

DEL PELUCHE...AL CELULAR



***En los niños las pantallas tienen
un efecto negativo doble:
el contenido que ven y, sobre todo,
lo que dejan de hacer por ocupar tiempo en ellas.
No juegan, no corren,
no desarrollan su imaginación,
ino interactúan!***

Cuando escuchamos la frase de Nuestro Señor Jesucristo: “dejad que los niños se acerquen a Mí”, vemos expresado el singular amor a ellos durante su vida mortal. Fue por eso que el Papa San Pío X, un 8 de agosto del 1910, estableció, por el Decreto “Quam Singulari”, que se pudiera admitir en la Primera Comunión desde los siete años.

El evangelista San Marcos (10, 13-14), transmite la complacencia de Jesús para con las madres,

que acercaban a sus niños para que les impusiera las manos, los bendiga, los abrace. Pero sus discípulos, contaminados con la mentalidad ambiental de la época, los apartaban. Ante eso Jesús, “se enfadó”, corrigiendo la errada actitud con graves palabras: “no se lo impedáis, pues de los que son como ellos es el reino de Dios”.

Esa inocencia de los niños la vemos aún hoy en el convivio con ellos: su alegría e imaginación, su felicidad de vida que, desgraciadamente, este mundo moderno decadente viene aplastando lo maravilloso que asombra.

Abriendo los ojos, camino al uso de razón, los niños se enfrentan con una u otra cosa que los dejan absortos, y van acrecentando a los objetos algo que no tienen. Se introducen, admirados, en un mundo de maravillas que, lamentablemente, va dejando de existir. Sea una jirafa con su alto cuello, un colibrí en su elegante y ágil vuelo, una simple hormiga cargando una hojita, varias veces mayor que ella, o una mariposa de especiales colores; solo el niño, – en los días paganizados que vivimos – desarrolla su asombro, no viendo apenas lo concreto-concreto.

Es que los niños tienen una capacidad imaginativa frente a un entretenimiento. En su plasticidad mental, por ejemplo, cuando juegan con un peluche, se transforma en un juego simbólico, hasta

lo hacen su amigo. Si representa algún animalito, un osito digamos, lo cuida, le da comer, habla y juega con él. Este accionar infantil hace que desarrollen sus habilidades, entre ellas, su expresión, pues, al hablarles en voz alta, se escuchan a sí mismos perfeccionando su lenguaje y el habla, pasan de entender las palabras a decirlas, además de relajarlos y regular su estado emocional. Sin dejar de considerar el desarrollo de su creatividad y otras cosas más.

En su etapa de bebés, en que la figura de la madre marca presencia con el alimento, la protección, hasta el calor de su cuerpo, los peluches constituyen una forma de placer y seguridad, hasta los ayudan a dormir solitos.

Generalmente, comienzan a buscar esos objetos de apego aproximadamente a los 9 meses de vida, cubriendo una función psicológica importante, relacionamiento que dejan entre los 4 a 6 años, cuando entran en la etapa de su autonomía, y capacidad de socializar con otros niños, haciéndose independientes. Se van olvidando de ellos, pero lo guardan en algún lugar de su cuarto.

Cuando juegan, si los observamos, comprenderemos su mundo interno – tan indescifrable –, pues los consideran compañeros de juego, amigos inseparables y hasta les ponen nombre. Fenómeno calificado, en la psicología evolutiva, como apego transicional, pero que cumplen una función importante para el bebé o el niño transmitiéndole seguridad, protección, compañía, fuente de placer, una forma de explorar el mundo que los rodea.

A lo largo del último siglo, se ha ido presentando una revolución tecnológica, cada vez más acelerada, que ha ido dando lugar a una sustitución del peluche, y peor aún de ... palabras, sonrisas, abrazos, para con ellos.

Los adultos cada vez tienen menos tiempo para estar con los hijos. Ocupándose de lo propio optan por darles un aparato para que jueguen, o dejarlos, si son más grandes, libremente ante una pantalla utilizando la tecnología como un “pete” (chupete) emocional...

Una investigación, realizada por el Instituto Nacional de Salud e Investigación Médica de Francia, concluyó que los niños de 2 años son expuestos a 3 horas diarias ante las pantallas, los de 8 años casi 5 horas, y más de 7 horas los adolescentes. Muchas veces el equivalente a un año antes de los siete años.

Se les niega lo mejor que se le puede dar: el vínculo afectivo, de enorme influencia en muchos aspectos de la vida.

Por eso la Organización Mundial de la Salud recomendó que los chicos no vean pantallas hasta los dos años, y que pasen una hora como máximo frente a ellas entre los tres y los cuatro años. Sus expertos aclararon que "aun menos tiempo es mejor".

La Academia Americana de Pediatría corrobora el no uso de ningún dispositivo electrónico antes de los 18 meses. Entre 18 y 24 meses si el contenido es apropiado a la edad, pero acompañado por un adulto. Entre los 2 y los 5 años no sea más de una hora por día, y protegido de un adulto. A partir de los 6 años es necesario que se limite el tiempo y sea de contenido adecuado que no afecte el sueño, la sociabilidad y la actividad física.

El motivo es simple, las pantallas tienen un efecto negativo doble: el contenido que ven, y sobre todo lo que dejan de hacer por ocupar tiempo en ellas. No juegan, no corren, no desarrollan su imaginación, ¡no interactúan!

La relación entre el uso de pantallas y la salud mental es una de las principales preocupaciones, no sólo por el impacto que pueden tener sobre el desarrollo cognitivo, sino porque también está cambiando la forma de vincularse entre adultos y niños. Los niños tienen que poder mirar una cara, interpretar una emoción al ver los gestos del interlocutor, principalmente de su propia madre. Un niño es una persona que debe ser escuchada y merece ser atendida, tiene necesidad de contacto social y comunicación, so pena de dejar de adquirir las habilidades vinculadas a las relaciones interpersonales, con hincapié en los primeros años. Las edades preescolares es la etapa en que el cerebro evoluciona más rápido, y las pantallas acaban produciendo un impacto en el desarrollo neurológico, con efectos negativos en el lingüístico, la lectura, lo emocional, lo social, hasta en la capacidad motriz.

Si le damos solo distracción digital..., le estamos dando “comida chatarra mental” a los bebés y niños pequeños. Si los tenemos frente a una pantalla, es mucho lo que no hacen y pierden: expresiones faciales, tono de voz y lenguaje del cuerpo entre un niño pequeño y los padres. Todo eso, aprovechando su flexibilidad neuronal, no solamente es hermoso, sino que ayuda a un correcto aprendizaje y desarrollo en las habilidades del niño. Si no se desperdiciará el potencial de sus primeros años.

Los que tienen problemas con las pantallas son los padres, les apartan de la interacción con sus hijos. Muchos están siendo enganchados a sus teléfonos, y no les hablan suficiente a sus hijos. Hay que recuperar las rutinas familiares, los paseos en contacto con la naturaleza, y a desconectarse de sus pantallas para conectarse con los niños. No nos engañemos, los pequeños aprenden más de las experiencias reales que de una pantalla.

La Prensa Gráfica de El Salvador, 10 de marzo de 2024.

P. Fernando Gioia, EP
Heraldos del Evangelio
www.reflexionando.org