Uso de pantallas y redes sociales en la Primera Infancia

David Fernando Segura González

Julio Cesar Rico

Grado 11°, Colegio Venecia IED

Bogotá, Colombia

5/04/2024

Uso de pantallas y redes sociales en la Primera Infancia

David Fernando Segura González

Julio Cesar Rico

Presentado a

Sergio Quintero

Asignatura

Gestión de Proyectos

Bogotá, Colombia

5/04/2024

**Tabla de contenido**

[Tabla de contenido 3](#_heading=h.gjdgxs)

[introducción 5](#_heading=h.30j0zll)

[Desarrollo Cognitivo: 5](#_heading=h.1fob9te)

[Desarrollo Emocional: 5](#_heading=h.3dy6vkm)

[Desarrollo Físico: 6](#_heading=h.2s8eyo1)

[Problemática 6](#_heading=h.lnxbz9)

[Impacto en el Desarrollo Cognitivo 7](#_heading=h.35nkun2)

[Impacto en el Desarrollo Emocional 7](#_heading=h.1ksv4uv)

[Impacto en el Desarrollo Físico 7](#_heading=h.44sinio)

[Objetivos 8](#_heading=h.z337ya)

[Pregunta Problema 8](#_heading=h.1fob9te)

[M.T (Marco Teórico) 9](#_heading=h.3de7arnjdkef)

[M.L(Marco Legal) 12](#_heading=h.3znysh7)

[cronograma 13](#_heading=h.2et92p0)

[Estrategias 14](#_heading=h.3j2qqm3)

[Fuentes de Información 14](#_heading=h.tyjcwt)

[Seminarios y Talleres Educativos: 14](#_heading=h.3dy6vkm)

[Desarrollo de Recursos Educativos: 15](#_heading=h.1t3h5sf)

[Programas de Capacitación para Profesionales: 15](#_heading=h.4d34og8)

[Creación de Comunidades de Apoyo: 15](#_heading=h.2s8eyo1)

[Campañas de Concienciación Pública: 15](#_heading=h.17dp8vu)

[Organizaciones: 15](#_heading=h.3rdcrjn)

[Estudios e Informes: 15](#_heading=h.26in1rg)

**introducción**

En la era digital actual, el uso de la tecnología y las redes sociales se ha convertido en una parte integral de nuestras vidas diarias. Sin embargo, este fenómeno también ha traído consigo una serie de preocupaciones, especialmente en relación con los niños de primera infancia. Los niños, en sus años formativos, están particularmente vulnerables a los efectos negativos del consumo excesivo de tecnología y redes sociales, que pueden incluir problemas de atención, dificultades en el desarrollo social y emocional, y riesgos para su bienestar general.

Protect Your Mind es un proyecto diseñado con la misión de reducir el consumo de tecnología y redes sociales en niños de primera infancia. Este proyecto surge como una respuesta a la creciente evidencia que indica que la exposición prolongada y sin supervisión a estos medios puede tener consecuencias perjudiciales en el desarrollo saludable de los niños.

El impacto de las redes sociales en los niños de primera infancia puede ser significativo y variado. Aquí hay una demostración de cosas que pueden y afectan a los niños a causa de las redes sociales (dándoles un mal uso)

Desarrollo Cognitivo:

Atención y Concentración: El uso excesivo de pantallas puede dificultar el desarrollo de la capacidad de atención y concentración en los niños pequeños. La rápida sucesión de imágenes y la interactividad de las aplicaciones pueden sobrecargar su capacidad de procesamiento.

Desarrollo del Lenguaje: El tiempo dedicado a mirar pantallas puede reducir las oportunidades de interactuar verbalmente con los mismos padres o familiares o incluso amigos etc, lo que puede afectar negativamente el desarrollo del lenguaje y la comunicación.

Desarrollo Cognitivo Temprano: Los estudios sugieren que el contenido televisivo dirigido a niños pequeños puede tener un impacto limitado en su desarrollo cognitivo, en comparación con actividades más interactivas y basadas en el mundo real.

