



El precio mental de vivir pegado a las pantallas

Los niños y adolescentes que dedican más tiempo a las pantallas son más propensos a tener problemas de salud mental, de conducta y académicos más adelante, según un análisis publicado en la revista JAMA Pediatrics.

Según la investigación, especialistas analizaron 153 estudios internacionales con niños y adolescentes de 2 a 19 años a los que se hizo un seguimiento de 20 años. El trabajo reveló que un mayor uso de los medios digitales se relaciona con más síntomas depresivos, problemas de comportamiento, un mayor riesgo de autolesiones y adicciones y un peor rendimiento escolar.