Universidad Nacional de Mar del Plata - Facultad de Ciencias de la Salud y Trabajo Social

Repositorio Kimelü **http://kimelu.mdp.edu.ar/**

Licenciatura en Terapia Ocupacional Tesis de Terapia Ocupacional

2026-05-18

Infancia, pantallas y cuidado: cómo perciben y regulan los adultos responsables el uso de pantallas de niños y niñas de 2 a 5 años, de la ciudad de Mar del Plata en el año 2026

Barrientos, Valentina

http://kimelu.mdp.edu.ar/xmlui/handle/123456789/1161

Downloaded from DSpace Repository, DSpace Institution's institutional repository

"Infancia, pantallas y cuidado: cómo perciben y regulan los adultos responsables el uso de pantallas de niños y niñas de 2 a 5 años, de la ciudad de Mar del Plata en el año 2026."

Tesis presentada en el

Departamento Pedagógico de Licenciatura en Terapia Ocupacional de la Facultad de Ciencias de la Salud y Trabajo Social en la Universidad Nacional de Mar del Plata para optar por el título de Licenciada en Terapia Ocupacional

Por:

Barrientos, Valentina y Cañás, Sofia

Mar del Plata, Buenos Aires, Argentina

Año 2026

Fecha de entrega: 18/05/2026

Directora

Durante, Marina

Lic. en Terapia Ocupacional

MPO 1984



Asesoramiento metodológico

Asignatura “ Taller de Trabajo Final” de la Licenciatura en Terapia Ocupacional de la Facultad de Ciencias de la Salud y Trabajo Social, Universidad Nacional de Mar del Plata.

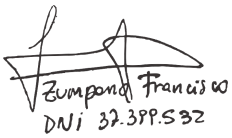
Campisi, Alejandra

Lic. en Terapia Ocupacional



Zumpano, Francisco

Dr. en Cs. Biológicas



Autoras

Barrientos, Valentina

DNI 43.909.014



Cañás, Sofia

DNI 44.265.229



AGRADECIMIENTOS VALEN y SOFI

Es nuestro deseo comenzar agradeciendo al lugar que nos dio la oportunidad de formarnos como profesionales. Donde los conocimientos, las experiencias vividas y los nuevos lazos formados, hoy nos constituyen como mejores personas. Por eso gracias, a la Universidad Nacional de Mar del Plata, y en específico a la facultad de Cs. de la Salud y Trabajo Social.

Agradecimiento especial para Maru, nuestra directora, quien tuvo el valor de tomar este gran desafío, acompañarnos y sostenernos en nuestro tramo final. Valoramos tu tiempo y predisposición, que nos ha enriquecido y potenciado. Fue un placer compartir este trabajo con vos.

Agradecer a Francisco, por su disponibilidad y por sobre todo su paciencia. Nos resultaron indispensables tus conocimientos y aportes. Gracias por tu compromiso y entusiasmo, tu acompañamiento fue esencial para nuestro trabajo.

A las docentes de la cátedra, en especial a Alejandra, quienes nos aportaron sus conocimientos y reflexiones, brindándonos la seguridad que necesitábamos.

Agradecemos al Jardín de Infantes “Rosario Vera Peñaloza” y “Mimitos”, en especial a sus directivos Ayelen y Ana, por abrirnos las puertas, mostrarnos su interés y compromiso con la temática. Gracias por hacer posible nuestra investigación.

Destacamos, el profesionalismo del acompañamiento recibido, pero por sobre todo la calidad humana de todos y todas ustedes.

Anhelamos que todas las personas que deseen estudiar tengan la posibilidad de concretarlo en una universidad pública y de calidad.

AGRADECIMIENTOS SOFI

Bueno, ahora sí, el cierre, o quizás mejor dicho, el comienzo de lo que siempre soñé. Qué afortunado fue aquel momento donde elegí y supe que este era mi camino: la vida desde la Terapia Ocupacional. Son inexplicables las sensaciones que genera el devenir, pero jamás me podré olvidar de las vividas. Y sobre todo, imposible olvidarme de todos y todas aquellos que me sostuvieron y me acompañaron en el recorrido. ¡Y qué recorrido! Con altos y bajos, aciertos y desaciertos, alegría pero también mucha, muchísima frustración.

En primer lugar, le agradezco a mi familia. Mamá y Papá, les juro que hubiera sido imposible transitar esta y todas las etapas de mi vida sin ustedes. Gracias por su cuidado, presencia y paciencia, por enaltecerme cada vez que yo me creí incapaz. Mención especial para vos, Ma, que, de todas las veces que me ayudaste a estudiar, tranquilamente este título también podría ser tuyo. En realidad, así es, este título también es de y para ustedes.

También gracias a vos, Agus, mi mayor crítico, pero, por mucho más, mi mejor compañero en esta vida.

Agradecer a mis amigas y amigos por ser el sostén que necesité y ser esa compañía indispensable para recargar las energías y seguir. En especial a Sofi y a Agus, gracias por escucharme, motivarme y entenderme, por festejarme cada logro como si fuera suyo y por ser siempre mi lugar seguro. Qué difícil sería todo sin ustedes.

A mis amigas de la facu, o mejor, a ellas que conocí en la facu pero hoy son mis amigas. Qué lindo fue compartir con ustedes. Nadie va a entender todo lo que pasamos. Conocernos quizá por casualidad, en persona o a través de una pantalla, fue de las cosas más lindas que me dejó la facultad. Jugar tutti frutti por videollamada en el 2020, conocernos por primera vez en 2021 y después comer ñoquis los 29 de cada mes. Es indudable que van a ser las mejores en todo lo que se propongan, y espero poder acompañarlas en ello.

Gracias a todas las docentes que fueron faro en este recorrido, que me enseñaron más allá de la teoría. Me mostraron qué es, cómo se defiende y cómo amar la Terapia Ocupacional.

Por último, gracias a vos Valen. Gracias por creer en mí, me prestaste tu tiempo, tus ganas y tu confianza todas las veces que lo necesité. El camino fue muy difícil, pero poder compartirlo con vos fue lo mejor que me pasó. No existe mejor compañera que aquella que no duda de uno, salvo de mi puntualidad; de eso siempre dudaste, y con toda la razón del mundo. De nuevo, gracias por cada

llamada, cada mensaje, por enseñarme y elegirme para atravesar este recorrido, inigualable tu compañía Val. Qué lindo saber que llegamos hasta acá, como siempre lo soñamos: juntas.

AGRADECIMIENTOS VALEN

Este trabajo representa el cierre de una gran etapa. El camino fue largo, con una meta siempre clara, llena de miedos, incertidumbres y algunas lágrimas, pero sobre todo mucha perseverancia, dedicación, risas y muchísimo amor. Porque llegar hasta acá nunca es un logro individual: detrás hay una red que sostiene, empuja y abraza incluso a la distancia.

Son muchas las personas a las que quisiera agradecer, quienes me acompañaron a lo largo de todo este recorrido.

A mi familia, especialmente a mamá y papá, gracias por darme la posibilidad de estudiar y por acompañarme aun en la distancia. Sé el enorme esfuerzo que implicó sostener este camino. Gracias por confiar en mí incluso cuando yo dudaba, por cada palabra de aliento, por la paciencia y por no soltarme nunca. Fueron, sin dudas, el sostén más importante. Este logro también es de ustedes.

A mi tía Marce y a mi abuela, gracias por estar siempre cerca de alguna manera: por cada mensaje, cada llamada y cada pequeño festejo después de rendir un final. En los momentos importantes, siempre encontré un abrazo aun en la distancia.

Y a toda mi familia, gracias por el apoyo incondicional y por acompañar, cada uno a su manera. Ustedes saben mejor que nadie todo lo que hubo detrás de este camino.

A mis amigas y amigos de siempre, los del colegio y los de la vida, gracias por permanecer aun en la distancia, por ser refugio, escucha y sostén en cada etapa. Gracias por cada videollamada compartiendo una cena, por las horas de estudio en silencio a través de una pantalla y por las risas que siempre encontraron la manera de acercarnos. Gracias por tantos años caminando juntos, acompañando cada alegría, cada miedo y cada pedacito de la vida.

A mi gran compañero en este recorrido, Gonza, gracias por estar, por acompañarme, por impulsarme cuando hacía falta y por sostenerme en los momentos más difíciles. Y gracias también por no olvidarte nunca de nuestra cábala, ese cuarto de helado antes de rendir que, más que suerte, siempre se sintió como una forma de estar cerca. Llegar hasta acá también fue un poco más fácil gracias a vos.

A mis amigas de la facultad, gracias por compartir conmigo este camino tan intenso. Por las interminables horas de cursada, los mates, los apuntes, el cansancio compartido y las risas que hicieron más liviano todo. Gracias por abrirme las puertas de sus casas, por acompañarme y sin darse cuenta, ser familia lejos de casa.

Gracias, Andrea, Coti y Feli, por haber sido familia para mí estos últimos años. Gracias por cada almuerzo de domingo, las tardes de playa, las salidas con los perris y por hacerme sentir siempre parte. En una etapa tan intensa y lejos de casa, encontrar en ustedes un lugar de encuentro y cariño fue indispensable.

Y a vos, Sofi, gracias por haber sido mi gran compañera en esta etapa; sin dudas, no podría haber imaginado una mejor. Gracias por cada tarde de estudio, por los meets eternos y los mates compartidos. Recorrer este camino con vos hizo que todo fuera más liviano, más divertido y mucho más significativo. Compartimos el cansancio, los nervios, las risas y también los sueños. Hoy, miro para atrás y sé que una parte hermosa de esta etapa fue haberla transitado juntas. Ahora sí… gracias. Fue un verdadero placer coincidir con vos en este camino**.**

ÍNDICE

Hoja de firmas 2
Agradecimientos 3
Resumen 9
Introducción 9
Estado del arte 10
Problema de investigación 14
Justificación 14
Objetivos de la investigación 15
Marco Teórico 15
Capítulo 1: Fundamento teórico para la investigación 15
Capítulo 2: Uso de pantallas en la infancia en el contexto digital contemporáneo 16
2a. Exposición a pantallas y modalidades de uso 17
2b. Contenido inadecuado para la infancia 18
2c. Sobreestimulación 20
2d. Recomendaciones sobre el uso de pantallas en la primera infancia 21
Capítulo 3: Desarrollo infantil y consecuencias del uso excesivo de pantallas 22
3a. Áreas del desarrollo infantil 24
3b. Área de motricidad 24
3c. Área de cognición 25
3d. Área de comunicación y lenguaje 26
3e. Área socioemocional 27
Capítulo 4: Desempeño ocupacional y el uso de pantallas en la primera infancia 29
4a. Descanso y sueño 29
4b. Alimentación 31
4c. Juego 32
Método y técnicas de recolección de datos 34
1. Variables del estudio 34
2. Población 40
3. Muestra 41
4. Diagnóstico de situación poblacional 41
5. Método de selección de muestras 42
6. Criterios de selección de muestras 42

7. Técnica de recolección de datos 42
Aspectos éticos 45
Análisis de datos 45
Resultados 46
1. Caracterización sociodemográfica de las personas encuestadas 46
2. Hábitos de uso de pantallas en los niños y niñas 47
a. Tipo de dispositivo tecnológico 48
b. Tiempo en pantalla 49
c. Tipo de contenido 51
3. Percepción de los cuidadores sobre el uso de pantallas 52
a. Percepción de riesgo 52
b. Percepción de beneficios 53
c. Problematización de uso 54
d. Análisis de contenido 55
4. Prácticas de cuidado en el uso de pantallas de niños y niñas 58
a. Regulación de tiempo en pantalla 58
b. Supervisión del tipo de contenido 59
5. Distribución de la muestra según niveles de percepción y prácticas 60
6. Análisis de correlación 61
Conclusiones y reflexiones finales 63
Referencias 69
Anexos 74

RESUMEN

A raíz del contexto actual, la presente investigación tiene por finalidad analizar la percepción de los padres, madres y/o cuidadores sobre el uso de pantallas en niños y niñas de 2 a 5 años, así como conocer cuáles son los hábitos de uso infantil y las prácticas de cuidado adoptadas por los adultos responsables de niño/as, que asisten al Jardín de Infantes “Mimitos” y “Rosario Vera Peñaloza”, en la ciudad de Mar del Plata en el año 2026. Se llevó a cabo un estudio de enfoque cuantitativo, con alcance descriptivo y diseño no experimental de tipo transeccional. Se aplicó un cuestionario semiestructurado de elaboración propia acorde al estudio, dirigido a los adultos responsables. La selección de la muestra fue no probabilística, por conveniencia. Los datos se analizaron de forma descriptiva, correlacional y de contenido. Los resultados indicaron una alta accesibilidad a dispositivos y conectividad en los hogares, así como un porcentaje significativo de exposición a pantallas en edades tempranas que superan las recomendaciones de uso diario. Respecto a la percepción de los cuidadores, se observó alta percepción de riesgo coexistiendo con el reconocimiento de beneficios asociados al uso. En conclusión, los resultados sugieren la importancia de las prácticas de cuidado como factor asociado al tiempo de exposición. En este sentido, el estudio busca aportar evidencia local que oriente estrategias de acompañamiento familiar desde la Terapia Ocupacional, promoviendo el equilibrio ocupacional y el desarrollo infantil de forma saludable.

Palabras clave: Pantallas- Infancia - Percepción - Hábitos de uso - Prácticas de cuidado - Desarrollo infantil - Desempeño ocupacional - Terapia Ocupacional

INTRODUCCIÓN

Actualmente, la sociedad se encuentra inmersa en una era digital, en la que se realiza un uso excesivo de las tecnologías. Estas atraviesan la vida cotidiana sin diferenciar edades ni contextos culturales y/o económicos. En la vida diaria, las pantallas están presentes desde el inicio hasta el final de las rutinas, lo que impacta directamente en el desempeño ocupacional y en los modos en que las personas se relacionan y comunican. En este marco, su uso se ha expandido y consolidado abruptamente, dando lugar a una tensión entre los beneficios que aportan y las consecuencias que pueden derivarse de su uso.

Esta problemática no se restringe únicamente a la población adulta, sino que afecta de manera significativa a las infancias, donde los/as niños/as nacidos en estos últimos tiempos se constituyen

como nativos digitales. Diversos estudios evidencian que el uso excesivo de pantallas limita la participación en actividades significativas que favorecen el desarrollo infantil, tales como el juego y la participación social.

En respuesta a esta situación, instituciones como la OMS (Organización Mundial de la Salud) y la Sociedad Argentina de Pediatría (SAP) han elaborado recomendaciones respecto a los cuidados necesarios sobre la exposición a pantallas durante la primera infancia, sugiriendo evitar el uso de pantallas en menores de 2 años, mientras que en niños/as de 2 a 5 años se recomienda limitar su uso a un máximo de una hora diaria (OMS, 2019; SAP, 2018). No obstante, la evidencia científica señala una discrepancia significativa entre dichas recomendaciones y los hábitos de uso.

Frente a esta realidad, se vuelve necesario reflexionar e indagar de qué manera los adultos responsables problematizan el uso excesivo de pantallas en los niños y niñas, así como conocer la forma en que lo gestionan en su vida diaria. Considerando que sus percepciones, creencias y prácticas de cuidado influyen directamente en la construcción y consolidación de hábitos vinculados al uso de tecnologías de los infantes.

Desde la Terapia Ocupacional, comprender este posicionamiento resulta relevante para promover estrategias de acompañamiento que favorezcan un equilibrio ocupacional y un desarrollo integral en la primera infancia. En este sentido, el presente estudio busca analizar la percepción de los padres, madres y/o cuidadores sobre el uso de pantallas en niños/as de 2 a 5 años, conocer los hábitos de uso infantil y las prácticas de cuidado adoptadas por los adultos responsables.

ESTADO DEL ARTE

Con el propósito de relevar aquellos antecedentes bibliográficos relacionados con la temática del presente estudio, se efectuó una búsqueda bibliográfica en sitios oficiales y revistas académicas de alcance nacional e internacional. Entre ellas se destacan la Revista Infancia, Educación y Aprendizaje (IEYA) de la Universidad de La Serena (Chile), la Revista Virtualidad, Educación y Ciencia (VESC) de la Universidad Nacional de Córdoba (Argentina), la Revista del Hospital Italiano de Buenos Aires y la publicación oficial de la Sociedad Argentina de Pediatría, Archivos Argentinos de Pediatría. Asimismo, se incluyeron aportes derivados de investigaciones desarrolladas en el CONICET.

A partir de dicho relevo, se identificó material actualizado que aporta evidencia acerca de la perspectiva de los cuidadores sobre el uso de pantallas en niños y niñas en el contexto argentino. A su vez, se incluyen otras temáticas de interés que resultan pertinentes con el área a investigar. A continuación, se desarrolla una breve descripción de los artículos más relevantes.

En el año 2024, en la ciudad de Tandil, Fanaro, M. A., Pezzi, M., Miralles, A., & Sandoval, J llevaron a cabo un proyecto de investigación, titulado ***"Pantallas y juego en la primera infancia según las voces parentales"***. Con el objetivo de examinar el uso de pantallas de la primera infancia en el entorno familiar, a través de la percepción de los adultos responsables del cuidado y crianza de los niños y niñas.

Se realizó desde un enfoque cualitativo, explorando la perspectiva de los participantes a través de cuestionarios, los cuales fueron respondidos en formato electrónico y asincrónicos. Se recopilaron datos de los adultos y de los/as niños/as. Principalmente indagando acerca del uso de pantallas en el hogar. El cuestionario se administró en siete instituciones tanto de gestión pública y privada. Se obtuvieron un total de 249 adultos, con un promedio de edad de 35 años, cuyos niños rondaban entre los 45 días a los 6 años.

Los resultados obtenidos indican que las familias poseen un conocimiento limitado sobre los efectos del uso inadecuado de las pantallas, indicando una necesidad de recibir información acerca de los mismos con el fin de preservar la salud. Por otro lado, los dispositivos más usados resultaron ser la televisión y el teléfono celular con una tendencia a pasar mayor tiempo con este último. Los/as niños/as utilizan el dispositivo móvil con mayor frecuencia en el hogar (90%), mientras que el 10% restante lo hace fuera del mismo. Dentro de los resultados se analizó que el 66% de los/as niños/as comenzaron a utilizar pantallas antes de los 2 años. En relación con el tiempo de uso, más de la mitad afirmaron que lo utilizan entre media hora y 1 hora, el 30% lo utiliza entre 1 hora y 2 horas diarias y el 16% restante lo utiliza en un tiempo mayor a 2 horas. Otro resultado a destacar, fue que el 54% de las familias afirmaron que los/as niños/as utilizan las pantallas a demanda, es decir, sin restricciones horarias.

Dentro de la dimensión de análisis del juego que realizan los/as niños/as sin pantallas, el 70% de las respuestas afirmaron que sus hijos/as juegan en solitario, mientras que el 30% restante declararon que siempre o casi siempre juegan con otros niños/as, cuando no están utilizando pantallas.

En la dimensión de autorizaciones y restricciones frente a esta situación, los padres en su mayoría (83%) afirmaron poner límites frente al uso. Estableciendo reglas frente al contenido que se visualiza. Por último, en relación a la finalidad de uso de pantallas, los resultados arrojaron que un 29% de los/as niños/as lo utilizan para jugar, mientras que el 69% utiliza en celular con otros fines (entretenimiento, educativo, etc).

Para concluir se resaltó que a pesar de las recomendaciones, existe, de manera cotidiana, una exposición a las pantallas tanto en los/as niños/as como de los adultos responsables de su crianza.

En el mismo año, se publicó el trabajo titulado **"*Voces de padres, tutores y/o cuidadores de niños menores de seis años con relación al uso de pantallas durante la pandemia y post pandemia.*"** Ribeiro, Castillo, Lardies Arenas, Velázquez, García & Dias de Carvalho (2024) llevaron a cabo un

estudio cualitativo que explora los testimonios de los adultos responsables de niños/as menores a 6 años que residen en el Área Metropolitana de Buenos Aires, con relación al uso de pantallas, durante el periodo de pandemia y post pandemia.

Se realizó un estudio observacional y exploratorio, a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia, a quienes se les dio accesos a una encuesta en línea con preguntas abiertas a través de Google Forms. La recolección de datos se efectuó en dos períodos diferentes, durante los meses de agosto y octubre del año 2020 (pandemia) y los meses de agosto y octubre de 2022 (post pandemia).

A partir de los resultados, los autores afirman que durante el período de pandemia, los cuidadores destacaron que las pantallas eran útiles como herramientas de aprendizaje, permitiendo la continuidad pedagógica y de entretenimiento. Por otro lado, en post pandemia, los resultados coinciden con la función educativa y de entretenimiento de los/as niños/as. Sin embargo, en ambos períodos señalaron la preocupación que el uso indiscriminado de pantallas ocasione alteraciones tanto en el desarrollo psicomotor, como en la adquisición del lenguaje y un mayor riesgo de sedentarismo en los/as niños/as. A su vez, los resultados demuestran que existe un grado de preocupación de los padres frente a la escasa información por parte de los profesionales de la salud sobre los efectos del uso excesivo de pantallas en la infancia.

En conclusión, el artículo aporta evidencia sobre la perspectiva de los adultos responsables en el uso de pantallas de los/as niños/as, resalta aquellos aspectos positivos sobre su uso en cuestiones educativas. A su vez, los cuidadores refieren que con el fin de realizar actividades laborales y/o tareas domésticas, el uso de pantallas sirven como estrategia de distracción y entretenimiento. No obstante, los resultados obtenidos sugieren que los padres se enfrentan a una disyuntiva entre el reconocimiento de los riesgos del uso excesivo de pantallas y la necesidad operante de ofrecerles los dispositivos para poder realizar distintas tareas, en la medida en que sugieren que los/as niños/as están creciendo en la era tecnológica; resultando difícil restringirles completamente el acceso a estos. Por último, los autores destacan la preocupación de los padres a causa de la falta de información sobre el uso de pantalla, ya que refieren no haber recibido consejos/advertencias por parte de los profesionales de salud.

