

"2021. Año de la Consumación de la Independencia y la Grandeza de México"



JUAN JOSÉ ARREOLA

C.C.T. 15PJN5359R

LOS NIÑOS Y LAS TECNOLOGÍAS

LOS NIÑOS Y LAS TECNOLOGÍAS

Autor: Blanca Lucía Villicaña Vázquez

Objetivo:

Crear una conciencia en la importancia de supervisar y encausar el buen uso de las tecnologías en edades tempranas.

Justificación:

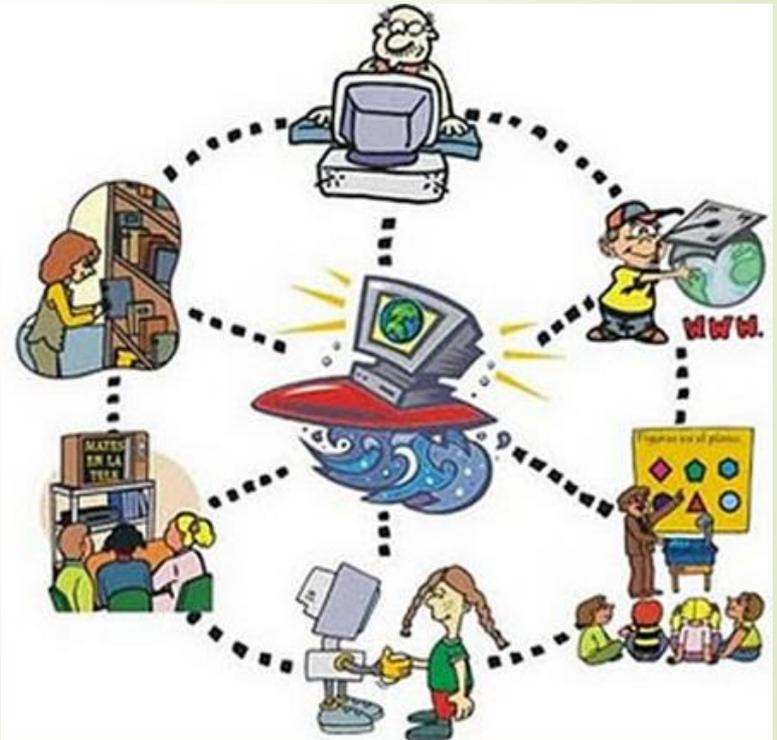
Evitar la codependencia a los dispositivos tecnológicos en edades tempranas.

LOS NIÑOS Y LAS TECNOLOGÍAS

Desde el punto de vista de la neurociencia, todavía no comprendemos en su totalidad el impacto que las nuevas tecnologías, las que han aparecido en los últimos años, pueden tener en el cerebro de los niños. Sin embargo, las evidencias que estamos obteniendo hasta la fecha son contundentes. Por el momento sabemos que un mayor tiempo de exposición a estos dispositivos (*tablets, smartphones, videojuegos y TV*) está relacionado con mayores índices de **miopía, déficit de atención, obesidad y depresión infantil**. Según los datos que estamos conociendo la exposición temprana o prolongada a estos dispositivos puede afectar la maduración de distintas estructuras y funciones del cerebro en desarrollo.



<https://images.app.goo.gl/aoUq9257xy65sxCC8>



<https://images.app.goo.gl/6EZTnvdtxoEmhKwu8>

Durante los primeros años de vida el cerebro del niño debe comenzar a dominar su concentración; mientras el niño va teniendo un dominio cada vez mayor de su atención la parte frontal de su cerebro se va desarrollando permitiéndole también **ser más resistente ante diferentes frustraciones de la vida**; toda una garantía de felicidad.



<https://images.app.goo.gl/QgEDCJ4k2ub7j3og8>

El principio que hace que la mayoría de videojuegos, apps y programas de televisión pensadas para niños sean tan divertidas y entretenidas es que **no exigen el suficiente nivel de concentración del niño**, lo que a muchos padres les puede parecer ayudar a sus hijos a evolucionar hacia una atención más rápida y mejores reflejos solo significa una **involución que provoca dificultades de concentración** y no favorece la capacidad de tolerar la frustración, posiblemente la piedra angular más importante sobre la que reside la inteligencia y la felicidad.



