

## **Sea sabio con la tecnología y el niño pequeño, dicen ASHA y Screen Time Action Network**

*Nuevo recurso gratuito ofrece orientación a los padres sobre los hábitos de pantalla saludables para los niños*

**(Rockville, MD – 31 de enero de 2022)** Los padres y cuidadores se ven inundados de recomendaciones a menudo contradictorias sobre el tiempo de pantalla y el uso de tecnología entre los niños. La [Asociación Americana del Habla-Lenguaje y Audición](#) (ASHA) y [Screen Time Action Network at Fairplay](#) (Action Network) lanzan *¡Sea sabio con la tecnología y el niño pequeño!*, un nuevo recurso que explica con claridad la información.

La hoja informativa está orientada a la familia. Es muy adecuada para compartir en los consultorios de pediatría, de medicina familiar y otros consultorios médicos y clínicas de terapia ambulatoria; en bibliotecas, centros de atención diurna y centros preescolares; y en todos los demás entornos en que se proporciona información a los padres y cuidadores de los niños pequeños. El documento en PDF también se puede imprimir o distribuir electrónicamente a través de los programas de intervención temprana, los grupos de apoyo a los padres y otras redes.

*¡Sea sabio con la tecnología y el niño pequeño!* se centra en los niños de 1 a 3 años que se encuentran en un período excepcional durante el cual desarrollan las fundamentales destrezas socioemocionales y de lenguaje, aprendizaje y alfabetización que necesitarán para la vida. Este es también un momento en que muchos niños comienzan a usar tabletas, teléfonos inteligentes y otras pantallas (que pueden interrumpir su desarrollo saludable).

El folleto, que está disponible en inglés y en español, incluye:

- actividades diarias que ayudan a los padres y cuidadores a fomentar el desarrollo socioemocional, del cerebro y de la comunicación del niño;
- las recomendaciones oficiales de tiempo de pantalla de la Academia Americana de Pediatría;
- los beneficios del tiempo libre de pantalla y cómo su uso excesivo interrumpe el desarrollo del niño; y
- consejos y sugerencias para crear un entorno de tecnología saludable en el hogar.

“Administrar el tiempo de pantalla quizás represente uno de los desafíos más problemáticos que enfrentan las familias; y el uso de la pantalla contribuye a una gran cantidad de ansiedad, sentido de culpa, estrés y frustración por parte de los padres”, indicó el Dr. [Dipesh Navsaria](#), MPH, MSLIS. El Dr. Navsaria es pediatra, proponente de la alfabetización temprana, profesor titular de Pediatría en la Facultad de Medicina y Salud Pública de University of Wisconsin–Madison (UWM), y profesor titular de Desarrollo Humano y Estudios sobre la Familia en la Facultad de Ecología Humana de UWM. El Dr. Navsaria ayudó a desarrollar *¡Sea sabio con la tecnología y el niño pequeño!*

El Dr. Navsaria agregó, “La pandemia solo ha aumentado este desafío, ya que los padres y cuidadores están demasiado atareados. Así que para ayudar a los padres a equilibrar las muy reales necesidades en su vida mientras protegen y promueven el desarrollo saludable de los niños, tratamos de educar a las familias sobre la necesidad del tiempo libre de pantalla. A pesar de lo que afirman los anuncios, los niños pequeños no se benefician de los dispositivos electrónicos, las aplicaciones o los juguetes habilitados con tecnología. Y aunque las pantallas parecen resolver por un breve tiempo una perreta o

cualquier otro problema de comportamiento, son solo eso, una solución temporal. En realidad, hacen que la vida sea más difícil a largo plazo cuando los niños las exigen cada vez más y pierden su capacidad de calmarse solos mientras aprenden a dominar sus emociones. Estas son destrezas que necesitarán para la vida. Este recurso ofrece un marco de referencia para las familias mientras crían a sus hijos, en los buenos y malos momentos y todos los momentos intermedios”.

[Judy Rich](#), EdD, CCC-SLP, BCS-CL, presidenta de ASHA del 2022 comentó: “La tecnología ha transformado nuestras vidas de muchas maneras, pero una cosa que no ha cambiado es la manera en que los niños desarrollan eficazmente sus destrezas sociales y de comunicación, y sus destrezas tempranas de lenguaje y alfabetización”.

“La mayoría de este desarrollo ocurre durante los primeros tres años de vida. Y las actividades básicas que lo nutren son: leer con los niños; hablar con ellos durante todo el día para que estén expuestos a la mayor cantidad de lenguaje posible; darles tiempo suficiente para jugar con bloques, muñecas y otros juguetes no electrónicos que les permitan desarrollar su imaginación y sus destrezas sociales y de lenguaje; y brindarles completa atención mientras se interactúa con ellos, sin distracciones de pantallas. Estos simples momentos de atención y comunicación son muy superiores a cualquier cosa que una pantalla sea capaz proporcionar”.

Descargue *¡Sea sabio con la tecnología y el niño pequeño!* en [inglés](#) [PDF] y en [español](#) [PDF]. ASHA y Screen Time Action Network otorgan autorización general gratuita para que la publicación se reimprima en cualquier cantidad sin modificación, con fines educativos.

Este recurso continúa con el trabajo de *¡Sea sabio con la tecnología y el bebé!* ([inglés](#) [PDF] y [español](#) [PDF]), que las dos organizaciones lanzaron en el otoño del 2020 para fomentar buenos hábitos de tiempo de pantalla desde el nacimiento.

Visite la campaña de ASHA *Aprenda los Signos* en <https://identifythesigns.org/espanol/> para obtener información adicional sobre el desarrollo de la comunicación infantil. Visite [www.screentimenetwork.org](http://www.screentimenetwork.org) para obtener más información sobre el tiempo de pantalla para los niños.

###

### **Información sobre la Asociación Americana del Habla, Lenguaje y Audición (ASHA, American Speech-Language-Hearing Association)**

ASHA es la asociación profesional y científica que en ámbito nacional verifica las credenciales de más de 218,000 miembros y afiliados que son audiólogos; patólogos del habla y el lenguaje (también conocidos en español como logopedas, fonoaudiólogos, terapeutas del habla o foniatras); científicos especializados en el habla, el lenguaje y la audición; personal de apoyo de audiología y patología del habla y el lenguaje; y estudiantes. Los audiólogos se especializan en prevenir y evaluar los trastornos de audición y equilibrio, así como de brindar tratamiento audiológico, incluidos los auxiliares auditivos. Los patólogos del habla y el lenguaje identifican, evalúan y tratan los trastornos del habla, el lenguaje y la deglución. [www.asha.org](http://www.asha.org)

### **Información sobre Screen Time Action Network at Fairplay (Red de acción sobre la exposición a la pantalla durante la infancia en Fairplay)**

Screen Time Action Network es una coalición de profesionales, educadores y representantes que trabajan para promover una infancia sana al reducir la cantidad de tiempo que los niños pasan frente a los dispositivos digitales. Screen Time Action Network es un proyecto de Fairplay. [www.screentimenetwork.org/](http://www.screentimenetwork.org/)