

# ABUSO DE PANTALLAS Y NORMALIZACIÓN DE LA VIOLENCIA EN LA PRIMERA INFANCIA: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA DE LA LITERATURA

## SCREEN ABUSE AND NORMALIZATION OF VIOLENCE IN EARLY CHILDHOOD IN LATIN AMERICA: A SYSTEMATIC REVIEW OF THE LITERATURE

Lucila Evelina Cárdenas Llamosas<sup>1</sup>

(1) Universidad Católica de Santa María, Arequipa - Perú.

**RESUMEN:** Los últimos años no han dejado de sorprender al mundo, y en un abrir y cerrar de ojos las pantallas han invadido todos los hogares, y han sido introducidos en la rutina familiar sin previo análisis de las posibles consecuencias, y más aún cuando se entregó esta tecnología a los más pequeños, desde bebés que no llegan a cumplir un año, hasta niños que asisten a Centros de Educación Inicial, cuya característica innata en ellos es la curiosidad, ser activos, dinámicos pero que son silenciados cuando se enciende la luz azul que emiten celulares, tabletas entre otros y lo preocupante es que están expuestos a todo tipo de contenido, muchos de ellos altamente violento o terrorífico que no pasa ningún filtro de la supervisión paterna que pueda orientar sobre las acciones o valores que transmiten esos modelos de personajes, pero que aparecen en sus representaciones gráficas y hasta en sus juegos. Para la presente investigación se hizo una búsqueda de la literatura principalmente de artículos científicos, tomando en cuenta el intervalo entre los años 2018 y 2023, utilizando como bases de datos Scopus, Scielo, y principales revistas multidisciplinarias, también se incluyeron artículos de metaanálisis, revisiones sistemáticas entre otros. Los idiomas de dichos artículos fueron el inglés y español; se revisaron más de 50 artículos, pero solo se referenciaron 16 utilizando el gestor bibliográfico Mendeley.

**Palabras Clave:** abuso de pantallas, normalización violencia, primera infancia.

**ABSTRACT:** The last few years have not ceased to surprise the world, and in the blink of an eye, screens have invaded all homes, and have been introduced into the family routine without prior analysis of the possible consequences, and even more so when this was delivered. technology to the little ones, from babies who do not reach their first birthday, to children who attend Early Education Centers, whose innate characteristic in them is curiosity, being active, dynamic but who are silenced when the blue light that They broadcast cell phones, tablets, among others, and the worrying thing is that they are exposed to all types of content, many of them highly violent or terrifying that do not pass any filter of parental supervision to provide guidance on the actions or values that these character models transmit. but that appear in their graphic representations and even in their games. For the present research, a literature search was carried out mainly for scientific articles, taking into account the interval between the years 2018 and 2023, using Scopus, Scielo, and main multidisciplinary journals as databases, meta-analysis articles, reviews were also included. systematic among others. The languages of these articles were English and Spanish; More than 50 articles were reviewed, but only 16 were referenced using the Mendeley bibliographic manager.

**Keywords:** screen abuse, normalization of violence, early childhood

## INTRODUCCIÓN

El abuso de pantallas y la normalización de la violencia desde la primera infancia es un tema de gran relevancia para el ámbito educativo y de gran preocupación para nuestra sociedad. En los últimos años, ha habido un aumento significativo en el uso de pantallas por parte de los niños en todo el mundo, lo que supone un llamado de alerta sobre los posibles efectos negativos en su desarrollo cognitivo, emocional y social; niños que desde que abren los ojos son expuestos a pantallas por sus mismos padres o cuidadores, que se los facilitan, con tal de entretenerlos o en algunos casos hasta controlarlos para así tener más tiempo y poder responder a sus exigencias laborales, pero sin tener en cuenta las posibles consecuencias a largo plazo.