<https://images.app.goo.gl/TeRUfWtJnmDU3mkJ7>

Centrándonos en el tema de estudio, actualmente estamos ante una nueva generación de niños y niñas que desde que nacen tienen acceso a móviles, tablets y ordenadores, ven a sus padres y madres trabajar y divertirse con ellos, y están acostumbrados a utilizarlos desde muy pequeños. La realidad es que están inmersos en el mundo tecnológico, por ello, no podemos pretender que no participen de la tecnología, pero sí debemos regular su uso, y no permitir que jueguen únicamente con ordenadores y videoconsolas, ya que no debemos olvidar la importancia que tienen los juguetes tradicionales en los niños y como estos fomentan unos procesos de aprendizaje que no realizan los videojuegos

La realidad es que las nuevas tecnologías han llegado para quedarse y negar su existencia puede ser tan dañino como no **regular la exposición de nuestros hijos a ellas**. La tecnología es una herramienta que tiene como fin facilitarnos la vida y también ayudarnos a disfrutarla.

Hay que señalar que vivimos en una época en la que se presta mucha atención a una serie de dispositivos que ayudan ya no solo al intercambio de información y comunicación entre las personas, sino a facilitar el comercio, la ciencia, el entretenimiento, la educación, y un sinnúmero de actividades relacionadas con la vida moderna del presente siglo.



<https://images.app.goo.gl/wYKRhzzpNRFFE7bv5>



<https://images.app.goo.gl/VXqPTEby1HaGxq1EA>

Por lo tanto debe quedar bien señalado que es de suma importancia conocer y reconocer las tecnologías como una herramienta para facilitar la vida de quien las utiliza mas no causar conflictos y problemas en las vidas personales.

Los riesgos, como ya se mencionaban a un inicio, son inminentes y estamos frente a un mundo donde existe la necesidad de trabajar para subsistir y en la mayoría de ambientes familiares los menores quedan a cargo de personas diferentes a los padres, que en el mejor de los casos cuidan de su integridad física más no de su integridad emocional o conductual y no siempre existen reglas bien establecidas en el uso de las tecnologías para evitar consecuencias no gratas.



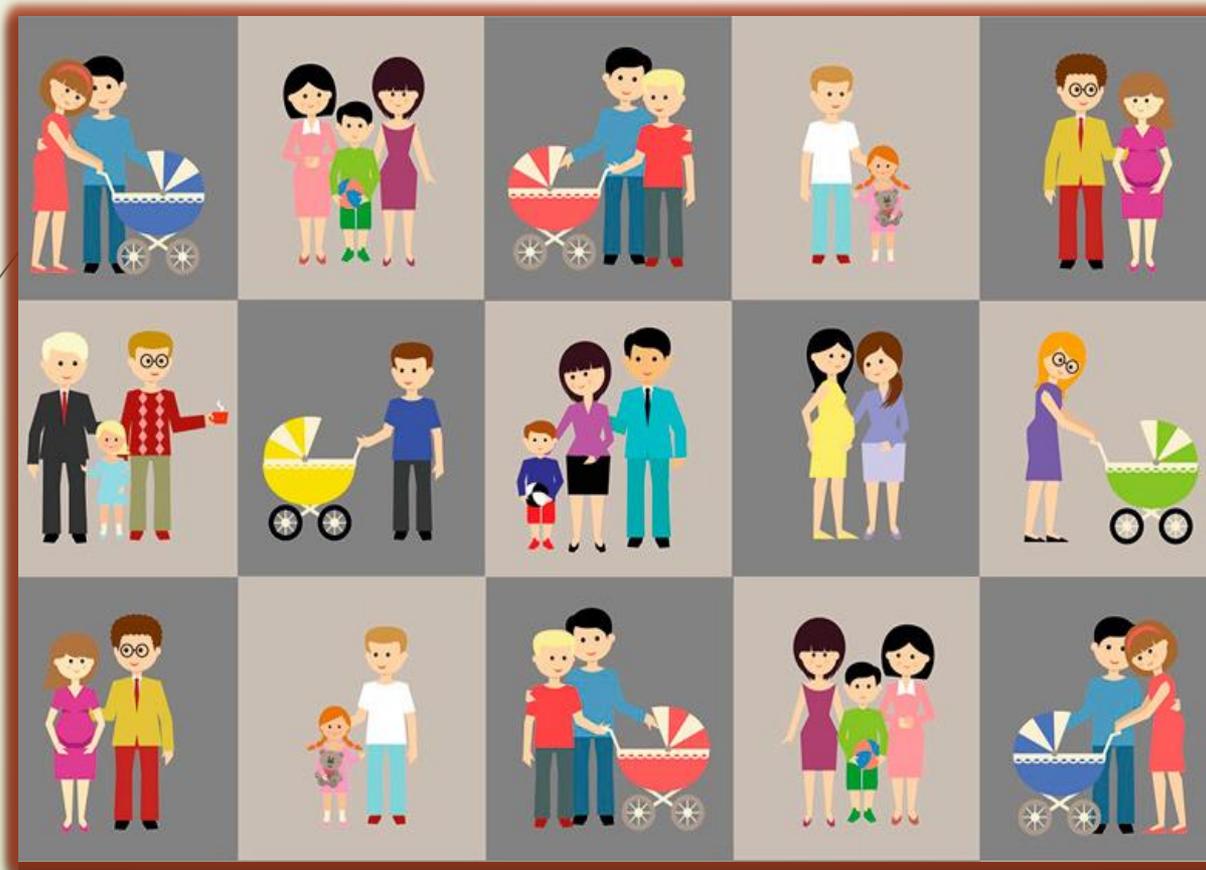
<https://images.app.goo.gl/MgpUUTVNwHxj6rnk8>



