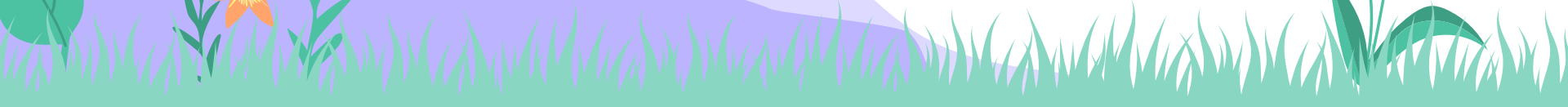






Efecto del uso de pantallas en niños

Claudia Vásquez Vásquez
Neurologa Infantil
Hospital Carlos Van Buren



Introduccion

En la población infanto juvenil el tiempo en las pantallas es la principal actividad despues de dormir.

Tiempo dedicado a ver televisión / videos, utilizar computador, juegos electrónicos, dispositivos móviles u otros aparatos audiovisuales



Epidemiología del uso de Pantallas



- La utilización de dispositivos móviles y pantallas táctiles se ha generalizado, siendo utilizado cada vez a edades más tempranas
- El tiempo aumentado de exposición en la niñez temprana es un predictor de exposición en niños más grandes
- El tiempo de visualización de televisión por parte de los padres se asocia fuertemente con el tiempo de visualización de televisión de los niños