Desarrollo Emocional:

Autoestima y Ansiedad: El indebido uso de las redes sociales por parte de los niños puede afectarlos en el sentido de que intentan copiar lo que ven en ellas. Además, la comparación constante con otros puede generar ansiedad y sentimientos de insuficiencia.

Interacciones Sociales: El tiempo dedicado a las pantallas puede limitar las interacciones sociales cara a cara. Esto puede afectar la vida cotidiana de los niños porque no tendrían una vida social por estar pegados a las redes sociales y es algo que se vive día a día por ejemplo en los descansos del colegio, antes los niños jugaban fútbol o hacían cualquier cosa fuera de las redes sociales, pero los niños ahora prefieren jugar videojuegos en línea en vez de hacer deporte.

Regulación Emocional: Las redes sociales influyen tanto en el cerebro y pensamiento de los niños o incluso personas que si por ejemplo un niño ve un video que infunda tristeza el niño luego va sentir que él está triste, y no decimos esto por decirlo si no que hemos conocido casos idénticos y parecidos al ejemplo que acabamos de plantear.

Desarrollo Físico:

Sedentarismo: El sedentarismo es uno de los mayores problemas porque puede afectar tanto la salud y estado físico y emocional de la persona.

Problemas de Sueño: La exposición a la luz azul emitida por las pantallas puede interferir con los patrones de sueño de los niños, lo que puede afectar su calidad de sueño y su bienestar general. Además de esto los rayos que producen las pantallas pueden afectar la vista de las personas por esto recomendamos no usar pantallas en la oscuridad.

Desarrollo Motor: El tiempo dedicado a mirar pantallas puede reducir el tiempo dedicado a la actividad física y al juego activo, lo que puede afectar negativamente el desarrollo motor de los niños.

Descripción de la **Problemática**

En la actualidad, los niños están expuestos a dispositivos tecnológicos desde edades muy tempranas. Datos recientes del Common Sense Media revelan que, en 2020, los niños menores de 8 años en los Estados Unidos pasan un promedio de 2 horas y 19 minutos al día frente a pantallas. Además, el 98% de los hogares con niños de 8 años o menos poseen al menos un dispositivo móvil, y el 42% de los niños de 0 a 8 años tienen su propia tableta .

Evolución histórica de la problemática:

Históricamente, la tecnología ha avanzado a un ritmo acelerado, y su integración en la vida cotidiana ha sido inevitable. Hace 20 años, el acceso a la tecnología era limitado y estaba mayormente restringido a adultos y adolescentes. Sin embargo, con la llegada de dispositivos móviles, tabletas y aplicaciones diseñadas específicamente para niños, el uso de tecnología en la primera infancia ha aumentado exponencialmente.

Estudios iniciales se centraban principalmente en la televisión. Por ejemplo, un estudio de Christakis y Zimmerman (2007) encontró que cada hora adicional de televisión que los niños menores de tres años veían por día se asociaba con una disminución en el rendimiento cognitivo y académico a la edad de seis y siete años . Con la llegada de los dispositivos móviles y el acceso a internet, los problemas se han ampliado. Un estudio realizado por la Academia Americana de Pediatría en 2016 encontró que el 20% de los niños menores de 1 año ya utilizan dispositivos móviles, y para los 2 años, el 38% de los niños había utilizado dispositivos móviles .

El proyecto Protect Your Mind es nuestra respuesta a la necesidad urgente de abordar los efectos negativos del consumo excesivo de tecnología en niños de primera infancia. La investigación y las estadísticas actuales subrayan el impacto perjudicial que este fenómeno puede tener en el desarrollo cognitivo, emocional y físico de los niños. Un metaanálisis de 2018 publicado en JAMA Pediatrics encontró que el tiempo excesivo frente a la pantalla está asociado con un aumento en los problemas de atención y una disminución en el desarrollo cognitivo . Además, la falta de actividad física debido al tiempo excesivo frente a las pantallas puede contribuir a problemas de salud, como la obesidad infantil, tal y como lo indican las investigaciones publicadas por la Organización Mundial de la Salud .