El uso recreativo de las pantallas tiene numerosos efectos perjudiciales tanto para niños como para adolescentes, que abarcan todas las áreas del desarrollo, desde el aspecto físico, como problemas de salud cardiovascular,

aumento de la obesidad, hasta el ámbito emocional, incluyendo la aparición de agresividad y depresión, además de afectar negativamente la capacidad cognitiva, como el lenguaje y la concentración, prueba de ello son las evaluaciones internacionales de PISA que han arrojado resultados que llaman a la reflexión (1)

La Academia Estadounidense de Pediatría, recomienda evitar la exposición de los niños menores de 2 años a pantallas; y considera excesivo el uso de pantallas por más de 1 hora en niños de 2 a 5 años. Además, recomienda restringir el tiempo que los niños pasan frente a medios digitales durante las comidas y hasta una hora antes de acostarse, con el fin de garantizar un crecimiento y desarrollo saludable.(2)

Es necesario el acompañamiento de adultos, que puedan elegir cuidadosamente los contenidos y establecer límites en la exposición a las pantallas. Está claro que es importante permitir a los niños explorar su entorno y promover el desarrollo de habilidades cognitivas, sensoriales y lingüísticas. Por ello, es crucial resaltar que la educación infantil es uno de los niveles formativos de alta relevancia.

### Correspondencia:

Lucila Evelina Cárdenas Llamosas  
E-mail: lcardenas@ucsm.edu.pe

La neurociencia ratifica la gran importancia de los seis primeros años de vida en el desarrollo posterior del ser humano. (3)

Encuestas que se aplicaron en Italia dieron como resultado que un 20% de niños comenzaron a usar un teléfono inteligente antes de cumplir un año; y un 80% de los niños de entre 3 y 5 años ya son capaces de utilizar los teléfonos inteligentes de sus padres. Además, es frecuente que los padres utilicen dispositivos móviles como una especie de chupetín digital, brindando a sus hijos los dispositivos con tal de mantenerlos tranquilos, especialmente durante el primer año de vida (30%) y el segundo año de vida (70%).(4)

El uso excesivo de dispositivos de pantalla, como teléfonos inteligentes y tabletas, se ha asociado con un mayor riesgo de problemas de salud mental y física en niños y adolescentes, estos problemas pueden incluir: obesidad, trastornos del sueño y dificultades emocionales.(5)

La Academia Estadounidense de Psiquiatría Infantil y Adolescente resalta que los niños expuestos a contenidos violentos en pantallas pueden desarrollar diferentes respuestas, como la insensibilización al horror de la violencia, la tendencia a imitarla y la manifestación de comportamientos más agresivos. Así mismo, esto se vuelve más significativo cuando los niños contemplan estas imágenes de manera más realista y repetida. Una de las actividades más frecuentes en abuso de pantallas son los videojuegos violentos, que ocasionan un aumento en la agresión física con el paso del tiempo, pero cuya investigación también incluye factores de origen étnico, los cuales pueden tener cierta influencia. (6)

La UNICEF destaca que los niños por su misma edad no pueden autorregular la cantidad de contenido digital que consumen, y necesitan de la supervisión de un adulto. Donde estas extensas sesiones ante la pantalla van a ocasionar que descuiden actividades esenciales para su desarrollo, como interactuar con sus pares, conectarse con la naturaleza, explorar, experimentar momentos de espera e incluso experimentar el aburrimiento. Generando así una disminución en la capacidad de atención y reducción en la empatía. Del mismo modo sugiere que el tiempo en pantalla no debe exceder las dos horas al día para los niños y se debe promover el uso responsable de estas tecnologías. Esto incluye acceso a televisión, computadora, teléfono inteligente, consola de videojuegos, tabletas y reproductores de audio. (7)

Nunca debe utilizarse la tecnología como una técnica de pacificación, los padres no deben cometer el error de recurrir a dispositivos para calmar las reacciones fuertes y los berrinches de sus hijos. A pesar de que estos dispositivos pueden tener un efecto tranquilizador y distractor, se debe considerar como una opción de último recurso. Lo adecuado es enseñar a los niños a autorregularse, a crear actividades para combatir el aburrimiento, lo ideal es resolver conflictos a través del diálogo y emplear otras estrategias para gestionar sus emociones.(8)