En el año 2023, Sartori, M.; Raynaud, G.; Peralta, O. En el estudio titulado: **"*Infancias y pantallas: un estudio sobre tenencia, hábitos y percepción en el uso de tecnologías en una muestra de hogares argentinos*"**, el cual busca estudiar la comprensión simbólica y el aprendizaje infantil mediado por dispositivos tecnológicos. Se ha propuesto como objetivo describir la tenencia y los hábitos de uso de tecnologías en el hogar, indagar la percepción adulta sobre ese manejo y explorar perfiles de los participantes en función de estas variables. Para lograr su objetivo, 400 adultos responsables del niños/as hasta 8 años de edad, respondieron el cuestionario de Tecnologías en los hogares y su uso por parte de niños/as en Argentina (Raynaudo et al., 2017; Sartori et al., 2017) que es

una traducción del instrumento Zero to Eight: Children's Media Use in America (Rideout, 2013). El mismo fue administrado y respondido tanto de manera presencial como virtual, en diferentes provincias de Argentina, en su mayoría localidades del sur de Santa Fe.

Los resultados se organizaron en 5 apartados, de los cuales se destacan aquellos vinculados con el presente trabajo. En cuanto a la tenencia de tecnologías y acceso infantil, se identificó que los dispositivos más presentes fueron el smartphone, el SmartTv y la computadora. Respecto a los hábitos de uso, se encontró que la mayoría de los/as niños/as utilizaban los dispositivos móviles para mirar videos y jugar; y en menor medida, mirar TV, usar aplicaciones, leer o que les lean, mientras que algunos pocos niños/as no usaban estas herramientas. A su vez, se detectó que la mayoría miraba TV a diario o varias veces a la semana, mientras que el uso de aplicaciones con fines educativos, de entretenimiento y creativo fue menos habitual. En cuanto a las prácticas adultas, la acción más reportada de manera diaria fue revisar su propio celular estando con el niño o niña.

Finalmente, y de particular interés para el desarrollo de este trabajo, la percepción adulta sobre el uso infantil de tecnologías indica que la mayoría advirtió que el uso de dispositivos tecnológicos afecta y disminuye el tiempo compartido en familia. En términos generales, no acordaron con la idea de que provoquen daños psíquicos, emocionales o intelectuales en los/as niños/as, pero tampoco consideraron que propicien la socialización. Más de la mitad estuvo de acuerdo en que jugar con tecnologías también es jugar y que solo es una nueva forma de hacerlo. Se destaca la afirmación de Sartori, Raynaudo y Peralta (2023): "los hábitos y las actividades que los niños despliegan con dispositivos tecnológicos están íntimamente vinculados al modo en que sus figuras de crianza significan el uso de estas herramientas y regulan su acceso" (p. 47).

En el año 2022, García SV & Dias de Carvalho T; publicaron el artículo ***"El uso de pantallas electrónicas en niños pequeños y de edad preescolar",*** en el cual se describe, que en la actualidad es frecuente observar niños/as jugando frente a dispositivos móviles, sin embargo la regulación y disposición del uso depende del cuidado de los adultos. La preocupación radica en la escasa interacción social a través de la palabra, como así también en otros aspectos de la salud. La finalidad del artículo es presentar una visión actual sobre el efecto de la exposición temprana a pantallas en el desarrollo integral de los/as niños/as y la percepción de los padres.

Propone que las pantallas no pueden ser consideradas buenas o malas en sí mismas, sino que depende del uso que se hace de ellas. Y las consecuencias del uso temprano pueden ser más relevantes para ciertos grupos según su edad. A partir de lo plasmado en el estudio, se destaca cómo el uso de pantallas puede interferir en el desarrollo infantil si limita su capacidad para moverse activamente, o en la exploración de su cuerpo y el medio que lo rodea. Retrasa el despliegue de su capacidad perceptiva e interfiere en el desarrollo del lenguaje y el pensamiento. A su vez, ciertos estudios

evidencian una alta prevalencia de retraso para las habilidades motoras gruesas y habilidades motoras finas frente al uso excesivo de pantallas.

El estudio, a partir de resultados obtenidos en otras investigaciones, problematiza la baja percepción de los padres sobre las consecuencias en el desarrollo que puede producir el uso tan temprano de dispositivos. Como también, que solamente 4 de cada 5 padres no activan la configuración de control parental. Destaca que permitir el uso de pantallas en los/as niños/as facilita su cuidado, mientras realizan otras tareas o permanecen en espacios fuera del hogar. A su vez, los dispositivos son utilizados como medios de recompensa y castigo.

Son los mismos adultos responsables de regular la actividad de los/as niños/as los que deben responder a las exigencias del dispositivo, porque el trabajo o el mercado lo demandan, creando nuevas tensiones que afectan la relación con sus hijos/as.

PROBLEMA

¿Cómo perciben los padres, madres y/o cuidadores principales el uso de pantallas en niños y niñas de 2 a 5 años, y cuales són los hábitos de uso infantil y las prácticas de cuidado adoptadas por los adultos, en la ciudad de Mar del Plata, en el año 2026?

JUSTIFICACIÓN

Desde Terapia Ocupacional, se debe tener en cuenta que el uso de pantallas forma parte de la vida diaria y en exceso, puede limitar la participación en el desempeño de ocupaciones, como el descanso y sueño, alimentación, educación, juego, ocio, participación social, entre otras. Esta situación debe ser un eje central a la hora de pensar la intervención en el desarrollo biopsicosocial de los/as niños/as; así como en su crianza.

Se considera que en la medida que los adultos no reconozcan el uso de pantallas como un riesgo, resultará poco factible que implementen una adecuada regulación del uso. En este sentido, abordar esta problemática permitirá generar evidencia local en la ciudad de Mar del Plata que contribuya al diseño de estrategias para orientar a las familias desde un enfoque de promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

La información obtenida en el presente estudio podrá orientar intervenciones de la Terapia Ocupacional en espacios comunitarios y educativos de divulgación, donde se concientice acerca de la problemática y se acompañe a las familias en la organización de rutinas y hábitos saludables para

favorecer el desarrollo integral de los/as niños/as. Por otro lado, podrán promoverse estrategias de cuidado respecto de la regulación del uso de pantallas, con el objetivo de favorecer la participación en ocupaciones significativas y la interacción social entre los infantes y sus familias.

OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

Objetivo general

Analizar la percepción de los padres, madres y/o cuidadores sobre el uso de pantallas en niños y niñas de 2 a 5 años, conocer los hábitos de uso infantil y las prácticas de cuidado adoptadas por los adultos responsables de niños y niñas que asisten al Jardín de Infantes "Mimitos" y Jardín de Infantes "Rosario Vera Peñaloza", en la ciudad de Mar del Plata en el año 2026.

Objetivos específicos

1. Describir cómo padres, madres y/o cuidadores perciben los riesgos y beneficios del uso de pantallas en niños y niñas, y cómo problematizan este uso.
2. Caracterizar los hábitos de uso de pantallas en niños y niñas, considerando tiempo de exposición, dispositivos utilizados y tipo de contenido.
3. Identificar las prácticas de cuidado y regulación que adoptan los adultos frente al uso de pantallas de los niños y niñas.

MARCO TEÓRICO

CAPÍTULO 1: FUNDAMENTO TEÓRICO PARA LA INVESTIGACIÓN

El Marco de Trabajo para la práctica de la Terapia Ocupacional, propuesto por la Asociación Americana de Terapia Ocupacional (AOTA,2020), de ahora en adelante Marco, establece el dominio de la disciplina, delimitando las áreas de conocimiento e incumbencia. A partir del mismo, se interpreta que el problema de investigación resulta relevante y acorde con los alcances de la profesión; por lo que se utiliza dicho instrumento para definir conceptos que serán útiles para la investigación.

Con el propósito de establecer un lenguaje común se hace uso de determinados aspectos del dominio, para comprender de manera universal los siguientes términos:

Ocupaciones: actividades significativas, fundamentales para la salud, identidad y sentido de pertenencia (AOTA, 2020). En el caso de los/as niños/as, éstas se desarrollan en interacción con sus familias y en contextos determinados, donde diversos factores pueden favorecer o limitar la

participación. Entre estos, el uso excesivo de pantallas puede condicionar la realización de ocupaciones significativas para el desarrollo infantil.

A su vez, las ocupaciones se definen como "Actividades diarias personalizadas que las personas realizan como individuos, en familias y con las comunidades para ocupar el tiempo y dar sentido y propósito a la vida. (...) La amplia gama de ocupaciones se clasifica como actividades de la vida diaria, actividades instrumentales de la vida diaria, manejo de la salud, descanso y sueño, educación, trabajo, juego, ocio y participación social" (AOTA, 2020, p.80).

Las ocupaciones que se comparten y se realizan con otros se conocen como **co-ocupaciones** definidas como: "Ocupación que implica implícitamente a dos o más individuos (Schell & Gillen, 2019, p. 1195) e incluye aspectos de fisicalidad, emocionalidad e intencionalidad (Pickens & Pizur-Barnekow, 2009)" (AOTA, 2020, p.75). En el presente estudio, el cuidado toma protagonismo como una co-ocupación, donde se requiere una participación activa tanto del adulto responsable como del niño/a, entendiendo esta interacción como recíproca e interactiva. Dentro de este marco, adquieren relevancia aquellas prácticas de cuidado vinculadas al uso de pantallas en la rutina diaria de la familia.

Por otro lado, se entiende el **desempeño ocupacional** como la "realización de la ocupación seleccionada resultante de la transacción dinámica entre el cliente, su contexto y la ocupación" (AOTA, 2020, p.76) donde el niño/a debe poner en juego habilidades, patrones de desempeño y valores. Como se mencionó anteriormente, el uso excesivo de pantallas puede interferir en la realización de las ocupaciones, como lo son el juego y la participación social.

Existen patrones que pueden apoyar u obstaculizar el desempeño ocupacional, conocidos como los **patrones de desempeño** (hábitos, rutinas, roles y rituales) los cuales ayudan a establecer un estilo de vida (Uyeshiro Simon & Collins, 2017) y un equilibrio ocupacional.

Los **hábitos** definidos como "comportamientos automáticos específicos que se realizan de forma repetida, relativamente automática y con poca variación" (Matuska & Barrett, 2019, p. 214). "(...) saludables o no saludables, eficientes o ineficaces, de apoyo o dañinos (Dunn, 2000)" (AOTA, 2020, p. 79). Esta definición resulta relevante, dado que los hábitos de uso de pantallas en la infancia constituyen comportamientos automáticos que, cuando se desarrollan en exceso, pueden afectar negativamente el equilibrio ocupacional de los niños y niñas.

CAPÍTULO 2: USO DE PANTALLAS EN LA INFANCIA EN EL CONTEXTO DIGITAL CONTEMPORÁNEO

En el siglo XXI, el avance tecnológico ha transformado profundamente las dinámicas cotidianas, ocupando un lugar omnipresente en la vida de las familias. El contexto sociocultural contemporáneo, atravesado por el consumo y la inmediatez digital, ha contribuido a reforzar la presencia constante de dispositivos electrónicos en los hogares.

En Argentina, en el segundo trimestre del 2025, el 82% de los hogares tiene accesos a Internet fija (Ente Nacional de Comunicaciones, 2025). Y según el estudio "Niñas, Niños y Adolescentes Conectados", el 96 % de los menores vive en hogares con Internet y el 95 % de los jóvenes de 9 a 17 años posee un celular con acceso a Internet (UNICEF Argentina & UNESCO, 2025).

En este escenario, el uso de tecnologías se ha convertido en un desafío frecuente en los procesos de crianza: los dispositivos resultan altamente atractivos para niños/as, pero también para padres y madres, quienes a menudo los utilizan como un recurso eficaz para entretener o calmarlos. Usualmente, suele emplearse el término "chupete electrónico" para referirse a estas situaciones cotidianas en las que el uso de pantallas mantiene al niño/a entretenido, permitiendo a los cuidadores descansar o realizar otras actividades de forma tranquila. Sin embargo, resulta importante destacar que el uso prolongado y no supervisado de estos dispositivos puede tener efectos significativos en el desarrollo infantil (Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires, 2025, p. 3).

El uso de pantallas de niños/as, depende de decisiones tomadas por los adultos. Las cuales se encuentran fuertemente condicionadas por las creencias y el nivel de información que los cuidadores tienen acerca de los riesgos y beneficios de la tecnología, tanto en la vida cotidiana como en el desarrollo infantil.

A su vez, estas elecciones se encuentran atravesadas por un contexto sociocultural caracterizado por la hiperconectividad. Donde, las rutinas laborales, las demandas diarias y la exigencia de mantenerse disponibles y conectados favorece que los dispositivos tecnológicos se incorporen como un recurso frecuente, e incluso percibido como necesario, dentro de la rutina diaria. Asimismo, el uso de tecnologías se constituye como uno de los principales medios de ocio. Por estos motivos, puede volverse automático o difícil de regular, no solo en los/as niños/as, sino que en los propios adultos quienes se encuentran inmersos en estas dinámicas.

2.a EXPOSICIÓN A PANTALLAS Y MODALIDADES DE USO

En la presente investigación se hará referencias a "**pantallas**" para señalar de forma generalizada a todos los dispositivos electrónicos que emiten luz, sonido y movimiento de imágenes y en algunos casos permiten la interacción con los/as niños/as. Dentro de esta categoría se incluyen los televisores, teléfonos móviles (diferentes tipos, incluyendo los Smartphone) computadoras (tanto fijas de escritorio como notebooks o tablets), consolas de juegos, etc.

Autores como Kaur et al. y Takahashi et al. (citados en Alonso Fernández, 2025) describen la exposición o el tiempo frente a las pantallas como el tiempo total que una persona pasa utilizando dispositivos electrónicos. No obstante, en el presente estudio se entiende como **uso excesivo de pantallas** a la exposición prolongada y frecuente a dispositivos digitales, que interfiere con las actividades diarias, el desarrollo y las interacciones sociales. Asimismo, las prácticas que excedan lo

recomendado por la Sociedad Argentina de Pediatría y la Academia Americana de Pediatría, las cuales determinan el tiempo en pantalla y tipo de uso recomendado acorde a la etapa de desarrollo.

El uso de pantallas puede diferenciarse según la forma de interacción y el propósito de la actividad, es decir, según el tipo de uso y el contenido al que se accede. En este sentido, se distinguen cuatro modalidades principales.

- Uso interactivo: Donde el niño/a participa activamente mediante acciones como tocar, seleccionar, responder o manipular. Por ejemplo, jugar a videojuegos o usar aplicaciones educativas.
- Uso pasivo: El infante adopta un rol de observador, ya que dicha actividad no implica ningún tipo de participación, como por ejemplo, ver la televisión.
- Uso de pantallas educativas: Visualización de contenido específicamente diseñado para enseñar o reforzar habilidades cognitivas, lingüísticas, sociales o motoras, apropiados para la edad. (Alonso Fernández, 2025)
- Uso de pantallas recreativas: Uso con fines de entretenimiento, pasatiempo u ocio, sin un objetivo educativo directo. Entre los dispositivos destinados a tal fin se incluyen la televisión, los videojuegos y las redes sociales, que han transformado profundamente el panorama del entretenimiento infantil (Alonso Fernández, 2025)

Resulta fundamental señalar que no todo el tiempo frente a pantallas tiene el mismo impacto ni las mismas consecuencias en el desarrollo infantil, sino que este difiere según las variables anteriormente mencionadas. Es sumamente relevante considerar factores como el tipo de contenido que se consume, la supervisión del mismo, durante cuánto tiempo y la forma de uso. La evidencia científica señala que el uso pasivo, excesivo y sin supervisión adulta puede generar consecuencias significativas en el desarrollo y desempeño ocupacional infantil.

2.b CONTENIDO INADECUADO PARA LA INFANCIA

En la actualidad el contenido audiovisual al que acceden los niños y niñas no puede ser considerado un estímulo neutral, ya que se pone en juego lo visual y auditivo, lo sensorial, lo simbólico, lo estético, lo emocional y lo racional, conformando “un proceso cognoscitivo-afectivo-significante” (Orozco, 2001, citado en Nogales-Bocio et al., 2020). Como menciona Núñez y Loscertales (2008 citado en Nogales-Bocio et al., 2020), las narrativas influyen en cómo los/as niños/as entienden la realidad, ya que los personajes ficticios de los contenidos audiovisuales afectan cómo los jóvenes y niños/as modelan su conducta. En compañía de ello, los medios ofrecen recursos discursivos capaces de “crear verdades" las cuales pueden ser incorporadas como parte de la realidad subjetiva del infante (Nogales-Bocio et al., 2020).

De este modo, el consumo de determinados contenidos puede impactar no solo en la imitación de comportamientos, sino también en la formación del imaginario, actitudes y valores (Muñoz García, 2009). En este sentido, se destaca la relevancia de los contenidos que consumen en la construcción de su identidad individual y grupal, teniendo en cuenta que el impacto de los contenidos considerados nocivos puede resultar influyente en la asimilación de roles, valores y patrones de comportamiento (Nogales-Bocio et al., 2020, p. 3).

El contenido dirigido a las infancias suele oscilar entre lo ficticio, lo real y lo animado. En muchos casos, los relatos infantiles sitúan a sus protagonistas en contextos cotidianos atravesados por situaciones fantásticas, lo que puede dificultar la comprensión de los límites entre realidad y representación. Como menciona Sell-Trujillo (2013 citado en Nogales-Bocio et al., 2020) la detección por parte del niño o niña del componente real y de la carga de ficción en un contenido depende del nivel de madurez y desarrollo cognitivo del menor, pero también del entorno familiar y social de recepción.

A partir de lo mencionado, resulta necesario distinguir cuales son los contenidos considerados inapropiados o nocivos. Según lo establecido por el Portal oficial del Estado Argentino, estos contenidos no son necesariamente ilegales, pero pueden resultar perjudiciales para el desarrollo infantil. Entre ellos se incluyen materiales que presentan violencia, sexualización, estereotipos negativos o conductas de riesgo, así como también contenidos que promueven prácticas perjudiciales o modelos relacionales inadecuados. La exposición a este tipo de contenidos puede favorecer la construcción de ideas erróneas acerca de las relaciones afectivas, así como la adopción de conductas denigrantes o estereotipadas, incrementando además la vulnerabilidad frente a situaciones de riesgo en entornos digitales.

A la hora de analizar el tipo de contenido no se debe considerar únicamente la presencia de contenidos inapropiados, sino que también es necesario conocer la calidad del contenido audiovisual al que acceden los/as niños/as. En este sentido, resulta fundamental distinguir entre aquellos contenidos diseñados con una intencionalidad educativa y aquellos orientados principalmente al entretenimiento. Mientras que los primeros pueden promover el aprendizaje, la interacción y la participación, los segundos suelen centrarse en captar y sostener la atención del espectador mediante diversas estrategias (SENAF & Faro Digital, 2022).

Por otro lado, como señala Valeria Dotro (2017) la oferta destinada a la infancia se encuentra fuertemente globalizada y responde, en gran medida, a lógicas de mercado, en las que el niño/a es concebido como consumidor. En este sentido, una gran proporción de los contenidos infantiles proviene de industrias extranjeras, lo que implica la presencia de modelos culturales, sociales y representacionales que no siempre se corresponden con la realidad de los/as niños/as de contextos

locales. Estas producciones tienden a reforzar ciertos estereotipos, tanto en términos de género como de representación social, limitando la diversidad e identificaciones posibles.

En conclusión, la calidad de contenido debe ser analizado en función a múltiples factores: adecuación a la etapa evolutiva del niño/a, valores y modelos que transmite y su intencionalidad, entre otros. En este sentido, debe ser el adulto quien debe cumplir el rol de mediador en el acceso a los contenidos, brindando acompañamiento y supervisión para reducir los riesgos en la experiencia del niño/a en el uso de pantallas.

2.c SOBREESTIMULACIÓN

Las pantallas digitales se caracterizan por presentar contenidos con estímulos altamente llamativos, combinando cambios rápidos de imágenes, colores intensos, sonidos llamativos y dinámicas de acción-reacción inmediata. Esto genera en el espectador la recepción de una gran carga de información sensorial en poco tiempo y, dicha sobreestimulación, puede mantener al cerebro en un estado de excitación continua. Tal como señala Portero Tresserra (2016), "una sobreestimulación durante los primeros años de vida no solo es innecesaria, sino que puede ser contraproducente para un cerebro tan vulnerable" (p.26)

En su teoría, A. Jean Ayres (1972) plantea que la integración sensorial es un proceso neurológico inconsciente mediante el cual el cerebro recibe, procesa, organiza e interpreta las sensaciones provenientes del propio cuerpo y del entorno, otorgándoles significado a partir de la selección de la información relevante. Este proceso posibilita la elaboración de respuestas adaptativas frente a las demandas del medio. Según Serrano (2008) el niño/a no solo registra los estímulos sensoriales, sino que los integra y organiza para producir respuestas significativas (p. 32).

Para que dicho procesamiento sea eficaz, la información sensorial debe presentarse de manera adecuada en términos de modalidad, intensidad y duración. Sin embargo, gran parte de los contenidos digitales a los que se exponen los infantes se caracterizan por ser estímulos visuales y auditivos intensos, veloces, continuos y con alta carga de información. Estas características pueden dar lugar a una sobrecarga sensorial y a la presencia de estímulos de alta intensidad, cuya magnitud genera una elevada excitación de las fibras nerviosas (Díaz Benito & Yagüe, 2017). En consecuencia, esto puede interferir de forma negativa tanto en la modulación como en el procesamiento e integración de la información, afectando la capacidad del niño/a para organizarla y responder de manera adaptativa.