El problema se centra específicamente en el consumo de tecnología y redes sociales en niños de primera infancia, es decir, aquellos en edades comprendidas entre los 0 y 6 años. Este grupo es especialmente vulnerable debido a su etapa crucial de desarrollo. El proyecto se centrará en esta población y en las principales influencias de su entorno , incluyendo padres, tutores, y educadores, para abordar de manera efectiva y específica los problemas relacionados con el uso de tecnología y su impacto en el desarrollo integral de los niños.

La comunidad veneciana y el mundo en general se está viendo afectado por esta problemática, la tecnología en los tiempos actuales está presente en todo momento y lugar, la tecnología se a vuelto parte de nuestro día a día, incluso forma parte de nuestra cultura, aunque la tecnología aporta demasiado en varios aspectos como la salud, la educación, y la evolución de la sociedad en general, esta tiene varios perjuicios para nuestra salud si se usa en exceso, sobre todo en los niños menores de edad ya que esta es la etapa donde se desarrolla tanto como su cerebro como su personalidad, por lo tanto los padres de familia deben ser conscientes de cómo la tecnología puede afectar a sus hijos , y conocer métodos eficientes y seguros para evitar o manejar estos problemas, que afectan en distintos aspectos como:

Impacto en el Desarrollo Cognitivo

El uso excesivo de pantallas, puede afectar a los niños en el sentido en que hace que no presten atención o los distraiga de la vida real, Y a partir de estudios se ha demostrado que la exposición prolongada a la pantalla puede interferir con la capacidad de atención y concentración de los niños, así como con su capacidad para procesar y retener información. Además, el contenido inapropiado o violento puede tener efectos perjudiciales en la percepción y la comprensión del mundo por parte de los niños.

Impacto en el Desarrollo Emocional

El uso excesivo de las redes sociales también puede tener un impacto negativo en el desarrollo emocional de los niños pequeños. La exposición a imágenes y mensajes idealizados en plataformas como Instagram y Facebook puede contribuir a la baja autoestima, No es tampoco un misterio que estas redes sociales o IA nos vuelven perezosos o incluso brutos tanto asi que tenemos que sacar el teléfono para hacer algo tan simple como una multiplicación.

Impacto en el Desarrollo Físico

El uso excesivo de las pantallas o redes sociales puede afectar a los niños o incluso a personas adultas no solo en el sedentarismo y obesidad, sino que también en el desarrollo de la motricidad y de la vista entre otras enfermedades como la diabetes tipo 2 y enfermedades cardiovasculares debido a el tiempo tan prolongado detrás de las pantallas.

**Objetivo**

Concientizar a los padres, cuidadores y educadores sobre los riesgos del uso excesivo de pantallas y redes sociales en niños de primera infancia, y proporcionar estrategias y recursos para promover un uso saludable de la tecnología en este grupo de edad.

**Objetivos secundarios**

1 Identificar los rangos entre un uso debido e indebido de la tecnología y redes sociales en los niños de primera infancia entre 4 y 8 años en la comunidad escolar.

2 Analizar las mejores estrategias para reducir el porcentaje de adicción a la tecnología y a las redes sociales en los niños de primera infancia entre 4 y 8 años en la comunidad escolar.

3 Mediante

**Pregunta Problema**

¿Cómo mediante una solución tecnológica lograremos concientizar a padres de familia sobre los riesgos y adicciones a los dispositivos electrónicos y redes sociales?

Estado del Arte

Proyectos Nacionales :

Red PaPaz: Es una red de padres y madres comprometidos con la protección de los derechos de la niñez y adolescencia en Colombia. Ofrecen talleres, conferencias y materiales educativos sobre los riesgos y beneficios del uso de la tecnología, así como recomendaciones para un uso seguro y responsable.

Proyecto En TIC Confío: Esta iniciativa del Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones busca educar a la ciudadanía, especialmente a padres y jóvenes, sobre el uso seguro y responsable de internet. Ofrecen talleres, charlas y campañas informativas sobre ciberseguridad, ciberacoso y protección de datos personales.

Te Protejo: Una línea de denuncia y orientación para proteger a los niños y adolescentes en situaciones de riesgo, incluyendo los relacionados con el uso de la tecnología. Además, promueven campañas de concienciación para padres sobre la supervisión y el acompañamiento en el uso de dispositivos tecnológicos por parte de los menores.