La información examinada resalta la necesidad de emprender investigaciones adicionales con el propósito de identificar las consecuencias de la exposición temprana a dispositivos electrónicos en el desarrollo neurológico, en particular durante las etapas de rápido crecimiento del cerebro en la primera infancia. (9)

Son necesarios estudios que tengan un enfoque crítico de los efectos de uso de dispositivos móviles de países en desarrollo y con información específica para padres que los oriente no solo sobre el tiempo y contenido, sino que busque crear conciencia sobre la importancia del acompañamiento y supervisión familiar. (10)

Hay una relación entre el uso frecuente de pantallas por parte de los niños y su comportamiento, donde el factor significativo asociado con los problemas de conducta no es el tipo de medio utilizado sino el tiempo dedicado a su uso, y se anima a dar a conocer los hallazgos con el fin de desarrollar programas educativos que busquen crear conciencia entre padres e hijos sobre las consecuencias del uso excesivo de los medios.(11)

## EDUCAR LA VOLUNTAD EN LOS NIÑOS FRENTE AL ABUSO DE PANTALLAS

La prueba del Malvavisco del psicólogo Walter Mischel dirigida a niños, en la década del 60 y posteriormente aplicada en Colombia entre el 2009 y 2010, destaca la importancia del autocontrol, dicha investigación de corte longitudinal que logró probar que los niños que sabían esperar para su recompensa, a largo plazo tenían mejores resultados, destacando así la importancia de educar la voluntad y el aplazamiento de la gratificación, aunque la prueba del malvavisco fue simple, hay muchos factores que analizar y continuar investigando. (12)

Así mismo se observa que cuando los niños hacen uso de la pantalla, hay una gratificación inmediata con solo mover el dedo logran cambiar de una imagen a otra que les guste más, a muchos padres les preocupara que el niño se aburra, olvidando que el niño necesita aburrirse para desarrollar su creatividad, muchos niños no saben esperar su turno, y hasta cuando van a consultas médicas, inmediatamente empiezan a llorar se le entrega todo tipo de pantallas con tal de que se mantengan tranquilos, y otro punto a destacar es que los mismos padres tampoco dejan de hacer uso de su celular; entonces es normal que el niño imite a su principal modelo y ejemplo.

### Riesgos de desconexión con los otros y adicciones

Cuando un niño utiliza las nuevas tecnologías con el propósito de divertirse, comunicarse, jugar y disfrutar de la actividad, se considera un uso normal de dichas tecnologías. Sin embargo, cuando la tecnología trasciende su rol como herramienta y se convierte en el centro de atención, surge la posibilidad de que se esté desarrollando un trastorno adictivo del comportamiento. Esto implica la pérdida de control sobre la conducta, generando consecuencias negativas, así como una disminución de la capacidad de resistir el impulso de realizar actos perjudiciales tanto para uno mismo como para otros.(8)

El impacto de Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) ha alcanzado todas las facetas de la sociedad, generando una influencia ineludible en la vida cotidiana. Los niños, desde edades cada vez más tempranas, muestran un interés hacia el mundo mediático y tecnológico, al igual que hacia la realidad tangible. La expansión de las TIC en ámbitos familiares, educativos y sociales señala su creciente influencia en las personas y, en particular, en las dinámicas familiares y procesos de socialización. Todo esto revela una integración profunda de los nuevos medios virtuales en la vida diaria, sugiriendo cambios significativos en la forma en que las familias interactúan y se socializan. (13)

### Necesidades de la Primera infancia: Curiosidad, juego y movimiento

En una entrevista que se le hizo a Steve Jobs, cuando sus hijas tenían entre 12 y 15 años, respecto a la consulta que se le hizo sobre el uso que hacían ellas de dispositivos tecnológicos, mencionó que ni los habían usado, ya que en su familia cuidaban el acceso a la tecnología, muy similar a la respuesta que dio Bill Gates ya que afirmo que antes que sus hijos hagan uso de tecnologías conocerían un libro.(14)

