

Uso y abuso de las pantallas en infantes de un consultorio. Palma Soriano

Use and abuse of screens in infants in a doctor's office. Palma Soriano

Juan Leonardo Pacios Dorado*¹ <http://orcid.org/0000-0003-1539-7904>

Miguel Enrique Barroso Fontanals² <https://orcid.org/0000-0003-3291-7457>

¹Universidad de Ciencias Médicas Santiago de Cuba, Filial de Ciencias Médicas "Julio Trigo López" Palma Soriano, Santiago de Cuba, Cuba.

²Universidad de Ciencias Médicas Santiago de Cuba, Facultad de Medicina #1, Santiago de Cuba, Cuba.

*Autor para correspondencia: jlpd2018@nauta.cu

Declaración de autoría:

JLPD: Conceptualización, Curación de datos, Análisis formal, Investigación, Metodología, Administración de proyecto, Recursos, Software, Supervisión, Validación, Redacción - borrador original, Redacción - revisión y edición.

MEBF: Conceptualización, Curación de datos, Análisis formal, Investigación, Metodología, Administración de proyecto, Recursos, Software, Redacción - borrador original, Redacción - revisión y edición.

Declaración de conflicto de intereses: No existen conflictos de intereses.

Este manuscrito no ha sido publicado total o parcialmente, ni está siendo evaluado por otra revista.

RESUMEN

Introducción: Las pantallas en el mundo de hoy forman parte de la rutina diaria de cualquier hogar.

Objetivo: caracterizar el uso de las pantallas en infantes en el Consultorio #1 del Policlínico Sur "Carlos Montalván" de Palma Soriano.

Material y métodos: se realizó un estudio observacional descriptivo con infantes en el Consultorio #1 del Policlínico Sur "Carlos Montalván" de Palma Soriano en el período comprendido entre mayo y junio del año 2023. El universo estuvo constituido por 63 infantes y la muestra por 63. Con el propósito de dar salida al objetivo se operacionalizaron las siguientes variables: sexo, edad, tipo de dispositivo que usa, frecuencia de uso de las pantallas, tiempo de uso, cambios de actitud.

Resultados: El sexo femenino fue el predominante (52,3 %), la edad más frecuente fue de 8 años (13 %), el tipo de pantalla más usado fue el celular (27 %), una gran parte de los infantes usan muchas veces los dispositivos con pantalla (83 %), un número considerable usó las pantallas por más de 6 horas (61 %) y se notaron cambios en la actitud (63 %).

Conclusiones: existió un alto uso de las pantallas por los infantes del Consultorio #1 del Policlínico Sur "Carlos Montalván" de Palma Soriano.

Palabras claves: uso de pantallas; infantes; tecnologías de la información y las comunicaciones

ABSTRACT

Introduction: Screens in today's world are part of the daily routine of any home.

Objective: to characterize the use of screens in infants in Clinic #1 of the "Carlos Montalván" South Polyclinic in Palma Soriano.

Material and methods: a descriptive observational study was carried out with infants in Clinic #1 of the "Carlos Montalván" South Polyclinic in Palma Soriano in the period between May and June 2023. The universe consisted of 63 infants and the sample was 63. In order to achieve the objective, the following variables were operationalized: sex, age, type of device used, frequency of screen use, time of use, and attitude changes.

Results: The female sex was the predominant one (52,3 %), the most frequent age was 8 years (13 %), the most used type of screen was the cell phone (27 %), a large part of the infants use devices with a screen many times (83 %), a considerable number used the screens for more than 6 hours (61 %) and changes in attitude were noted (63 %).

Conclusions: there was a high use of the screens by the infants of the Clinic #1 of the "Carlos Montalván" South Polyclinic in Palma Soriano.

Keywords: use of screens; infants; Information technology and communications

INTRODUCCIÓN

La primera pantalla creada se remonta al año 1926 con el primer televisor comercial, pero no es hasta los años 80 que llegó al pico más alto debido al auge de estos. Desde esos momentos ya diversos investigadores comenzaron a observar un uso excesivo del tiempo frente a las pantallas.¹

Con el tiempo las pantallas han ido evolucionando para que sean más útiles y prácticas en nuestra vida cotidiana, pero aumentando de igual manera su uso. No solo las pantallas de televisores o monitores han sufrido estos cambios, también los celulares y las tablets.

Las pantallas (celulares, tablets, computadoras, televisores) representan en la actualidad una herramienta de comunicación veloz y universal a través de la cual se puede transmitir cualquier tipo de información.