Familias Digitales: Este programa del MinTIC ofrece talleres y recursos educativos para que los padres puedan acompañar de manera efectiva el uso de la tecnología por parte de sus hijos. Se enfoca en la educación sobre ciberseguridad, privacidad y el manejo adecuado del tiempo frente a las pantallas.

TIC y Familia: Iniciativa de la Fundación Telefónica que busca promover el uso responsable de la tecnología en el entorno familiar. Ofrecen charlas y talleres dirigidos a padres para enseñarles cómo manejar y regular el uso de dispositivos tecnológicos en el hogar.

Ciberbullying: prevención y actuación: Proyecto desarrollado por la Policía Nacional de Colombia en colaboración con instituciones educativas y comunidades. Busca educar a padres y estudiantes sobre los riesgos del ciberacoso y cómo prevenirlo, ofreciendo herramientas para identificar y actuar ante situaciones de acoso en línea.

Internet Sano: Campaña del Ministerio de Educación Nacional que tiene como objetivo sensibilizar a padres y docentes sobre los riesgos y oportunidades del uso de internet por parte de los niños y adolescentes. Ofrecen guías y recursos para fomentar una navegación segura y responsable.

Proyectos Internacionales

Be Internet Awesome (Sé Genial en Internet): Este es un programa desarrollado por Google que proporciona herramientas y recursos educativos para que los padres y educadores enseñen a los niños a navegar de manera segura y responsable en internet. Incluye juegos interactivos, lecciones y guías para padres sobre temas como la seguridad en línea y la privacidad.

Common Sense Media: Una organización sin fines de lucro que ofrece reseñas, consejos y recursos educativos sobre el uso seguro de la tecnología y los medios de comunicación. Proporcionan guías detalladas para padres sobre cómo manejar el tiempo frente a las pantallas, proteger la privacidad de los niños y fomentar un uso saludable de la tecnología.

Family Online Safety Institute (FOSI): Esta organización global promueve el uso seguro y responsable de la tecnología y la internet. FOSI ofrece una amplia gama de recursos, incluyendo guías para padres, investigaciones y campañas de concienciación para ayudar a las familias a navegar por el mundo digital de manera segura.

Cyber Wise: Un sitio web dedicado a ayudar a los padres a entender y guiar a sus hijos en el uso de la tecnología y las redes sociales. Ofrecen artículos, cursos y recursos sobre temas como el ciberacoso, la privacidad en línea y el bienestar digital.

ConnectSafely: Una organización sin fines de lucro que proporciona información y recursos para la seguridad en línea. Ofrecen guías para padres sobre temas como el control parental, la seguridad en redes sociales y la gestión del tiempo frente a las pantallas.

Net Aware: Un recurso desarrollado por NSPCC (National Society for the Prevention of Cruelty to Children) y O2 en el Reino Unido. Proporciona guías y consejos sobre aplicaciones, juegos y redes sociales populares, ayudando a los padres a entender los riesgos y beneficios asociados con su uso.

Internet Matters: Una organización sin fines de lucro del Reino Unido que ofrece recursos y herramientas para ayudar a los padres a mantener a sus hijos seguros en línea. Proporcionan guías sobre cómo configurar controles parentales, gestionar la privacidad y enseñar a los niños a reconocer y evitar riesgos en línea.

Safer Internet Day: Una iniciativa global que promueve un uso más seguro y responsable de la tecnología y la internet. Cada año, organizan eventos y campañas de concienciación para educar a padres, niños y educadores sobre la seguridad en línea y el comportamiento digital positivo

**M.T (Marco Teórico)**

1. Teoría del Desarrollo Cognitivo:

Jean Piaget propuso que los niños pasan por etapas específicas de desarrollo cognitivo. En la primera infancia, estas incluyen las etapas sensoriomotora (0-2 años) y preoperacional (2-7 años). Durante la etapa sensoriomotora, los niños aprenden a través de la interacción directa con el entorno, desarrollando habilidades motoras y sensoriales básicas. En la etapa preoperacional

2.Aprendizaje Activo:

El aprendizaje activo es crucial en estas etapas, donde los niños adquieren conocimientos y habilidades a través de la exploración y la interacción física con su entorno. El tiempo excesivo frente a pantallas puede interferir con este tipo de aprendizaje, ya que limita las oportunidades de interacción directa y física.