Se tiene claro que jugar es un medio a través del cual los niños aprenden, es inherente a ellos y mediante el cual desarrollan su pensamiento, imaginación y creatividad, los prepara para el presente y el futuro, es mediante el juego que pueden explorar respuestas a preguntas, construir nuevos conocimientos, reevaluar sus experiencias, desarrollar conciencia de sí mismos y comprender el mundo social. Además, de promover la comunicación, la cooperación con otros y la ampliación del conocimiento sobre su entorno.(3)

La Asociación Americana de Pediatría hace la recomendación de suspender la programación para niños menores de 18 meses y denuncia las campañas publicitarias dirigidas a bebés y niños pequeños. (15)

#### Otros posibles riesgos: disminución de sueño

La sociedad actual normaliza uso de las tecnologías, siendo común que todos tengan un móvil o dispositivo tecnológico, pero el aumento en su uso se ha relacionado también con una mala calidad del sueño, donde el número de dispositivos que hay en una habitación y el tiempo dedicado a usarlos llega a interferir en la misma salud. (16)

Las actividades interactivas con luces brillantes antes de ir a dormir, es contraproducente, de hecho diversos estudios han recomendado la lectura de un libro impreso una hora antes de dormir, ya que contribuye a una mejor calidad de sueño, por tanto los padres deben animar a los niños a leer un libro impreso y con poca luz, durante la hora previa a dormir.(17)

#### Adultos responsables, padres presentes

Gracias a los avances científicos en neurociencias, se conoce que para que se termine de desarrollar la corteza pre prefrontal se puede tardar hasta 25 años, y es la corteza prefrontal donde están las funciones ejecutivas del cerebro tan necesarias para la toma de decisiones, control de impulsos, entre otras. Entonces son los padres quienes son los verdaderos responsables de acompañar y orientar a los niños sobre el tiempo frente a pantallas y el contenido que se promueve en ellas. (10)

Muchos padres dan a conocer la preocupación por sus propios hábitos en el uso del teléfono móvil frente a sus hijos, pues este actúa como un distractor que interfiere en la interacción entre ellos; al hacer un uso excesivo de los dispositivos móviles por parte de los adultos, se disminuye el intercambio verbal y no verbal, lo que genera un impacto a largo plazo. Se van abriendo brechas y distanciamientos en edades tan importantes y más aún en tiempos en que los niños necesitan saber que cuentan con adultos que los protegen y que están disponibles para escucharlos, a largo plazo se puede generar conflictos con los menores.(18)

## MARCO LEGAL

En Latinoamérica, cada nación tiene su propio sistema legal, donde se puede observar que algunas leyes son más precisas y detalladas que otras, lo que implica que existen menos vacíos legales al interpretar las normativas destinadas a proteger a los menores de los contenidos que llegan a sus hogares a través de dispositivos electrónicos.

**1. Argentina:** Ley Nacional de Protección Integral de los Derechos de las Niñas, Niños y Adolescentes (Ley 26.061) - Establece el derecho de los niños a un uso responsable de las tecnologías y promueve la protección de los niños frente a contenidos violentos en las pantallas.

**2. Brasil:** Estatuto de la Niñez y la Adolescencia (ECA) - Garantiza el derecho de los niños a un ambiente seguro y saludable, incluyendo la protección contra contenidos violentos en las pantallas.

**3. Chile:** Ley de Televisión Digital (Ley 20.750) - Regula la transmisión de contenidos audiovisuales y establece restricciones para la emisión de programas violentos en horarios de protección al menor.

**4. Colombia:** Ley de Infancia y Adolescencia (Ley 1098) - Protege los derechos de los niños y establece medidas para prevenir y controlar la exposición de los niños a contenidos violentos en las pantallas.

**5. México:** Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes - Establece el derecho de los niños a un uso seguro y responsable de las tecnologías, así como la protección contra contenidos violentos en las pantallas.

**6. Perú:** Ley de Protección de Datos Personales (Ley 29733) - Regula el tratamiento de datos personales de los niños y establece medidas para proteger su privacidad y seguridad en el uso de las pantallas.