98%

0-8 años

Pasan mas de 2 horas al
día en pantallas



68%

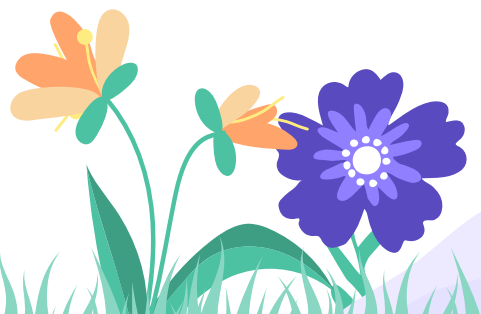
< de 2 años

Promedio de 2.05
horas al día

4,6 hrs al día

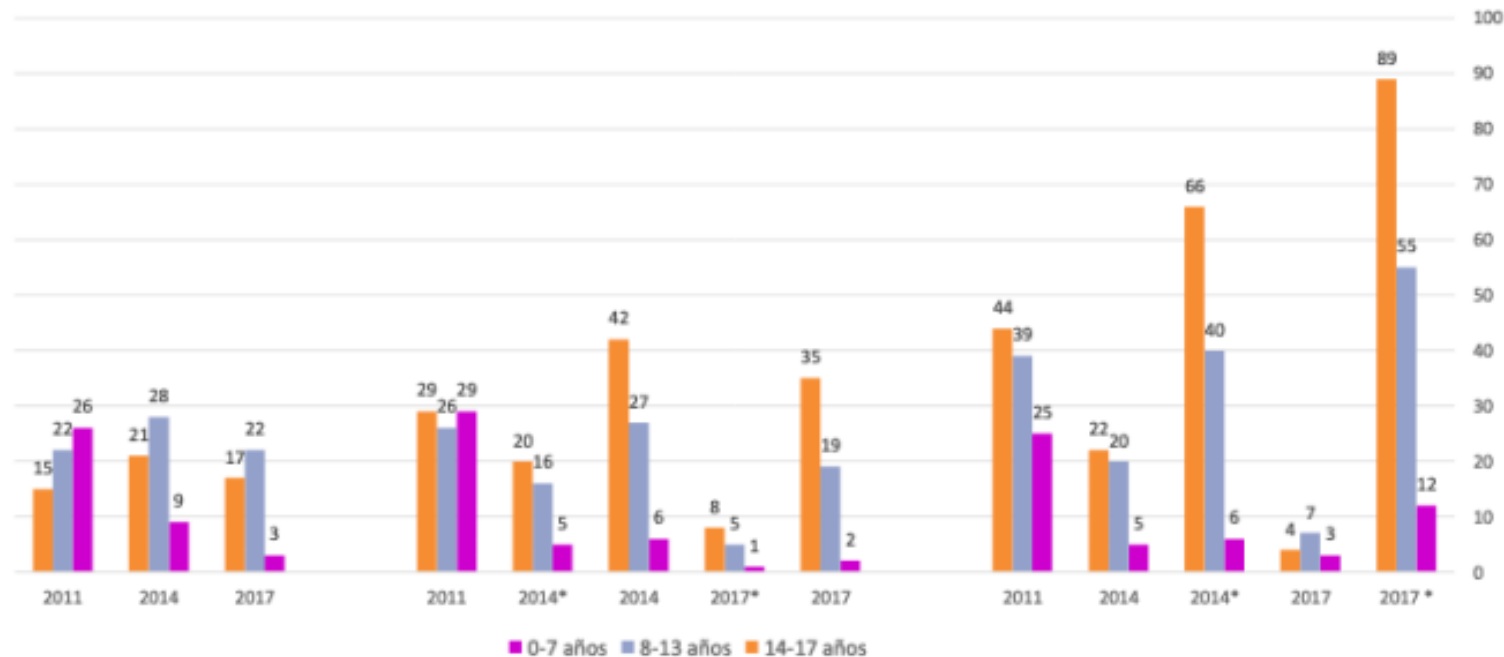
Adicionales al día

En niños con
televisiones en sus
piezas



NIÑOS Y JÓVENES

TENENCIA DE BIENES TECNOLÓGICOS PROPIOS: NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES



Consolas de video juego

Computador/Notebook
(*Computador fijo)

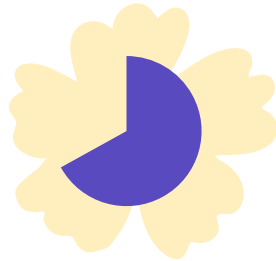
Teléfonos celulares
(*con acceso a Internet)

Y qué pasó durante la **pandemia**



Aumento del tiempo

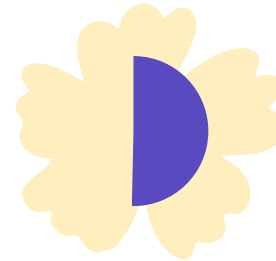
Permitió a los niños utilizar los dispositivos por más tiempo que el habitual



62%

Exceden la recomendación

De los niños las utilizaban más de dos horas por día



55%





Efectos NEGATIVOS del uso de pantallas



Sueño

Cantidad y calidad inadecuada.
Aumento de somnolencia diurna



Alimentación

Aumento del IMC y peso y del consumo de alimentos poco saludables



Bienestar

Disminuye calidad de vida



Neuro desarrollo

Múltiples implicancias la mayoría negativas





Pantallas y Sueño

01

Disminuye melatonina

Visualización en la tarde noche
Secreción inhibida de melatonina causada por la luz azul de las pantallas

02

Calidad del sueño

Pobre calidad del sueño
Disminución en horas de sueño
Aumento de somnolencia diurna

03

Neurodesarrollo

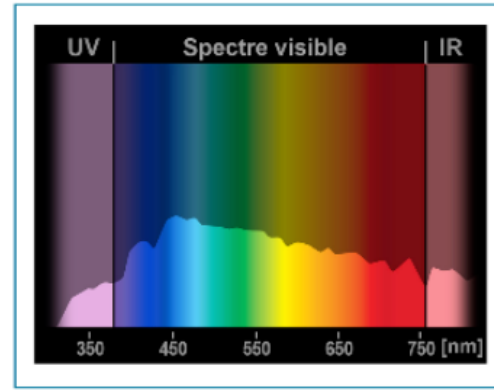
Deterioro de aprendizaje, conducta y aumento de enfermedades psiquiatricas



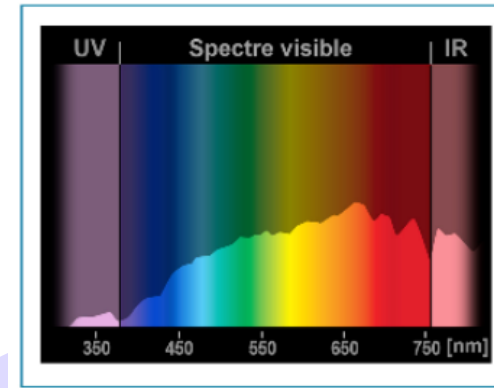
Alteración del sueño

Melatonina

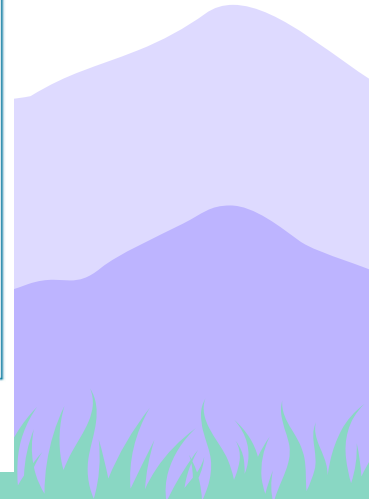
- Secreción de melatonina es sensible a la luz.
- Pantallas usan ondas de rango corto (luz azul)
- Disminuyendo secreción de melatonina, alterando arquitectura del sueño



Medio Día



Atardecer





Impacto de pantallas en el neurodesarrollo

Disminución de la atención, inmediata y largo plazo.