3.Sobrecarga Cognitiva:

La sobrecarga cognitiva se refiere a la situación en la que el volumen de información que se presenta a la mente supera su capacidad para procesarla. En los niños pequeños, el uso excesivo de dispositivos digitales puede resultar en sobrecarga cognitiva, afectando negativamente su capacidad para aprender y retener nueva información.

4.Teoría del Desarrollo Psicosocial de Erikson:

Erik Erikson describió el desarrollo emocional y social en términos de etapas psicosociales. En la primera infancia, las etapas relevantes son la confianza versus desconfianza (0-1 año) y la autonomía versus vergüenza y duda (1-3 años). En estas etapas, las relaciones y las interacciones sociales son fundamentales para el desarrollo de la confianza y la autonomía.

5.Interacción Social:

La interacción social es esencial para el desarrollo emocional y social de los niños. El tiempo excesivo frente a pantallas puede reducir las oportunidades de interacción cara a cara con padres y compañeros, afectando negativamente el desarrollo emocional y social.

6.Apego Seguro:

El apego seguro es una relación emocional estrecha y confiable entre el niño y su cuidador. El uso excesivo de tecnología puede reducir el tiempo y la calidad de las interacciones entre padres e hijos, afectando negativamente el desarrollo del apego seguro.

7. Actividad Física:

La actividad física es crucial para el desarrollo motor y la salud general de los niños. El tiempo excesivo frente a pantallas reduce las oportunidades de actividad física, contribuyendo al sedentarismo y al aumento del riesgo de obesidad infantil.

8. Impacto del Sedentarismo:

El sedentarismo se refiere a actividades que implican muy baja actividad física, como estar sentado o acostado mientras se está despierto. El tiempo excesivo frente a pantallas fomenta el sedentarismo, lo cual está asociado con varios problemas de salud, incluyendo la obesidad y trastornos del sueño. el sedentarismo en la primera infancia puede tener consecuencias negativas a largo plazo, incluyendo un mayor riesgo de desarrollar enfermedades crónicas y problemas de salud mental.

9. Teoría del Aprendizaje Social de Bandura

Albert Bandura propuso que el aprendizaje social ocurre a través de la observación, la imitación y el modelado de comportamientos, actitudes y reacciones emocionales de los demás, El modelado es un proceso mediante el cual los niños aprenden observando e imitando el comportamiento de los adultos y otros niños. El uso de tecnología puede proporcionar modelos de comportamiento tanto positivos como negativos. Es esencial que los padres y cuidadores modelen un uso saludable de la tecnología.

10. Teoría de la Autorregulación

La autorregulación se refiere a la capacidad de los niños para gestionar sus emociones, comportamiento y atención. Es una habilidad crucial que se desarrolla a través de la práctica y la guía de los adultos, autorregulación El uso excesivo de tecnología puede interferir con el desarrollo de la autorregulación, ya que los dispositivos digitales a menudo proporcionan gratificación instantánea y pueden dificultar que los niños aprendan a esperar y manejar la frustración.

11**.** Tecnología:

Se refiere al conjunto de conocimientos, técnicas, métodos y dispositivos utilizados para resolver problemas y satisfacer necesidades humanas. La tecnología abarca una amplia gama de herramientas y aplicaciones, desde dispositivos electrónicos y software informático hasta maquinaria industrial y sistemas de comunicación.

12.Adicción:

Se refiere a un estado de dependencia física o psicológica hacia una sustancia, actividad o comportamiento específico. La adicción se caracteriza por la compulsión a consumir o participar en la actividad, la pérdida de control sobre el uso o comportamiento, y la aparición de síntomas de abstinencia cuando se intenta abstenerse.

