Los niños de hoy son prácticamente conejillos de indias ya que son la primera generación que crece con teléfonos inteligentes. En efecto, diferentes estudios confirman el importante impacto de estos dispositivos en el cerebro de los pequeños. Este es el tema del audio y de la caricatura que nos permiten desarrollar la siguiente problemática: ¿Cuáles son los efectos del tiempo de pantalla en los menores? Para responder a esta pregunta, abordaremos en primer lugar, las consecuencias negativas de la exposición al tiempo en pantalla; seguido de una proposición para ayudar a los padres de familia a contrarrestar este fenómeno.

* Idea principal 1: A pesar de que es una problemática presente en nuestra sociedad desde la llegada de la televisión, ahora las pantallas son omnipresentes, nos absorben y nos aíslan de nuestro entorno.

Ejemplo: Científicos Australianos demuestran que el excesivo uso de pantallas interfiere entre la comunicación. Más tiempo en el teléfono conlleva a menos participación en conversaciones, perjudicando el desarrollo de sus cerebros, sus capacidades cognitivas y lingüísticas. Este fenómeno es conocido como tecnoferencia.

(Cada minuto que pasan en el dispositivo, significa que pierden aproximadamente siete palabras provenientes de sus padres).

**La caricatura comparte esta misma idea al mostrar una familia que irónicamente pasa tiempo juntos mientras que cada uno está en su teléfono celular.**

Idea Principal 2: Aunque los teléfonos inteligentes pueden presentarse como una salvación para los padres y las madres trabajadoras, sus efectos a largo plazo en los niños podrían ser perjudiciales. No es posible prohibir el uso del teléfono a los niños, ya que son herramientas fundamentales en nuestro mundo moderno. Hay que hacerlo con moderación, promover una relación sana con los dispositivos.

Ejemplos: Una propuesta es ser el ejemplo a seguir, que puede ser muy difícil para los padres, **como puede verse también en la caricatura, los adultos somos también adictos al teléfono. El objetivo es tratar de limitar su al máximo.**

Establecer normas claras. Intentar controlar el tiempo que pasan en pantalla y supervisar sus actividades en internet.

Encontrar actividades que puedan realizar juntos en línea.

En este texto, hemos visto las diferentes consecuencias negativas que puede tener el uso excesivo de las pantallas. Efectivamente, los científicos han probado que los niños expuestos a dispositivos electrónicos tienen menos interacciones con sus padres, lo que puede provocar problemas de desarrollo lingüístico y cognitivo. Por otro lado, los padres tienen la capacidad de acompañar a sus hijos y guiarlos en el uso de estos dispositivos. En conclusión, sería interesante preguntarnos si los gobiernos deberían proponer campañas de concientización y acompañamiento a las familias para limitar el alcance de esta problemática y así, evitar que se convierta en un problema de salud pública.