2.d RECOMENDACIONES SOBRE EL USO DE PANTALLAS EN LA PRIMERA INFANCIA

Distintas instituciones internacionales y nacionales del ámbito de la salud han elaborado pautas y guías con el objetivo de regular el uso de pantallas en la infancia y brindar orientación a los adultos respecto a los cuidados necesarios.

En el año 2019, **la Organización Mundial de la Salud** (OMS) ha elaborado recomendaciones sobre actividad física, sedentarismo y sueño en la primera infancia, donde incluyó el uso de pantallas. En relación a ello, la OMS señala que no se recomienda la exposición a pantallas a niños y niñas menores o igual a 1 año de edad, mientras que para los/as niños/as de 2 a 4 años se sugiere limitar el tiempo en pantalla a un máximo de 1 hora diaria, priorizando siempre que sea el menor tiempo posible. Se recomienda que durante los momentos de inactividad el uso de pantallas sea sustituido por la lectura de cuentos por parte del cuidador. Y a su vez, se destaca la importancia de promover el juego activo, evitar períodos prolongados de sedentarismo y garantizar horas adecuadas de sueño de buena calidad.

La **Sociedad Argentina de Pediatría** (SAP) ha elaborado una guía de uso de pantallas para las familias, en donde desaconseja la exposición a todo tipo de pantallas antes de los 2 años de edad, debido al estado de inmadurez del sistema nervioso central y del aparato psíquico. Entre los 2 y 5 años, recomienda un máximo de media y hasta 1 hora de pantallas de entretenimiento por día, acompañados por un adulto, que pueda decodificar los estímulos, seleccionar e interpretar los contenidos.

A su vez, la guía contiene consejos para el uso saludable de dispositivos, entre ellos: establecer límites acerca de las horas de uso, como el tipo de pantallas utilizadas; priorizar la selección de contenidos y compartir el tiempo de uso. Además, sugiere evitar el uso de dispositivos durante 1 hora antes de acostarse y la presencia de dispositivos en los dormitorios, como así evitar el uso durante las comidas principales. Por otro lado, recomienda establecer zonas libres de pantallas y fomentar actividades familiares sin el uso de dispositivos.

Resulta necesario comprender que, a pesar de que los niños y niñas crecen con la tecnología y saben cómo usarla casi de forma intuitiva (buscando contenido, encendiéndolos y apagándolos, entre otras acciones) esto no implica necesariamente que sepan hacerlo de manera responsable. Es decir, tanto los adolescentes como los infantes, deben aprender ciertas habilidades que les permitan manejarse de manera segura y responsable en el uso de pantallas.

Según Padilla (2015), los cuidadores son los responsables de diseñar el ambiente tecnológico en el que crecen los/as hijos/as, así como de supervisar, medir y establecer los valores, pautas o metas. Una de las prácticas de crianza centrales es la mediación digital, entendida como las formas en las

cuales los padres y las madres gestionan y regulan los vínculos de sus hijos/as con las tecnologías digitales (Mascheroni et al., 2018, citado por Duek & Moguillansky, 2021).

Para ello, se proponen distintas formas de mediación:

- Mediación instructiva: basada en el diálogo y acuerdos entre los cuidadores y lo/as hijos/as sobre el uso de pantallas.
- Mediación restrictiva: implica el establecimiento de reglas explícitas, así como el control de su cumplimiento.
- Co-visualización: se refiere a la visualización compartida de contenidos entre padres, madres e hijos/as.

Estefanell (s.f.) destaca que, en algunas familias los dispositivos electrónicos se convierten en la herramienta más efectiva para controlar el comportamiento y la actividad de los/as niños/as. A muchos adultos les cuesta restringir el uso de pantallas, porque los/as niños/as, acostumbrados a usarlas libremente, tienen reacciones intensas frente a la puesta de límites. Esto se acompaña de la dificultad de establecer acuerdos previos que limiten el uso. De esta forma se le delega a los/as niños/as, la decisión de hacer uso de las pantallas en el momento que quieran e interactuar con cualquier tipo de contenido.

Particularmente el uso de internet puede ser sumamente peligroso, exponiendo a los niños y niñas a experiencias difíciles de transitar. Por lo cual, es necesario que los adultos responsables establezcan prácticas de cuidado que regulen el tiempo de exposición a pantallas, supervisen el tipo de contenido, brindando pautas y acompañamiento para generar un uso responsable, seguro y efectivo de dispositivos tecnológicos en los infantes.

CAPÍTULO 3: DESARROLLO INFANTIL Y CONSECUENCIAS DEL USO EXCESIVO DE PANTALLAS.

El desarrollo infantil es *"*el proceso de cambio por el cual el niño/a, a partir de sus posibilidades de origen biológico, de su accionar en el mundo y de la interacción con los otros, aprende progresivamente a organizar de manera cada vez más compleja sus movimientos, su pensamiento, su lenguaje, sus sentimientos y su relación con los demás" (Ministerio de Salud de la Nación, 2009, citado en Ministerio de Salud de la Nación, 2017, p. 16).

Como explica el documento "Criterios para la aplicación del Instrumento de Observación del Desarrollo Infantil" (IODI) durante los primeros años de vida se consolidan aspectos trascendentes del desarrollo físico, psíquico y social del niño/a donde el ambiente cumple un rol fundamental. En el entorno existen factores facilitadores del desarrollo que promueven el despliegue de las potencialidades del niño/a. No obstante, existen otros factores que pueden desorganizar o inhibir este

despliegue, como así los procesos de organización funcional del niño/a, pudiendo causar alteraciones, nombrados como factores obstaculizadores del desarrollo (Ministerio de Salud de la Nación, 2017).

Es posible incluir el uso excesivo de pantallas como un factor obstaculizador, ya que, según la SAP (2021) "el uso excesivo de pantallas (p. ej., más de 2 a 3 hs de exposición a medios electrónicos) puede afectar el cerebro en desarrollo, con importantes consecuencias en el desarrollo cognitivo y motriz, el aprendizaje y la memoria, y la salud en general. (...) la exposición temprana y prolongada a medios electrónicos está asociada con un mayor riesgo de tener síntomas psiquiátricos, en especial problemas de atención e hiperactividad, trastornos de ansiedad y depresión. (...) una elevada exposición a la televisión de fondo en menores de 5 años reduce la cantidad y la calidad de las interacciones entre padres e hijos y les quita tiempo de juego, afecta negativamente el uso y la adquisición del lenguaje, la atención, el desarrollo cognitivo y la función ejecutiva".

Siguiendo los aportes de Winnicott (s.f, citado en Veyra, 2019) el desarrollo del niño/a tendrá lugar si el ambiente provee las condiciones adecuadas para ello. Si bien el impulso a desarrollarse se encuentra en el interior del infante, las condiciones favorables le permitirán progresar en su desarrollo; comprendiendo que la calidad del cuidado y del afecto recibido en los primeros años de vida será determinante para su seguridad emocional y su capacidad de explorar nuevos ambientes, situaciones y relaciones a lo largo de la vida.

En este sentido, cuando los adultos responsables son capaces de interactuar y satisfacer adecuadamente las necesidades del niño/a, y además asumen un rol activo de mediación y cuidado frente a los factores obstaculizadores del desarrollo (como el uso de pantallas), propician una exploración segura del entorno. De esta manera, se favorece significativamente el desarrollo integral del infante.

Como menciona Fanaro et al. (2024), es ampliamente sabido que el sistema nervioso central se desarrolla significativamente entre el nacimiento y los 36 meses, por lo que los estímulos que en esta etapa se reciban serán muy importantes. En este sentido, se debe tener en cuenta que las pantallas no cuentan con condiciones trascendentales para el desarrollo como son la tridimensionalidad del mundo real y la interacción humana (tonos de voz, atención, emoción, afecto, contacto físico, bidireccionalidad, etc.) tan fundamentales para el crecimiento y la construcción de la subjetividad. La falta de estos estímulos podría generar consecuencias negativas, además se debe tener en cuenta todo lo que no se hace mientras se está con pantallas.

Es pertinente señalar que las alteraciones en el desarrollo infantil tienen un origen multicausal, determinado por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales y ambientales. No obstante, en el presente capítulo se abordarán específicamente aquellas alteraciones que se vinculan con el uso excesivo de pantallas.

3. a. ÁREAS DEL DESARROLLO INFANTIL

El desarrollo infantil es un proceso de cambios que le permiten al niño o niña adquirir habilidades físicas, sociales y cognitivas, en los primeros 5 años de vida. Resulta fundamental comprender que estos no suceden de manera aislada, sino en un entorno social que influye significativamente. Es a partir de la exploración sensorial, el juego y las interacciones sociales que el niño/a aprende y se desarrolla. El desarrollo está compuesto por 4 áreas: motricidad, comunicación y lenguaje, cognición y socioemocional, las mismas están intrínsecamente relacionadas, dado que la modificación de una impacta directamente sobre las demás.

La infancia constituye un período de gran plasticidad cerebral, donde las experiencias del entorno influyen de manera significativa. En el contexto actual, atravesado por la digitalización, el uso de pantallas no logra reemplazar la riqueza de las experiencias sensoriales, relacionales y afectivas que brinda la interacción con el otro.

Los efectos de la exposición a pantallas durante el desarrollo infantil varían según el contenido, el tiempo, la edad del menor al momento de la exposición y si esta se lleva a cabo en compañía o de forma no supervisada. No obstante, diversos estudios demuestran que existe una asociación entre el tiempo excesivo en pantallas en la infancia temprana y retrasos en las habilidades cognitivas, del lenguaje, sociales y emocionales. Asimismo, a mediano plazo se lo vincula con mayor riesgo de sobrepeso, déficit atencionales y el riesgo de adoptar una posición pasiva frente al mundo.

A continuación, se abordarán las principales áreas del desarrollo y el impacto del uso excesivo de pantallas sobre cada una de ellas.

3.b **ÁREA DE MOTRICIDAD**

En este área se distinguen 2 grandes categorías: la motricidad gruesa y la motricidad fina. La **motricidad gruesa** comprende aquellas habilidades físicas que implican movimientos amplios del cuerpo, los cuales requieren la coordinación de grandes grupos musculares y de los distintos segmentos corporales. Estas acciones son de carácter voluntario y se desarrollan progresivamente a partir de los reflejos primitivos, permitiendo la adquisición de patrones motores como el control postural, la marcha y el equilibrio.

Por su parte, la **motricidad fina** hace referencia a los movimientos pequeños, precisos y coordinados, principalmente de manos y dedos, que requieren un mayor grado de control neuromotor. Estas habilidades permiten la manipulación de objetos y la ejecución de actividades que demandan precisión, tales como escribir, dibujar, recortar o abotonar, siendo fundamentales para el desempeño en las actividades de la vida diaria y en las ocupaciones significativas.

A partir de la evidencia, se ha constatado la relación entre el uso prolongado de pantallas y la reducción del tiempo destinado a actividades físicas y experiencias sensoriomotoras en el ambiente, lo que influye sobre el desarrollo y perfeccionamiento de las habilidades motoras gruesas.

Según Alonso Fernández (2025) los menores que pasan varias horas al día frente a pantallas presentan un menor desarrollo en actividades locomotoras como caminar, correr o saltar, lo cual puede producir un aumento de la adiposidad y, a su vez, afectar este área del desarrollo.

En su estudio, el autor detalla que una mayor exposición a pantallas en la edad de 3 a 5 años se asocia a un mayor riesgo de presentar cambios en la estructura del cerebro, incrementando la posibilidad de desarrollar discapacidades motoras. Esto ocurre porque la exposición disminuye la cantidad de sustancias neurotróficas del cerebro, que cumplen un papel clave en el desarrollo y regulación de los circuitos neuronales de la corteza motora primaria, área encargada del control motor.

En compañía, el uso excesivo de pantallas repercute en el desarrollo de la motricidad fina debido a la disminución de actividades manipulativas. La sobreestimulación digital desplaza actividades tradicionales fundamentales para el refinamiento de los movimientos precisos de las manos y dedos, como dibujar, recortar o construir, siendo sustituidas por el deslizamiento de los dedos sobre la pantalla. Esto limita el desarrollo de la pinza digital y la coordinación ojo-mano generando dificultades a la hora de iniciar la escritura manual. También, la utilización de estos dispositivos provoca deficiencias en la manipulación de objetos y en la fuerza de agarre.

Para finalizar, la evidencia destaca que los menores cuyos cuidadores aseguran un uso limitado de las pantallas adquieren antes los hitos motores.

3.c ÁREA DE LA COGNICIÓN

Los niños y niñas comienzan a comprender, relacionar y adaptarse a situaciones novedosas a partir del pensamiento y la interacción con el entorno que los rodea. Las experiencias comienzan a formar su pensamiento, tomando conciencia de sí mismos para organizar la realidad. Por tal motivo desde los primeros momentos se les debe permitir explorar, comparar, elegir e indagar.

En los primeros años de vida se desarrollan progresivamente habilidades cognitivas que, con el tiempo, darán lugar a las funciones ejecutivas. Según Talero-Gutiérrez et al. (2015), estas incluyen la capacidad de planeación, inhibición, control de impulsos, memoria de trabajo y flexibilidad, constituyendo un conjunto de estrategias que permiten resolver problemas en situaciones novedosas para el individuo en relación con su entorno.

El desarrollo puede comprenderse en 2 grandes fases: durante los primeros 3 años se configura una etapa inicial en la que surgen las habilidades básicas necesarias para el adecuado control ejecutivo. Posteriormente, se inicia una segunda fase caracterizada por la integración y coordinación de dichas capacidades, lo que permite un funcionamiento ejecutivo más complejo y organizado.

En los primeros 2 años de vida se expanden significativamente las habilidades para mantener y manipular información, así como la inhibición de respuestas impulsivas, posibilitando un incipiente control cognitivo sobre la conducta. Antes del tercer año, gran parte de las habilidades básicas requeridas para las tareas ejecutivas ya se encuentran presentes. Entre los 3 y 5 años se produce un desarrollo más amplio de las habilidades cognitivas que constituyen el núcleo de las funciones ejecutivas, permitiendo al niño/a mantener, manipular y transformar información con el fin de autorregularse y adaptar su conducta a las demandas del entorno.

Dado que el desarrollo de las funciones ejecutivas es un proceso lento, progresivo y prolongado en el tiempo, es significativamente vulnerable durante la primera infancia. En este sentido, Tome (2019) sostiene que el uso excesivo de pantallas podría incidir negativamente en la neuroplasticidad cerebral, manifestándose posteriormente en forma de baja autoestima, disminución del rendimiento cognitivo o dificultades conductuales, en función de la edad y de las habilidades en desarrollo. El impacto en el desarrollo cognitivo podría atribuirse a la pasividad que generan ciertos tipos de contenido, reduciendo las oportunidades de estimulación intelectual.

A su vez, la sobreestimulación sensorial generada por las pantallas altera la maduración del lóbulo frontal y de los circuitos dopaminérgicos implicados en el control inhibitorio y la focalización de la atención (Neophytou et al., 2021, como se citó en Rodríguez Sáenz et al., 2025). Esto indica que el uso prolongado de dispositivos electrónicos, especialmente en edades tempranas, se asocia con dificultades en la regulación atencional, impulsividad y menor capacidad de concentración (Rodríguez Sáenz et. al, 2025).

El uso excesivo de pantallas se vincula con cambios estructurales en la corteza prefrontal, región responsable del control ejecutivo y la toma de decisiones (Hodelín Hodelín et al., 2016). Se ha observado que la conectividad de la materia blanca se ve reducida, lo que afecta la velocidad de procesamiento de la información y la eficiencia en el aprendizaje (Hodelín Hodelín et al., 2016). Finalmente, diversos estudios señalan una posible asociación entre el uso excesivo de pantallas y un aumento en el riesgo de desarrollar conductas compatibles con el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) (Rodríguez Sáenz et al., 2025).

3.d **ÁREA DE LA COMUNICACIÓN Y LENGUAJE**

El lenguaje puede definirse como un fenómeno social y cultural que se adquiere de forma dinámica durante los primeros años de vida, permitiendo a los individuos pensar y comunicarse a través de un sistema complejo de signos y símbolos. Mediante el lenguaje representamos el mundo, lo organizamos y actuamos en él.

Para que el lenguaje sea efectivo, es necesaria tanto la comprensión (lenguaje receptivo), como la expresión de ideas (lenguaje expresivo), así como el uso del lenguaje no verbal.

La comunicación implica un proceso intencional donde se intercambia información por medio de símbolos que pueden ser lingüísticos o no lingüísticos (Vayre, 1987), abarcando mucho más que el lenguaje, ya que toda conducta es comunicación.

El desarrollo del lenguaje es un proceso complejo que se construye de manera simultánea y en interacción recíproca con las distintas áreas del desarrollo, socio emocional, cognitiva, y motora. Este proceso se da de forma progresiva donde el niño/a atraviesa distintas etapas y subetapas que establecen una evolución esperada en función a la edad demostrando sus habilidades.

Con la adquisición del lenguaje el niño/a se introduce en uno de los sistemas simbólicos más elaborados, para lo cual requiere de una serie de precursores adoptados en la interacción e intercambios de afectos entre el niño/a y su entorno.

El uso excesivo de pantallas es uno de los principales factores ambientales que repercuten en el desarrollo del lenguaje, debido a que restringe las interacciones del niño o niña con sus cuidadores y el entorno, reduciendo las oportunidades de intercambio social tanto verbal como no verbal. Son estas experiencias de interacciones significativas las que constituyen el principal medio para la estimulación y el desarrollo de habilidades comunicacionales, como interpersonales y motoras.

En este sentido, Hernández (2019) señala que la disminución de dichas instancias de interacción puede afectar el desarrollo integral del niño/a. Esto se debe a que antes de los 2 años el aparato psíquico aún no ha madurado y se encuentra en desarrollo, por ende las niñas y niños son sumamente dependientes de la interacción con adultos para decodificar y significar los estímulos que reciben (Krynski et al., 2017).

Cabe destacar que según estudios específicos (Rideout et al., 2003) 2 de cada 3 niños/as de 0 a 6 años viven en hogares donde el televisor se deja encendido al menos la mitad del tiempo. Como señala Hill (2016), basta con dejar este dispositivo prendido con el sonido de fondo, aun cuando nadie se encuentre frente a la pantalla, para que pueda generar un efecto de retraso en el desarrollo del lenguaje.

En síntesis, cuando se restringen las experiencias de interacción, consecuentemente se disminuye la actividad verbal y la vocalización del infante, generando un bajo procesamiento fonológico y reduciendo así la expansión del vocabulario. Esto da lugar a dificultades en el desarrollo del lenguaje, como el retraso en su adquisición, problemas en el dominio de los sonidos del lenguaje, errores de comprensión, orden y construcción de oraciones, entre otras alteraciones.

3.e **ÁREA SOCIOEMOCIONAL**

Este área del desarrollo se centra en la capacidad del niño o niña para identificar, expresar y gestionar sus emociones y sentimientos. Desde una temprana edad, el niño/a se relaciona con otros, lo cual le permite aprender a expresar e identificar sus emociones como parte del proceso de desarrollo

(Moneta, 2014). En la primera infancia el área socioemocional abarca desde las iniciales manifestaciones emocionales, como la sonrisa y el llanto en el bebé, hasta la cooperación y la participación en juegos grupales durante la infancia.

Para que el niño/a adquiera la capacidad de establecer vínculos y regular sus emociones, es necesario que el ambiente brinde espacios que faciliten la interacción con otros. Estos entornos y experiencias contribuyen a que el infante se perciba como un ser único diferente a los demás, que está seguro, es comprendido, querido y que tiene la capacidad de relacionarse con otros bajo normas sociales (Alzate et al., 2010).

La regulación emocional en la primera infancia constituye un componente central del desarrollo socioemocional, ya que permite gestionar la intensidad, duración y la expresión de sus emociones de manera adaptativa. Esta capacidad resulta fundamental para el establecimiento de vínculos, la interacción social y la progresiva autorregulación conductual. En este sentido, Gross (2002) define la regulación emocional como el conjunto de procesos mediante los cuales los individuos influyen en las emociones que experimentan, en el momento en que las experimentan y en la forma en que las expresan, con el objetivo de alcanzar metas adaptativas y preservar el bienestar psicológico.

Diversos estudios han señalado que el uso excesivo de pantallas durante la primera infancia se asocia con mayores niveles de labilidad emocional (Oflue et al., 2021). Esta se define como la tendencia a presentar respuestas emocionales intensas y cambiantes ante estímulos cotidianos, junto con dificultades para recuperar el equilibrio tras experiencias emocionales negativas (Kim-Spoon et al., 2013). Esta inestabilidad puede interferir en los procesos de autorregulación y en la adaptación social del niño/a.

Recientes investigaciones utilizaron el Cuestionario de Regulación Cognitiva Emocional–versión niños (CERQ-k), que evidenció que los/as niños/as con mayor tiempo de exposición a pantallas presentan niveles más bajos de regulación emocional (Cuccioli et al., 2024).

En conjunto, la evidencia científica indica que, durante un período del desarrollo caracterizado por alta plasticidad neuronal y sensibilidad ambiental, la exposición excesiva a pantallas podría constituir un factor de riesgo para la consolidación de habilidades de regulación emocional adecuadas. En estos términos, la relación entre un mayor uso de pantallas y el aumento de problemas conductuales sugiere que los/as niños/as que pasan más tiempo frente a dispositivos digitales tienen menos oportunidades para desarrollar habilidades de autorregulación y socialización.

Además, como se menciona en Rodríguez Sáenz et al. (2025) “se ha documentado que los niños con una alta exposición digital muestran menores niveles de actividad en la corteza cingulada anterior, una región esencial para la regulación emocional y la toma de decisiones”(p.4). “Estos cambios pueden traducirse en dificultades para controlar impulsos, menor tolerancia a la frustración y

una mayor propensión a la distracción en ambientes académicos y sociales" (Montagni et al., 2016) (p.5).