<https://images.app.goo.gl/zQcNJsUGbFGLxYsw5>

Conseguir esto es difícil, pues en la sociedad actual, en la que ambos padres trabajan y en ocasiones con horarios extensos, el sentido de culpabilidad puede hacerles mella. En ocasiones muchos de ellos se sienten culpables por pasar poco tiempo con sus hijos, y en el poco rato que comparten les cuesta marcar normas y límites, por lo que restringir el acceso a las tecnologías de sus hijos resulta tarea difícil, pudiendo esto desembocar en un estilo educativo permisivo que provoque en el niño consecuencias tales como falta de autodominio, autocontrol y riesgos de problemas conductuales.

No obstante, es necesario tener en cuenta la importancia que tiene el contexto familiar en todo este asunto, ya que como sabemos, la familia es considerada como la unidad social básica que debe cumplir funciones económicas, educativas, sociales y psicológicas que son fundamentales para el desarrollo de las personas y para su incorporación positiva en la vida social; de ahí que la familia se identifique como la base de la sociedad.



Podemos afirmar que los familiares tienen un papel determinante, y que en ocasiones, no llegan a ser conscientes del modo en que un uso excesivo de dispositivos tecnológicos puede afectar a sus hijos en todos los aspectos, pudiendo esto ser por lo tanto un aspecto a trabajar con ellos desde un plano profesional.



<https://images.app.goo.gl/ajCRVHTCt8sPjedD8>



<https://images.app.goo.gl/2kPvFoa86NQ6zvei8>



<https://images.app.goo.gl/JZfMZGo7XEeKchGx9>

La UNICEF ha considerado a los niños y niñas de la sociedad actual como “nativos digitales” ya que las tecnologías son centrales en sus vidas. Los más pequeños conviven con ellas y dependen de ellas para aprender, socializarse, informarse y divertirse, pudiéndose generar de esta manera dependencia de las mismas. En el caso más extremo, los usuarios de nuevas tecnologías pueden verse afectados por un uso abusivo de las mismas, en ese caso un deterioro centrado en el control de su uso, que tiene manifestaciones sintomáticas a nivel cognitivo, conductual y fisiológico.



<https://images.app.goo.gl/Q1gfbTtPcauwSad68>



<https://images.app.goo.gl/BxgUpVbcGhgYoZ1L8>

Investigaciones relacionadas con situaciones que afectan a la infancia y a la adolescencia, desde una perspectiva multidisciplinar es el estudio del uso, abuso y dependencia de las tecnologías de la información y la comunicación. Según este informe, podemos hablar de dos desviaciones de lo que cabe considerar el “buen uso” de las TIC. Por una parte, el “mal uso”, considerado como un uso indebido o para fines poco lícitos. Y, por otra parte, el “abuso” o “uso patológico” que conduce a la adicción.



