

Estudio vincula altos niveles de tiempo de pantalla con un desarrollo infantil más lento

El Ciudadano · 24 de agosto de 2022

Las pantallas no pueden interferir con el sueño y la interacción basada en los dispositivos electrónicos no es un sustituto para el contacto en persona, advierten los investigadores.



Un estudio con niños ha vinculado los largos períodos de uso de pantallas con el desarrollo tardío, reavivando la discusión sobre los límites que los padres debieran poner al tiempo que pasan sus hijos con dispositivos electrónicos.

Los investigadores que dirigieron el estudio observaron que los niños de dos años que pasaron más tiempo con pantallas, obtuvieron peores resultados en las pruebas de desarrollo a los tres años, en comparación con los niños que habían pasado poco tiempo con dispositivos. Se encontró un resultado similar al observar el tiempo de pantalla y el desarrollo de niños a los tres y cinco años respectivamente.

«Lo que es nuevo en este estudio es que estamos estudiando a niños realmente pequeños, de 2 a 5 años de edad, cuando [el cerebro y el cuerpo] se están desarrollando muy rápidamente», dijo la Dra. Sheri Madigan, primera autora del estudio de la Universidad de Calgary, al diario *The Guardian*. «Estamos llegando a [vislumbrar] efectos duraderos», agregó.

Los autores dicen que los padres deben tener cuidado con el tiempo que los niños pasan usando dispositivos electrónicos.

«El tiempo de pantalla excesivo puede afectar la capacidad de los niños para desarrollarse de manera óptima», escriben. «Se recomienda que los pediatras y los profesionales de la salud guíen a los padres sobre las cantidades adecuadas de exposición a la pantalla y discutan las posibles consecuencias de su uso excesivo».

Pero los resultados han sido cuestionados por otros investigadores, quienes argumentan que el estudio no tomó en cuenta qué usos específicos estaban dando los niños a las pantallas y que la influencia de ellas tuvo un efecto menor que otros factores, como el ingreso familiar, los hábitos de sueño de los niños y si se les había estimulado con lectura de cuentos, por ejemplo.

Escribiendo en la revista [Jama Pediatrics](#), investigadores de la Universidad de Waterloo, la Universidad de Calgary y el Instituto de Investigación del Hospital Infantil de Alberta, describen cómo investigaron el problema observando el tiempo de pantalla y el desarrollo de más de 2.400 niños entre dos y cinco años, con datos recolectados al menos una vez por cada niño.

A los dos, tres y cinco años, se pidió a las madres que anotaran cuánto tiempo pasaban sus hijos usando pantallas, incluido el tiempo frente al televisor, la computadora u otros dispositivos. También completaron cuestionarios estándar para evaluar el desarrollo de sus hijos e hijas, con preguntas que incluyen si el niño podría completar tareas como dibujar formas particulares, copiar ciertos comportamientos o formar oraciones, tareas que abarcan áreas desde el control motor fino hasta las habilidades de comunicación.

También se consideró otros aspectos de la vida del niño, como los hábitos de sueño y si han estado expuestos a la lectura de cuentos.



En promedio, los niños pasaban unas 17 horas a la semana frente a pantallas a los dos años, aumentando a casi 25 horas a la semana a los tres años y luego disminuyendo a 11 horas semanales a los cinco años.

El equipo dice que surgió una clara tendencia: cuanto más tiempo pasaron los niños frente a las pantallas, peor se desempeñaron en las pruebas de desarrollo en el periodo sucesivo de aproximadamente uno a dos años.

«Cuando los niños pequeños miran las pantallas, pueden perder oportunidades importantes para practicar y dominar habilidades interpersonales, motoras y comunicativas», escriben los autores.

Otros investigadores precisan que, si bien, en general, el estudio es bienvenido, hizo falta considerar aspectos como los desarrollos en tecnología desde 2016 o qué tipos de pantalla se estaba utilizando. También destacaron el hecho de que los autores se basaron solo en cuestionarios completados por madres y padres, sin considerar para qué usaba el niño la pantalla o si estaba solo o con compañía. Además, los resultados no muestran en qué áreas particulares de desarrollo se vio más afectado el desarrollo ni sugiere cuánto tiempo de uso de pantallas se considera demasiado.

El uso prolongado que los niños dan a las pantallas se ha convertido en campo de batalla en la discusión pública sobre los estilos de educación en las familias. Mientras algunos argumentan que el tiempo de pantalla es perjudicial para la salud y desarrollo de los niños, otros advierten sobre un pánico moral, argumentando que la evidencia sobre el tema aún es insuficiente para determinar un verdadero daño.

El profesor Andrew Przybylski, director de investigación del Oxford Internet Institute en el Reino Unido, señaló que el estudio muestra que menos de un 1% de variación en los puntajes de desarrollo de los niños se relaciona con el tiempo de uso de pantallas. «Esto significa que más del 99% de las trayectorias de desarrollo de los niños estudiados aquí, no tienen nada que ver con las pantallas», dijo.

El Dr. Max Davie, del Colegio Real de Pediatría y Salud Infantil, estuvo de acuerdo en que otros factores podrían tener un impacto mayor en cómo les fue a los niños.

«Los datos muestran que la asociación con el tiempo de pantalla es más débil que la que existe entre los resultados del desarrollo y el buen dormir, la lectura para los niños y la positividad materna», dijo Davie.

Sin embargo, también advirtió que los padres deben equilibrar el tiempo de pantalla con otras actividades. «A la luz de este documento, reiteramos nuestro consejo de pasar el tiempo interactuando en familia. Las pantallas no pueden interferir con el sueño y la interacción basada en [los dispositivos electrónicos] no es un sustituto para el contacto en persona», afirmó.

Fuente: [The Guardian](#)

Fuente: [El Ciudadano](#)