CAPÍTULO 4: DESEMPEÑO OCUPACIONAL Y EL USO DE PANTALLAS EN LA PRIMERA INFANCIA

El concepto **desempeño ocupacional** hace referencia a la participación y ejecución de ocupaciones significativas. Dicho desempeño está influido por factores personales, como las habilidades de desempeño y los factores del cliente, y por otros contextuales o ambientales que pueden facilitar o limitar la participación (AOTA, 2020).

Es posible afirmar que los infantes deben participar en ciertas ocupaciones esenciales propias de su etapa vital, de las cuales no pueden excluirse: el juego, la participación social, la alimentación, el descanso y el sueño, la educación, entre otras. La participación equilibrada en estas ocupaciones, en contextos que favorezcan la exploración y la interacción, contribuye al desarrollo biopsicosocial integral del niño/a.

No obstante, las costumbres familiares, valores sociales y las nuevas prácticas cotidianas u otras actividades consideradas significativas, pueden limitar la participación de estas ocupaciones principales. Cuando el tiempo destinado al uso de dispositivos es mayor que la participación en actividades como el juego libre, se limita la exploración del entorno real que posibilita desarrollar habilidades motoras, cognitivas y socioemocionales. Un ejemplo de ello puede observarse en la costumbre de mirar televisión durante las comidas familiares: aunque constituye una actividad compartida, restringe la comunicación, la atención y la participación activa en la ocupación de la alimentación.

4.a. DESCANSO Y SUEÑO

Favorecer los patrones estables del sueño es de fundamental importancia para el desarrollo infantil. Ya que, durante el sueño se consolidan procesos de maduración y de desarrollo cerebral, como así el fortalecimiento del aprendizaje, atención, memoria, y la regulación emocional y de alimentación. Según, Lacasa López, N. (2024), la calidad del sueño se define según su duración, continuidad y profundidad.

El sueño está relacionado con los procesos de la salud física y psíquica del individuo. El mismo se define como un estado activo en el que tienen lugar cambios de funciones corporales y además de actividades de gran trascendencia para el equilibrio psíquico y físico, durante el cual se producen modificaciones hormonales, bioquímicas y metabólicas, imprescindibles para el buen funcionamiento durante el día (Convertini, 2006).

Ser capaz de conciliar el sueño en un tiempo adecuado, dormir toda la noche, sin despertares nocturnos constituye un hito relevante en el desarrollo psicomotor.

La Academia Americana de Pediatría emitió una declaración de apoyo a las directrices de la American Academy of Sleep Medicine, las cuales recomiendan no permitir dispositivos con pantalla en los dormitorios de los/as niños/as y deberán estar apagados 30 minutos antes de la hora de dormir. Ya que, se ha demostrado que el no utilizar pantallas durante 30 a 60 minutos antes de acostarse aumenta la calidad y la duración del sueño.

Los estudios evidencian que el uso excesivo de pantallas en los/as niños/as puede afectar negativamente el sueño, siendo mayor el riesgo para aquellos que tienen dispositivos móviles o televisores en los cuartos. El efecto lumínico de las pantallas produce trastornos del sueño (Krynski et al., 2017; Hill, 2016; AAP, 2016), en particular después de las ocho de la noche, ya que inhibe la secreción de melatonina (Garrison et al., 2011) y dificulta la conciliación del sueño. Esto puede producir trastornos emocionales y de concentración a largo plazo (Mendieta Pineda, 2017). Un sueño de mala calidad se asocia a un efecto negativo en la capacidad de concentración, memoria y rendimiento académico.

Existe una relación significativa entre la frecuencia de uso de la pantallas y la cantidad de horas de sueño, así como una conciliación del sueño tardía. Estas alteraciones podrían deberse a que la luz azul brillante de las pantallas es interpretada por el cerebro como la luz del día, lo cual afecta el ritmo circadiano y los niveles de excitación, que también podrían verse aumentados por el contenido visualizado. A su vez, estimulan las células fotorreceptoras de la retina, provocando la secreción de melanopsina, la cual tiene como función reprimir la hormona inductora del sueño: la melatonina (Tuz et al., 2022). La estimulación psicológica del contenido, jugar un videojuego "emocionante" se asocia con un aumento de la frecuencia cardíaca, ligero retraso del inicio del sueño y disminución del sueño REM.

Dentro de las principales consecuencias asociadas al uso nocturno de dispositivos tecnológicos se encuentra el insomnio. Lacasa López, N. (2024) menciona que se ha observado una reducción promedio de 10,8 minutos de sueño en quienes utilizan teléfonos móviles, de 10,2 minutos en usuarios de computadoras y de 7,8 minutos en quienes ven televisión. Asimismo, una disminución de tan solo 15 minutos en el tiempo total de sueño resulta suficiente para generar efectos clínicamente significativos. El uso de teléfonos móviles presenta el mayor impacto, disminuyendo la calidad del sueño hasta en un 36%.

Las alteraciones del sueño a edades tempranas predicen una mayor probabilidad de problemas psicopatológicos en la infancia y la adolescencia. Un menor número de horas de sueño incrementa los problemas emocionales y conductuales.

4.b. ALIMENTACIÓN

Existe una relación entre el uso excesivo de pantallas y los patrones alimentarios inadecuados, así como el aumento en la prevalencia de obesidad y sobrepeso. Estas condiciones contribuyen al incremento de la adiposidad, al deterioro de la condición física y, en consecuencia, a una disminución de la calidad de vida. En este contexto, existen factores de riesgo tradicionales y otros emergentes, vinculados a los cambios en los estilos de vida, que incrementan la probabilidad de desarrollar obesidad en edades tempranas y por ende, un impacto negativo en la salud infantil.

Es evidente que una alimentación poco saludable y el sedentarismo generado por permanecer horas frente a televisión, computadora, videojuegos y teléfonos móviles, tienen una relación directa con la obesidad y el sobrepeso.

El uso excesivo de pantallas disminuye el tiempo destinado a la práctica de ocio, ejercicio físico y relaciones sociales. Asimismo dicho uso, puede ocasionar modificaciones de las rutinas y hábitos, provocando horarios inadecuados, tiempos de comida incompletos y el consumo de productos elaborados con elevadas cantidades de grasa y azúcares simples.

Delgado-Floody y cols (2019) publicaron en Nutrición Hospitalaria, un estudio que demuestra diferencias significativas en el número de horas ante las pantallas en el grupo de niños/as con sobrepeso y obesidad, y un número menor de horas en niños/as que asisten a una actividad física extraescolar.

En este sentido, Daniel Sieberg introduce el concepto de “obesidad digital”, el cual hace referencia al uso excesivo de dispositivos tecnológicos y las consecuencias que esto conlleva. Este fenómeno puede generar dependencia y favorecer el sedentarismo, impactando negativamente en la vida personal, al disminuir las interacciones sociales y familiares, así como el rendimiento escolar. Además, se asocia con la aparición de aislamiento, ansiedad, insomnio y diversas alteraciones de tipo endocrinas, musculoesqueléticas y/o cardiovasculares.

No obstante, existen otros factores de riesgo en relación a los hábitos de alimentación, ya que las dinámicas familiares y sus rutinas, dependiendo de su frecuencia, pueden favorecer la aparición de sobrepeso y obesidad. Una de las más usuales es la visualización de televisión durante las comidas. Esta práctica no solo implica un uso inadecuado de pantallas, considerando que los/as niños/as realizan entre 3 y 4 comidas diarias, sino que también se asocia con el consumo de alimentos de baja calidad nutricional. Juntos, pueden generar más distracciones y desequilibrios en la regulación hormonal del hambre y la saciedad, lo que puede generar una sensación persistente de apetito.

Además de esto, es importante considerar que los alimentos ultraprocesados dominan en la publicidad y el marketing de los dispositivos, donde los/as niños/as son a menudo el público objetivo. Un estudio brasileño analizó el uso de estrategias persuasivas de publicidad de alimentos en 3 canales de televisión abierta populares en el país. En él, se demostró una asociación directa entre la publicidad

dirigida a los/as niños/as y los anuncios que muestran alimentos con alto contenido calórico, ricos en grasa, azúcar y sodio, como bebidas azucaradas, comida rápida y galletitas dulces (Gomes et al., 2024).

En este sentido, la legislación de nuestro país a través de la Ley de etiquetado frontal (N°27.642) prohíbe que aquellos alimentos y bebidas con sellos de advertencia incluyen personajes infantiles, animaciones, celebridades, deportistas o mascotas, elementos interactivos, la entrega o promesa de entrega de obsequios, premios, regalos, accesorios, adhesivos, juegos, descargas digitales o cualquier otro elemento. Esto tiene como objetivo disminuir el consumo de productos no saludables, previniendo la malnutrición de la población y promoviendo una alimentación más consciente, saludable y sin publicidad engañosa.

4.c. JUEGO

El juego en el infante es considerado fundamental para el desarrollo biopsicosocial. Cumple un rol primordial en la construcción del sujeto, ya que a través del mismo el niño/a aprende, razona y construye su personalidad. Por otro lado, es indispensable para la estructuración del YO, permitiéndole al niño/a conocer el mundo que lo rodea y adaptarse a él, enriquece la imaginación y desarrolla la creatividad.

Desde el plano sensorial y psicomotor, el juego posibilita la exploración activa del ambiente y la experimentación corporal a través de los sentidos. Mediante el movimiento, la manipulación de objetos y la interacción con el espacio, el niño/a integra información sensorial, fortalece la coordinación y amplía progresivamente el dominio de su cuerpo. Estas experiencias constituyen la base para la organización del esquema corporal y el desarrollo de habilidades motoras más complejas, favoreciendo una participación ocupacional cada vez más autónoma.

En el plano socioemocional, el juego representa un escenario privilegiado para la expresión y regulación de emociones. Según Vygotsky, en la situación lúdica el niño/a actúa por encima de su nivel habitual de desarrollo, internalizando normas sociales y aprendiendo a regular su conducta en función de reglas compartidas (Vygotsky, 1979). De este modo, el juego contribuye a la socialización, al aprendizaje de pautas de convivencia y a la construcción progresiva de la autonomía. Donald Winnicott (1971) propone que, el espacio de juego constituye una zona intermedia de experiencia donde el infante puede elaborar vivencias internas y externas, favoreciendo la integración emocional y la constitución del self.

En relación con el desarrollo cognitivo, el juego cumple un papel fundamental en la construcción del pensamiento. Desde la perspectiva constructivista de Jean Piaget (1962), el juego refleja los procesos de asimilación mediante los cuales el niño/a incorpora la realidad a sus esquemas mentales, permitiendo la consolidación de estructuras cognitivas. A través del juego simbólico se

posibilita la representación de situaciones de la vida real, permitiendo poner en juego la función simbólica. Esta implica la capacidad de asimilar la realidad mediante el ‘como si’, en ausencia del modelo, dando cuenta de la creación de imágenes mentales, así como de la evocación verbal de acontecimientos no actuales. En este tipo de juego, la representación constituye la meta.

Múltiples investigaciones señalan que las actividades lúdicas estimulan funciones como la atención, la memoria, el razonamiento y la resolución de problemas, facilitando aprendizajes significativos y transferibles a contextos académicos posteriores.

En síntesis, el juego se configura como una ocupación central en la infancia, que articula dimensiones sensoriales, motoras, cognitivas y socioemocionales del desarrollo. Su relevancia trasciende el carácter recreativo, constituyéndose en un medio privilegiado para la construcción subjetiva, la adquisición de habilidades y la participación activa en el entorno social.

Los beneficios y adquisiciones que el juego, en un contexto real, aporta al desarrollo infantil no se trasladan de igual manera a los juegos en línea. En este sentido, el entretenimiento a través de dispositivos digitales no favorece, en la misma medida, el desarrollo de la creatividad, la observación, la reflexión ni la puesta en marcha de diversas habilidades, tanto cognitivas como motoras. A su vez, limita la posibilidad de acceso al juego simbólico, lo cual puede generar dificultades en los procesos de socialización en contextos reales.

En este sentido, el uso de pantallas pueden constituirse como un factor obstaculizador y restrictivo para la participación en esta ocupación, en tanto el tiempo destinado a estas actividades tiende a desplazar y reducir las oportunidades de involucrarse en formas de juego más ricas en experiencias sensoriomotoras, sociales y simbólicas. Tal como plantea en su artículo la Fundación Navarro Viola, una de las tareas más importantes en la primera infancia es jugar, mientras que el tiempo frente a las pantallas es un tiempo destinado a la quietud, contemplación y no un juego real.

Desde esta perspectiva, resulta necesario distinguir entre juego y entretenimiento. Ya que, en la primera infancia entretener no es lo mismo que jugar: mientras el juego involucra activamente al niño o niña como protagonista de la acción, el entretenimiento digital tiende a ubicarlos como receptores pasivos de estímulos. Esto se debe a que las pantallas ofrecen contenidos ya elaborados, mientras el juego libre habilita la oportunidad para crear, construir, explorar y significar a partir de la propia vivencia.

El aburrimiento cumple una función principal en la infancia, ya que permite desplegar la creatividad, imaginación, observación y reflexión. Por el contrario, la sobreestimulación que suele producir el uso excesivo de pantallas puede limitar estos procesos.

Por otra parte, Fanaro et al. (2024) menciona que en diversos estudios se ha comprobado que el juego con juguetes tradicionales se asocia con la adquisición de una mayor cantidad de palabras y con una mejor calidad del lenguaje en comparación con el uso de pantallas.

Resulta fundamental destacar la definición de juego infantil propuesta por UNICEF (2018), que lo entiende como todo comportamiento, actividad o proceso iniciado, controlado y estructurado por los propios niños/as. El cual tiene lugar donde quiera y cuando quiera que se dé la oportunidad. Y a su vez destaca que, los cuidadores pueden contribuir a crear entornos propicios al juego, pero el juego mismo es voluntario, obedece a una motivación intrínseca y es un fin en sí mismo, no un medio para alcanzar un fin. (…)

Como se mencionó anteriormente, el juego constituye una vía para la participación social en la infancia, siendo un periodo crítico para la adquisición de habilidades comunicativas, sociales y emocionales. Estas se enriquecen a partir de la interacción directa con el otro, mediante el juego compartido y la participación en actividades significativas.

Entendemos la participación social como aquellas "actividades que impliquen una interacción social con otros, incluidos familiares, amigos, compañeros y miembros de la comunidad, y que apoyen la interdependencia social "(Bedell, 2012; Khetani & Coster, 2019; Magasi & Hammel, 2004).

En base a esto, el uso excesivo de pantallas puede limitar estas experiencias, reduciendo el tiempo de participación social. Diversos autores sostienen que este tipo de uso desplaza otras ocupaciones fundamentales para el desarrollo, como el juego libre, la exploración del entorno y la interacción con otros niños/as y adultos.

MÉTODO Y TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

El presente estudio de investigación adopta un enfoque cuantitativo descriptivo transversal, dado que busca medir y analizar las variables a través de datos obtenidos mediante un instrumento semiestructurado. Corresponde a un estudio de alcance descriptivo, ya que pretende relevar información sobre las percepciones de los cuidadores, hábitos de uso de los niños y niñas y pautas de cuidado por el adulto, para analizar y presentar sus resultados.

El diseño es no experimental de tipo transeccional, dado que no se realiza manipulación deliberada de las variables, sino que se observa una situación ya existente, tal como se da en el contexto natural y los datos se recolectan en un momento dado.

1. VARIABLES DEL ESTUDIO

Las variables de la investigación son "Hábitos de uso de pantallas en los niños y niñas", "Percepción de los cuidadores sobre el uso de pantallas" y "Prácticas de cuidado y regulación".

"Hábitos de uso de pantallas en los niños y niñas"

Definición Científica:

Comportamientos automáticos específicos realizados de forma repetida, relativamente automática y con poca variación (Matuska & Barrett, 2019, p. 214) (AOTA, 2020; pág 74).

Definición operacional:

Conjunto de maneras relativamente automáticas que los niños y niñas de 2 a 5 años realizan en relación al uso de dispositivos tecnológicos en su vida diaria.

Las dimensiones de la variable son:

Dimensión 1: Tipo de dispositivo utilizado: Todo dispositivo tecnológico con pantalla digital presente en el hogar, al cual el niño o la niña tenga acceso, sea o no de su propiedad.

Dimensión 2: Tiempo en pantalla: Frecuencia semanal, momento del día y cantidad de horas en el que niño o niña tiene acceso al uso de pantallas.

Dimensión 3: Tipo de contenido: Características del formato audiovisual o digital al que los niños y niñas acceden a través de los dispositivos tecnológicos. Incluye contenidos con fines educativos (aplicaciones de aprendizaje, canciones infantiles, programas pedagógicos.), de entretenimiento (dibujos animados, series, videos, juegos apropiados para la edad) y materiales no adecuados para la edad (programas para adultos, violencia explícita) o redes sociales.

Variable	Hábitos de uso de pantallas en los niños y niñas.
Dimensión	Tipo de dispositivo tecnológico.
Indicadores	● Smartphone (Celular Inteligente). ● Smart TV (Televisor Inteligente). ● Televisor de tubo. ● Computadora. ● Consola de videojuegos (Playstation/ Gafas de realidad virtual/ entre otros). ● Tablet. ● Celular básico.
Categoría de variable	Selección múltiple.

Variable	Hábitos de uso de pantallas en los niños y niñas
Dimensión	Tiempo en pantalla
Indicadores	Categoría de variable
● Selecciona cuántos días por semana el niño/a usa los dispositivos tecnológicos (incluyendo televisión, smartphone, computadora, etc).	Nunca. 1-2 días por semana. 3-4 días por semana. 5-6 días por semana. Todos los días.
● Selecciona en qué momento/s del día el niño/a usa los dispositivos tecnológicos (incluyendo televisión, smartphone, computadora, etc).	Durante el desayuno. Por la mañana (fuera de las comidas). Durante el almuerzo. Por la tarde (fuera de las comidas). Durante la merienda. Por la noche (fuera de las comidas). Durante la cena. Antes de irse a dormir. En cualquier momento.
● Seleccione la cantidad de tiempo durante el día en el que el niño/a usa los dispositivos tecnológicos (incluyendo televisión, smartphone, computadora, etc).	Menos de 1 hora diaria. 1-2 hs. 3-4 hs. + de 4hs. Nunca. No llevo la cuenta del tiempo de uso.

Variable	Hábitos de uso de pantallas en los niños y niñas.
Dimensión	Tipo de contenido/uso.
Indicadores	● Mira TV. ● Juega con aplicaciones de entretenimiento. ● Juega con aplicaciones educativas.

	● Juega en línea o con otras personas de manera virtual. ● Usa redes sociales (TikTok- Instagram- Whatsapp, entre otros). ● Mira contenido educativo. ● Usa YouTube. ● Usa plataformas para ver películas o series. ● Utiliza el celular para llamadas o mensajes. ● Mira videos de entretenimiento. ● Otro.
Categoría de variable	Opción múltiple.

“Percepción de los cuidadores sobre el uso de pantallas”

Definición científica

Percepción: Conjunto de interpretación y valoraciones donde se otorga un significado a un práctica, a partir de experiencias previas, creencias y el contexto sociocultural .

Definición operacional

Valoración de los adultos responsables sobre el uso de pantallas de niños y niñas de 2 a 5 años.

Se considerarán tres dimensiones:

Dimensión 1: Percepción de riesgos: efectos negativos atribuidos al uso de pantallas.

Dimensión 2: Percepción de beneficios: efectos positivos atribuidos al uso de pantallas.

Dimensión 3: Problematización del uso: grado en que los cuidadores consideran necesario regular y supervisar el uso de pantallas en la primera infancia.

Variable	Percepción de los cuidadores sobre el uso de pantallas.
Dimensión	Percepción de riesgos.
Indicadores	● El uso de pantallas puede retrasar la adquisición del lenguaje en los/as niños/as. ● El uso de pantallas limita la participación social de los/as niños/as. ● Usar mucho tiempo dispositivos móviles puede afectar el desarrollo del

	niño/a. ● El juego al aire libre está siendo sustituido por el juego en pantallas. ● Los/as niños/as deberían jugar al aire libre y no con dispositivos tecnológicos. ● Usar mucho tiempo dispositivos móviles puede afectar el uso de la atención en otras actividades. ● El uso de dispositivos puede provocar daños psíquicos y emocionales en los/as niños/as. ● A largo plazo el uso de pantallas puede provocar daños visuales. ● Usar las pantallas antes de dormir puede afectar la calidad del sueño. ● Usar las pantallas antes de dormir provoca insomnio. ● Usar el celular durante las comidas puede afectar los hábitos de alimentación.
Categoría de variable	Totalmente de acuerdo- de acuerdo- sin definir- poco de acuerdo- totalmente en desacuerdo.

Variable	Percepción de los cuidadores sobre el uso de pantallas.
Dimensión	Percepción de beneficios.
Indicadores	● El uso de pantallas puede ayudar a que los/as niños/as aprendan nuevas palabras o desarrollen más su lenguaje. ● El uso de pantallas favorece el aprendizaje. ● Jugar con las tecnologías también es jugar. ● Mirar televisión en familia es una forma de compartir tiempo juntos. ● El uso de tecnologías ayuda a que los/as niños/as aprendan y se desarrollen. ● El uso de dispositivos móviles les permite a los/as niños/as comunicarse con otros. ● Jugar con tecnología favorece la capacidad creativa. ● Los juegos virtuales son más entretenidos que los juegos tradicionales.
Categoría de variable	Totalmente de acuerdo- de acuerdo- sin definir- poco de acuerdo- totalmente en desacuerdo.

Variable	Percepción de los cuidadores sobre el uso de pantallas.
Dimensión	Problematización del uso.
Indicadores	● El uso de pantallas es bueno para entretener a los/as niños/as. ● A través de las tecnologías el niño/a puede explorar el mundo. ● Es importante saber que miran/ hacen los infantes mientras se encuentran frente a una pantalla. ● Todos los contenidos audiovisuales son iguales. ● Los niño/as no tendrían que tener dispositivos móviles propios. ● Los niño/as pueden empezar a usar pantallas a cualquier edad. ● Mientras estoy con el niño/a uso el celular frecuentemente
Categoría de variable	Totalmente de acuerdo- de acuerdo- sin definir- poco de acuerdo- totalmente en desacuerdo.