El abuso de pantallas en niños y adolescentes se asocia con un aumento de la obesidad, alteración del patrón del sueño, problemas de atención y alteración en el desarrollo del lenguaje.²

Se debe plantear la preocupación por los niños que usan la tecnología en exceso. En varias ocasiones, el niño pequeño se sienta solo frente a una pantalla en lugar de jugar con otros o conectar con su entorno. Su propio apego a las pantallas puede tener un impacto en la conversación entre padres e hijos y su desarrollo como ser social, todo lo antes expuesto motiva el estudio con el fin de caracterizar el uso de las pantallas en infantes.

MATERIAL Y MÉTODOS

Se realizó un estudio observacional descriptivo con infantes en el Consultorio #1 del Policlínico Sur "Carlos Montalván" de Palma Soriano, Santiago de Cuba, en el período comprendido entre mayo y junio del año 2023. El universo estuvo constituido por 63 infantes y la muestra por 63.

Se operacionalizaron las siguientes variables: sexo, edad, tipo de dispositivo que usa, frecuencia de uso de las pantallas, tiempo de uso, cambios de actitud.

Los datos obtenidos fueron procesados en una hoja de trabajo de Microsoft Excel 2013. Se realizó un procesamiento y análisis estadístico descriptivo, con frecuencias absolutas y relativas.

Los tutores legales de los participantes dieron su aprobación y consentimiento para su participación en la investigación y divulgar sus resultados. Se mantuvo el anonimato de los datos personales de los infantes. Se mantuvo como premisa respetar los principios bioéticos de los estudios con seres humanos, establecidos en la II Declaración de Helsinki y en las normas éticas cubanas.

RESULTADOS

El sexo femenino fue el más predominante con 33 infantes representando un 52,3 % respecto al masculino con 30 infantes. (Gráfico #1)

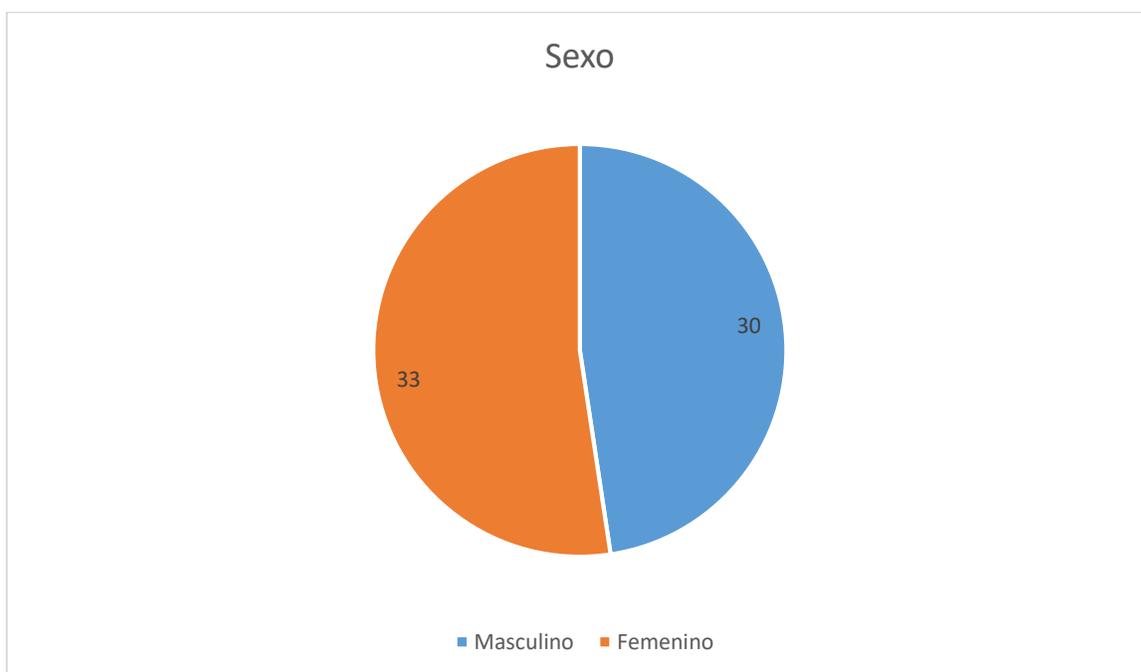


Gráfico #1. Distribución según el sexo

La edad más frecuente fue de 8 años con un 13 %.