Aumento de hiperactividad y agresividad

Aumenta el 49% de riesgo de retraso de la expresión verbal por cada 30 minutos extra de exposición a pantallas

Menores resultados en test de matemáticas

Episodios de juego más cortos y de menor calidad

Mayor probabilidad de experiencias de rechazo de los pares. Menores habilidades sociales.

Funciones ejecutivas

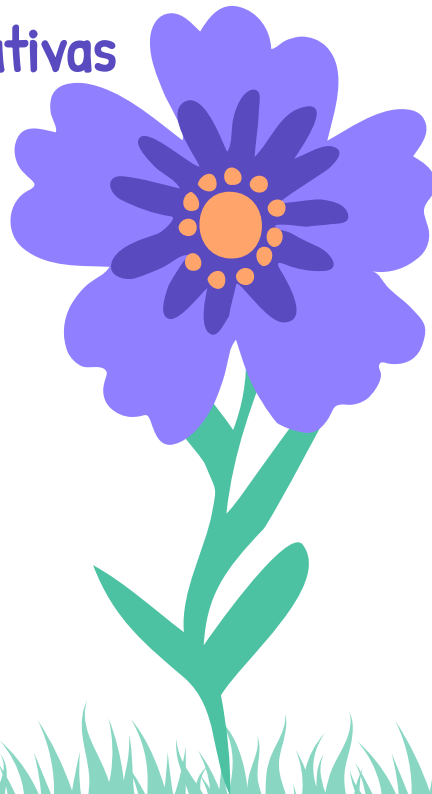
Conducta

Lenguaje

Matemáticas

Juego

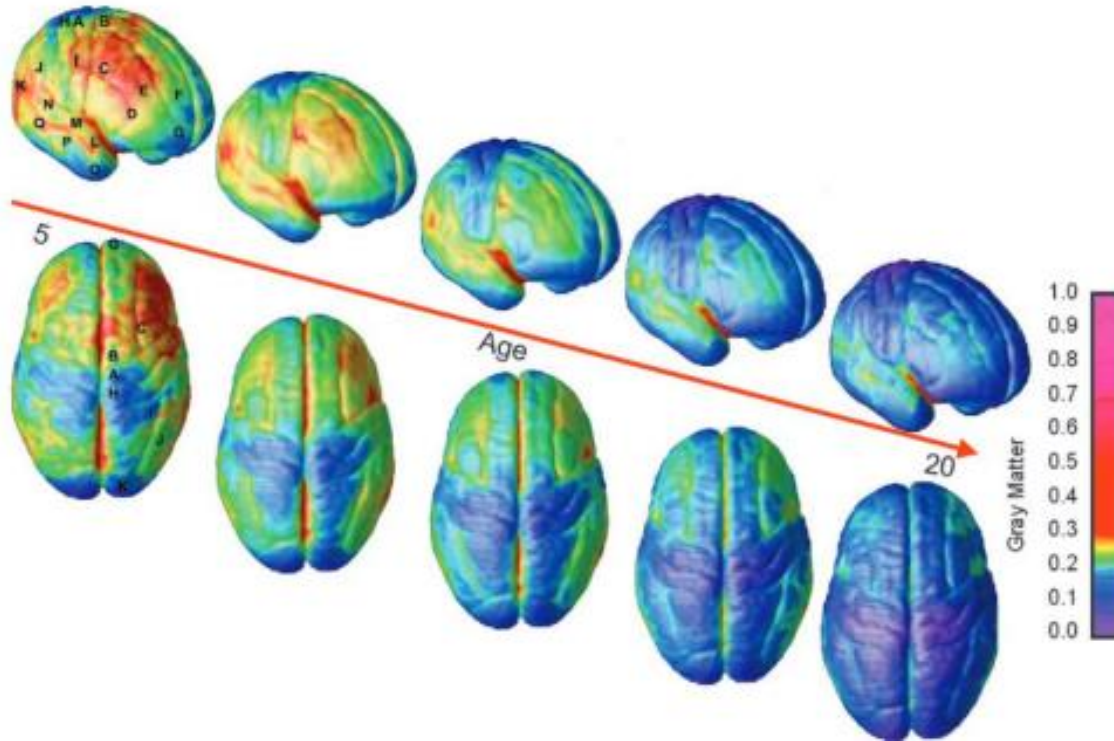
Social





Neurofisiología

Maduración de la Sustancia Gris



Factores que influyen en el impacto negativo

Horas acumulativas
Edad de inicio
Tipo de contenido
**Programas de
ritmo rápido**