"Prácticas de cuidado en el uso de pantallas de niños y niñas"

Definición conceptual:

Conjunto de acciones, decisiones y comportamientos cotidianos de mediación que una persona, familia o grupo social que se realizan con el propósito de preservar, asistir o proteger a alguien o algo, buscando evitar daños y promover calidad de vida.

Definición operacional:

Intervenciones de mediación que los adultos responsables desarrollan en relación a la regulación del tiempo en pantallas y supervisión del contenido, en concordancia con las recomendaciones de la SAP, orientadas a garantizar un uso seguro y equilibrado en los niños y niñas de 2 a 5 años.

Las dimensiones de la variable son:

Dimensión 1: Regulación de tiempo en pantalla: práctica de cuidado en la que los adultos responsables establecen límites en la cantidad de tiempo que los niños y niñas dedican al uso de dispositivos tecnológicos.

Dimensión 2: Supervisión del contenido: práctica de cuidado en la que los adultos conocen, seleccionan y regulan el tipo de contenido.

Variable	Prácticas de cuidado en el uso de pantallas de niños y niñas.
Dimensión	Regulación de tiempo en pantallas.
Indicadores	• Estoy atento a la cantidad de horas en la que el niño/a usa los dispositivos tecnológicos. • El niño/a usa pantallas siempre que lo pide. • En casa se definen horarios en los que no se usan pantallas (ej. comidas, antes de dormir). • Antes de ir a dormir puede ver televisión o videos. • En mi casa solemos dejar la TV prendida durante las comidas. • El niño/a usa más de un dispositivo a la vez.
Categoría de variable	Siempre - A veces - Nunca.

Variable	Prácticas de cuidado en el uso de pantallas de niños y niñas.
Dimensión	Supervisión de contenido.
Indicadores	• Antes de ver un programa o video, mi hijo/a debe pedir permiso. • El niño/a sabe que hay juegos, videos o aplicaciones que tiene prohibidos ver/usar. • Uso la aplicación de controles parentales para restringir contenido. • El niño/a usa el celular libremente. • Siempre estoy al tanto de lo que hace mi hijo/a cuando usa pantallas. • El niño/a puede usar las pantallas únicamente cuando yo lo permito. • Siempre que el niño/a usa las pantallas estoy al lado de él.
Categoría de variable	Siempre- A veces- Nunca.

2. POBLACIÓN

La población del estudio fueron padres o madres o cuidadores principales de niños y niñas entre 2 y 5 años que asisten al Jardín de Infantes “Mimitos” y Jardín de Infantes “Rosario Vera Peñaloza” de la ciudad de Mar del Plata, en el año 2026.

3. MUESTRA

Las unidades de muestra se conformaron por 55 madres, padres o cuidadores principales de niños y/o niñas entre 2 a 5 años, que dieron respuesta al cuestionario sobre percepciones relacionadas al uso de pantallas en los/as niños/as, los hábitos de uso y las prácticas de cuidado adoptadas. Los mismos asisten al Jardín de Infantes “Mimitos” y Jardín de Infantes “Rosario Vera Peñaloza” de la ciudad de Mar del Plata, en el año 2026.

4. DIAGNÓSTICO DE SITUACIÓN POBLACIONAL

En el presente apartado se describen las dos instituciones de nivel inicial, las cuales conformaron el grupo de estudio: Jardín de Infantes “Mimitos” (DIEGEP 1735) y el Jardín de Infantes “Rosario Vera Peñaloza” (DIEGEP 2007). Ambas de gestión privada, ubicadas en la ciudad de Mar del Plata. Reciben a niños y niñas de la primera infancia.

A continuación, se expone una caracterización general de cada una de ellas, considerando su contexto, población y principales lineamientos institucionales.

El Jardín Infantes “Mimitos”, fundado en el año 1980, es una institución de nivel inicial que brinda atención tanto en el nivel maternal como en el jardín de infantes. Concurren niños y niñas de entre 1 y 5 años de edad, distribuidos en salas de maternal, y salas de 3, 4 y 5 años. El jardín se encuentra ubicado en la calle 20 de Septiembre 2740, entre Rawson y Garay, en la ciudad de Mar del Plata.

La propuesta pedagógica del establecimiento se centra en la promoción del desarrollo integral del niño/a, fomentando la creatividad, la autonomía, la inclusión y la psicomotricidad. Para ello, se implementan actividades significativas que respetan las necesidades lúdicas, expresivas y evolutivas propias de la primera infancia.

Asimismo, la institución cuenta con servicio de comedor, lo que contribuye al acompañamiento de las rutinas diarias y al bienestar general de los niños y niñas que asisten.

El Jardín de Infantes “Rosario Vera Peñaloza” ubicado en el Barrio Caisamar, cuenta con una trayectoria de 40 años. Es una institución educativa de nivel inicial, destinada a niños y niñas de entre 2 y 5 años de edad.

Actualmente posee una matrícula de 45 alumnos, distribuidos en grupos de aproximadamente 15 infantes por sala. La institución funciona en turno tarde, en la dirección Torres de Vera y Aragón 1660, y ofrece salas de 3, 4 y 5 años.

La propuesta educativa está basada en torno a dos ejes centrales: el contacto con la naturaleza y la literatura, entendidos como una fuente inagotable de disfrute, curiosidad y descubrimiento. Son

los libros y las historias pilares fundamentales para el desarrollo del lenguaje, la imaginación y la alfabetización.

Dentro de su propuesta institucional se incluyen actividades como taller de huerta, actividades al aire libre, clases de teatro, música e inglés, así como la creación de escenarios lúdicos y experiencias creativas.

5. MÉTODO DE SELECCIÓN DE MUESTRA

La muestra es de tipo no probabilística por conveniencia teniendo en cuenta la accesibilidad y disponibilidad a las unidades de análisis durante el período del año 2026 que concuerden con los criterios de inclusión y exclusión establecidos. Donde el cuestionario se difundió a través de los directivos institucionales mediante un grupo de WhatsApp.

6. CRITERIOS DE SELECCIÓN DE MUESTRA

Criterios de inclusión

- Padres, madres o cuidadores principales de niños y niñas entre 2 y 5 años de edad.
- Padres, madres y/o cuidadores de niños y niñas que asisten actualmente al Jardín de Infantes “Mimitos” y Jardín de Infantes “Rosario Vera Peñaloza”.
- Personas que vivan en la ciudad de Mar del Plata.
- Personas que cuenten con lectoescritura.

Criterios de exclusión

- Personas que no cuenten con dispositivos tecnológicos conectados a internet y/o datos móviles.
- Personas con ceguera o con disminución visual.
- Personas que no logren comprender lo solicitado para llevar a cabo la investigación.

7. TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Para la recolección de datos se llevó a cabo un cuestionario, autoadministrado de manera asincrónica mediante un cuestionario digital de Google Forms. El acceso fue facilitado mediante un link, socializado en el grupo de WhatsApp propio de las instituciones.

El cuestionario se compuso de 4 secciones y cada una responde a las variables establecidas en el presente estudio. Por otro lado, cada ítem presenta opciones de respuesta, de las cuales, según la indicación, el participante debió seleccionar una múltiple o única opción.

En un primer momento, el cuestionario incluyó una sección de datos sociodemográficos, donde se solicitó información general del participante y del niño/a a su cargo (edad, vínculo, nivel

educativo máximo alcanzado, entre otros). La finalidad de esta sección fue caracterizar a la población participante y contextualizar los resultados obtenidos en las variables principales del estudio.

Luego, se presentaron las secciones que corresponden a las variables del estudio, conformadas por afirmaciones con distintos tipos de respuesta, entre ellas, selección múltiple y escala tipo Likert.

Finalmente, el cuestionario concluyó con una sección abierta, no estructurada, donde la persona pudo expresar, a partir de una elaboración propia, su consideración sobre aspectos positivos y negativos del uso de pantallas en los niños y niñas.

El acceso para observar el cuestionario completo puede consultarse en el **Anexo 1.**

VARIABLE N°1 : HÁBITOS DE USO DE PANTALLAS EN LOS NIÑOS Y NIÑAS

Esta variable se mide dentro del cuestionario semiestructurado con distintos modos de respuesta acorde a las dimensiones.

Dimensión 1: Tipo de dispositivo utilizado

Esta se evaluó mediante ítems que indagaron sobre los dispositivos tecnológicos disponibles en el hogar, permitiendo marcar múltiples opciones.

A su vez, se incluyeron preguntas orientadas a identificar a cuáles de esos dispositivos el niño/a tiene acceso, y si alguno de ellos es de su propiedad.

Dimensión 2: Tiempo en pantalla:

Esta dimensión cuenta con los siguientes indicadores:

- Frecuencia semanal: seleccionaron cuántas veces por semana el niño/a usa los dispositivos tecnológicos (incluyendo televisión, smartphone, computadora, etc). Las opciones de respuestas serán las siguientes: Nunca / 1-2 veces por semana/ 3-4 veces por semana/ 5-6 veces por semana/ Todos los días.
- Cantidad de horas diarias: debieron seleccionar la cantidad de tiempo aproximado durante el día en el que el niño/a usa los dispositivos tecnológicos. Opciones de respuesta: no llevo la cuenta del tiempo de uso/ nunca/ menos de 1 hora diaria /1-2 hs/ 3-4 hs/ más de 4hs/.
- Momento del día: selección múltiple de momentos del día en el que el niño/a utiliza los dispositivos tecnológicos. Opciones de respuesta: durante el desayuno/ por la mañana (fuera de las comidas)/durante el almuerzo/ por la tarde (fuera de las comidas)/ durante la merienda/ por la noche (fuera de las comidas)/ durante la cena/ antes de irse a dormir / en cualquier momento.

Dimensión 3: Tipo de contenido

Esta dimensión se evaluó a partir de ítems donde la posibilidad de respuesta es múltiple, en donde los participantes respondieron en base a los dispositivos tecnológicos con los que cuentan en el hogar.

- Selección múltiple del tipo de contenido que el niño/a consume cuando utiliza los dispositivos tecnológicos. Opciones de respuesta: Mira TV/Juega con aplicaciones de entretenimiento/ Juega con aplicaciones educativas/ Juega en línea o con otras personas de manera virtual/ Usa redes sociales (TikTok- Instagram- Whatsapp, entre otros)/ Mira contenido educativo/ Usa YouTube/ Usa plataformas para ver películas o series/ Utiliza el celular para llamadas o mensajes/ Mira videos de entretenimiento/Usa el celular para llamadas, mensajes y videollamadas/Otro.

VARIABLE N° 2: PERCEPCIÓN DE LOS CUIDADORES SOBRE EL USO DE PANTALLAS

La percepción de los cuidadores sobre el uso de pantallas fue medida a través del formulario en escala tipo Likert, conformada por enunciados en forma de afirmaciones, que fueron respondidos en una escala de 5 puntos (1=totalmente de acuerdo; 5= totalmente en desacuerdo). De acuerdo con Maldonado Luna, Mendez Hinojo y Peña Moreno (2007), la escala tipo Likert es un instrumento de medición o recolección de datos cuantitativos, utilizado principalmente para medir las actitudes. Es un tipo de escala aditiva que corresponde a un nivel de medición ordinal; consiste en una serie de ítems a modo de afirmaciones ante los cuales se solicita la reacción del sujeto. Las respuestas son solicitadas en términos de grados de acuerdo o desacuerdo que el sujeto tenga con una afirmación en particular. A cada categoría se le asigna un valor numérico que llevará al sujeto a una puntuación total. Dicha puntuación final indica la posición del sujeto dentro de la escala.

Al finalizar, se incluyó una pregunta de opinión donde la persona debió realizar una elaboración propia acerca de la valoración que realiza sobre el uso de pantallas en los niños y niñas.

Para esta variable, se considerarán tres dimensiones.

Dimensión 1: Percepción de riesgos.

Dimensión 2: Percepción de beneficios.

Dimensión 3: Problematización del uso.

VARIABLE N°3: PRÁCTICAS DE CUIDADO EN EL USO DE PANTALLAS DE NIÑOS Y NIÑAS

La variable se indagó a través de un cuestionario estructurado, utilizando una escala de frecuencia con tres categorías de respuesta: 1 siempre, 2 a veces o 3 nunca. Las dimensiones de la variable son:

Dimensión 1: Regulación de tiempo en pantalla.

Dimensión 2: Supervisión del contenido.

ASPECTOS ÉTICOS

Se tienen en cuenta las condiciones éticas necesarias para garantizar los derechos de los participantes, incluyendo el consentimiento informado explicando los alcances y propósitos de la investigación, garantizando la confidencialidad. Se brindó la opción de participar voluntariamente y con la alternativa de retirarse en cualquier momento si así lo deseaban. Se garantiza la protección de todos los datos recabados y de la privacidad de cada uno, evitando la divulgación de información personal. También se asegura que los datos recolectados serán utilizados únicamente con fines académicos.

El consentimiento informado se presentó al inicio del cuestionario. La lectura y aceptación del mismo fueron obligatorias para poder completarlo.

Una vez concluida la investigación se procederá a compartir los resultados arribados con los directivos de las instituciones. Mediante todas estas precauciones se asegura la validez e integridad de la investigación.

ANÁLISIS DE DATOS

Debido al enfoque cuantitativo, las variables se analizaron de forma descriptiva, utilizando frecuencias absolutas, relativas y medidas de tendencia central, según corresponda.

En relación con la variable percepción, específicamente en la pregunta de respuesta abierta, se realizó un análisis de contenido, a partir del cual se establecieron categorías que permitieron identificar similitudes y diferencias en las respuestas de los participantes. Los porcentajes y números de respuestas se calcularon en función del total de unidades de registro identificadas en cada dimensión, considerando que una misma puede incluirse en más de una categoría, y a su vez, cabe destacar que algunos participantes no respondieron la totalidad de la pregunta.

Con el objetivo de enriquecer los resultados obtenidos, se realizó un análisis de correlación de Pearson, para identificar posibles relaciones entre distintas variables y dimensiones estudiadas. Para ello, fue necesario construir puntajes totales por cada dimensión, a partir de la suma de los valores obtenidos en los ítems correspondientes a cada caso. En aquellas dimensiones conformadas por afirmaciones con sentidos opuestos, como es el caso de la regulación del uso y la problematización, se re-decodificaron los ítems mediante la inversión de valores, con el propósito de unificar el sentido de la escala y garantizar la coherencia interna de los puntajes. Los análisis estadísticos se realizaron utilizando el software JASP (JASP 2026). Se consideró un nivel de significancia estadística $\alpha = 0,05$.

Posteriormente, se establecieron criterios de categorización de los puntajes totales, con el fin de facilitar su interpretación, definiendo tres niveles (alto, medio y bajo) para cada dimensión, en función de los rangos posibles de puntuación. **(ver anexo Tabla A1).**

De este modo, los puntajes más bajos se corresponden con niveles más altos de percepción de riesgo, beneficio y problematización. A su vez, en la dimensión de regulación, un menor puntaje se asocia con una mayor frecuencia en la implementación de estrategias de regulación por parte de los cuidadores, mientras que los puntajes más altos indican menores niveles.

A fines prácticos, los resultados se organizaron en apartados de acuerdo con las diferentes variables y sus respectivas dimensiones. Dicho análisis permitió una mejor comprensión de las tendencias y patrones presentes en la muestra.

RESULTADOS

1. Caracterización sociodemográfica de las personas encuestadas.

En el presente apartado se registran los datos obtenidos acerca de las características sociodemográficas de la población estudiada. La muestra estuvo conformada por 55 adultos responsables de niños y niñas de entre 2 a 5 años, de los cuales el 56,4% asiste al Jardín de Infantes "Mimitos" y el 43,6% restante concurre a "Rosario Vera Peñaloza" (**Tabla 1**) .

En relación con el tipo de vínculo de los cuidadores con el niño/a, se observó que el 83,6% corresponde a madres y el 16,4% restante a padres (**Tabla 1**). Respecto al nivel educativo alcanzado por los mismos, el 41,8% ha completado el nivel secundario como máximo nivel educativo, seguido por el 32,7% que completó el nivel universitario **(Tabla 1).**

En cuanto a las edades de los infantes que están bajo cuidado de los adultos encuestados, aquellas con mayor frecuencia fueron el 29,1%, 4 y 3 años de edad (29,1% y 27,3%, respectivamente) **(Tabla 1).** La edad de los/as niños/as presentó una media de 3,4 ± 1,06 años.

Para finalizar la caracterización de la muestra, se indagó acerca del acceso a internet en el hogar, registrando un 100% de respuestas afirmativas **(Tabla 1).**

Tabla 1. Características sociodemográficas de los 55 adultos responsables encuestados. La tabla muestra el número (N) y el porcentaje (%) de los datos obtenidos del cuestionario (2026).

Variable	N	%
Jardín de infantes		
"Mimitos"	31	56,4
"Rosario Vera Peñaloza"	24	43,6
Tipo de vínculo con el niño/a		
Madre	46	83,6
Padre	9	16,4
Cuidador/a (otro)	0	0
Máximo nivel educativo alcanzado		
Ninguno	0	0
Primario	1	1,8
Secundario	23	41,8
Terciario	13	23,6
Universitario	18	32,7
Acceso a internet en el hogar		
Sí	55	100
No	0	0
Edad del niño/a		
2	14	25,5
3	15	27,3
4	16	29,1
5	10	18,2

En relación con la zona o barrio de residencia de las familias que asisten a las instituciones seleccionadas, no se identificó una concentración predominante en algún sector específico de la ciudad de Mar del Plata, dado que los participantes refirieron residir en distintos sectores urbanos. Esto dio cuenta de cierta heterogeneidad territorial dentro de la población estudiada.

2. Hábitos de uso de pantallas en los niños y niñas.

Para la variable "hábitos de uso de pantallas en los niños y niñas", se llevó a cabo un análisis de los datos según sus dimensiones: tipo de dispositivo tecnológico, tiempo en pantalla y tipo de contenido.

2.a Tipo de dispositivo tecnológico

En relación con los dispositivos tecnológicos disponibles en el hogar, se observó que el Smart TV presentó la mayor frecuencia con el 90,9%, seguido por el smartphone y computadora **(Figura 1)**.

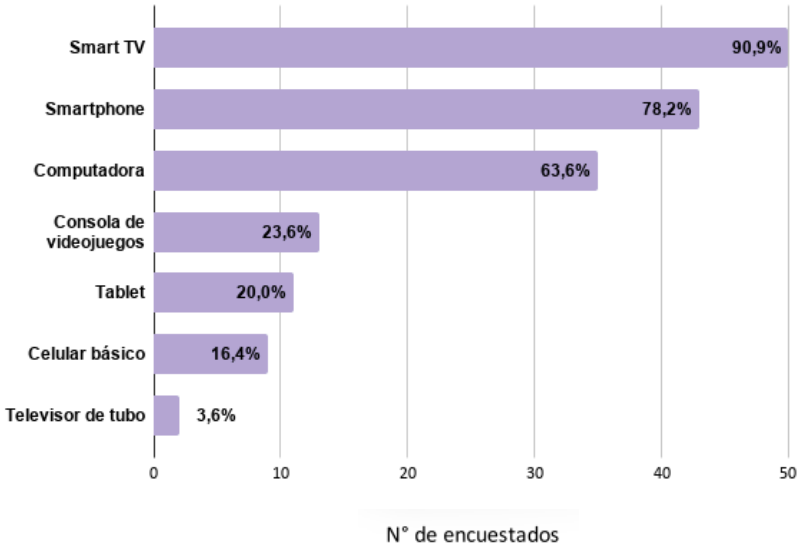


Figura 1. Dispositivos tecnológicos disponibles en el hogar referidos por los adultos responsables que respondieron el cuestionario en el año 2026.

Los datos obtenidos reflejaron que la mayoría de los/as niños/as utilizan pantallas (83,6 %) **(Figura 2a)**. En relación con el tipo de dispositivos utilizados por los/as niños/as, se observó que solo 5, son los que indicaron no utilizar ninguno **(Figura 2b**). Entre quienes sí los utilizan, el dispositivo más frecuente fue el Smart TV (78,2%), seguido por el Smartphone (21,8%) con los menores porcentajes el uso de televisor de tubo y celular básico **(Figura 2b).**

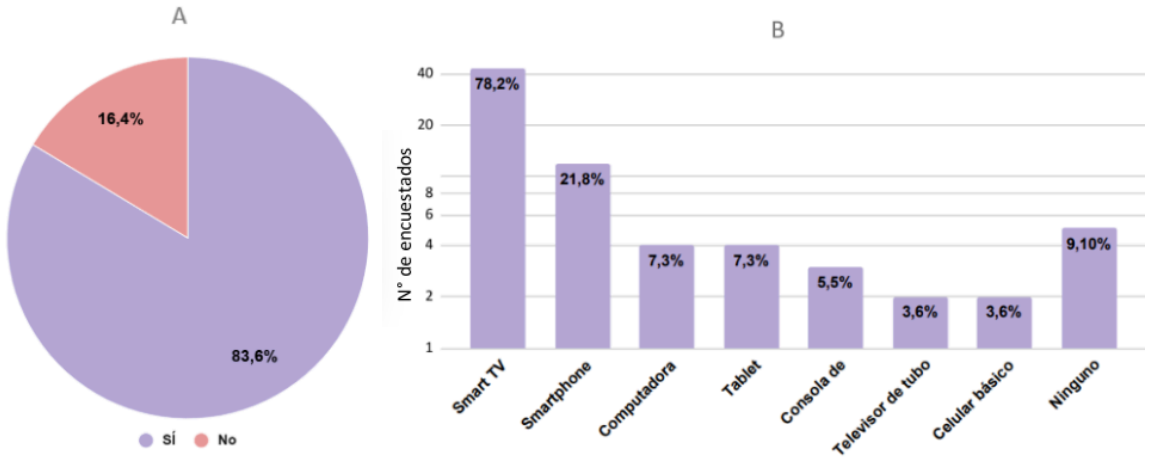


Figura 2. a) Uso de dispositivos tecnológicos (si/no) en los/as niños/as y b) tipos de dispositivos que utiliza el infante referidos por los cuidadores encuestados en el año 2026.