**7. Ecuador:** Ley Orgánica de Comunicación (LOC) - Regula la emisión de contenidos audiovisuales y establece restricciones para la transmisión de programas violentos en horarios de protección al menor.

**8. Uruguay:** Ley de Servicios de Comunicación Audiovisual (Ley 19.307) - Establece regulaciones para la emisión de contenidos audiovisuales y promueve la protección de los niños frente a contenidos violentos en las pantallas.

**9. Costa Rica:** Ley de Protección Integral de la Persona Joven (Ley 8261) - Garantiza el derecho de los niños a un uso seguro y responsable de las tecnologías, así como la protección contra contenidos violentos en las pantallas.

**10. Bolivia:** Ley de la Niñez y Adolescencia (Ley 548) - Establece el derecho de los niños a un uso responsable de las tecnologías y promueve la protección de los niños frente a contenidos violentos en las pantallas.

Estas distintas leyes unas más específicas que otras, invitan a la reflexión para buscar exigir a las autoridades leyes claras que aseguren la protección del menor sin vacíos legales que puedan finalmente ser un riesgo para los niños.

#### Implementación de programas para reducir el abuso de pantallas

Es necesaria la promoción, difusión y aplicación de programas orientados a crear conciencia sobre la importancia de cuidar la esencia del SER NIÑO. A continuación se detalla algunas propuestas de programas:

1. Implementación de programas de educación parental: Estudios han demostrado que los programas de fortalecimiento de prácticas parentales son efectivos para prevenir y abordar el abuso de las pantallas en niños, promoviendo así un uso equilibrado y saludable de la tecnología (19). Así también la promoción de entornos familiares saludables asegura la comunicación, el apoyo emocional y la interacción social como forma de prevención en el abuso de las pantallas desde temprana edad.

- La actividad física ayuda en la reducción del consumo de tiempo en pantalla, fomentando un estilo de vida activo y saludable. Hay una gran necesidad de realizar estrategias tanto en colegios como en contextos familiares para erradicar la inactividad física causada por el abuso de pantallas (20).

Estas propuestas de mejora se basan en evidencia científica y han demostrado resultados positivos en la prevención y abordaje del abuso de las pantallas en niños. Cada una de ellas ofrece enfoques y estrategias diferentes para promover un uso saludable y equilibrado de la tecnología en los niños.

## CONCLUSIONES

- Es importante destacar la necesidad de establecer límites claros, supervisar el contenido y fomentar un equilibrio saludable entre el tiempo de pantalla y otras actividades. Además, resulta crucial el papel que desempeñan los padres de familia en la regulación y protección de los niños en la era digital.
- El abuso de pantallas y la exposición temprana a contenidos violentos representan preocupaciones significativas en el ámbito educativo y social. El aumento en el uso de dispositivos electrónicos por parte de niños en Latinoamérica plantea la necesidad de abordar los efectos negativos en su desarrollo cognitivo, emocional y social.
- Los niños al dedicar más tiempo a las pantallas restan horas, minutos y segundos vitales a actividades tan importantes como el juego que es un elemento educativo esencial que contribuye a su desarrollo integral.
- Los niños necesitan orden y adecuados hábitos, tanto para comer y para descansar sin acceso a pantallas ya que genera desorden y diferentes riesgos a largo plazo, no puede ser utilizado como una nana o un calmante de la actividad y la curiosidad innata que tiene por querer aprender, el niño es curioso por naturaleza, pero cuando se encienden las pantallas los niños se apagan para ser sujetos dependientes de imágenes que pasan a gran velocidad y no los dejan ni parpadear. Es necesario evaluar las consecuencias a largo plazo, así como muchos de los creadores de las distintas tecnologías que hoy dominan a las personas, ya que como saben lo que las pantallas a los niños ellos mismos no se las dan a sus hijos y prefieren escuelas donde estén en contacto con la naturaleza y hasta aprendan de forma tradicional ensuciándose las manos y lejos de pantallas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Desmurget M. La fabrique du crétin digital. Península. 2020.
- Yalcin SE Al. El uso excesivo de pantallas está asociado con labilidad emocional en niños preescolares. Arch Argent Pediatr. 2021 Apr 1;119(2).
- Mena Bastías CP, Flores Lueg CB, Arteaga González PE, Saldaña Espinoza D, Navarrete Troncoso EL. Juego en primera infancia. Cuadernos de Investigación Educativa. 2021 Mar 17;12(1).
- Bozzola E, Spina G, Ruggiero M, Memo L, Agostiniani R, Bozzola M, et al. Media devices in pre-school children: the recommendations of the Italian pediatric society. Ital J Pediatr. 2018 Dec 14;44(1):69.

