

Evidencias científicas: uso de móviles en la infancia

escrito por Elisabeth Torras | 8 de noviembre de 2023



Se ha lanzado una campaña de firmas de madres, padres y familiares pidiendo que se haga una legislación que prohíba los móviles a la infancia hasta los 16 años. Estas familias tienen una muy justificada preocupación por cómo, a través de la comunicación por móviles, hay una parte de la infancia que está recibiendo unos mensajes que no son nada positivos para su educación, su bienestar, su felicidad y para la atención en los aprendizajes.

Sin embargo, algunos medios abordan este problema desde bulos en lugar de evidencias científicas de impacto social. Esos bulos luego se introducen incluso en la formación que se ofrece sobre este tema a profesionales y familiares. El trabajo que llevamos haciendo desde hace años para clarificar que la educación de la infancia es tan importante que merece ser tratada desde las evidencias científicas de impacto social ha generado una reacción tan positiva que incluso los bulos ahora tratan de disfrazarse de evidencia científica. Por esa razón se argumenta la necesidad de legislación para retrasar la edad de acceso a dispositivos móviles, aludiendo a estudios científicos publicados en revistas de mucho prestigio internacional, lo cual es muy positivo. **Lo que resulta muy perjudicial para la infancia es que esas citas sean erróneas y se usen para afirmar lo contrario de lo que dicen esas investigaciones,**

ya que en ningún momento hacen referencia a la necesidad de prohibir.

Es cierto que existen investigaciones que apuntan a los riesgos derivados del uso de pantallas en la infancia. Por ejemplo, [un estudio realizado desde la Universidad de California](#) señala una menor capacidad de autorregulación de los niños pequeños (32 a 47 meses) asociada al uso de dispositivos móviles. En esta misma línea, [otra investigación](#) mostró cómo **la utilización de dispositivos móviles para calmar a niños y niñas de edades comprendidas entre 3 y 5 años se ha asociado con un empeoramiento de la capacidad ejecutiva y un incremento de la reactividad emocional**. Sin embargo, un estudio de Medicina de la Universidad de Stanford concluyó a este respecto que **la edad a la que los niños y niñas adquieren un teléfono móvil no está asociada a su bienestar**: ni con sus patrones de sueño, ni con síntomas de depresión, ni siquiera con sus resultados académicos.

Del mismo modo, el informe sobre los [efectos del uso de la tecnología digital en la empatía y la capacidad de atención de los niños](#), comisionado por la Comisión Europea, mostró que el uso de la tecnología digital aumenta o disminuye la empatía y la capacidad de atención del alumnado según cómo se utiliza esa tecnología, durante cuánto tiempo y con qué finalidad. **En el caso de la empatía, los estudios recogidos en este informe asociaban su promoción a un uso prosocial de la tecnología, y su disminución asociada a videojuegos violentos o a un uso ligado a la perpetración de acoso. La utilización de la tecnología también afectaba a la empatía cuando impedía a los niños y niñas aprender esta habilidad de otros en contextos de la vida real**. En cuanto a la atención, se veía favorecida por el uso de dispositivos inteligentes en las actividades educativas en el aula según el enfoque de aprendizaje y el modelo de instrucción

aplicado. Por otro lado, los estudios analizados recogían una **disminución de la atención asociada al uso de dispositivos electrónicos, videojuegos y ordenadores al superar las dos horas diarias de uso para fines no educativos.**

Desde la ciencia debemos seguir trabajando para ofrecer evidencias científicas sobre aquellos temas que afectan a la ciudadanía, así como de hacerlas llegar a los distintos actores y actrices sociales, para facilitar su diseminación y transferencia. De este modo, con el conocimiento en la mano, cada familia podrá decidir libremente qué es aquello que prefiere para sus hijos e hijas, sin necesidad de recurrir a legislaciones para las cuales en estos momentos no existen argumentos científicos claros.

[Imagen: [Unsplash](#)]