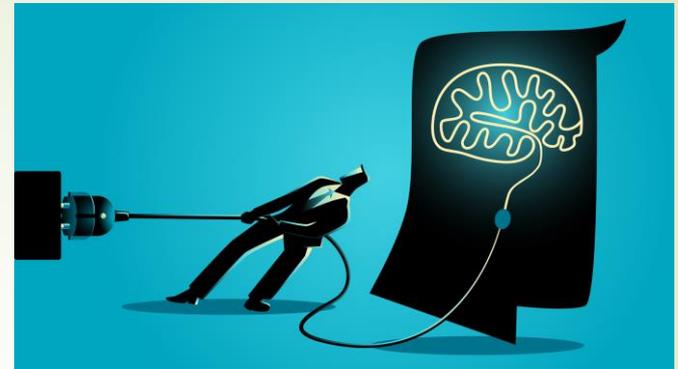
<https://images.app.goo.gl/tpmZrbJFim5q4rn57>



<https://images.app.goo.gl/bTXk9i8Vf8DL3xKd7>

Para dejar en claro, lo que es el uso, abuso y dependencia tenemos estos conceptos:

- **Uso:** La conducta no se realiza de forma continuada. La persona es capaz de interrumpir la acción en cualquier momento que se le solicite o que lo desee para dedicarse a otra actividad, sin que ello le produzca ningún problema o disgusto.
- **Abuso:** La conducta es desadaptativa. La persona dedica todo el tiempo que le es posible a una actividad y puede ocurrir que abandone otras, que antes le gustaban, para dedicarse exclusivamente.
- **Dependencia:** La conducta es reiterativa. La persona ha ido adaptando sus necesidades a la conducta compulsiva y suple su necesidad de emoción, compañía, reto, superación, distracción, etc. Con ello, busca incesantemente la sustancia, cosa o situación, hasta conseguirla como sea, sin importar nada más



<https://images.app.goo.gl/mVFieoQg7iu6zano9>



<https://images.app.goo.gl/udwGRuFmJGs6jVSj6>



<https://images.app.goo.gl/hYRH9G6FvzHCLSpM7>



<https://images.app.goo.gl/Hq2jJop1hdJe5kGK7>



<https://images.app.goo.gl/u7kwmpTyAumEpr69>



<https://images.app.goo.gl/ycvyY9DQgi4ourfP8>

Y es que la tecnología no debería remplazar lo que un niño aprende con el juego tradicional, jugar hace referencia a hacer algo con alegría con el fin de entretenerse, divertirse o desarrollar determinadas capacidades, la palabra juego se refiere a una actividad que se realiza generalmente para divertirse o entretenerse y en la que se ejercita alguna capacidad o destreza.



<https://images.app.goo.gl/6hsvh4Z9XCUEKJnf6>



<https://images.app.goo.gl/Y8n7TBnm7uF6Pw137>

Algunos de los valores que podemos encontrar en el juego tradicional son:

- Transmisión cultural, ya que nos van pasando la cultura de una generación a otra, sin que esta se pierda.
- Aproximación con la realidad.
- Motivación.
- Motricidad.
- Adecuada utilización del tiempo libre.
- Mejora de la autoestima, ya que el niño siente que está jugando a sus propios juegos, reforzando, por lo tanto, el punto de vista de si mismo.
- Salud física, mental y social, eliminando el sedentarismo y estrés cotidiano y promoviendo la interacción, desinhibición y relaciones positivas con sus iguales.
- Promoción de la creatividad, ya que al jugar a juegos que facilitan nuevos puntos de vista, estos deben abrir su mente y crear normas estandarizadas.

Son muchos los expertos que afirman que nunca se debe reemplazar el ir al parque o jugar al aire libre, en especial en familia, por pasar tiempo frente a las nuevas tecnologías, ya que las primeras no solo aportan salud, sino que potencian las relaciones interpersonales y la formación del carácter de los más pequeños. El uso de la tecnología debe tener un objetivo concreto y puntual: diversión, aprendizaje o formación. Aquí el papel de los adultos, pensamos que es importante, ya que deben dar buen ejemplo de ello a sus hijos, y no hacer también un uso excesivo de las tecnologías continuamente en casa.



<https://images.app.goo.gl/3JLzTPpQf9p1qErZ7>

El papel de la familia como agente preventivo es incuestionable, en el área de las nuevas tecnologías y en cualquier otra. La familia puede reducir los factores de riesgo y aumentar, por tanto, la protección de los niños y niñas para el problema de las adicciones y para muchos otros.



<https://images.app.goo.gl/dYhWGhhaBdsYnDfn8>

Existen distintos niveles de prevención según la OMS (1998):

-Prevención primaria: Es aquella actuación que se lleva a cabo antes de que el problema aparezca, trabajando con todos los factores de riesgo asociados a él. Se dirige a población general y a los colectivos que puedan estar en mayor riesgo.