Para finalizar la presente dimensión, se indagó acerca de la disponibilidad de dispositivos tecnológicos de uso propio de los infantes. Se observó que el 89,1% no cuenta con un dispositivo propio, mientras que sólo 10,9% de los/as niños/as sí poseen uno, de los cuales 4 (7,3 %) cuentan con un celular **(Figura 3).**

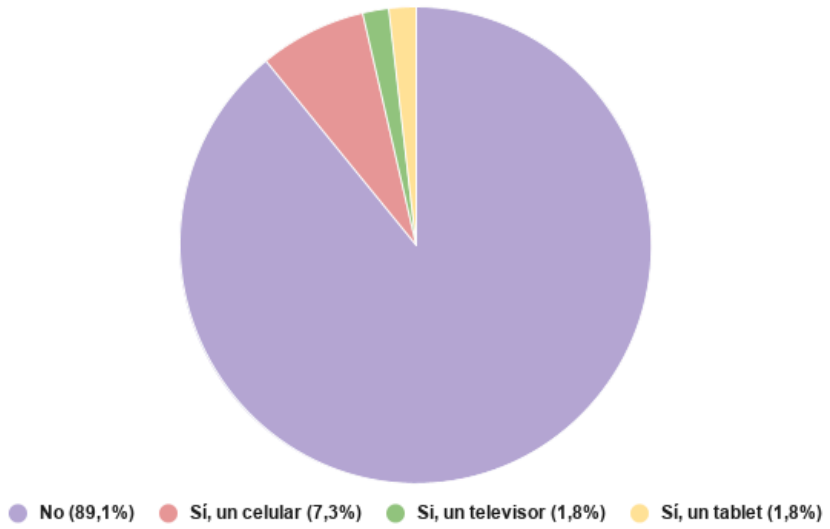


Figura 3. Porcentaje de posesión de dispositivos tecnológicos en los/as niños/as, según lo reportado por los encuestados (2026).

2. b Tiempo en pantallas

Los datos obtenidos acerca de la frecuencia semanal de uso de pantallas indicaron que la mayoría de los/as niños/as las utilizan más de cinco días a la semana (67,3%) **(Figura 4a)**. En contraposición, se observó que el 16,4% de los/as niños/as utilizan dispositivos menos de dos días a la semana **(Figura 6)**.

En cuanto a la frecuencia de uso diario, 7,3% de los cuidadores no llevan la cuenta de las horas en el que sus niños pasan frente a las pantallas. Entre quienes sí, se observó que 24 niños (43,6%) utilizan pantallas entre 1 y 2 horas diarias, constituyendo el grupo más frecuente. En los niveles más bajos de exposición, 10 niños/as (18,2%) utilizan las pantallas con una frecuencia menor de 1 hora diaria y solo 6 (10,9%) aseguran no utilizarlas **(Figura 4b).**

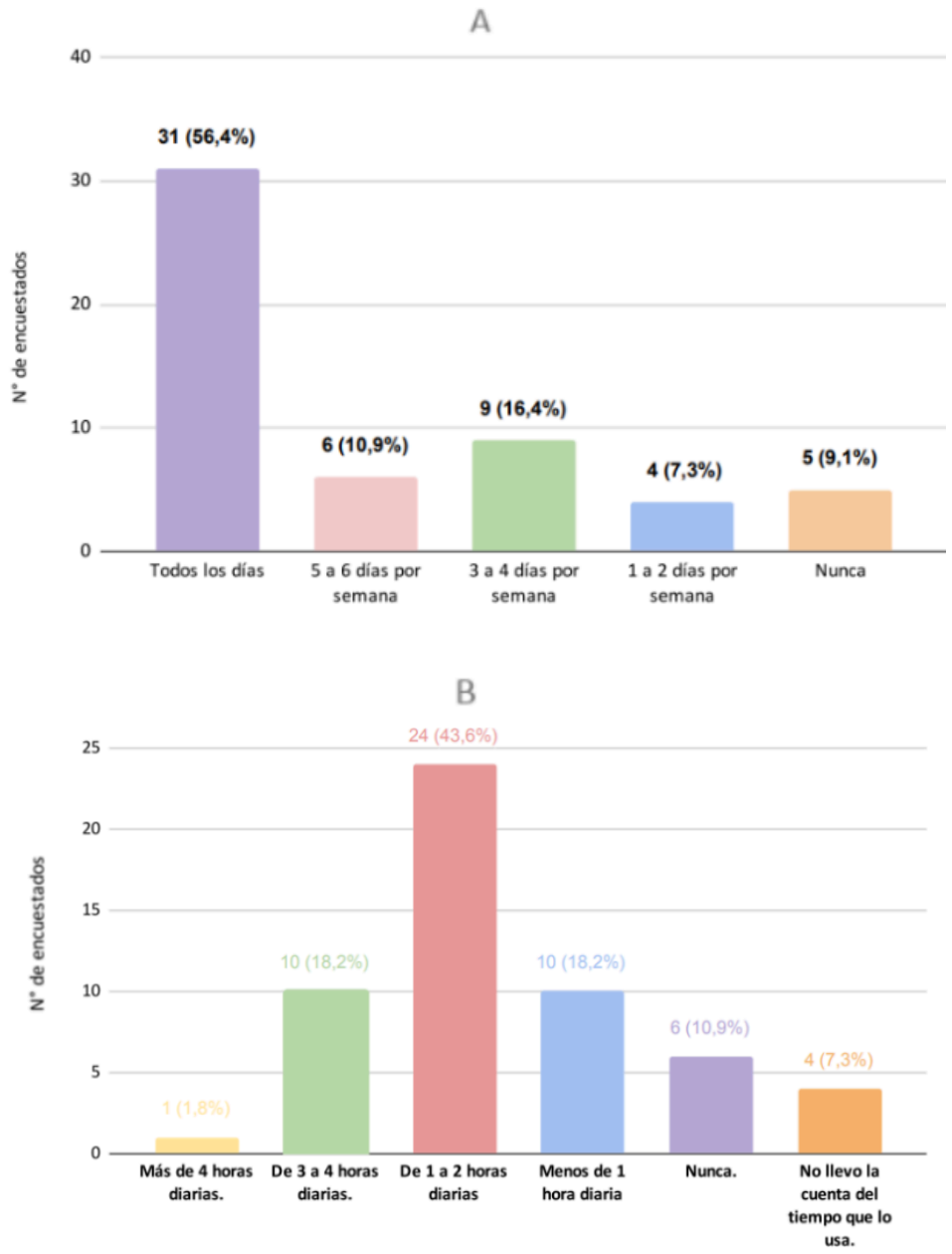


Figura 4(a) Frecuencia semanal en la que el niño/a utiliza pantallas, (b) Frecuencia diaria en la que el/la niño/a utiliza pantallas, según lo reportado por los encuestados (2026).

Con respecto al momento de uso de pantallas por parte de los/as niños/as a lo largo del día, se observó que la mayoría (83,6%) las utilizan por fuera de las comidas. En menor medida, se registró el uso durante las mismas, mientras que un grupo reducido indicaron que el uso de dispositivos se da en cualquier momento del día **(Figura 5a).**

Al profundizar en los momentos específicos de uso en contexto no alimenticios **(Figura 5b)** se evidenció que el mayor porcentaje se concentró en la tarde y antes de irse a dormir (63,0%). Por otra parte, el uso de dispositivos durante las comidas predominó en la merienda (41,2%) **(Figura 5c).**

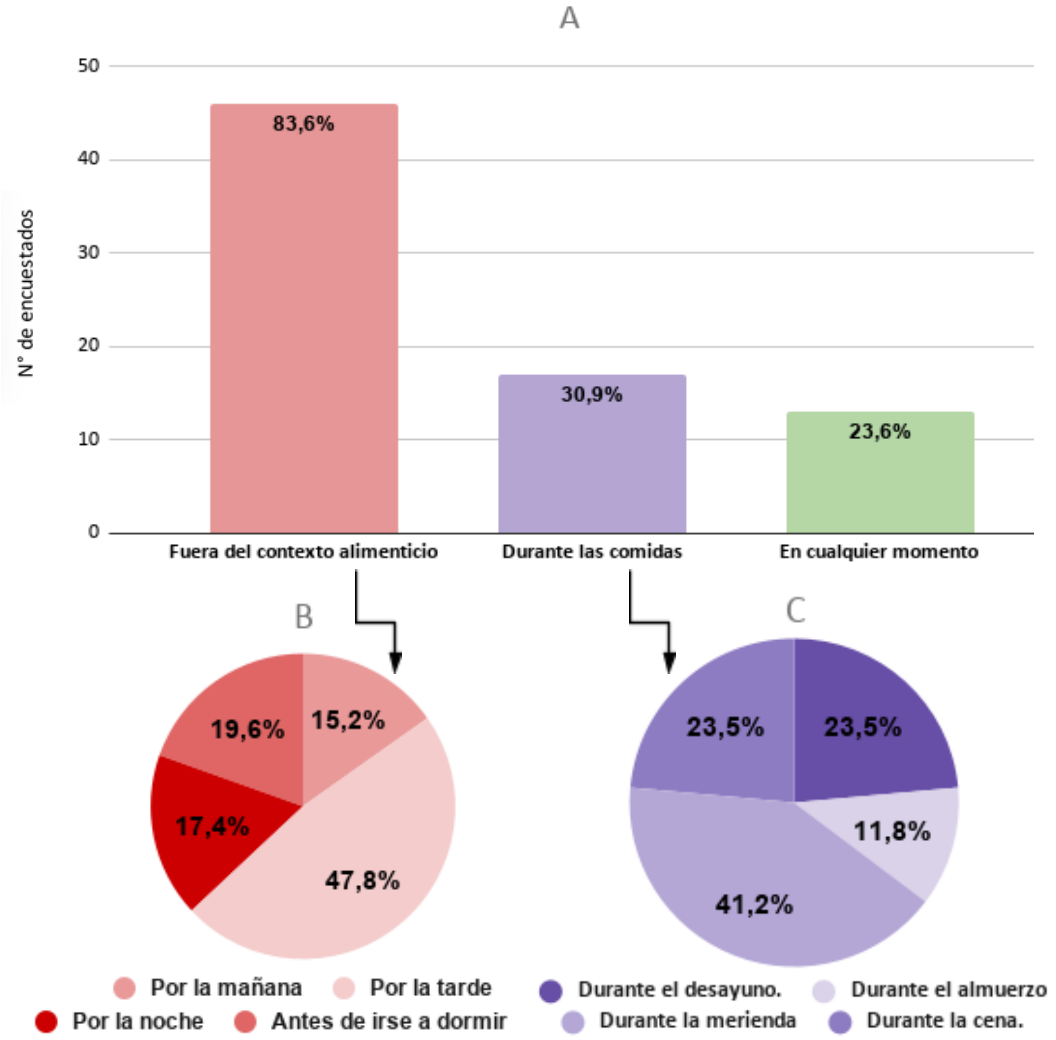


Figura 5. (a) Distribución del uso de dispositivos tecnológicos en niños/as según momento del día, (b) contexto no alimenticio y (c) contexto alimenticio, según lo referido por los adultos responsables encuestados (2026).

2.c.Tipo de contenido

En relación con el tipo de contenido al que acceden los/as niños/as, según lo referido por los adultos responsables, predominan los contenidos de entretenimiento **(Figura 6)**. En este sentido mirar televisión fue la actividad más frecuente (54,5%), seguido por el uso de plataformas para ver películas o series (40,0%) y youtube (38,2%) **(Figura 6).**

Por otro lado, el uso de aplicaciones con fines educativos y el juego en línea, presentaron las frecuencias más bajas. Solo una persona refirió el uso de dispositivos únicamente para escuchar música sin que implique la exposición a la pantalla del niño/a **(Figura 6).**

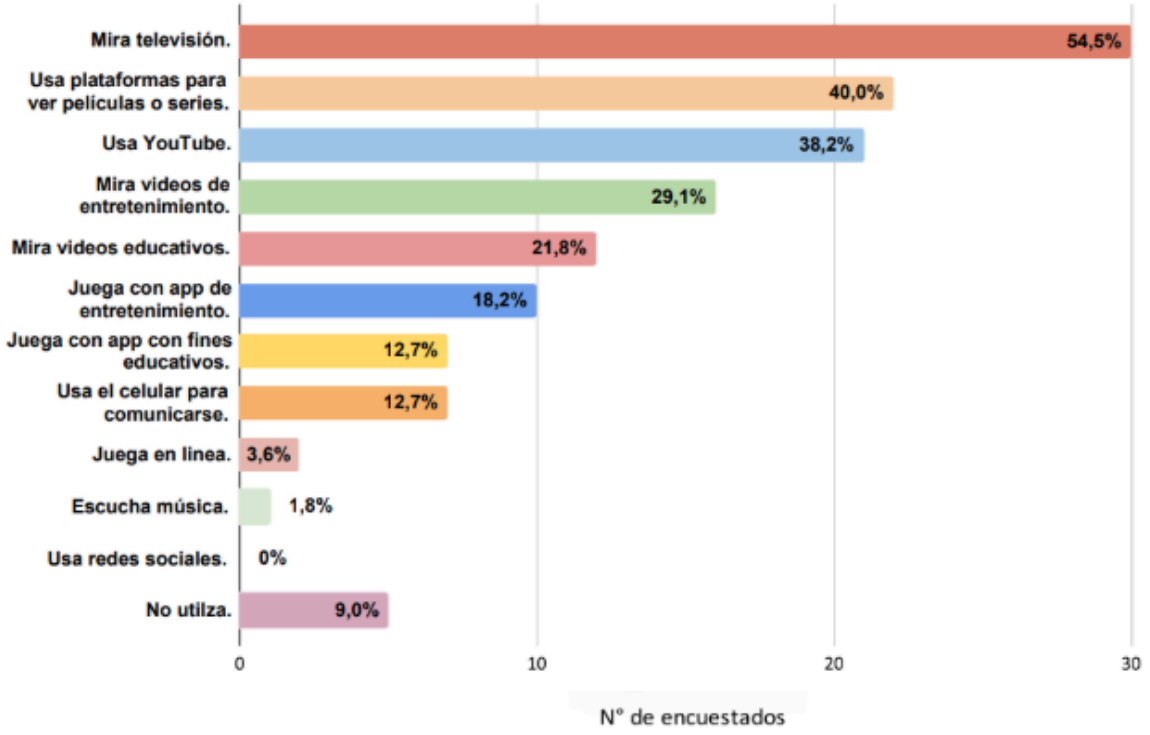


Figura 6. Tipo de contenido que consumen los infantes, según lo manifestado por los cuidadores encuestados (2026).

3. Percepción de los cuidadores sobre el uso de pantallas en los niños y niñas.

En relación a la variable "Percepción de los cuidadores sobre el uso de pantallas" se abordó a partir de las siguientes dimensiones: Percepción de riesgo, percepción de beneficio y problematización del uso. A continuación se presentan los resultados.

3.a. Percepción de riesgo

Los resultados obtenidos demostraron una concentración de respuestas en las categorías "totalmente de acuerdo" y "de acuerdo" en cada una de las afirmaciones planteadas **(Tabla 2).** Esto evidenció una tendencia generalizada hacia el acuerdo por parte de los cuidadores, respecto a los efectos negativos del uso de pantallas en la infancia. En la mayoría de los ítems se presentaron medianas entre 1 y 2 (**Tabla 2).**

En relación con los posibles riesgos, la afirmación que indica el efecto negativo del uso de pantallas sobre la atención de los infantes presenta el mayor nivel de consenso, con un 81,8% de respuestas en la categoría "totalmente de acuerdo". Seguido de aquella que refiere el impacto negativo

sobre los hábitos alimenticios (74,5%). En cuanto a las afirmaciones sobre los posibles efectos negativos en el desarrollo del lenguaje y la salud psíquica y emocional, se observó un porcentaje significativo de respuestas en la categoría "sin definir" (25,5%) **(Tabla 2).**

Tabla 2. Percepción de riesgo de los cuidadores en relación con el uso de pantallas en niños/as (escala tipo Likert). La tabla muestra el número (N) y el porcentaje (%) de las respuestas obtenidas, entre los valores 1 (totalmente de acuerdo) a 5 (totalmente en desacuerdo) de las 55 personas encuestadas (2026). La mediana se calculó a partir de los valores de la escala Likert.

	Totalmente de acuerdo (1)		De acuerdo (2)		Sin definir (3)		Poco de acuerdo (4)		Totalmente en desacuerdo (5)		
Ítems.	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	**Mediana**
El uso de pantallas puede retrasar la adquisición del lenguaje en los niños.	23	41,8	12	21,8	14	25,5	3	5,5	3	5,5	2
El uso de pantallas limita la participación social de los niños.	29	52,7	14	25,5	7	12,7	4	7,3	1	1,8	1
Usar mucho tiempo dispositivos móviles puede afectar el desarrollo del niño/a.	37	65,5	12	21,8	5	9,1	1	1,8	1	1,8	1
El juego al aire libre está siendo sustituido por el juego en pantallas.	27	49,1	15	27,3	5	9,1	5	9,1	3	5,5	2
Los niños deberían jugar al aire libre y no con dispositivos tecnológicos.	38	69,1	10	18,2	4	7,3	3	5,5	0	0	1
Usar mucho tiempo dispositivos móviles puede afectar el uso de la atención en otras actividades.	45	81,8	8	14,5	1	1,8	0	0	1	1,8	1
El uso de dispositivos puede provocar daños psíquicos y emocionales en los niños.	25	45,5	15	27,3	14	25,5	0	0	1	1,8	2
A largo plazo el uso de pantallas puede provocar daños visuales.	37	67,3	11	20,0	6	10,9	1	1,8	0	0	1
Usar las pantallas antes de dormir puede afectar la calidad del sueño.	34	61,8	11	20,0	6	10,9	3	5,5	1	1,8	1
Usar las pantallas antes de dormir provoca insomnio.	28	50,9	12	21,8	10	18,2	5	9,1	0	0	1
Usar el celular durante las comidas puede afectar los hábitos de alimentación.	41	74,5	6	10,9	2	3,6	5	9,1	1	1,8	1

3.b Percepción de beneficios

En términos generales, la percepción de los cuidadores sobre los posibles beneficios del uso de pantallas en niños/as, evidenciaron una tendencia hacia las categorías "sin definir" y "poco de acuerdo" en relación a las afirmaciones propuestas, ya que las medianas se ubicaron en los valores 3 y 4 **(Tabla 3)**. En particular, las afirmaciones vinculadas a "el uso de pantallas favorece el aprendizaje" y "los juegos virtuales resultan más entretenidos que los tradicionales", presentaron los mayores porcentajes en las categorías de "poco de acuerdo" y "totalmente en desacuerdo". Por otro lado, la afirmación que refiere a que mirar televisión en familia constituye una forma de compartir tiempo juntos presentó mayores niveles de acuerdo **(Tabla 3).**

Tabla 3. Percepción de beneficios de los cuidadores en relación con el uso de pantallas en niños/as (escala tipo Likert). La tabla muestra el número (N) y el porcentaje (%) de las respuestas obtenidas, entre los valores 1 (totalmente de acuerdo) a 5 (totalmente en desacuerdo) de las 55 personas encuestadas (2026). La mediana se calculó a partir de los valores de la escala Likert.

	Totalmente de acuerdo (1)		De acuerdo (2)		Sin definir (3)		Poco de acuerdo (4)		Totalmente en desacuerdo (5)		
Ítems.	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	**Mediana**
El uso de pantallas puede ayudar a que los niños aprendan nuevas palabras o desarrollen más su lenguaje.	6	10,9	14	25,5	16	29,1	9	16,4	10	18,2	3
El uso de pantallas favorece el aprendizaje.	6	10,9	8	14,5	8	14,5	22	40,0	11	20,0	4
Jugar con las tecnologías también es jugar.	6	10,9	5	9,1	12	21,8	17	30,9	13	23,6	4
Mirar televisión en familia es una forma de compartir tiempo juntos.	6	10,9	20	36,4	16	29,1	5	9,1	6	10,9	3
El uso de tecnologías ayuda a que los niños aprendan y se desarrollen.	5	9,1	12	21,8	18	32,7	14	25,5	6	10,9	3
El uso de dispositivos móviles les permite a los niños/as comunicarse con otros.	6	10,9	7	12,7	9	16,4	14	25,5	19	34,5	4
Jugar con tecnología favorece la capacidad creativa.	5	9,1	9	16,4	12	21,8	14	25,5	15	27,3	4
Los juegos virtuales son más entretenidos que los juegos tradicionales	4	7,3	4	7,3	10	18,2	13	23,6	24	43,6	4

3.c Problematización del uso

A partir de los datos obtenidos se observó un consenso casi absoluto en relación con la importancia de la supervisión adulta (el 92,7% respondió "totalmente de acuerdo") **(Tabla 4).** Existió un alto nivel de desacuerdo frente a la idea de que todos los contenidos audiovisuales son iguales (63,6%) y que los/as niños/as puedan acceder a pantallas a cualquier edad (74%), lo que dio cuenta de una marcada conciencia sobre los riesgos y la necesidad de regulación**.** Por otro lado, la afirmación respecto al uso de dispositivos para el entretenimiento de los/as niños/as presentó una mayor equitatividad de los encuestados en la selección de categorías de respuesta **(Tabla 4).**

Tabla 4. Problematización del uso de pantallas en niños/as según cuidadores (escala tipo Likert). La tabla muestra el número (N) y el porcentaje (%) de las respuestas obtenidas, entre los valores 1 (totalmente de acuerdo) a 5 (totalmente en desacuerdo) de las 55 personas encuestadas (2026). La mediana se calculó a partir de los valores de la escala Likert.

