

Fecha: 09-04-2025

Fuente: Msn Chile

Título: Niños y pantallas: preocupación por el tiempo de exposición y sus efectos

Visitas: 277.614

VPE: 3.134.119

Favorabilidad: No DefinidaLink: <https://www.msn.com/es-cl/noticias/other/ni%C3%B1os-y-pantallas-preocupaci%C3%B3n-por-el-tiempo-de-exposici%C3%B3n-y-sus-efectos/ar-AA1CCdnM>

El mundo actual está cada vez más marcado por la tecnología. El uso de dispositivos digitales, como teléfonos inteligentes, tablets, relojes <p>inteligentes y televisores, se ha convertido en algo cotidiano tanto para adultos como para los niños. Sin embargo, esta creciente digitalización trae consigo preocupaciones respecto al tiempo que los menores pasan frente a las pantallas y los efectos que esto puede tener en su desarrollo. Un estudio reciente de la **Universidad de La Frontera (UFRO)** reveló que los niños chilenos entre 6 y 12 años pasan entre 5,3 y 6,1 horas diarias frente a dispositivos electrónicos. Esto representa más de un tercio del tiempo en que están despiertos, una situación que preocupa a expertos en salud y educación, quienes advierten sobre los riesgos de esta sobreexposición.

Impacto en el desarrollo infantil La directora de la Escuela de Psicología de la **Universidad Bernardo OHiggins (UBO)**, Viviana Tartakowsky, señala que el excesivo uso de pantallas puede afectar el desarrollo emocional y conductual de los niños "interfiriendo en su capacidad para concentrarse, regular sus emociones y desarrollar empatía.

Ello puede generar dificultades que se trasladan a la escuela y a las interacciones sociales". Además, la especialista enfatiza que no se trata solo de regular el tiempo de uso, sino también de promover actividades alternativas que fortalezcan el desarrollo de los menores. "Si nosotros como adultos no regulamos nuestro propio uso de la tecnología, ¿cómo podemos esperar que nuestros hijos aprendan a hacerlo?", agrega Tartakowsky. La importancia del juego en la infancia El juego es

una herramienta clave para el desarrollo infantil. A través de él, los niños pueden expresar emociones, desarrollar habilidades sociales y potenciar su creatividad. "El juego es un vehículo para que los niños expresen sus emociones, resuelvan problemas y socialicen. Es crucial que los adultos fomenten este tipo de pasatiempos para estimular su creatividad, como los juegos de mesa o las actividades al aire libre", asegura la docente. En este contexto, fomentar actividades que no dependan de pantallas se vuelve una prioridad. Juegos de mesa, actividades al aire libre y juguetes que estimulen la creatividad son alternativas viables para equilibrar la vida digital de los menores. Entre las opciones para reducir el tiempo de pantalla, los juguetes coleccionables han cobrado popularidad. Estos capturan la atención de los niños y promueven la creatividad, permitiéndoles desarrollar historias y escenarios sin depender de dispositivos electrónicos.

Carlos Curotto, product manager de SuperZings en Chile, serie de coleccionables con pequeñas figuras, explica que estos juguetes han sido un éxito en Europa y que, en su primer año en el país, tuvieron una gran recepción. "Lo que más atrae a los niños de los SuperZings es la diversidad de personajes y el factor sorpresa. Al abrir cada paquete, los niños no saben qué personaje encontrarán, lo que genera una sensación de emoción y deseo.

Además, al ser un juguete que no depende de pantallas, favorece la creatividad y la interacción entre ellos a través de la recreación mental de historias y aventuras de súper poderes y enemigos", comenta el ejecutivo.

Equilibrio entre tecnología y juego Los expertos coinciden en que la clave no es prohibir el uso de pantallas, sino encontrar un equilibrio que permita a los niños disfrutar de la tecnología sin descuidar otras actividades esenciales para su desarrollo. "Es primordial que los padres y cuidadores promuevan y estimulen esta actividad con juguetes y experiencias lúdicas (como dibujar, pasear a la mascota, salir a caminar, etc. También que los adultos juguemos con nuestros niños y sus amigos", concluye Tartakowsky. Con un uso responsable de la tecnología y una mayor promoción del juego, es posible garantizar un desarrollo más saludable para los niños en la era digital. </p>

