

Para nadie es un misterio los efectos nocivos que pueden llegar a tener las pantallas de celulares en la población, siendo el grupo de los niños uno de los más afectados debido a las consecuencias cognitivas que este tipo de aparatos puede causar entre los usuarios de menor edad.

Así lo señaló la psicóloga y docente de la Escuela de Psicología de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Sonia Muñoz, quien afirmó que “las pantallas son muy poco recomendadas para niños pequeños, ya que ofrecen estímulos que muchas veces sobrepasan las necesidades del desarrollo neurológico de una persona de corta edad. Debemos entender que el desarrollo cognitivo y neurológico necesita cierta experimentación en cuanto al hacer las cosas, tocar las texturas, aprender a saltar; en el fondo vivir la experiencia”.

#### Anuncio Patrocinado

La docente agregó que “la pantalla lo que hace muchas veces es no brindar los espacios a los procesos del desarrollo físico, cognitivo y social de manera adecuada. Lo que hacen los celulares es crear una pseudo experiencia porque no es una experiencia real”.

Los efectos de las pantallas de los celulares son aún más nocivos durante la noche, según lo explicó la académica de la PUCV. “En la jornada nocturna son distintos los estímulos que pueden influir en los más pequeños. Por ejemplo, si están jugando en el celular antes de dormirse, el cerebro genera una hiper funcionalidad cognitiva que no permite un buen descanso para facilitar la funcionalidad de los niños al día siguiente”, señaló la psicóloga.

# WAM | PUBLICIDAD

## AGENCIA DE PUBLICIDAD

-  Impresiones
-  Manejo de redes sociales
-  Videos y fotografías profesionales

 **Conversemos**  
por WhatsApp



“El descanso físico y mental a través del sueño es una necesidad fisiológica de todos los seres humanos, pero especialmente en los niños, porque también hay diversas hormonas que tienen que ver con el crecimiento que se secretan durante la noche”, sostuvo.

Según Muñoz los celulares son altamente adictivos debido a la elevada cantidad de dopamina que logran hacer secretar al ser humano. “El celular genera una relación dopaminérgica muy fuerte con los niños, sobre todo en lo que tiene que ver con los juegos; mientras más gana el jugador, más experiencia busca en el ámbito de la secreción de dopamina, por ende, genera adicción y dependencia”, recalcó.



y tú, ¿qué opinas?