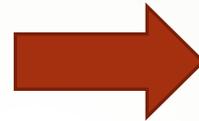
-Prevención secundaria: Es aquella actuación sobre problemas que ya existen (en etapas iniciales), tratando de hacerlos desaparecer por completo o parcialmente y evitando las complicaciones posteriores.

-Prevención terciaria: Actuación que se lleva a cabo cuando el problema ya está fuertemente instalado. El objetivo es frenar su desarrollo y consecuencias.

Es esencial comprender la necesidad de formar a padres y educadores para que actúen como agentes de prevención primaria, pero en este caso, centramos en el ámbito familiar, en la familia se producen los aprendizajes más valiosos para la vida, durante el proceso de socialización que incluye la enseñanza de valores, significados y normas.



<https://images.app.goo.gl/WTvVoiXP2Eyxwsd4A>



<https://images.app.goo.gl/D8Vy37syPstszgEQ7>



<https://images.app.goo.gl/hyhWapvt6E2Rua867>



<https://images.app.goo.gl/CSuqeitCCKtNEeqN8>

¿Y cómo pueden estos padres y madres actuar?
Es necesario involucrarse, aquí algunos puntos clave:

-Dialogar de manera continuada con los hijos.



<https://images.app.goo.gl/vg26UFRRTU4d3adC8>

-Estar al día en todo lo relativo a internet y nuevas tecnologías, ya que cuanto más información se tenga sobre esta realidad mejor podrán ayudar y acompañar a sus hijos en el buen uso de ellas.



<https://images.app.goo.gl/j1DmzZpX6ycvj4z6>

-Ofrecerles un ejemplo coherente de sus propios actos, ya que, si un niño observa que su padre o madre habla por el teléfono móvil a todas horas y en cualquier parte, es probable que comience a utilizarlo de la misma manera y que incluso exija su “derecho” a hacerlo.



<https://images.app.goo.gl/4AphJe2NHXBefkPB6>

-Limitar ciertos contenidos según la edad.



<https://images.app.goo.gl/HgLNLfzc2V2t6VSN7>

-Compartir el tiempo de uso de las tecnologías con los hijos, y estimularles para que hagan un uso más productivo de ellas, por ejemplo, para aprender a investigar.



<https://images.app.goo.gl/pbaJfm5eY2Bs9Had6>



<https://images.app.goo.gl/EAYI>



<https://images.app.goo.gl/NzjK2Y4DNZXHJcva7>



<https://images.app.goo.gl/erD6u7zmx9Wb36fq7>

-Compartir el tiempo libre con los hijos, proponiéndoles actividades de ocio en función de sus intereses. El tiempo libre es un momento de aprendizaje a través de actividades gratificantes. Por esta razón, los padres y madres deben enseñar a sus hijos a gestionar su descanso y entretenimiento de forma adecuada. Debemos ofrecerles todas las posibilidades de ocio a nuestro alcance y motivarles para que se impliquen en ellas; es importante descubrir las aficiones que estimulan a nuestros hijos, fomentar su práctica y, por supuesto, tener en cuenta su opinión, para que se sientan implicados en las propuestas para su tiempo libre. De lo contrario, se sentirán desmotivados y lejos de resultarles agradables, terminarán sintiendo que estas actividades son una obligación.

Páginas consultadas:

LOS NIÑOS EN UN MUNDO DIGITAL

<https://www.unicef.org/media/48611/file>

Adicción de las nuevas tecnologías en niños

<https://enfamilia.aeped.es/vida-sana/adiccion-nuevas-tecnologias-en-ninos>

Niños y un exceso de tecnología: un daño silencioso

<https://maiposalud.cl/blog/ninos-y-el-exceso-de-tecnologia-un-dano-silencioso/>

La influencia de la tecnología en el desarrollo del niño

https://www.huffingtonpost.es/cris-rowan/influencia-de-la-tecnologia-ninos_b_4043967.html

Videos consultados:

ADICTO A LOS VIDEOJUEGOS

<https://youtu.be/mGpIBTvlicE>

Los riesgos de jugar demasiado tiempo videojuegos.

<https://youtu.be/PmMF2msVUOY>

Versión completa: "Las pantallas perjudican la atención de los niños".

Catherine L'Écuyer

https://youtu.be/dPfass4v_t0