

MENOS PANTALLA, MÁS VIDA

CHUPETE DIGITAL

Problema: usamos el móvil para que el niño deje de llorar, para que coma, para que se esté quieto en el carro o para que no interrumpa una conversación. Usamos la pantalla como un "botón de silencio".

Consecuencia: el niño no aprende a calmarse solo. Al no sentir el aburrimiento o la frustración, su cerebro no desarrolla el autocontrol. ¿El resultado? Niños con menos paciencia y rabietas mucho más explosivas cuando se les dice "no".



SORDERA DIGITAL

Problema: el niño pasa sus mejores horas de aprendizaje mirando una pantalla que no le responde. Mientras mira el móvil, no escucha las palabras de su madre, de su abuelo o de sus hermanos.

Consecuencia: retraso grave en el lenguaje. El cerebro infantil necesita una cara humana que le hable y le responda para aprender a hablar. En el cole vemos niños que llegan con un vocabulario muy pobre y que no saben seguir instrucciones sencillas porque su cerebro se ha vuelto "pasivo".



EL CEREBRO "DOPADO"

Problema: los vídeos infantiles actuales (tipo YouTube Kids o TikTok) tienen luces y sonidos que cambian cada 2 segundos. Es un bombardeo de placer inmediato para su cerebro.

Consecuencia: incapacidad de atención. Cuando ese niño llega a clase y tiene que escuchar a su maestra o esperar su turno, su cerebro "se apaga" porque la vida real es mucho más lenta que un vídeo. Aparecen entonces los problemas de concentración y la impulsividad (no poder estarse quietos).



ALIMENTACIÓN AUTOMÁTICA

Problema: el niño come mirando dibujos para que no dé guerra con la comida o para que termine rápido. Come sin mirar el plato, simplemente abriendo la boca de forma mecánica.

Consecuencia: el niño come como un robot, sin notar si está lleno o qué sabor tiene la comida. Se pierde la conexión con su cuerpo y el hábito de socializar en la mesa.



LA TIRANIA DEL "YA"

Problema: el móvil ofrece todo al instante: un video tras otro sin esperar.

Consecuencia: incapacidad de espera. Los niños exigen immediatez en todo. No entienden que hay que esperar un turno o que las cosas requieren esfuerzo, lo que genera mucha ansiedad y desobediencia.



HUÉRFANOS DIGITALES

Problema: padres y madres que están con el móvil mientras están con sus hijos (presencia física, pero ausencia mental)

Consecuencia: el niño siente que tiene que competir contra un aparato para que le miren. Esto daña su seguridad emocional y hace que ellos imiten el mismo comportamiento.



"En Infantil, cada minuto de pantalla es un minuto menos de desarrollo. Su mejor red social es tu mirada."