13. Motricidad:

Se refiere a la capacidad de controlar y coordinar los movimientos del cuerpo. La motricidad puede dividirse en dos categorías principales: motricidad gruesa, que incluye movimientos grandes y globales como caminar, correr y saltar; y motricidad fina, que incluye movimientos más pequeños y precisos como agarrar objetos, escribir y manipular herramientas.

14. Autoestima:

Se refiere a la percepción y evaluación que una persona tiene sobre sí misma. La autoestima se basa en la valoración que uno hace de sus propias habilidades, características y logros, y puede influir en la forma en que una persona se comporta, se relaciona con los demás y afronta los desafíos de la vida.

15. Perjuicios:

Se refiere a los efectos negativos o dañinos que una acción, comportamiento o situación puede tener sobre una persona o grupo de personas. Los perjuicios pueden manifestarse de diversas formas, incluyendo físicas, emocionales, sociales, económicas o psicológicas.

16. Vulnerable:

Se refiere a la condición de estar expuesto a un riesgo o daño, especialmente cuando se carece de recursos o protección adecuada para hacer frente a la amenaza. Las personas vulnerables son aquellas que pueden ser más susceptibles a sufrir perjuicios o dificultades debido a su situación o circunstancias particulares.

17.Cognitivo:

Se refiere a todo lo relacionado con los procesos mentales y la actividad del pensamiento, incluyendo la percepción, la memoria, el razonamiento, la atención, el aprendizaje y la resolución de problemas. El funcionamiento cognitivo es fundamental para el procesamiento de la información y la toma de decisiones en todas las áreas de la vida.

**M.L(Marco Legal)**

**1.**Ley 1098 de 2006 - Código de la Infancia y la Adolescencia:

Esta ley establece los principios, derechos y deberes que garantizan la protección integral de los niños, niñas y adolescentes en Colombia. Entre sus disposiciones se encuentran medidas para proteger a los niños contra cualquier forma de violencia, explotación y abuso, así como para promover su desarrollo integral y bienestar.

**2.**Ley 1341 de 2009 - Ley de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones **(TIC)**:

Esta ley establece las políticas y regulaciones para el desarrollo de las TIC en Colombia, incluyendo disposiciones relacionadas con el acceso equitativo a las tecnologías, la protección de datos personales y la promoción de un uso responsable de las TIC.

**3.**Ley 1480 de 2011 - Estatuto del Consumidor:

Esta ley establece los derechos y deberes de los consumidores en Colombia, incluyendo disposiciones relacionadas con la publicidad dirigida a niños y la protección de los consumidores contra prácticas comerciales abusivas.

**4.**Ley 1581 de 2012 - Ley de Protección de Datos Personales:

Esta ley establece los principios y disposiciones para la protección de datos personales en Colombia, incluyendo regulaciones específicas para el tratamiento de datos de niños y adolescentes.

**5.**Política Nacional de Primera Infancia:

Colombia cuenta con una política nacional que busca garantizar el desarrollo integral de los niños en la primera infancia, incluyendo medidas para promover su salud, educación y bienestar.

6.Resolución 2412 de 2018 del Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones(MinTIC):

Esta resolución establece disposiciones para promover el uso seguro y responsable de las tecnologías de la información y las comunicaciones, especialmente entre niños y adolescentes. Incluye lineamientos para la protección de menores en línea, recomendaciones para padres y educadores, y directrices para el diseño de plataformas y aplicaciones dirigidas a este grupo de edad.

**7.**Política Nacional de Salud Mental (Resolución 4885 de 2018 del Ministerio de Salud y Protección Social):

Esta política establece lineamientos para la promoción de la salud mental y la prevención de trastornos mentales en Colombia, incluyendo medidas para proteger a la población, incluidos los niños, de los riesgos asociados con el uso excesivo de tecnología.

8**.**Ley 1801 de 2016 - Código Nacional de Policía y Convivencia:

Esta ley establece las normas de convivencia y seguridad ciudadana en Colombia, incluyendo disposiciones relacionadas con el uso responsable de la tecnología y la protección de menores en línea.

