

PANTALLAS ELECTRÓNICAS EN LA INFANCIA: ¿VIVEN NUESTROS NIÑOS EN UNA REALIDAD VIRTUAL?

Rojas Inastrillas, Margarita. Servicio de Pediatría Hospital Quirón Salud Marbella. Instituto Hispalense de Pediatría. margaritarojas@ihppediatria.com

Introducción: Mirar pantallas electrónicas más tiempo del recomendado y/o la exposición temprana a éstas, podrían tener consecuencias negativas en la infancia. Se evaluó si en nuestra población pediátrica existía una utilización inadecuada de estos implementos tecnológicos.

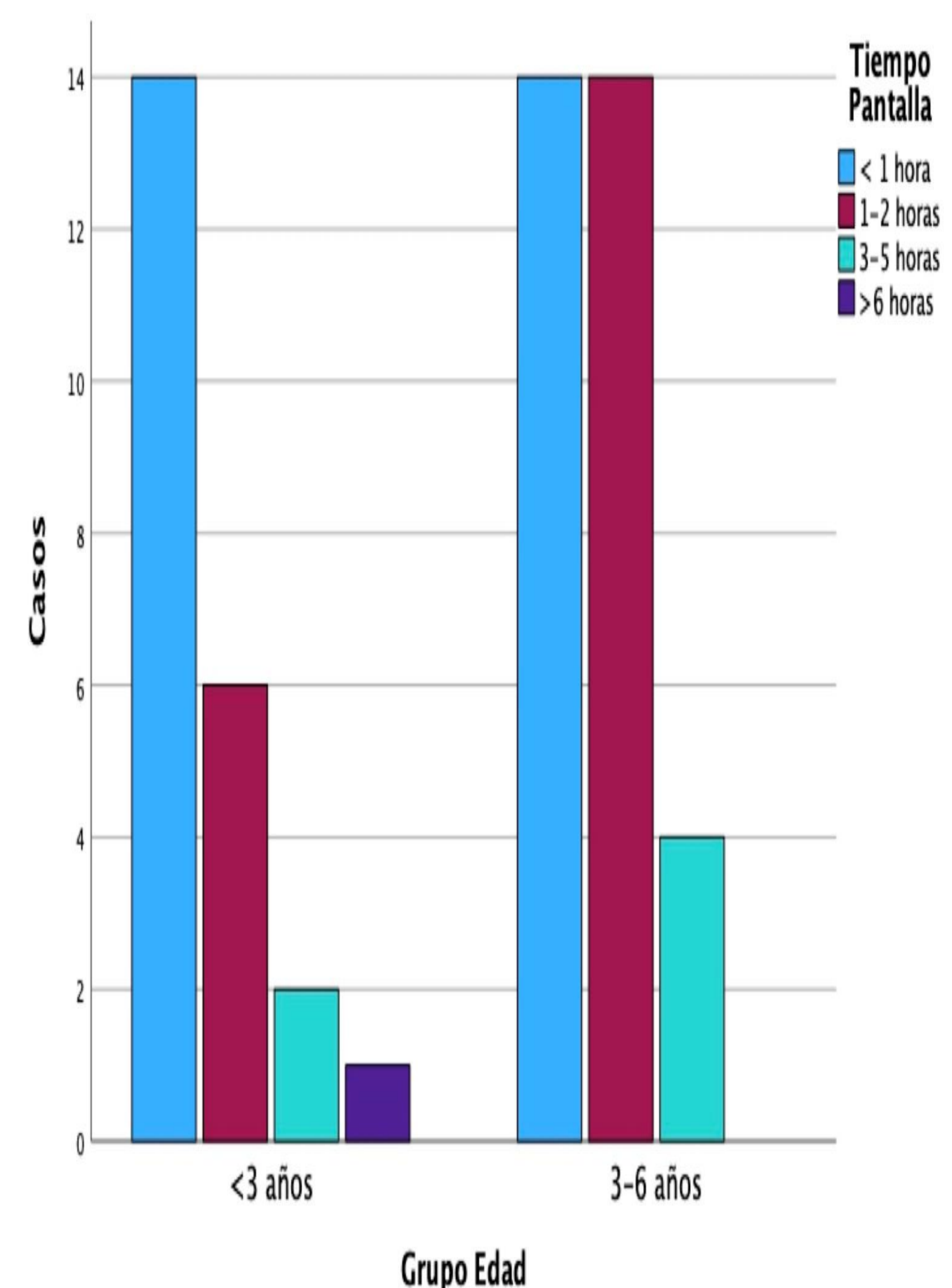
Material y métodos: Estudio descriptivo en un hospital local. Incluidos 120 menores sanos (6 meses a 14 años) Del 01/07/23 al 30/09/23. Variables: edad, sexo, peso, talla, hábitos alimenticios, actividad deportiva, horas y días de uso de pantallas, momento, finalidad, supervisión, restricción de contenidos, reacción del niño frente a la limitación de uso y necesidades básicas post-puestas. Análisis estadístico realizado con programa SPSS.

Resultados:

- El 94,2% (113) de los niños usaba pantallas y 23,9% (27/113) las usaba >3 horas/día.
- Un 66,7% (20/30) de los <3 años utilizaban estos implementos <1 a 2 horas/día y 10% (3/30) de los <3 años usaban pantallas >3 horas/día.
- En el grupo de 3 a 6 años, 87,5% (28/32) las usaban <1 a 2 horas/día y 12,5% (4/32) empleaban pantallas > 3 horas /día.
- El 58,3% (70) dedicaban <4 horas/semana a actividades deportivas. Se encontró una correlación inversa estadísticamente significativa de esta variable en relación con las horas de uso de pantallas ($p<0.01$)
- Un 18,3% (22/120) tenían peso $\geq P90$. No hubo significancia estadística al correlacionar diagnóstico ponderal con tiempo de uso de pantallas electrónicas.
- El 31% (35/113) usaban pantallas durante las comidas y 12,4% (14/113) las utilizaban antes de dormir.
- En 17/113 casos (15%) los padres usaban pantallas para calmar a sus hijos.
- Un 66,4% (75/113) tenían supervisión parental (Correlación con edad $p<0.01$). Sin restricción de uso 23% (26/113).
- El 61,9% (70/113) reaccionaban negativamente frente a limitaciones parentales y 39,8% (45/113) postponían sus necesidades básicas por usar pantallas.



Tiempo de uso de pantallas en <6a



Conclusiones: El uso excesivo y no regulado de pantallas en nuestra población infantil, podría repercutir en su salud. Urge implementar recomendaciones parentales, para el uso controlado de estos medios digitales.