Cambios estructurales cerebrales

01


Conectividad cerebral

Las redes funcionales contribuyen en proceso de integridad del lenguaje

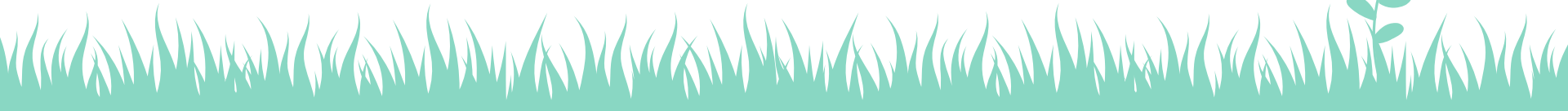
02

Maduración cerebral

Impacta en la maduración de redes estructurales en el cerebro y proveen evidencia de que diferencias individuales de estas redes tienen consecuencias en la performance cognitiva y psicopatológica



La interacción física y social es un pilar fundamental para que los niños desarrollen habilidades sociales, cognitivas, lingüísticas y motoras



A baby is sitting in a field of pink and white flowers. The baby is wearing a crown made of white flowers and is holding a pink flower to their mouth. The background is a dense field of similar flowers.

**Efectos en
niños
menores de 2
años**

¿ cómo utilizamos las pantallas en los bebés?



Entretención

Caricaturas,
canciones,
videojuegos, etc



Actividad segura

Niño viendo pantallas con efecto
tranquilizador ara poder realizar
labores domesticas



Educación

Programas para bebes
que “enseñan” numeros
colores etc



Hábito

TV prendida en la
casa



Pacificador

Evitar pataletas o
“disminuir” irritabilidad



Comunicación

Videollamadas



Modalidades de pantallas

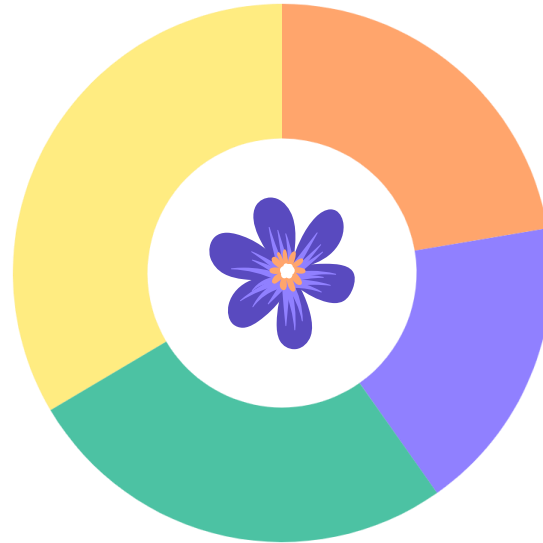
Programas de ritmo rápido

Incremento del 49% de riesgo de retraso verbal por cada 30 minutos extra de exposición a pantallas



TV de fondo

Altera tiempo de juego calidad de este e interacción de los padres con sus hijos



Programas educativos

El lenguaje y el desarrollo psicomotor no es estimulado por las pantallas



Videollamadas

Efectos beneficiosos en desarrollo del lenguaje y social





Efectos de pantallas en menores de 2 años

01

NO EDUCA

Para educar mediante la pantalla se requiere entender lo que se ve lo cual **NO** ocurre en menores de 2 años

02

PERJUDICA!

Retrasa el desarrollo del lenguaje, social y otras habilidades.

03

MENOS JUEGO

Fundamental en desarrollar habilidades lingüísticas, sociales y motoras

04


LENGUAJE

Principal área comprometida





LAS PANTALLAS **NO** ENTREGA HABILIDADES



En niños de 12 a 18 meses expuestos a un programa de DVD de enseñanza de palabras para bebés.

No hubo mayor desarrollo de palabras en los niños expuestos al contenido del DVD.

El nivel más alto de aprendizaje ocurrió en los niños a quienes sus padres intentaron enseñar las mismas palabras durante las actividades diarias.

Los padres a quienes les gustó el DVD tendieron a sobrestimar cuánto habían aprendido sus hijos de .