	Totalmente de acuerdo (1)		De acuerdo (2)		Sin definir (3)		Poco de acuerdo (4)		Totalmente en desacuerdo (5)		
Ítems.	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	**Mediana**
El uso de pantallas es bueno para entretener a los niños.	7	12,7	8	14,5	18	32,7	9	16,4	13	23,6	3
A través de las tecnologías el niño/a puede explorar el mundo.	7	12,7	8	14,5	15	27,3	12	21,8	13	23,6	3
Es importante saber que miran los infantes mientras se encuentran frente a una pantalla.	51	92,7	3	5,5	1	1,8	0	0	0	0	1
Todos los contenidos audiovisuales son iguales.	3	5,5	3	5,5	3	5,5	11	20,0	35	63,6	5
Los niño/as no tendrían que tener dispositivos móviles propios.	31	56,4	8	14,5	5	9,1	4	7,3	7	12,7	1
Los niño/as pueden empezar a usar pantallas a cualquier edad.	3	5,5	1	1,8	4	7,3	6	10,9	41	74,5	5
Mientras estoy con el niño/a uso el celular frecuentemente.	6	10,9	13	23,6	12	21,8	15	27,3	9	16,4	3

3.d . Percepción de aspectos positivo y negativos acerca del uso: análisis de contenido

A la hora de analizar las respuestas de los cuidadores respecto a cuál es su percepción acerca de los aspectos positivos y negativos que registran del uso de pantallas en los infantes, se realizó un análisis de contenido **(Tabla 5)**. Del total de unidades de registro identificadas, el 51,3% correspondió a aspectos positivos tales como valor educativo, herramienta para el adulto, supervisión y regulación de uso, uso social y vincular y entretenimiento. Y el 48,7% a aspectos negativos vinculados al uso de pantallas como impacto en el desarrollo del niño/a, uso problemático, dificultad para poner límites, desregulación emocional, sobreestimulación, limitación de la participación social y la expresión creativa, alteraciones del sueño y riesgo en el tipo de contenido.

En relación a los aspectos positivos, gran parte de ellos identificaron el valor educativo, siempre y cuando el contenido sea pedagógico y apropiado para la edad. También destacaron el uso como fuente de entretenimiento tanto de forma recreativa o como una herramienta práctica que le permite al adulto destinar su tiempo a aquellas actividades laborales y del hogar. A su vez, reconocieron las pantallas como un medio para compartir tiempo en familia **(Tabla 5).**

A pesar de que los adultos responsables reconocieron su utilidad, en sus discursos mencionaron los aspectos negativos que el uso conlleva. En este sentido, manifestaron preocupación por las posibles consecuencias en el desarrollo infantil. Hicieron especial hincapié en la desregulación emocional y dependencia que pueden generar, observando conductas de irritabilidad, enojo y ansiedad especialmente a la hora de establecer límites, representando un desafío en la regulación e implementación de normas **(Tabla 5).** Los cuidadores observaron que la sobreestimulación de las pantallas puede llevar a que los/as niños/as centren su atención en lo digital, reduciendo el interés por el mundo real y favoreciendo el aislamiento. También señalaron una menor exploración del entorno y una disminución en la producción creativa.

Tabla 5. Análisis de contenido de las respuestas sobre aspectos positivos y negativos del uso de pantallas en niños/as, reportado por los cuidadores encuestados (2026). La tabla muestra la categoría, descripción, frecuencia de respuesta (N) y ejemplos ilustrativos.

Categoría	Descripción	N	Ejemplo
Aspectos positivos.			
Valor educativo	Se reconoce el aprendizaje y el acceso a la información a través del contenido	21	"Aprenden a hablar y a identificar cosas mucho más fácil con la tv"; "Amplió su vocabulario, canta, reconoce animales y muchas cosas más que adquirió mirando videos infantiles."
Herramienta para el adulto	Se utiliza como estrategia de entretenimiento a fines prácticos.	14	"Se mantiene entretenido mientras hago tareas de la casa/trabajo"; "Me ayuda a veces cuando tengo cosas que hacer y no las puedo posponer y solamente quiere mirar televisión"
Supervisión y regulación de uso	Se manifiesta la necesidad de controlar y elegir el tipo de contenido, tiempo y tipo de pantallas	13	"Prefiero que sea bajo mi supervisión" "Creo que el uso de la tecnología tiene que ser supervisado por un adulto."
Uso social y vincular.	Se perciben como parte del entorno actual y permite compartir actividades con otros en la era digital.	8	"Considero que el uso de pantallas es parte de la naturalidad del entorno tecnológico actual"; "Son nativos digitales y considero que no podemos aislarlos de la pantallas porque en algún punto estarán expuestos"; "Bueno para compartir momentos en familia, mirar una peli divertida"; "Usamos el tv para pasar música y bailar"
Entretenimiento	Se utiliza de forma recreativa o como pasatiempo para el niño.	5	"Es un momento que permanece sentado, atento"; "Lo único positivo es que la entretiene; "Chupete electrónico""

Aspectos negativos			
Desregulación emocional	Genera ansiedad, irritabilidad, enojo y frustración tanto por el uso como la negativa del mismo	17	“Empieza a desesperar y le agarran como ataques de ansiedad frustración al querer todo ya y no poder conseguirlo”; “Suelen ponerse nerviosos, poca tolerancia a la frustración, ansiedad, irritabilidad y hasta dependencia”.
Impacto negativo en el desarrollo del niño	Se reconocen las consecuencias en las distintas áreas del desarrollo.	9	“El uso de una pantalla es totalmente perjudicial para un niño, ya sea mental, visual y comunicativo”.; “”Futuros problemas visuales, de postura, de atención”
Uso problemático	Se advierte sobre conductas de dependencia hacia los dispositivos	8	“Adicción inmediata”; “Se queda como hipnotizado”; “No quieren dejar de usarlo y se puede generar un enojo cuando se lo solicita.”
Sobreestimulación	Reconocen las pantallas como una fuente de estímulos intensos y constantes	6	“Negativo casi todo, los tiempos y la velocidad de cuadros, la continuidad de constante”; “Un estímulo tras otro en corto tiempo todo pasa rápido, sin esperas, todo es llamativo y nunca la realidad podrá superar la estimulación que produce una pantalla”
Riesgo en el tipo de contenido	Preocupación a la exposición de contenido inadecuado	6	“Contenido engañoso en el que es contenido infantil pero a su vez las bromas son o lenguaje con insinuaciones de adultos..violencia ..etc.” “Hay que estar muy pendiente de lo que miran solo con fines recreativos, ya sea por lenguaje o contenido (...)”
Dificultad para poner límites	Se manifiesta como un desafío por parte los cuidadores regular el tiempo y el momento de uso	5	“Es muy difícil poder controlar el tiempo al que están expuestos, y al momento de intentar poner límites en su uso, el niño

			tiene berrinches, enojos, furia desmedida y desproporcionada, y en nuestro caso es muy difícil que pueda entrar en razón"; "Se pone en caprichoso cuando obtiene un no para ver tele o jugar en la pc"
Limita la participación social	Genera aislamiento del mundo real	3	"Falta de atención cuando se la llama y se le pide realizar alguna tarea en el momento que está frente a la pantalla. No prestando atención a lo que sucede a su alrededor"; " Los aísla del mundo y creo que puede tener consecuencias sociales severas."
Alteraciones del sueño	Consecuencias en la calidad y duración del sueño	2	"Pude observar que mis hijas al no ver tele de noche se duermen con mayor facilidad que cuando se dormían viendo dibujitos"
Limita la expresión creativa	Menor exploración y producción creativa. Generando una actitud pasiva	2	"El uso en exceso hace que no tengan tiempo de creatividad"; "Reduce la creatividad, la imaginación"

4. Prácticas de cuidado en el uso de pantallas de niños y niñas

La última variable de la investigación "Prácticas de cuidado en el uso de pantallas de niños y niñas" se analizó mediante los resultados obtenidos de sus dos dimensiones: Regulación del tiempo en pantalla y supervisión del tipo de contenido, por parte de los adultos responsables.

4.a Regulación del tiempo en pantalla

Los resultados evidenciaron un nivel de respuesta más distribuida, donde la gran parte de los de los encuestados refiere estar siempre atento a la cantidad de horas de uso **(Tabla 6)**, mientras que el 72,7% establece horarios en los que no se utilizan dispositivos tecnológicos.

Se observó un predominio de respuestas en la categoría "a veces" con un 47,3% de los cuidadores que refieren que los niños y niñas pueden mirar televisión o videos antes de dormir de manera ocasional, mientras que un 45,5% señalaron que el uso de pantallas ocurre "a veces" cuando los/as niños/as lo solicitan **(Tabla 6).**

Para finalizar, se destacó que el 92,7% manifiesta que los/as niños/as nunca utilizan más de un dispositivo a la vez **(Tabla 6).**

Tabla 6. Regulación de tiempo en pantalla por parte de los cuidadores (escala tipo Likert). La tabla muestra el número (N) y el porcentaje (%) de las respuestas obtenidas, entre los valores 1 (siempre) a 3 (nunca) de las 55 personas encuestadas (2026). La mediana se calculó a partir de los valores de la escala Likert.

	Siempre (1)		A veces (2)		Nunca (3)		
Ítems.	N	%	N	%	N	%	**Mediana**
Estoy atento a la cantidad de horas en la que el niño/a usa los dispositivos tecnológicos.	43	78,2	7	12,7	5	9,1	1
El niño/a usa pantallas siempre que lo pide.	6	10,9	25	45,5	24	43,6	2
En casa se definen horarios en los que no se usan pantallas (ej. comidas, antes de dormir).	40	72,7	10	18,2	5	9,1	1
Antes de ir a dormir puede ver televisión o videos.	1	10,9	26	47,3	23	41,8	2
En mi casa solemos dejar la TV prendida durante las comidas.	20	36,4	20	36,4	15	27,3	2
El niño/a usa más de un dispositivo a la vez	2	3,6	2	3,6	51	92,7	3

4.b Supervisión del tipo de contenido

En términos generales, los encuestados refirieron que los/as niños/as a su cuidado solo pueden utilizar pantallas cuando ellos lo autorizan **(Tabla 7).** Un gran porcentaje manifestó estar al tanto de las actividades y contenidos que el niño/a consume, sin embargo es solo el 40% el que afirmó co-visualizar el contenido.

Tabla 7. Supervisión del tipo de contenido al acceden los infantes por parte de los adultos responsables (escala tipo Likert). La tabla muestra el número (N) y el porcentaje (%) de las respuestas obtenidas, entre los valores 1 (siempre) a 3 (nunca) de las 55 personas encuestadas (2026) La mediana se calculó a partir de los valores de la escala Likert.

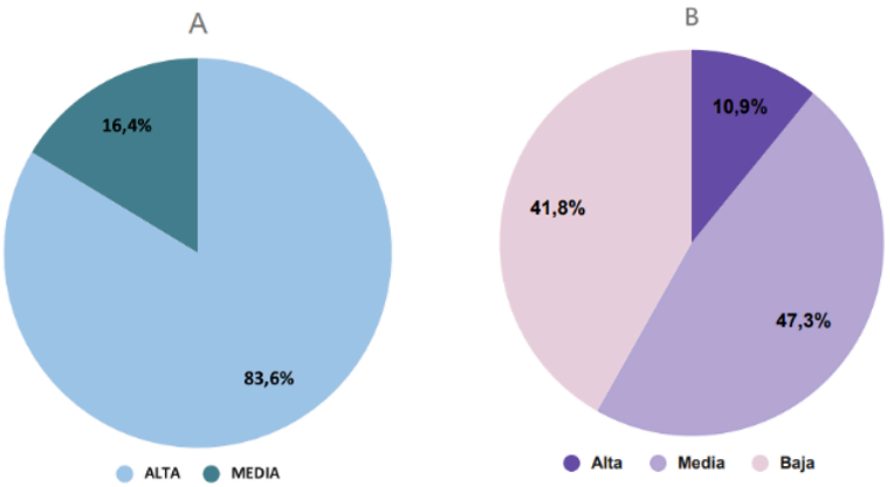
Ítems.	Siempre (1)		A veces (2)		Nunca (3)		Mediana
	N	%	N	%	N	%	
Antes de ver un programa o video, mi hijo/a debe pedir permiso.	46	83,6	6	10,9	3	5,5	1
El niño/a sabe que hay juegos, videos o aplicaciones que tiene prohibidos ver/usar.	44	80	2	3,6	9	16,4	1
Uso la aplicación de controles parentales para restringir contenido.	33	60	2	3,6	20	36,4	1
El niño/a usa el celular libremente.	2	3,6	2	3,6	51	92,7	3
Siempre estoy al tanto de lo que hace mi hijo/a cuando usa pantallas.	47	85,5	6	10,9	2	3,6	1
El niño/a puede usar las pantallas únicamente cuando yo lo permito.	50	90,9	3	5,5	2	3,6	1
Siempre que el niño/a usa las pantallas estoy al lado de él	22	40	28	50,9	5	9,1	2

5. <u>Distribución de la muestra según niveles de percepción y prácticas de cuidado en el uso de pantallas de los niños y niñas.</u>

En el presente apartado se evidencia la distribución de la muestra en relación con los criterios de categorización establecidos para las dimensiones percepción de riesgo, percepción de beneficio, problematización del uso y regulación del uso de pantallas **(ver Anexo, Tabla A1)**, construidos a partir de las respuestas brindadas por los adultos responsables.

A partir de las respuestas obtenidas, se observó que gran parte de los cuidadores reportaron una alta percepción de riesgo respecto al uso de pantallas **(Figura 7a).** En contraste, un menor porcentaje refirió una alta percepción de beneficio asociada a dicho uso **(Figura 7b).**

Las respuestas de los participantes dieron cuenta de una elevada problematización del uso de pantallas **(Figura 7c)**. En relación con la regulación del uso de dispositivos en niños y niñas, los datos se distribuyeron entre las distintas categorías establecidas, predominando niveles altos y medios de regulación según lo referido por los cuidadore**s (Figura 7d).**



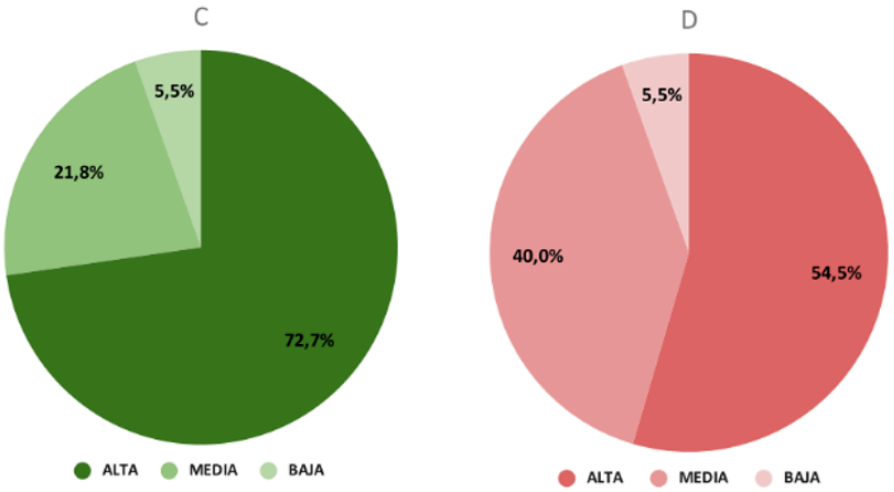


Figura 7 (a).Distribución de la muestra según los niveles de percepción de riesgo, (b)percepción de beneficio, (c)problematización del uso y (d)regulación del uso de pantallas, construidos a partir de las respuestas de los adultos responsables (2026).

6. Análisis de correlación.

En el presente apartado, se incluyen los datos obtenidos por medio del análisis de correlación de Pearson.

Los datos obtenidos acerca de la percepción de riesgo y percepción de beneficios, indican una correlación negativa débil (r = -0,23; p= 0.085) (**Figura 8A)**. Por lo cual, si bien existe una tendencia que asocia una mayor percepción de riesgo a una menor percepción de beneficio, dicha correlación no es estadísticamente significativa.

El tiempo en pantallas y la percepción de riesgo presentan una correlación nula, no significativa (r = 0,07; p= 0.62) **(Figura 8B)** indicando la ausencia de una relación lineal entre las dimensiones de ambas variables. Sin embargo, en el caso de la regulación del tiempo y la cantidad de horas diarias de uso de pantallas, se observa una correlación positiva moderada (r = 0,53; p=0.001) **(Figura 8C).** Este resultado indica correlación significativa, donde un menor nivel de regulación por parte de los cuidadores se asocia a mayor cantidad de horas de uso en los7as niños/as.

En relación a la edad del niño/a y la cantidad de horas diarias de uso se observó una correlación positiva moderada y estadísticamente significativa (r = 0,35; p= 0.01), lo que señala que a mayor edad se registra un incremento en las horas de exposición. **(Figura 8D)**

Existe una correlación negativa moderada y estadísticamente significativa entre la regulación de tiempo en pantalla y percepción de beneficios (r = -0,38; p= 0.03) (**Figura 8E)**. Esto indica que a

menor regulación del tiempo en pantallas se observa una alta percepción de beneficios asociados a su uso.

Para finalizar, los resultados obtenidos entre regulación de tiempo en pantalla y la problematización de uso indican que existe una correlación positiva moderada, estadísticamente significativa (r = 0.35; p= 0.009). Lo que sugiere que a menor regulación de tiempo en pantallas, menor es la problematización de su uso **(Figura 8F).**

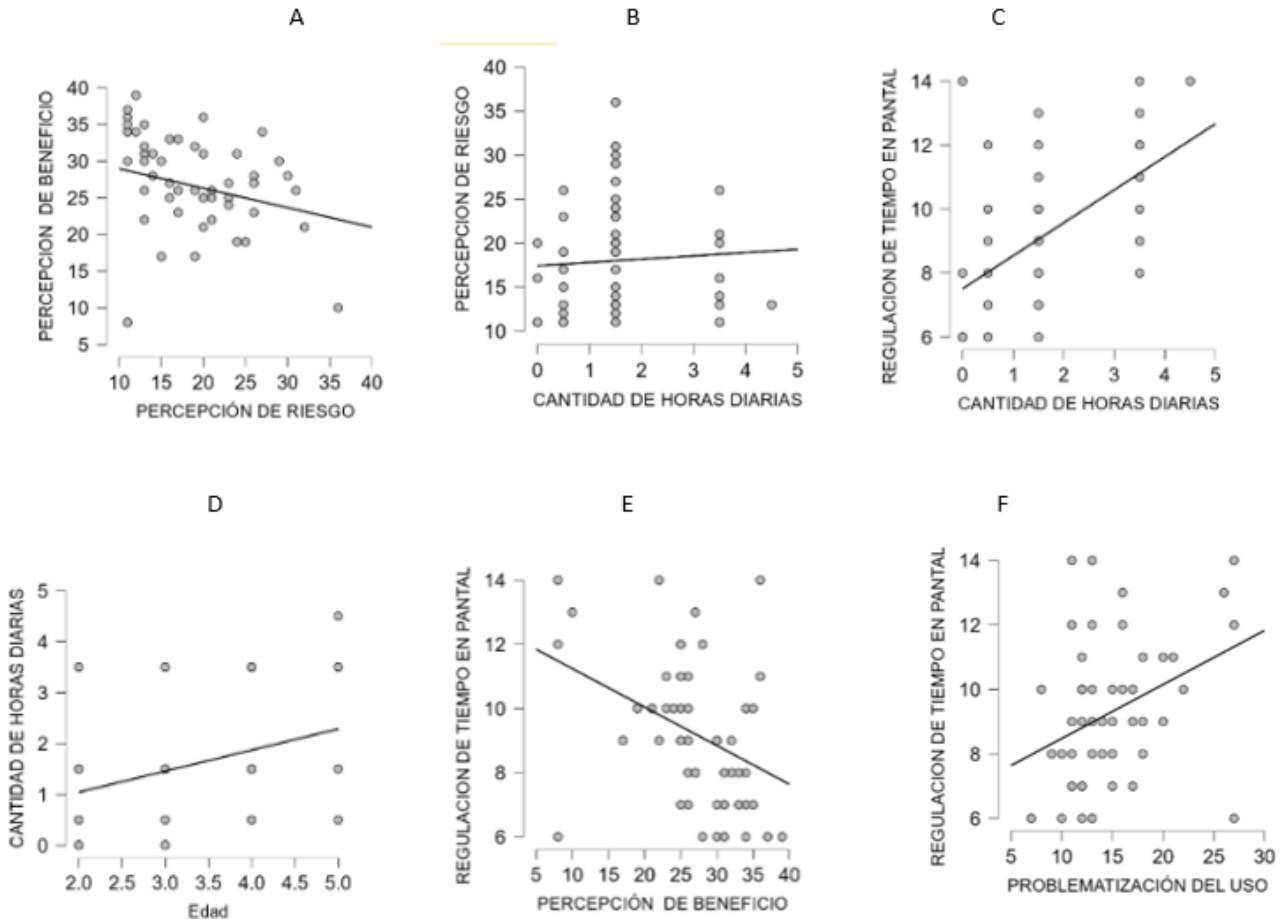


Figura 8. Diagrama de dispersión y línea de tendencia entre (a) la percepción de beneficio y de riesgo por parte de los cuidadores, (b) la percepción de riesgo y la cantidad de horas diarias de uso en niños y niñas, (c) la regulación del tiempo en pantalla por parte de los cuidadores y las horas de uso diarias en niños y niñas, (d) la edad de los/as niños/as y la cantidad de horas diarias de exposición a pantallas, (e) la percepción de beneficios y la la regulación de tiempo en pantalla por parte de los cuidadores, y (f) la problematización de uso y la regulación de tiempo en pantalla por parte de los cuidadores Según lo reportado por los encuestados (2026).