Tabla #1. Distribución según la edad

Grupos de Edades	No.	%
1 a 4 años	24	38,10
5 a 8 años	24	38,10
9 a 11 años	15	23,80
Total	63	100

El dispositivo con pantalla más utilizado por los infantes es el celular, donde 17 infantes lo usan para un 27 %. (Tabla #2)

TV		Tablet		Celular		Computadora	
No.	%	No.	%	No.	%	No.	%
14	23	16	25	17	27	16	25

Se observa que 52 infantes utilizan muchas veces los dispositivos con pantalla para un 83%. (Tabla #3)

Ninguna		Pocas veces		Muchas veces	
No.	%	No.	%	No.	%
0	0	11	17	52	83

Fueron usadas las pantallas más de 6 horas por 38 infantes para un 61 %. (Tabla #4)

0 - 1 hora		1 - 3 horas		3 - 6 horas		Más de 6 horas	
No.	%	No.	%	No.	%	No.	%
6	9	6	9	13	21	38	61

Se ha notado un cambio de actitud en 40 infantes para un 63 %. (Tabla #5)

Si		No	
No.	%	No.	%
40	63	23	37

Fuente: Encuestas

No se notó ningún cambio en 23 infantes para un 36 %, mientras que en los demás fueron notados cambios como insomnio, falta de concentración, ansiedad al no tener el dispositivo, poca comunicación y poca socialización con los amigos. (Gráfico #2)

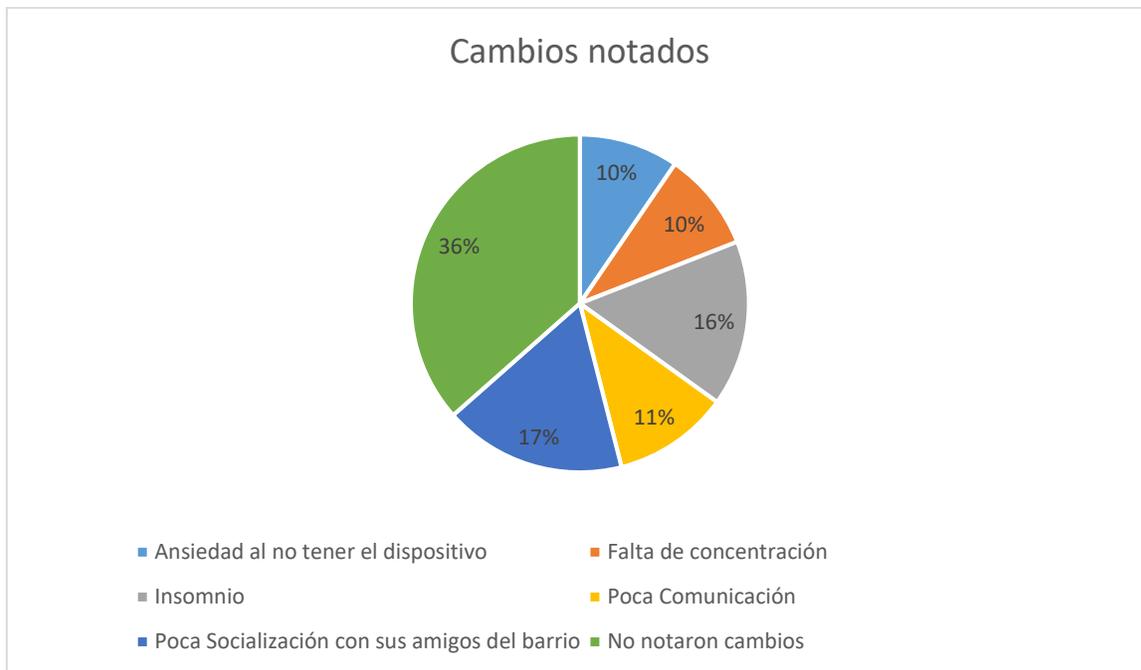


Gráfico #2. Distribución según los cambios notados por el uso de las pantallas.

DISCUSIÓN

El uso de pantallas por parte de los infantes es un tema importante y cada vez más relevante en la sociedad actual. Si bien las pantallas, como las de televisión, tabletas, teléfonos móviles y computadoras, pueden tener beneficios educativos y de entretenimiento, es esencial mantener un equilibrio y evitar el abuso.

Uno de los principales problemas del abuso de las pantallas en infantes es el impacto en su desarrollo físico. Pasar largas horas frente a una pantalla puede llevar a un estilo de vida sedentario, lo que aumenta el riesgo de obesidad y otros problemas de salud. Además, el uso excesivo de pantallas puede interferir con el sueño de los niños, lo que puede afectar su rendimiento académico y su bienestar general.

Además, el abuso de las pantallas puede tener un impacto negativo en el desarrollo social y emocional de los niños. Pasar demasiado tiempo frente a una pantalla puede limitar las interacciones sociales cara a cara, lo que puede afectar la capacidad de los niños para desarrollar habilidades sociales y empatía. También se ha asociado el uso excesivo de pantallas con problemas de atención y comportamiento en los niños.

