correctas.



8. A nivel familiar, un factor de protección sería un estilo educativo:

- a. Estilo educativo autoritario, caracterizado por la rigidez de las normas, el uso de castigos y poco afectivos.
- b. Estilo educativo permisivo, donde los límites y las normas no existen o no están bien determinadas.
- c. Estilo educativo democrático o asertivo, en el que predomina una comunicación eficaz y una escucha activa hacia el/la adolescente.

9. Selecciona la respuesta correcta:

- a. Para lograr una comunicación efectiva con tu hijo/a hay que ser repetitivos, alargando las conversaciones hasta que entienda lo que quieres decirle, sin hacer demasiado caso a su opinión.
- b. Las normas y límites deben ser claros y precisos, ver en qué situaciones se va a aplicar la norma y acordar conjuntamente cuáles van a ser las consecuencias o recompensas, pero manteniéndonos firmes frente a posibles chantajes.
- c. Para modificar comportamientos inadecuados en mi hijo/a, no importa lo que yo haga pues el adulto soy yo y eso lo tiene que entender.

10. El tiempo libre se considera un factor de protección si...

- a. Apunto a mi hijo/a a todas las actividades extraescolares posibles para que no tenga tiempo para aburrirse y así conectarse a las pantallas.
- b. Le doy la libertad de que lo organice como quiera, siempre y cuando no salga de casa.
- c. Ofrecemos las diferentes opciones de ocio y tiempo libre que existe y le motivo a descubrir que es lo que le gusta.



- 11. ¿Qué es la mediación parental?**
- a. Actuaciones que las madres y padres emplean para ayudar a los/as jóvenes a aprovechar los beneficios de Internet.
 - b. Actuaciones que las madres y padres emplean para aprender a reaccionar frente a los posibles riesgos o peligros que nos encontramos.
 - c. Actuaciones que las madres y padres emplean para ayudar a los/as jóvenes a aprovechar los beneficios de Internet y aprender a reaccionar frente a los posibles riesgos o peligros que nos encontramos.
- 12. ¿Cuáles de las siguientes actuaciones NO es una estrategia de mediación familiar?**
- a. Limitar el tiempo de conexión, prohibiendo su uso por completo.
 - b. Controlar el contenido que visualizan en las Redes para que sea apropiado a su edad.
 - c. Potenciar aficiones como la lectura.
- 13. El control parental...**
- a. Permiten filtrar contenido y limitar el tiempo de conexión.
 - b. Realiza un registro de toda actividad online que realizan y puedes geolocalizarles.
 - c. Ambas son correctas.
- 14. Selecciona la respuesta correcta.**
- a. Evita las wifis gratuitas, ya que pueden tener un acceso a tu dispositivo.
 - b. No hay que actualizar los dispositivos, así nos ahorraremos que nos entre un virus.
 - c. Las contraseñas más seguras son las que contienen datos personales para que no se me olvide.



- 15.** ¿Qué es el sistema PEGI?
- a. Es el manual de protocolo educativo para ganar inmediatamente.
 - b. Conjunto de normas y mecanismos que ofrece información orientativa sobre la edad para la que se recomienda un determinado videojuego y los tipos contenidos que se exponen.
 - c. Ninguna es correcta.
- 16.** Si mi hijo/a, presenta un comportamiento abusivo de pantallas debo contactar con...
- a. A la policía local
 - b. A un especialista en prevención
 - c. Tirarlo de casa
- 17.** Las actuaciones que podemos ir realizando nosotras/os para abordar un problema de abuso de pantallas es...
- a. Quitarle drásticamente todas las pantallas que pueda utilizar.
 - b. Tratar de arreglar todos los posibles problemas de golpe.
 - c. Intentar que reflexione sobre sus intereses y sus prioridades para enfocarlos en unos objetivos a alcanzar.
- 18.** ¿Qué es la UPCCA?
- a. La Unidad de Prevención Comunitaria en Conductas Adictivas.
 - b. Un videojuego de rol y en línea.
 - c. La Unidad de Policía Comunitaria para Conducta Adictivas.
- 19.** Las aplicaciones antienganche son:
- a. Son recursos para geolocalizar dispositivos tecnológicos.
 - b. Son aplicaciones para editar fotos.
 - c. Son herramientas que ayudan a gestionar el tiempo de uso del móvil o la Tablet.



20. Selecciona la **INCORRECTA**. Para hacer un uso responsable de las pantallas

- a. Hay que prohibir rotundamente su uso.
- b. Se debe aprovechar las ventajas de las tecnologías para acercarnos más a los adolescentes.
- c. Debemos actualizarnos para estar informados/as de los posibles peligros en la Red.