Niños y pantallas: preocupación por el tiempo de exposición y sus efectos

miércoles, 9 de abril de 2025. Fuente: Msn Chile

El mundo actual está cada vez más marcado por la tecnología. El uso de dispositivos digitales, como teléfonos inteligentes, tablets, relojes <p>inteligentes y televisores, se ha convertido en algo cotidiano tanto para adultos como para los niños. Sin embargo, esta creciente digitalización trae consigo preocupaciones respecto al tiempo que los menores pasan frente a las pantallas y los efectos que esto puede tener en su desarrollo. Un estudio reciente de la Universidad de La Frontera (UFRO) reveló que los niños chilenos entre 6 y 12 años pasan entre 5,3 y 6,1 horas diarias frente a dispositivos electrónicos. Esto representa más de un tercio del tiempo en que están despiertos, una situación que preocupa a expertos en salud y educación, quienes advierten sobre los riesgos de esta sobreexposición.

Impacto en el desarrollo infantil La directora de la Escuela de Psicología de la Universidad Bernardo OHiggins (UBO), Viviana Tartakowsky, señala que el excesivo uso de pantallas puede afectar el desarrollo emocional y conductual de los niños "interfiriendo en su capacidad para concentrarse, regular sus emociones y desarrollar empatía. Esto puede generar dificultades que se trasladan a la escuela y a las interacciones sociales". Además, la especialista enfatiza que no se trata solo de regular el tiempo de uso, sino también de promover actividades alternativas que fortalezcan el desarrollo de los menores. "Si nosotros como adultos no regulamos nuestro propio uso de la tecnología, ¿cómo podemos esperar que nuestros hijos aprendan a hacerlo?", agrega Tartakowsky. La importancia del juego en la infancia El juego es una herramienta clave para el desarrollo infantil. A través de él, los niños pueden expresar emociones, desarrollar habilidades sociales y potenciar su creatividad. "El juego es un vehículo para que los niños expresen sus emociones, resuelvan problemas y socialicen. Es crucial que los adultos fomenten este tipo de pasatiempos para estimular su creatividad, como los juegos de mesa o las actividades al aire libre", asegura la docente. En este contexto, fomentar actividades que no dependan de pantallas se vuelve una prioridad. Juegos de mesa, actividades al aire libre y juguetes que estimulen la creatividad son alternativas viables para equilibrar la vida digital de los menores. Entre las opciones para reducir el tiempo de pantalla, los juguetes coleccionables han cobrado popularidad. Estos capturan la atención de los niños y promueven la creatividad, permitiéndoles desarrollar historias y escenarios sin depender de dispositivos electrónicos.

Equilibrio entre tecnología y juego Los expertos coinciden en que la clave no es prohibir el uso de pantallas, sino encontrar un equilibrio que permita a los niños disfrutar de la tecnología sin descuidar otras actividades esenciales para su desarrollo. "Es primordial que los padres y cuidadores promuevan y estimulen esta actividad con juguetes y experiencias lúdicas (como dibujar, pasear a la mascota, salir a caminar, etc. También que los adultos juguemos con nuestros niños y sus amigos", concluye Tartakowsky. Con un uso responsable de la tecnología y una mayor promoción del juego, es posible garantizar un desarrollo más saludable para los niños en la era digital.

Ello puede generar dificultades que se trasladan a la escuela y a las interacciones sociales". Además, la especialista enfatiza que no se trata solo de regular el tiempo de uso, sino también de promover actividades alternativas que fortalezcan el desarrollo de los menores. "Si nosotros como adultos no regulamos nuestro propio uso de la tecnología, ¿cómo podemos esperar que nuestros hijos aprendan a hacerlo?", agrega Tartakowsky. La importancia del juego en la infancia El juego es una herramienta clave para el desarrollo infantil. A través de él, los niños pueden expresar emociones, desarrollar habilidades sociales y potenciar su creatividad. "El juego es un vehículo para que los niños expresen sus emociones, resuelvan problemas y socialicen. Es crucial que los adultos fomenten este tipo de pasatiempos para estimular su creatividad, como los juegos de mesa o las actividades al aire libre", asegura la docente. En este contexto, fomentar actividades que no dependan de pantallas se vuelve una prioridad. Juegos de mesa, actividades al aire libre y juguetes que estimulen la creatividad son alternativas viables para equilibrar la vida digital de los menores. Entre las opciones para reducir el tiempo de pantalla, los juguetes coleccionables han cobrado popularidad. Estos capturan la atención de los niños y promueven la creatividad, permitiéndoles desarrollar historias y escenarios sin depender de dispositivos electrónicos.