9**.**Ley 1834 de 2017 - Plan Nacional de Desarrollo 2018-2022 "Pacto por Colombia, Pacto por la Equidad**"**:

Este plan establece las políticas y estrategias del gobierno colombiano para promover el desarrollo social, económico y ambiental del país. Incluye disposiciones relacionadas con la educación, la tecnología y la protección de los derechos de los niños.

**cronograma**

Escala de tiempo

Descripción generada automáticamente

**Estrategias**

Seminarios y Talleres Educativos: Organizar seminarios y talleres educativos para padres, cuidadores y educadores sobre los efectos negativos del uso excesivo de pantallas y redes sociales en la primera infancia. Estos eventos proporcionarán información sobre los riesgos para el desarrollo cognitivo, emocional y físico de los niños, así como estrategias para limitar el tiempo de pantalla y fomentar actividades alternativas.

Desarrollo de Recursos Educativos: Crear materiales educativos, como folletos, guías y videos, que proporcionen consejos prácticos y herramientas para promover un uso saludable de la tecnología en la primera infancia. Estos recursos estarán disponibles en línea y en formato impreso para que los padres y cuidadores puedan acceder a ellos fácilmente.

Programas de Capacitación para Profesionales: Ofrecer programas de capacitación para profesionales de la salud, educadores y trabajadores sociales sobre cómo abordar el uso problemático de pantallas y redes sociales en la primera infancia en entornos clínicos, escolares y comunitarios. Estos programas incluirán información sobre la identificación de señales de advertencia, la comunicación efectiva con los padres y la derivación a recursos adicionales según sea necesario.

Creación de Comunidades de Apoyo: Establecer grupos de apoyo en línea y presenciales para padres y cuidadores que estén interesados en reducir el tiempo de pantalla en sus hogares y promover un ambiente familiar más equilibrado. Estos grupos proporcionarán un espacio seguro para compartir experiencias, consejos y recursos relacionados con la crianza en la era digital.

Campañas de Concienciación Pública: Lanzar campañas de concienciación pública a través de medios de comunicación tradicionales y plataformas de redes sociales para sensibilizar sobre los riesgos del uso excesivo de pantallas y redes sociales en la primera infancia y promover prácticas de crianza saludables. Estas campañas incluirán mensajes clave, datos estadísticos y testimonios de expertos y padres.

**Fuentes de Información**

Seminarios y Talleres Educativos:

<https://www.abc.es/familia/padres-hijos/abci-riesgos-excesivo-pantallas-ninos-202111010125_noticia.html>

<https://www.guiainfantil.com/educacion/nuevas-tecnologias/7-trucos-para-limitar-el-tiempo-de-los-ninos-frente-a-las-pantallas/>

<https://comunidadlalatina.org/taller-uso-y-abuso-de-pantallas/>

Desarrollo de Recursos Educativos:

<https://publications.aap.org/patiented/article/doi/10.1542/peo_document099.spanish/80036/Mas-alla-del-tiempo-frente-a-la-pantalla-Guia-para>

<https://www.diba.cat/documents/130988559/378117872/Guia+para+familias_+Educar+en+el+uso+saludable+de+las+pantallas+CAST.pdf/11f55545-18e8-c646-6608-d3d748569a1d?t=1702898054702>

<https://m.youtube.com/watch?v=GGQMIHkdtmI>

Programas de Capacitación para Profesionales:

[se quitó una URL no válida]

<https://comunidadlalatina.org/taller-uso-y-abuso-de-pantallas/>

Creación de Comunidades de Apoyo:

<https://www.commonsensemedia.org/es/crianza-digital>

<https://www.commonsensemedia.org/es/crianza-digital>

Campañas de Concienciación Pública:

<https://www.abc.es/familia/padres-hijos/abci-riesgos-excesivo-pantallas-ninos-202111010125_noticia.html>

<https://spain.minilandeducational.com/family/8-consejos-inculcar-uso-responsable-nuevas-tecnologias/>

Organizaciones:

<https://www.who.int/es>

<https://sepeap.org/>

<https://www.zerotothree.org/>

Estudios e Informes:

<https://unamglobal.unam.mx/global_revista/negativas-consecuencias-fisicas-y-emocionales-por-la-exposicion-a-pantallas-en-la-ninez/>

6