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)

[Atención y Concentración: 5](#_heading=h.3znysh7)

[Desarrollo del Lenguaje 5](#_heading=h.2et92p0)

[Desarrollo Cognitivo 5](#_heading=h.tyjcwt)

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

[Autoestima y Ansiedad: 5](#_heading=h.1t3h5sf)

[Interacciones Sociales: 5](#_heading=h.4d34og8)

[Desarrollo Físico: 5](#_heading=h.2s8eyo1)

[Sedentarismo: 5](#_heading=h.17dp8vu)

[Problemas de Sueño: 5](#_heading=h.3rdcrjn)

[Desarrollo Motor: 5](#_heading=h.26in1rg)

[Problemática en la comunidad 6](#_heading=h.lnxbz9)

[Impacto en el Desarrollo Cognitivo 6](#_heading=h.35nkun2)

[Impacto en el Desarrollo Emocional 6](#_heading=h.1ksv4uv)

[Impacto en el Desarrollo Físico 6](#_heading=h.44sinio)

[Objetivo 7](#_heading=h.z337ya)

[Estrategias 7](#_heading=h.3j2qqm3)

[Seminarios y Talleres Educativos 7](#_heading=h.1y810tw)

[Desarrollo de Recursos Educativos: 7](#_heading=h.4i7ojhp)

[Programas de Capacitación para Profesionales 7](#_heading=h.2xcytpi)

[Creación de Comunidades de Apoyo 7](#_heading=h.1ci93xb)

[Campañas de Concienciación Pública: 7](#_heading=h.3whwml4)

[Fuentes de Información 8](#_heading=h.2bn6wsx)

[Seminarios y Talleres Educativos: 8](#_heading=h.qsh70q)

[Desarrollo de Recursos Educativos: 8](#_heading=h.3as4poj)

[Programas de Capacitación para Profesionales: 8](#_heading=h.1pxezwc)

[Creación de Comunidades de Apoyo: 8](#_heading=h.49x2ik5)

[Campañas de Concienciación Pública: 8](#_heading=h.2p2csry)

[Organizaciones: 8](#_heading=h.147n2zr)

[Estudios e Informes: 8](#_heading=h.3o7alnk)

# Introducción

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 video juegos 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.

# Problemática en la comunidad

La comunidad veneciana y la mayoría del mundo sufre de esta problemática, la tecnología en los tiempos actuales esta presente en todo momento y lugar, la tecnología sea 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 como 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 (ejemplo el profesor intenta explicar un tema y el niño por estar en el celular no pone atención). 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, (que era lo que anteriormente explicábamos) 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

El objetivo principal de este proyecto es educar 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. Dejar por debajo del 40 % 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.
2. Dejar por debajo del 33% de los adolescentes colombianos pierden mas de 6 horas diarias en sus celulares
3. Aumentar el numero de padres de familia colombianos que usan control paretal en los dispositivos de sus hijos por encima de el 48 %
4. Aumentar la cantidad de niños que practican deporte por encima del 8%

# 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/>

Uno de cada tres adolescentes está enganchado, y 6 de cada diez incluso duermen con el móvil. La adicción es tal, que ha habido casos de menores que han denunciado a sus padres por quitarle el teléfono.

¿Cuántos niños tienen celular en Colombia?

Según un estudio llamado 'Niños digitales', hecho por la firma de ciberseguridad Kaspersky, casi cuatro de cada 10 niños en Colombia con edades entre cero y seis años interactúan con un celular o tableta, mientras que siete de cada 10 ya tienen su propio teléfono entre los 7 y los 10 años de edad.

Entre los países líderes se encuentra Colombia, con cifras cercanas a los 35 millones de usuarios y una facturación que superó los 3.600 millones de dólares estadounidenses en 2022. Asimismo, cabe destacar que el número de celulares inteligentes registrados en el país supera al del total de su población.

La semana pasada TigoUne dio a conocer otro estudio sobre el uso del móvil en niños y jóvenes colombianos, que arrojó datos alarmantes. Los menores pasan 3 horas y 31 minutos diarios literalmente mirando la pantalla del teléfono y los de 16 años malgastan 5 horas al día. El 41 por ciento clasifica en lo que los expertos denominan “uso excesivo” de internet. Esto es que no hablan con sus padres, se enojan, no comen y no se enfocan en sus tareas escolares por atender las redes sociales. Una tercera parte de ese tiempo es gastado en mirar contenido sexual, conversar con desconocidos y recibir contenidos potencialmente dañinos. Tres estudios independientes realizados durante el último año llegaron a resultados similares. Realmente, es hora de hacer algo.

El 63 por ciento de los colombianos, en lugar de cepillarse los dientes o tomar una taza de café, lo primero que hacen al despertar es revisar [Facebook](https://www.semana.com/noticias/facebook/102543).

**Según un nuevo**[**estudio**](https://www.kaspersky.com/blog/digital-habits-report-2021/)**de Kaspersky, la mayoría de los padres están preocupados por el comportamiento digital de sus hijos y quieren controlarlo y vigilarlo. Casi la mitad de los encuestados (48%) utiliza aplicaciones de control parental, y el 45% comprueba regularmente el historial de Internet de los niños. Además, el 51% de los padres afirma que sus hijos utilizan los dispositivos digitales bajo su propia supervisión (42%) o la de un familiar (9%).**

Mientras en países como Reino Unido, el 48% de los niños de 7 a 11 años practica algún deporte más de 60 minutos al día durante la semana, en Colombia, solo el 8% de los casi 6 millones de niños y niñas de la misma edad practican algún deporte después de clase.