



*Un libro de María Solano, sin dogmatismos, con sugerencias útiles*

María Solano es, por su trayectoria personal y profesional, idónea para ayudar a los padres a formarse criterio sobre cómo gestionar en casa con sus hijos la nueva realidad tecnológica que suponen “las pantallas” omnipresentes en nuestras vidas.

En su libro *Pantallas, qué remedio. Cómo sobrevivir, con pensamiento crítico, al entorno digital* (Ed. Palabra, 2025, 253 págs.) María vuelca su experiencia como madre, periodista y directora de una revista sobre familia y profesora universitaria en materias de comunicación.

Su libro es muy realista, pegado a la actualidad de nuestros jóvenes (que tan bien conoce como madre y profesora), atento a las preocupaciones y dudas de los padres de hoy (que son las suyas y las que detecta en la dirección de la revista *Hacer Familia*); y su perspectiva y consejos -lo más valioso del libro- es prudente.

Lo que más me ha gustado de la obra de María Solano es que en ella no hay dogmatismos teóricos ni apriorismos irreales, sino una sabia prudencia práctica: el mundo es como es, en él hay más grises que blancos y negros, las pantallas ofrecen muchas cosas buenas a la vez que serios riesgos; se trata de ayudar a nuestros hijos o alumnos a vivir en el mundo actual que es digital, ejerciendo la libertad conscientes de oportunidades y riesgos; ni la huida del mundo digital ni el miedo al mismo son opciones realistas; se trata de formar

personas responsables que sepan ser modélicas en este mundo que les ha tocado vivir.

En este libro no hay ni pesimismo ni añoranzas tontas, sino realismo responsable: educar hoy es ayudar a nuestros hijos a ser buenas personas en el mundo digital que les ha tocado vivir. Y es posible; y necesario. María Solano ayuda a saber cómo conseguirlo.

Este libro está concebido y escrito desde la vida real que cualquier lector puede identificar como propia. La autora describe con anécdotas vitales que todos hemos vivido la sociedad predigital en que los padres -o los abuelos- de hoy hemos sido educados y los contrasta con el mundo de nuestros hijos. Así, nos ayuda a ser conscientes de las novedades de fondo que los mayores debemos comprender y a hacernos cargo de los retos a que nuestros hijos se enfrentan; y todo en un tono vital, familiar, pleno de relatos de la vida ordinaria de las familias de ayer y de hoy.

No hay ni dogmatismos teóricos ni análisis apocalípticos, sino fotografías realistas de la vida ordinaria de ayer y de hoy. Es un libro muy pedagógico que permite a los que somos más mayores comprender con naturalidad lo novedoso del mundo digital de nuestros hijos; este es uno de sus grandes aciertos.

En cuanto a los consejos o recetas que María Solano ofrece, están impregnados del mismo realismo y prudencia que sus análisis: no hay soluciones mágicas ni universales para ningún problema; pero sí hay criterios prudenciales para educar a nuestros hijos en virtudes y hábitos que les permitan ser mejores personas en esta sociedad de pantallas que es la suya.

La autora aporta al lector muchas sugerencias y consejos muy sensatos que pueden ser de gran utilidad a los padres preocupados o desconcertados por los retos digitales que afrontan nuestros hijos. En su libro no se encontrará ninguna técnica concreta para evitar los riesgos que las pantallas pueden suponer para nuestros hijos, pero sí análisis muy sensatos que ayudan a identificar los peligros y sugieren cómo afrontar los problemas.

La clave está, nos dice la autora, como siempre, en promocionar la conversación en familia, en lograr que los hijos hablen con los padres con naturalidad de lo que ven en las pantallas, de que no les dejemos solos ante el mundo digital, que les eduquemos para tener sentido crítico. Y para eso está “la mesa familiar” como el ambiente idóneo y natural. El libro de María Solano ayuda a entender los riesgos de las pantallas en la formación de los hijos y a promover un clima de convivencia familiar que sea antídoto ante esos riesgos.

## **Cómo formar a nuestros hijos para vivir con pantallas**

Publicado: Viernes, 19 Septiembre 2025 08:08

Escrito por Benigno Blanco Rodríguez

---

Un libro de gran actualidad y utilidad para los padres de familia, muy realista y práctico, lleno de optimismo y ajeno a todo derrotismo. Lectura muy recomendable.

**Benigno Blanco Rodríguez en [religionenlibertad.com](http://religionenlibertad.com)**