- Cigarroa I, Sarqui C, Zapata Lamana R. Efectos del sedentarismo y obesidad en el desarrollo psicomotor en niños y niñas: Una revisión de la actualidad latinoamericana. Univ Salud. 2016 Apr 29;18(1):156–69.
- Prescott AT, Sargent JD, Hull JG. Metaanalysis of the relationship between violent video game play and physical aggression over time. Proceedings of the National Academy of Sciences. 2018 Oct 2;115(40):9882–8.
- Zapata-Lamana R, Ibarra-Mora J, Henríquez-Beltrán M, Sepúlveda-Martin S, Martínez-González L, Cigarroa I. Aumento de horas de pantalla se asocia con un bajo rendimiento escolar. Andes Pediatría. 2021 Aug 23;92(4):565.
- Aveiga V, Ostaiza J, Macías X, Macías M. "Uso de la tecnología: entretenimiento o adicción." Revista Caribeña de Ciencias Sociales. 2018 Aug;
- Rodríguez Sas O, Estrada LC. Incidencia del uso de pantallas en niñas y niños menores de 2 años. Revista de Psicología. 2021 Mar 24;086.
- Figueroa y Campbell. El efecto de la exposición a los dispositivos móviles en el desarrollo infantil. Experiencia y propuesta de trabajo. 2020;
- Alghamdi S, Bawageeh D, Alkhaibari H, Almutairi A, Aljuhani S. Media use and behavioral disorders among Saudi Arabian children. Belitung Nurs J. 2021 Feb 22;7(1):31–6.
- Sánchez GB. La llamada prueba del malvavisco. 2020;
- Martínez Giraldo C. El lugar de las emociones en la socialización familiar mediada por las TIC: una experiencia que transita entre la culpa, el miedo y la angustia en los padres y madres. Eleuthera. 2018 Jan 2;18:133–49.
- Bilbao Álvaro. El cerebro del niño explicado para padres. Vigesimonovena. España: Plataforma; 2022.
- Picherot G, Cheymol J, Assathiany R, Barthet-Derrien MS, Bidet-Emeriau M, Blocquaux S, et al. Children and screens: Groupe de Pédiatrie Générale (Société française de pédiatrie) guidelines for pediatricians and families. Archives de Pédiatrie. 2018 Feb;25(2):170–4.
- Almodóvar Sonia, ET AL. Estudio transversal sobre hábitos de sueño y nuevas tecnologías en estudiantes de ciclos formativos. 2023 Jan;
- Dube N, Khan K, Loehr S, Chu Y, Veugelers P. The use of entertainment and communication technologies before sleep could affect sleep and weight status: a population-based study among children. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity. 2017 Dec 19;14(1):97.
- Rodríguez Sas O, Estrada LC. Incidencia del uso de pantallas en niñas y niños menores de 2 años. Revista de Psicología. 2021 Mar 24;086.
- Vergara-Barra P, Rincón P, Oliva-Jara K, Novoa-Rivera C, Perez-Huenteo C. Programas de fortalecimiento de prácticas parentales: un aporte a la prevención de conductas externalizantes en preescolares. Rev Chil Pediatr. 2020 Apr 22;91(2):275.
- Portela-García CA, Vidarte-Claros A. Niveles de actividad física y gasto frente a pantallas en escolares: diferencias de edad y género. Univ Salud. 2021 Sep 1;23(3):189–97.

Recibido el 14 de octubre del 2023 y aceptado para su publicación el 30 de noviembre del 2023.