

Móviles y menores: manual de uso

Evitar pantallas hasta los 3 años, retardar lo máximo el uso del teléfono y advertir de los riesgos a adolescentes, algunos consejos de los expertos ≡ **Un uso inadecuado** puede conllevar problemas como retrasos en el lenguaje

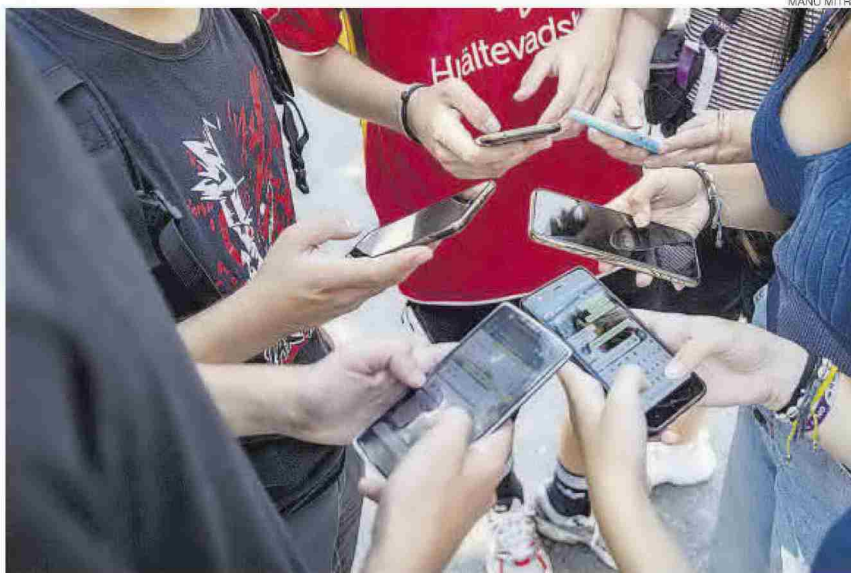
E. BALLESTER
 eballestercastellano@epmediterraneo.com
 CASTELLÓN

Evitar las pantallas hasta los tres años, retardar lo máximo el uso de los teléfonos móviles y advertir de los riesgos de su utilización son algunas de las recomendaciones que señalan los expertos a la hora de afrontar las principales dudas y preguntas que suelen tener los progenitores respecto al acceso de sus hijos a internet y la telefonía móvil.

«El primer contacto no debe producirse nunca antes de los tres años», afirma Keren Cuervo, profesora de Psicología Evolutiva y de la Educación Social y Metodología en la Universitat Jaume I de Castelló. «A esa edad, los niños están aprendiendo cómo relacionarse con el mundo y necesitan toda esa capacidad disponible en el cerebro para esos aprendizajes», indica. «Dándole el móvil como un calmante digital, para distraerlo, se le está privando de esos aprendizajes visuales, del lenguaje, etc», añade.

Cuervo señala que a los móviles se les suele llamar, en este sentido, «heroína digital». «Para calmar a un niño es muy útil y funciona muy bien, pero no somos conscientes de los daños que produce y los trastornos que genera», indica. Uno de ellos, a esas edades tempranas, es el retraso en el lenguaje «al perder interacción social, que es lo más importante en el aprendizaje».

Este uso incontrolado del teléfono en edades infantiles conlleva otros daños colaterales, según la experta de la UJI: «Falta tolerancia a la frustración, capacidad de atención y de concentra-



MANU MITRU

Por WhatsApp > Un grupo de menores intercambia mensajes a través de una aplicación de sus teléfonos móviles.

Casi el 70% de los menores de la provincia de Castellón dispone de teléfono móvil

ción». «Se acostumbra a los estímulos rápidos y luego, pasar a estímulos lentos como ver a un maestro en clase, le puede resultar muy aburrido», explica.

Respuestas violentas

Otros peligros a medio plazo que genera el uso del móvil para calmar a los niños pequeños pueden ser, apunta Cuervo, el aislamiento, la obesidad, el déficit de atención o la dificultad para regular emociones. Incluso, a largo plazo, las respuestas violentas. «Trabajo con el juzgado de menores y hemos observado una relación entre una actitud laxa y permisiva de los padres

en este aspecto con agresiones posteriores de hijos a padres», asevera.

En edades infantiles, «jugar, salir a la calle, correr, pintar, leer... van a ayudar a adquirir capacidad de concentración y otras habilidades que se pierden con el abuso de la pantalla». Como en el verano hay tiempo para todo, se permite también el aburrimiento. Incluso es bueno. «Es importante que el menor sea capaz de aburrirse. Cuando se aburre, descubre quién es, qué le gusta, cómo se siente, qué se le da bien...». Estas alternativas, con el paso de los años, deben conjugarse con un uso «controlado» de los dispositivos, y permitir-

los solo «a ciertas horas, en ciertos momentos o con ciertas utilidades como videollamadas con amigos o familiares o para hacer los deberes». «Que el uso tenga una finalidad», resume Cuervo.

En cuanto a los beneficios, «los hay». «Depende del uso que se le dé. A nivel cognitivo puede haber alguna ventaja como el aumento en la velocidad de los procesamientos, pero es contraproducente, sobre todo en niños pequeños». Cuervo apunta que no se debe tener prisa con enseñar a usar móviles y aplicaciones a los niños, «porque después aprenderán de igual forma».

En datos

Según los recientes datos del Portal Estadístico de la Generalitat, el porcentaje de menores que disponen de teléfono móvil en la provincia de Castellón es del 69,3%. En el colectivo de 10 a 15 años en la Comunitat, un 72,6% tienen móvil. «Cuanto más tarde, mejor», dice Cuervo, que recuerda que los menores son responsables penales desde los 14 años, por lo que conviene «advertirles en dos sentidos». Uno, como posibles víctimas de delitos, y otro, para que hagan un uso adecuado y responsable. «No pasar fotos sin permiso, etcétera», indica. «A estas edades, más que prohibir lo mejor es informar y supervisar el uso de los dispositivos», explica.

«También hay que decir que los menores tienen derecho a la intimidad y debemos estudiar en qué circunstancias sería lícito invadir esa intimidad por parte del progenitor. Por supuesto, en situaciones de riesgo o peligro», añade la experta de la UJI. ≡