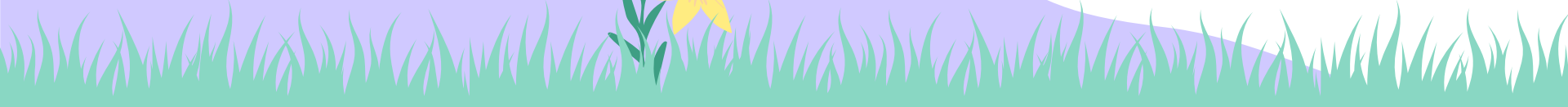





VIDEOLLAMADAS

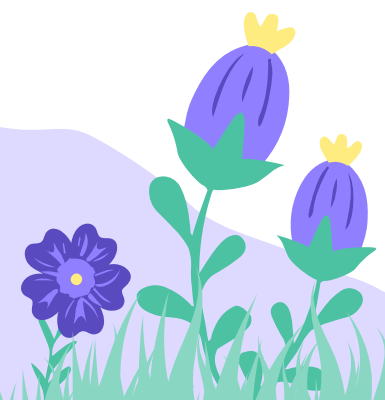
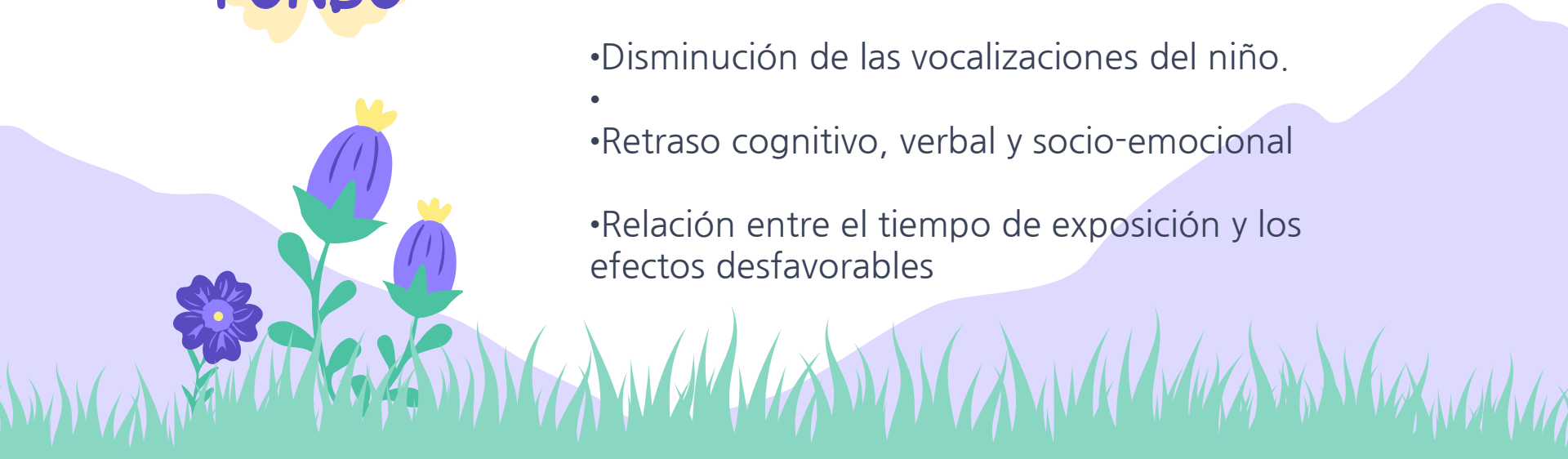
Previo a la pandemia el 85% de los niños encuestados había usado alguna vez el videochat
60% lo usaba varias veces al mes
37% lo usaba por lo menos una vez a la semana, sobre todo para comunicarse con familiares que vivían lejos

Las interacciones sociales son un importante promotor del aprendizaje del lenguaje y los estudios sugieren que los niños pequeños podrían aprender nuevas palabras tanto en las interacciones por video chat como en vivo





TELEVISION DE FONDO

- Interrumpe juego
 - Altera la calidad del juego
 - Disminuye las interacciones entre padres e hijos
 - Disminución de las vocalizaciones del niño.
 - Retraso cognitivo, verbal y socio-emocional
 - Relación entre el tiempo de exposición y los efectos desfavorables
- 
- 

