Académicos advierten el impacto negativo que tiene en el desarrollo motor de los niños el uso reiterado de pantallas

Las niñas y niños que se encuentran en los niveles de desarrollo motor muy deficiente, deficiente y promedio bajo, son los que más tiempo acumulan frente al televisor, PC, consolas y un tiempo total mayor con pantallas. Esta es una de las principales conclusiones que sostiene el grupo de investigación de Educación Física, Desarrollo, Aprendizaje y Conductas (eFiDac) de la PUCV, luego de haber estudiado el impacto de las pantallas en niños y niñas de 8 a 10 años.

De acuerdo a la investigación titulada “Relación entre el uso de pantallas y el desarrollo motor (DM) de niños y niñas de 8 a 10 años de edad”, un grupo de académicos e investigadores de la Escuela de Educación Física de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso indicó con preocupación que el considerable aumento en la exposición a las pantallas provoca efectos negativos en el DM de los niños y niñas, lo que se traduce en una disminución del nivel de actividad física y un aumento de los comportamientos sedentarios.

Anuncio Patrocinado

PERMISO
CIRCULACIÓN
Segunda cuota
Paga en línea:
www.muninogales.cl
📢 Recuerda que hasta el 30 de agosto tienes plazo para pagar la segunda cuota de tu permiso de circulación 2025.
Te informamos de los horarios de atención en la Unidad de Tránsito. (Interior Edificio Municipal)
📅 Martes 26 al viernes 29 de Agosto:
🕘09:00 - 13:30 horas.
📅 Sábado 30 de Agosto: 🕘09:00 - 13:30 horas.
También puedes realizar el trámite en www.muninogales.cl
Nogales
MUNICIPALIDAD

Los investigadores recordaron los resultados de este estudio, publicado en abril de este año, en el marco de la reciente discusión en el Senado que respalda legislar a favor de la prohibición y regulación del uso de los celulares en los colegios. Recientemente, la Sala aprobó en general la iniciativa que cumple su segundo trámite y que busca prevenir y disminuir los efectos nocivos que tiene el uso indiscriminado de dispositivos tecnológicos en el proceso educativo, la salud física y mental de las y los menores.

Jacqueline Páez Herrera, investigadora que lideró esta publicación, explicó que “hemos levantado investigación de nuestra población en materia del desarrollo motriz y variables que van afectando el normal desarrollo del sujeto, y las pantallas tienen una incidencia negativa en ese desarrollo. Nos preocupamos de esta variable porque es incidente en varias dimensiones del sujeto, en el entendido que un buen DM en edades tempranas potencia el aprendizaje, las relaciones sociales y emocionales”.

Páez, quien además es Vicerrectora de Vinculación con el Medio en la Universidad, añadió que “con preocupación evidenciamos que el uso de pantallas en promedio, aumenta los fines de semana. Si bien los estudiantes están a una exposición alta durante la semana, aumenta aún más los fines de semana, así que es un llamado a los padres y tutores a colocar atención a estas variables que son tremendamente significativas para el desarrollo biopsicosocial del niño”.

Esta investigación nace por la preocupación de investigadores en actividad física posterior a la pandemia, periodo en el que el aumento de uso de pantallas fue exponencial, disminuyendo considerablemente el DM y calidad del movimiento, evidenciando también el incremento del sedentarismo.

Juan Hurtado, secretario académico de la Escuela de Educación Física e integrante del equipo investigador, aseguró sobre los resultados que las principales recomendaciones de la OMS sobre el uso de pantallas no se cumplen, y que “las niñas tuvieron un mayor nivel de desarrollo motriz, dado que el tipo de pantalla que utilizaban les permitía estar menor cantidad de tiempo con un comportamiento sedentario en comparación a los varones, que usaban más tiempo consolas o computadores, lo que implicaba que su desarrollo motriz estaba mucho más bajo en comparación a las niñas”.

El efecto en la salud

Esta publicación sostiene que, durante la infancia, el DM “se relaciona tanto con el desarrollo cerebral y la adquisición de habilidades motoras, como con el desarrollo de habilidades sociales y emocionales. Así, a medida que los niños y niñas adquieren nuevas habilidades motoras, también mejoran su capacidad para resolver problemas, expresar emociones y formar relaciones sociales”.

El sondeo contempló 206 niños y niñas que cursaban 3ro y 4to básico. De ellos, el 52% tenía una calificación muy deficiente, deficiente y promedio bajo en pruebas de locomoción, control de objetos y DM total, mientras que ninguno alcanzó las categorías superior o muy superior. Entre sus principales resultados destaca que cuanto más tiempo se pasa usando pantallas, menor es el desarrollo motor. Asimismo, demostraron su relación inversa: cuanto menos tiempo pasan los niños frente a la pantalla, mejor es su DM.

En base a estas conclusiones, el estudio sugiere que “es necesario promover un equilibrio entre el uso de pantallas y la actividad física, fomentando juegos y ejercicios que estimulen el DM”, y que “sería interesante avanzar en el establecimiento de estándares nacionales (en el contexto de Chile) sobre el tiempo de pantalla, ya que la realidad cultural, la organización y la dinámica de las familias difieren de otros contextos”

y tú, ¿qué opinas?