

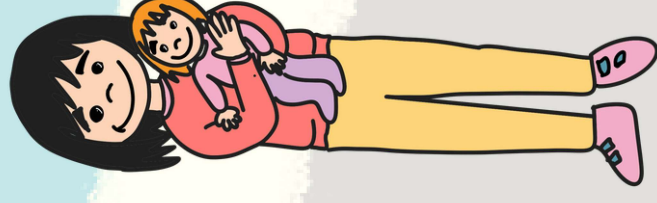
# PEQUEÑOS Y PANTALLAS

## ENTRE LOS 0 Y 3 AÑOS

- La mielina es una sustancia que recubre los axones de las neuronas, lo que permite la adecuada conexión entre ellas. Aquellos niños que dedican mucho tiempo al día a las pantallas tienen niveles más bajos de mielina.
- Cuando se produce una hiperestimulación visual se limita y restringe el desarrollo de otros sentidos. Tocar, oler, saborear, son imprescindibles para conocer el entorno.
- El sentido del oído requiere de un trabajo de interacción para el correcto desarrollo del lenguaje: imitar, señalar, corregir la dicción.
- El cerebro no está tan maduro como para asimilar los cambios rápidos de imágenes.
- La melatonina es una hormona que contribuye al sueño. La luz azul de los dispositivos móviles genera problemas para dormir.
- Mantener al cerebro en constante alerta impide su descanso.

**Las tecnologías actuales (internet, redes sociales...) son un instrumento de nuestra vida cotidiana.**

**Es importante ser modelo en el uso sensato de los dispositivos móviles**



Ana Cristina de Pablo Elvira  
Luisa Maestro Perdices  
Cristina Paricio García  
M<sup>a</sup> Pilar Mallada Viana

**POR UN USO APROPIADO  
DE LOS DISPOSITIVOS  
MÓVILES**

# EN ESTA ETAPA:

Es cuando el cerebro del niño@ crece más rápidamente.

La capacidad de concentración comienza en torno a los dos años

El aprendizaje infantil está basado en la curiosidad, la imitación y en la experimentación (tocar, oír, sentir...).

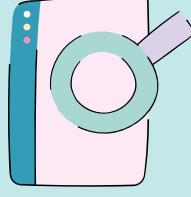
La luz, el sonido y el movimiento son las cosas que atraen la atención de los más pequeños.

Cobra importancia el juego, la exploración y la interacción con las personas de referencia.

Descubre texturas, colores, formas... Hay un aprendizaje activo.

La relación con las figuras de apego se intensifica.

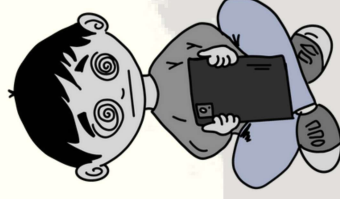
El vínculo a través del juego y el contacto físico sientan las bases de un buen desarrollo emocional.



## CONSECUENCIAS DEL USO DE PANTALLAS

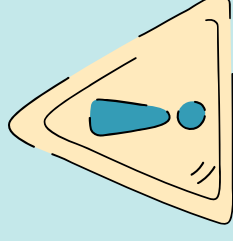
Se dan retrasos en habla y lenguaje. Con un dispositivo digital el bebé no aprende a hablar, no aprende a comunicarse porque no obtiene respuesta.

Retrasos a nivel psicomotor por la pasividad y la falta de estimulación.



Se dan condicionamientos negativos ( por ejemplo: no comer si no hay pantalla) .

Problemas en el sueño por la luz azul que afecta a la producción de melatonina.



## ¡ATENCIÓN!

Hasta los 3 años conviene evitar las pantallas de cualquier tipo, para que el niño o la niña se centre en el juego, la interacción y la exploración del entorno.

**HÁBLALE, MÍRALE, CÁNTALE, JUEGA.**

**QUE NO TE SUSTITUYA UNA PANTALLA.**