RETRASO DEL DESARROLLO a causa de las pantallas



Padres

Disminuye la conversión por parte del adulto al niño



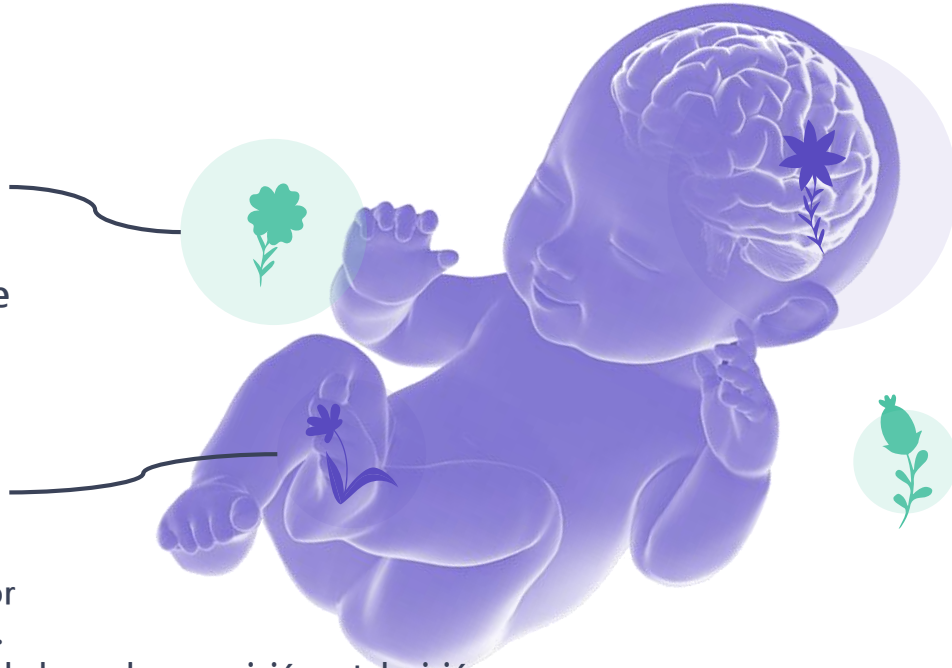
Juego

Disminuye el tiempo, calidad y tipo de juego. Disminución del 10%

Niños

Disminuye las vocalizaciones por parte del menor.

Por cada hora de exposición a televisión, un adulto dice 770 palabras menos a un lactante.

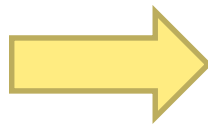


“Hipnotiza”

Niño se mueve menos, practica menos, aprende menos



APAGUEMOS LAS TELEVISIONES EN LA CASA.



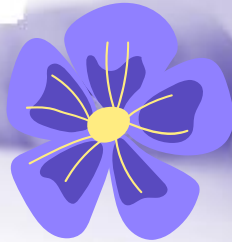
No se recomienda uso de pantallas en <2 años.

Leer a los niños todos los días para estimular desarrollo cognitivo y del lenguaje

Recomendación

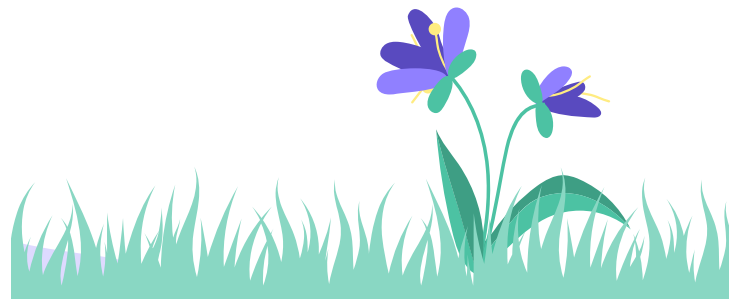
< de 2 años

**Academia americana de
Pediatria**



A decorative border in the top-left corner featuring various colorful flowers in shades of purple, yellow, and green, along with green leaves and small yellow berries.

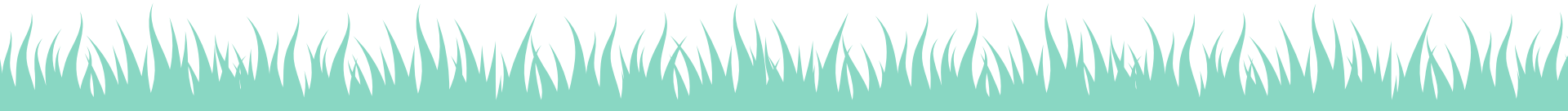
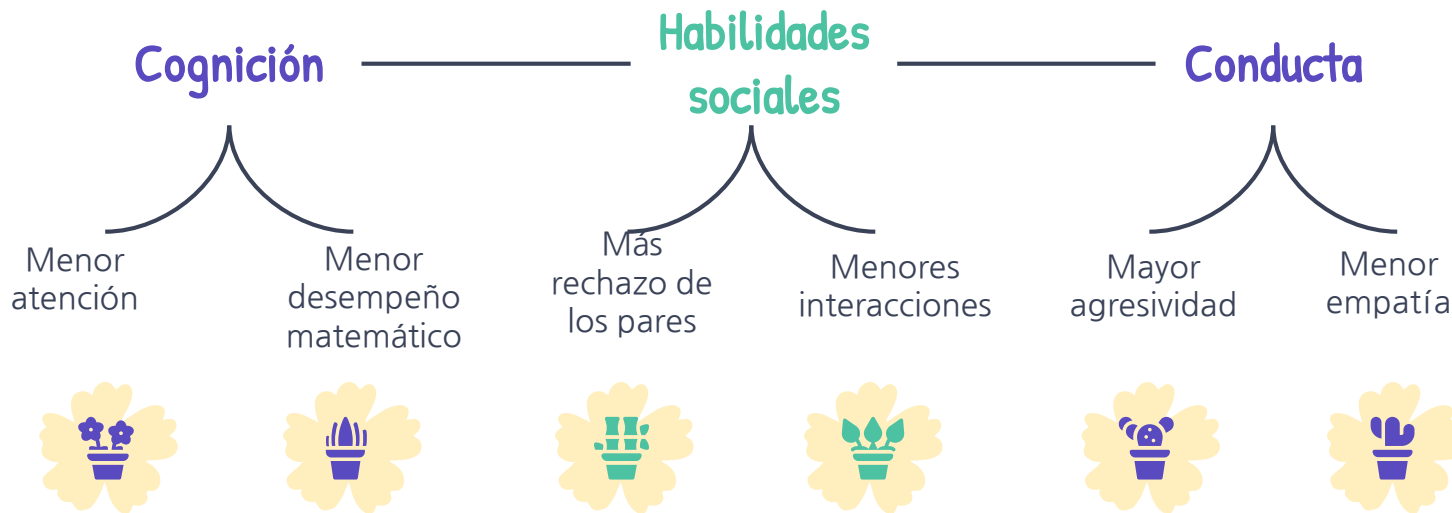
Efectos de pantallas en mayores de 2 años