Es importante establecer límites claros y adecuados en el uso de las pantallas en infantes. La Academia Americana de Pediatría recomienda evitar el uso de pantallas en niños menores de 18 meses, excepto para videochats. Para niños de 18 a 24 meses, se recomienda limitar el tiempo frente a las pantallas a programas de alta calidad y supervisados por un adulto. Para niños de 2 a 5 años, se recomienda limitar el tiempo frente a las pantallas a una hora al día de contenido de calidad.^{2,3}

Es fundamental que los padres y cuidadores supervisen el uso de las pantallas en los niños y fomenten otras actividades como el juego al aire libre, la lectura y la interacción social. Además,

es importante establecer una rutina de sueño adecuada que incluya tiempo libre de pantallas antes de acostarse.

Pedrouzo et al.⁴ en estudio realizado a infantes expuso que el 100 % de estos usaban alguno de estos dispositivos coincidiendo con la presente investigación. Mostraban un uso diario aproximado de 2,25 horas al día, predominó el sexo masculino.

En un estudio en las Islas Baleares mostró que un 80 % de la muestra estudiada comenzó a ver televisión antes de los dos años de edad y que los encuestados comprendidos entre los cinco a 10 años excedieron el uso recomendado al día.⁵

Pons et al.⁶ en su investigación muestra que ambos sexos consumen televisión en igual proporción, mientras que los niños consumían en un 30 % más que las hembras los videojuegos (tablets, celulares y computadoras).

Pons Castro et al.⁷ advierten que el uso de dispositivos y pantallas no debe interferir en la vida normal de los niños, el tiempo de calidad familiar, las horas de sueño o el ejercicio. Donde concuerda con que un abuso de las pantallas genera alteraciones de la conducta tal como se observó en el presente estudio aparte de las demás alteraciones físicas que conlleva.

Fung Fallas et al.⁸ asoció el uso excesivo de las pantallas con cambios en muchos aspectos de la salud, entre ellos: estilo de vida sedentario, cambios en el peso, la alimentación, el sueño, el desarrollo y el bienestar psicológico; que influyen tanto en factores internos como externos al entorno familiar.

CONCLUSIONES

Existió un alto uso de las pantallas por los infantes del Consultorio #1 del Policlínico Sur “Carlos Montalván” de Palma Soriano.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Hariharan L, Gudgel D, Porter D, Boyd K, Turbert D. Uso de pantalla para los niños [Internet]. American Academy of Ophthalmology. 2021 [citado el 25 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.ao.org/salud-ocular/consejos/uso-de-pantalla-para-los-ninos>
2. El tiempo frente a la pantalla y los niños: cómo guiar a tu hijo [Internet]. Mayo Clinic. 2022 [citado el 25 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/childrens-health/in-depth/screen-time/art-20047952>
3. Ayala S. INFLUENCIA DEL USO DE PANTALLAS EN LOS PROBLEMAS DE APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS [Internet]. Asociación Mexicana de Psicoterapia y Educación | Formación profesional en Psicología, Psicoterapia y Educación. Asociación Mexicana de Psicoterapia y Educación A.C; 2022 [citado el 22 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.psicoeu.org/influencia-problemas-aprendizaje/?v=55f82ff37b55>
4. Pedrouzo SB, Peskins V, Garbocci AM, Sastre SG, Wasserman J. Uso de pantallas en niños pequeños y preocupación parental. Arch Argent Pediatr [Internet]. 2020;118. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.5546/aap.2020.393>

5. Investigación RS. Uso de pantallas en la infancia. Recomendaciones. RSI [Internet]. 2022 [citado el 22 de julio de 2023]. Disponible en: <https://revistasanitariadeinvestigacion.com/uso-de-pantallas-en-la-infancia-recomendaciones/>
6. Pons M, Bordoy A, Alemany E, Huget O, Zagaglia A, Slyvka y Aina Maria Yáñez S. HÁBITOS FAMILIARES RELACIONADOS CON EL USO EXCESIVO DE PANTALLAS RECREATIVAS (TELEVISIÓN Y VIDEOJUEGOS) EN LA INFANCIA Gob.es [Internet]. [citado el 22 de julio de 2023]. Disponible en: https://www.sanidad.gob.es/biblioPublic/publicaciones/recursos_propios/resp/revisita_cdrom/VOL95/ORIGINALES/RS95C_202101002.pdf
7. Pons Castro L, Castro Pérez P, Sibello Deustua S, Guzmán Martínez ML. Horas pantallas y miopía en niños. Rev Cubana Oftalmol [Internet]. 2022 [citado el 22 de julio de 2023]; 35(1):e1192. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21762022000100005&lng=es.
8. Fung Fallas M, Rojas Mora EJ, Delgado Castro LG. Impacto del tiempo de pantalla en la salud de niños y adolescentes. Rev Medica Sinerg [Internet]. 2020 [citado el 22 de julio de 2023]; 5(6):e370. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.31434/rms.v5i6.370>