Efectos de pantallas en mayores de 2 años



Niños y adolescentes

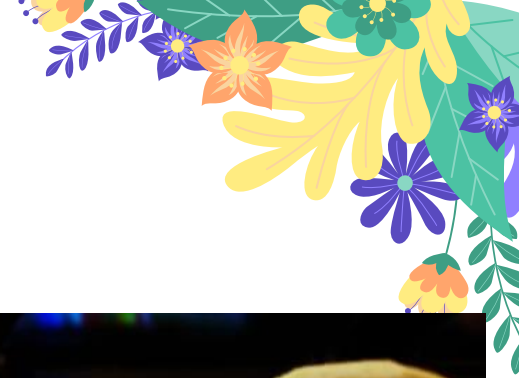


Conducta

Exposición repetida a una forma de resolver conflictos desde desensibilización.

Activación en regiones asociadas con excitación emocional en desmedro de función ejecutiva.

Aumento de agresividad.
Disminución del altruismo.



Atención

Exposición a pantallas reduce la atención y concentración de forma inmediata posterior a la exposición

¿Y de forma posterior?



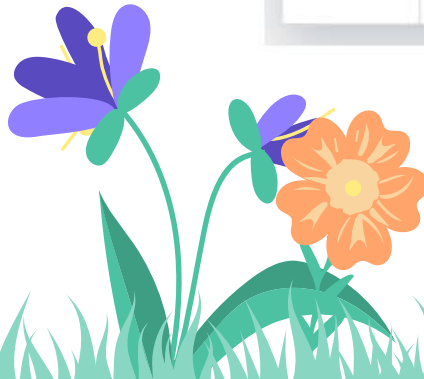



Clasificación ESRB





Clasificación ESRB



Fortnite			
<i>Windows PC, PlayStation 4, Xbox One</i>			
RATING	CONTENT DESCRIPTORS	INTERACTIVE ELEMENTS	RATING SUMMARY
	Violence	Online Interactions Not Rated by the ESRB (PC, PlayStation 4, Xbox One)	This is an action game in which players build forts, gather resources, craft weapons, and battle hordes of monsters in frenetic combat.

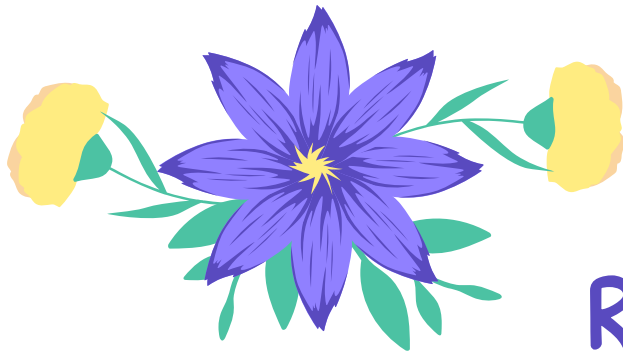




Beneficios de las pantallas

Programas de TV bien diseñados pueden mejorar habilidades cognitivas, literarias y sociales en niños de 3 a 5 años, sin embargo estos estudios han estado limitados debido a que han sido programas especialmente diseñados para los estudios y no reflejan la realidad de la televisión a la que acceden los niños





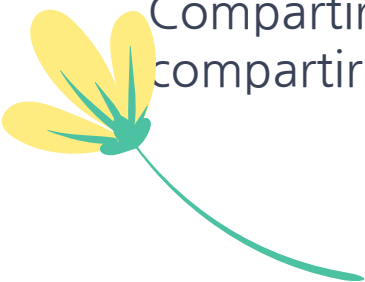
Se recomienda uso de pantallas en niños de **2 a 5 años** de máximo **1** hora al día

Contenido supervisado, adecuado para la edad de los niños.

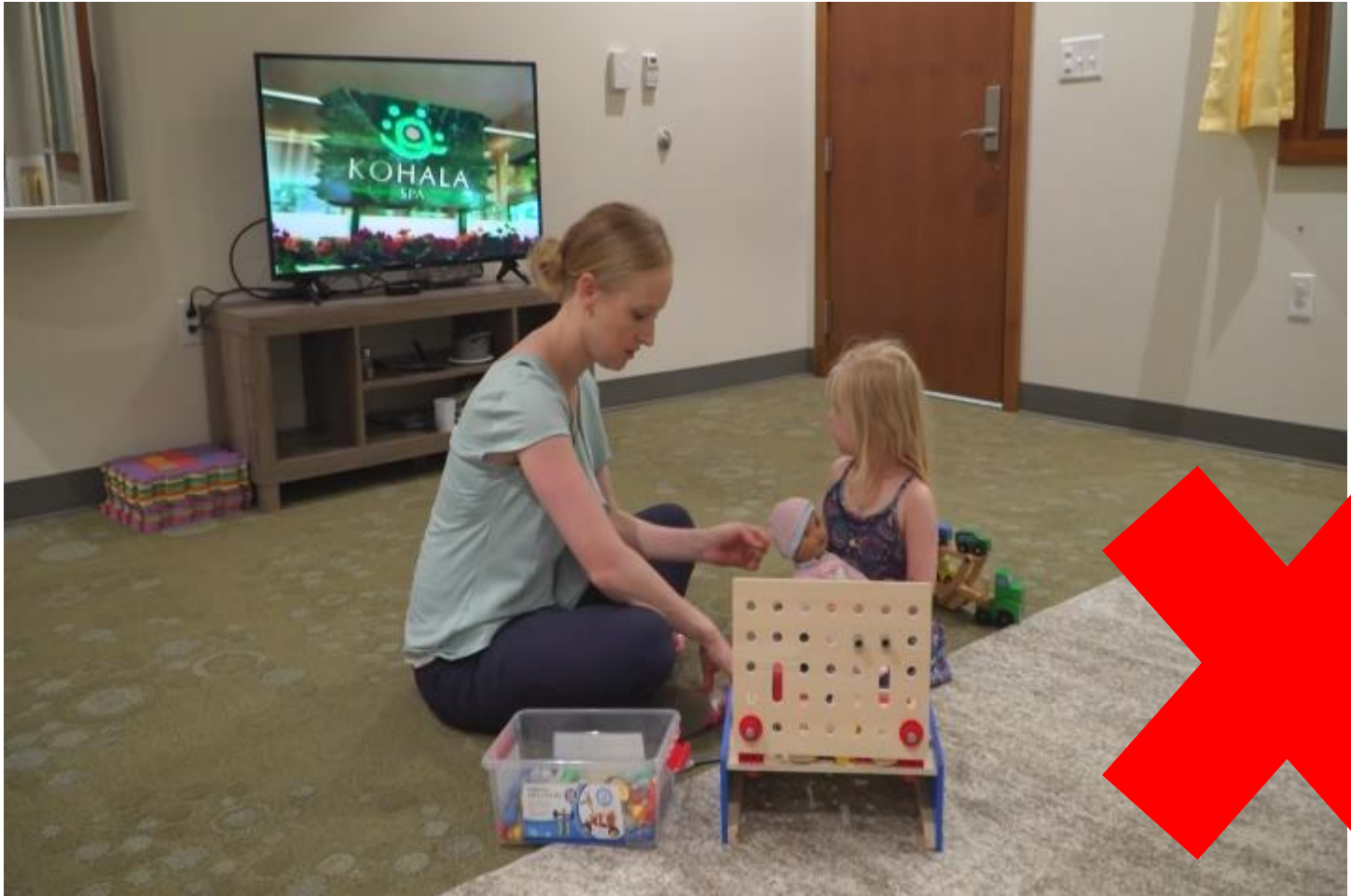
Compartir con padres lo visualizado, compartir e interactuar

Recomendación
de 2 a 5 años

Academia americana de
Pediatría









Conclusiones



- Las pantallas generan perjuicios en niños en cuanto al neuro desarrollo, hábitos saludables, y conducta
- En menores de 2 años no deben ser utilizadas
- Las video llamadas en niños menores de 2 años pueden ser la excepción dado que existe interacción y reciprocidad.
- En niños de 2 a 5 años las pantallas no deben exceder 1 hora al día. El contenido debe ser supervisado y guiado
- En niños mayores de 5 años debe tenerse especial cuidado en el contenido utilizado



Gracias

¿Alguna pregunta?

claudiavasquez.np@gmail.com

Neurologa Infantil



CREDITS: This presentation template was created by Slidesgo, including icons by Flaticon, and infographics & images by Freepik

Please keep this slide for attribution