CONCLUSIONES Y REFLEXIONES FINALES

El presente estudio de investigación busca analizar la percepción de los padres, madres y/o cuidadores sobre el uso de pantallas en niños y niñas de 2 a 5 años, conocer los hábitos de uso infantil y las prácticas de cuidado adoptadas por los adultos responsables. Con tal fin, se administró un cuestionario semiestructurado de elaboración propia a través de la plataforma Google Forms, el cual fue completado por 55 cuidadores, predominando la participación de madres en relación con los padres.

En consonancia con otros estudios (Sartori, Raynaudo & Peralta, 2023), la participación de las madres supera el compromiso de otro tipo de figuras, lo que podría sugerir que continúan asumiendo un rol predominante en las tareas de crianza, en línea con la persistencia de ciertas lógicas de organización familiar de carácter tradicional. Resulta necesario considerar que, en la actualidad, las mujeres también se encuentran insertas en el ámbito laboral, lo que podría implicar una doble carga de responsabilidades y, en algunos casos, una menor disponibilidad de tiempo para el acompañamiento directo de los/as niños/as.

La población estudiada presenta un nivel educativo relativamente alto, en tanto la totalidad de los cuidadores reporta haber accedido al sistema educativo. Resulta relevante destacar que todos los infantes a su cuidado asisten a instituciones educativas, que a su vez son de carácter privado lo que puede sugerir un contexto socioeconómico favorable. Estas características de la población pueden constituirse como factores protectores que favorecen el desarrollo de los niños y niñas.

En relación con el acceso a dispositivos y conectividad, la totalidad de la muestra cuenta con acceso a internet en el hogar y algún tipo de dispositivo tecnológico, en su mayoría Smart TV. Lo que puede considerarse una condición que favorece y facilita el acceso temprano a pantallas. Este contexto, configura un entorno altamente digitalizado.

Respecto a los hábitos de uso infantil, sólo 9 niños/as del total de la muestra, no utilizan pantallas, sin embargo se identificaron ciertas inconsistencias en las respuestas, ya que solo 5 participantes mantuvieron una negativa sostenida frente al uso de pantallas en los distintos apartados. Esta situación podría indicar dificultades en la interpretación de las preguntas o diferencias en los criterios de respuesta. No obstante, estos aspectos no invalidan la tendencia general observada, que indica que la gran mayoría de los/as niños/as utiliza dispositivos tecnológicos desde edades tempranas.

Al igual que en otros estudios Sartori, Raynaudo & Peralta (2023), los dispositivos a los que los/as niños/as tienen mayor acceso son el Smart TV, seguido del Smartphone. Son 6 niños/as los que cuentan con dispositivo propio, en su mayoría un Smartphone, este dato resulta sumamente alarmante

teniendo en cuenta que son niños/as que aún no han concluido la primera infancia. En este sentido, la disponibilidad de dispositivos personales podría favorecer un uso más autónomo y menos supervisado.

En la población estudiada, el uso de pantallas constituye una actividad diaria en la gran mayoría de los infantes. En relación con la cantidad de horas de uso, el mayor porcentaje las utilizan entre 1 y 2 horas y una cantidad significativa hacen uso pantallas más de 3 horas diarias, a diferencia del estudio llevado a cabo por Fanaro, Pezzi, Miralles & Sandoval (2024), el cual obtuvo como resultado que la más mitad de su muestra utilizaban los dispositivos entre media hora y 1 hora.

Respecto al momento de uso, prevalece la exposición a pantallas fuera de los contextos alimenticios, donde se registró que algunos niños/as las utilizan antes de irse a dormir. Por otro lado, una parte significativa de la muestra refirió el uso de pantallas durante las comidas. Tal como señala la evidencia científica (Fung Fallas, Rojas Mora, & Delgado Castro, 2020) dichos hábitos pueden implicar alteraciones en el sueño y la alimentación.

En conjunto, estos resultados demuestran que la mayoría de los niños y niñas del grupo de estudio no se ajusta a las recomendaciones de uso de pantallas propuestas por la SAP. Por lo cual, se considera que los/as niños/as de la población estudiada hacen un uso excesivo de pantallas. Esta situación podría constituirse como un factor obstaculizador del desarrollo, abriendo la posibilidad de que se presenten algunas de las consecuencias descriptas, tanto en el desempeño ocupacional como en distintas áreas del desarrollo.

En relación al tipo de uso y contenido al que acceden los/as niños/as, se evidencia que fue mayormente con fines de entretenimiento y no educativos, principalmente vinculado a la visualización de videos tanto en la TV como en plataformas digitales y Youtube. Este tipo de uso es de carácter pasivo, con escasa participación activa por parte del niño o la niña.

En este sentido, es posible que dichas prácticas de uso expongan a los/as niños/as a contenidos inapropiados y sobre estimulantes para su edad, impactando negativamente en su desarrollo.

Resulta necesario destacar que a pesar de que los cuidadores resaltan el valor educativo de las pantallas, solo un bajo porcentaje refiere su uso con fines educativos como mirar contenido o jugar con aplicaciones diseñadas con este propósito.

Conocer las percepciones de los adultos responsables fue de especial interés para la presente investigación, particularmente al observarse diferencias entre las percepciones referidas por los cuidadores y los hábitos de uso registrados en la población estudiada. En este sentido, las respuestas obtenidas indican una alta percepción de riesgo asociada al uso de pantallas en niños y niñas; sin embargo, los participantes también reconocen diversos beneficios, lo que podría dar cuenta de cierta ambivalencia en torno a esta variable.

En esta línea, resulta llamativo que, pese a registrar una alta percepción de riesgo, en la respuesta abierta se mencionaron con mayor frecuencia aspectos positivos del uso de pantallas en

comparación con los negativos. Entre ellos gran parte de los cuidadores reconocen el valor educativo de las pantallas, presentando similitudes con los resultados obtenidos por Ribeiro MA et al. (2024) y Sartori, Raynaudo & Peralta (2023), donde también se destacan aspectos positivos sobre el uso, en cuestiones educativas. A pesar de ello, se ha demostrado que las habilidades aprendidas en estos medios suelen ser limitadas en comparación con las adquiridas en contextos de la vida real (Linebarger y Walker 2005; Christakis et al. 2018).

Los datos obtenidos en la presente investigación coinciden con dichos estudios al señalar el uso de pantallas como una herramienta utilizada por los adultos para facilitar la realización de actividades laborales, tareas domésticas u otras ocupaciones cotidianas. En este sentido, las pantallas parecen ocupar un lugar funcional dentro de la dinámica familiar, excediendo únicamente el entretenimiento infantil.

En contraposición con lo reportado por Sartori, Raynaudo y Peralta (2023), donde los adultos responsables no manifestaron acuerdo con la idea de que las pantallas provocan daños psíquicos, emocionales o intelectuales en los niños y niñas, en la presente investigación los cuidadores sí expresan preocupación respecto a dicha afirmación. Entre los aspectos negativos más mencionados, se destacan las dificultades en la regulación emocional y el posible impacto negativo en el desarrollo infantil.

A partir de las respuestas obtenidas, se observa que gran parte de los adultos responsables reconoce la necesidad de supervisión durante el uso de pantallas por parte de los niños y niñas, identifican un alto nivel de problematización respecto al uso. En esta línea, la mayoría de los cuidadores considera que los/as niños/as no deberían acceder a dispositivos tecnológicos a cualquier edad.

Sin embargo, los resultados evidencian que el contacto con pantallas se produce desde edades tempranas, considerando que la mediana de edad de los niños y niñas de la muestra es de aproximadamente 3 años y que solo un número reducido no hace uso de dispositivos tecnológicos. En este sentido, pese a que los cuidadores refieren una elevada percepción de riesgo y una adecuada problematización del uso, dichas percepciones no siempre parecen reflejarse en los hábitos cotidianos vinculados al uso de pantallas. Esto podría dar cuenta de cierta naturalización de los dispositivos tecnológicos en la primera infancia, incluso en aquellos cuidadores que reconocen posibles riesgos asociados a su utilización.

En cuanto a las prácticas de cuidado, los adultos responsables refieren implementar determinadas estrategias de regulación y supervisión del uso de pantallas, considerando aspectos como los límites horarios, la autorización de uso y el tipo de contenido al que acceden los niños y niñas. Sin embargo, las respuestas obtenidas evidencian que dichas prácticas no siempre se sostienen de manera constante en la cotidianeidad familiar.

En este sentido, el predominio de respuestas en la categoría “a veces” podría sugerir que muchas de las estrategias de regulación no se implementan de manera rígida o estable, sino que dependen de distintas situaciones. A su vez, algunas de las prácticas de cuidado referidas por los cuidadores coexisten con determinados hábitos de uso, como mantener la televisión encendida de manera frecuente o permitir el acceso a pantallas en respuesta a la demanda inmediata de los niños y niñas.

Lo mencionado anteriormente permite arribar a una conclusión similar a la propuesta por Sartori, Raynaudo y Peralta (2023), cuyos resultados sugieren que “los padres se enfrentan a una disyuntiva entre el reconocimiento de los riesgos del uso excesivo de pantallas y la necesidad operante de ofrecerles los dispositivos para poder realizar distintas tareas laborales y domésticas, en la medida en que sugieren que los/as niños/as están creciendo en la era tecnológica, pues son nativos digitales; por lo cual resulta difícil restringirles completamente el acceso a estos” (p. 7).

En este sentido, resulta necesario comprender que los adultos responsables se encuentran inmersos en dinámicas cotidianas atravesadas por múltiples exigencias laborales, domésticas y sociales, las cuales demandan una permanente conectividad y disponibilidad. Estas condiciones podrían generar cansancio, sobrecarga y una menor disponibilidad para sostener determinadas prácticas de cuidado y acompañamiento. En este contexto, y frente a la necesidad de responder a las demandas cotidianas, las pantallas parecen configurarse como un recurso accesible para entretener, contener u organizar las rutinas de los niños y niñas.

Para profundizar la comprensión de las relaciones entre las distintas dimensiones estudiadas, se realizó un análisis de correlación que permitió ampliar la interpretación de los datos obtenidos. Se observó que una menor implementación de prácticas de regulación y cuidado se asocia con un incremento en la cantidad de horas diarias que los niños y niñas pasan frente a las pantallas y con una menor problematización respecto a su uso. Estos resultados podrían sugerir que las valoraciones positivas acerca de los dispositivos tecnológicos influyen en la flexibilización de determinadas prácticas de regulación y supervisión.

Por otro lado, se identificó que, a medida que aumenta la edad de los niños y niñas, también se incrementa el tiempo de exposición a pantallas. Esto podría vincularse con la idea de que a mayor edad existe una mayor capacidad para utilizar dispositivos tecnológicos durante más tiempo. Sin embargo, resulta importante destacar que las recomendaciones del tiempo en pantalla indicadas por la Sociedad Argentina de Pediatría son transversales al rango etario abordado en la presente investigación.

A partir de lo expuesto, resulta relevante considerar la complejidad que adquiere el uso de pantallas en la primera infancia, donde las percepciones, prácticas de cuidado y hábitos se encuentran atravesados por múltiples factores sociales, familiares y contextuales. La evidencia indica que gran

parte de los niños y niñas de la población estudiada realizan un uso excesivo de pantallas, incluso cuando los cuidadores manifiestan tener conocimiento acerca de los posibles riesgos y consecuencias asociados a su utilización.

La información obtenida permite considerar que las pantallas ya forman parte de las ocupaciones cotidianas infantiles. Es por ello que desde la Terapia Ocupacional, su uso se presenta como un factor que atraviesa tanto el desarrollo, como el desempeño ocupacional de los infantes, dado que introduce nuevas dinámicas de cuidado, interacción y participación en la vida cotidiana.

El desplazamiento del tiempo destinado a ocupaciones significativas nos convoca, como agentes de salud, en el acompañamiento a las familias. Donde la intervención debe orientarse a promover y habilitar espacios de juego, expresión creativa, participación social y fortalecimiento de vínculos significativos, tanto en los/as niños/as como en sus cuidadores, pensando el cuidado desde una perspectiva de co-ocupación.

Se comprende que la intervención no debería centrarse únicamente a la disminución del tiempo de exposición a pantallas, sino también al enriquecimiento de un equilibrio ocupacional, promoviendo experiencias enriquecedoras, participativas y acordes a las necesidades del desarrollo. Entendiendo la importancia de las actividades compartidas y del acompañamiento adulto en la construcción de experiencias significativas durante la primera infancia.

Observando la magnitud de la problemática, se debe considerar que las acciones no deben dirigirse únicamente a las familias, sino que deben ser abordadas de forma intersectorial en los diferentes organismos presentes en las infancias, tal como los Jardines de Infantes y el sistema de salud.

Se consideran como limitaciones de la presente investigación el tamaño reducido de la muestra y el hecho de que la población estudiada se encuentre conformada únicamente por familias pertenecientes a jardines de gestión privada. A su vez, los datos fueron recolectados mediante un instrumento de elaboración propia no validado y no fueron contrastados con observaciones directas de las prácticas cotidianas.

Algunas inconsistencias identificadas en las respuestas podrían relacionarse con la utilización de autorreportes, considerando que las percepciones y prácticas referidas por los cuidadores podrían haberse visto influenciadas por factores como la deseabilidad social o las representaciones socialmente aceptadas en torno al uso de pantallas durante la infancia. En este sentido, ciertas respuestas podrían no reflejar completamente las prácticas efectivamente implementadas en la vida cotidiana. A su vez, la diferencia en la direccionalidad de algunas escalas podría haber generado dificultades en la interpretación y respuesta del instrumento.

Por otro lado, se reconoce que la presente investigación no profundizó en aspectos como el contexto específico de uso, las dinámicas familiares vinculadas al uso de pantallas, el tipo de

contenido consumido en profundidad ni la frecuencia real observada de utilización de dispositivos tecnológicos.

Se sugiere para futuras líneas de investigación ampliar el tamaño y la heterogeneidad de la muestra, incorporando población perteneciente a instituciones de gestión pública. A su vez, sería valioso utilizar instrumentos validados y complementar la recolección de datos con observaciones directas que permitan profundizar la comprensión de las prácticas cotidianas asociadas al uso de pantallas en la primera infancia.

Para concluir, es a partir del trabajo realizado que se considera relevante promover espacios de concientización y divulgación, particularmente dirigidos a la población estudiada, mediante propuestas de taller orientadas al abordaje de la temática. En dichos espacios se buscará favorecer la reflexión y la construcción conjunta de estrategias y recomendaciones vinculadas al uso de pantallas en la vida cotidiana y en las prácticas de crianza de los niños y niñas. A su vez, se espera que la presente investigación pueda trascender el ámbito académico y constituirse como un aporte desde la Terapia Ocupacional para la comprensión y problematización del uso de pantallas en la primera infancia, contribuyendo a la producción de evidencia científica sobre una temática de creciente relevancia en la actualidad.

REFERENCIAS

Alonso Fernández, F. (2025). *Relación entre el uso de pantallas y el desarrollo psicomotor y del lenguaje en la infancia temprana* [Trabajo de fin de grado, Universidad de Cantabria]. Repositorio Institucional de la Universidad de Cantabria. https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/37351/2025_AlonsoFernandezF.pdf?sequence=1

Asociación Americana de Terapia Ocupacional. (2020). *Marco de trabajo para la práctica de la terapia ocupacional: Dominio y proceso* (4.ª ed., trad. al español). *American Journal of Occupational Therapy,* 74(Supl. 2), 7412410010.

Cerisola, A. (2017). Impacto negativo de los medios tecnológicos en el neurodesarrollo infantil. *Sociedad Pediátrica de Panamá.* https://docs.bvsalud.org/biblioref/2017/08/848347/126-131.pdf

Convertini, G. M. (2006). *El sueño en la infancia: Su implicancia en el desarrollo.* Sociedad Argentina de Pediatría. https://www.sap.org.ar/docs/comites/PediatriaGeneralAmbulatoria/Suenio.pdf

Crescenzi-Lanna, L., & Grané, M. (Coords.). (2021). *Infancia y pantallas: Evidencias actuales y métodos de análisis*. Octaedro. https://doi.org/10.36006/16283

Díaz Ruiz, R., & Aladro Castañeda, M. (2016). Relación entre uso de las nuevas tecnologías y sobrepeso infantil, como problema de salud pública. *RqR Enfermería Comunitaria* (Revista de SEAPA), 4(1), 46–51.

Díaz Benito, A., & Yagüe, E. (2017). *Introducción a la teoría de la integración sensorial de J. Ayres: Integración sensorial y TEA* [Material de curso]. Pamplona.

Ente Nacional de Comunicaciones. (2025). *Indicadores del mercado TIC del segundo trimestre del 2025.* https://www.enacom.gob.ar/institucional/indicadores-del-mercado-tic-del-segundo-trimestre-del-2025_n4789

Estefanell, L. (s.f.). *Pantallas en casa: Guía para acompañar a las familias en el uso de internet.* UNICEF. https://www.unicef.org/uruguay/media/5276/file/Pantallas%20en%20casa.pdf

Fanaro, M. de los Á., Pezzi, M., Miralles, A., & Sandoval, J. (2024). *Pantallas y juego en la primera infancia según las voces parentales. Revista Infancia, Educación y Aprendizaje (IEYA)*, 10(2), 1–13. https://doi.org/10.22370/ieya.2024.10.2.3931

Fung, F. M. P., Rojas, M. E. J., & Delgado, C. L. G. (2020). Impacto del tiempo de pantalla en la salud de niños y adolescentes. *Revista Médica Sinergia,* 5(6), 1–10. https://revistamedicasinergia.com/index.php/rms/article/view/370

García-Ortiz, Y., Fernández-Castillo, E., Machado-Machado, Y., Santiesteban-Pineda, D. M., Hernández-García, A., & Cruz-Martín, O. (2024). Consumo de pantallas, percepción y mediación familiar durante el confinamiento por la pandemia de COVID-19. *Escritos de Psicología (Internet)*, 17(2), 53–64. https://doi.org/10.24310/escpsi.17.2.2024.17220

García, S. V., & Dias de Carvalho, T. (2022). El uso de pantallas electrónicas en niños pequeños y de edad preescolar. *Archivos Argentinos de Pediatría*, 120(5), 340–345. https://doi.org/10.5546/aap.2022.340

Gomes, G. M. D., Souza, R. C. V., Santos, T. N., & Santos, L. C. (2024). Screen exposure in 4-year-old children: Association with development, daily habits, and ultra-processed food consumption. *International Journal of Environmental Research and Public Health,* 21(11), 1504. https://doi.org/10.3390/ijerph21111504

Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires. (2025). *Uso responsable de pantallas en la infancia: Guía para familias*. https://buenosaires.gob.ar/sites/default/files/2025-04/20250424_RECURSERO%20FAMILIAS%20PANTALLAS%20E%20INFANCIAS_digital.pdf

Hodelín Hodelín, Y., Reyes García, Z. L. de L., Hurtado Cumbá, G., & Batista Salmon, M. (2016). Riesgos sobre tiempo prolongado frente a un ordenador. *Revista Información Científica,* 95(1), 175–190. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551762874018

Lacasa López, N. (2024). *El sueño en la infancia y la influencia de las pantallas en este* [Trabajo de fin de grado, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, Campus de Huesca]. Universidad de Zaragoza. https://zaguan.unizar.es/record/154105/files/TAZ-TFG-2024-1399.pdf?version=1

Maldonado Luna, S. M. (2012). Manual práctico para el diseño de la escala Likert. *Xihmai,* 2(4). https://doi.org/10.37646/xihmai.v2i4.101

Maldonado Luna, S. M., Méndez Hinojosa, L. M., & Peña Moreno, J. A. (2007). *Manual práctico para el diseño de la escala Likert.* Editorial Trillas.

Melamud, A., & Waisman, I. (2019). Pantallas: Discordancias entre las recomendaciones y el uso real. *Archivos Argentinos de Pediatría,* 117(5), 349–351. https://doi.org/10.5546/aap.2019.349

Ministerio de Salud de la Nación. (2017). Criterios para la aplicación del Instrumento de Observación del Desarrollo Infantil (IODI). Cobertura Universal de Salud. https://salud.neuquen.gob.ar/wp-content/uploads/2024/08/Ministerio-Salud-Neuquen_Guia-IODI-dic-2017.pdf

Nogales-Bocio, A., Huaiquian-Billeke, C., & Véliz-Burgos, A. (2020). Protección de la infancia, construcción de la identidad y medios de comunicación: La regulación de los contenidos audiovisuales para menores en España. *Propósitos y Representaciones, 8(*SPE1), e494. https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8nSPE1.494

Portero Tresserra, M. (2016). Desarrollo del cerebro y riesgos de la sobreestimulación en la infancia. *Aula de Infantil,* (85), 25–26. https://consejoescolar.educacion.navarra.es/web1/wp-content/uploads/2016/07/720.pdf

Pedrouzo, S. B., Peskins, V., Garbocci, A. M., Sastre, S. G., & Wasserman, J. (2020). Uso de pantallas en niños pequeños y preocupación parental. *Archivos Argentinos de Pediatría,* 118(6), 393–398. https://doi.org/10.5546/aap.2020.eng.393

Obando, I., Leal, M., Paredes, L., & Álvarez, C. (2021). Asociación entre hábitos parentales de alimentación y adiposidad de preescolares usuarios de dispositivos audiovisuales. Gaceta Médica de Caracas, 129(3), 537–546. https://doi.org/10.47307/GMC.2021.129.3.2

Rodríguez Sáenz, Y., González Bogantes, B., Ruiz Rojas, N., Calderón Madriz, S., & Cohen Abitbol, R. (2025). Sobreexposición digital: El impacto neurológico del uso excesivo de pantallas. LATAM *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 6(3). https://doi.org/10.56712/latam.v6i3.4237

Ribeiro, M. A., Castillo, E. L., Lardies Arenas, F. M., Velázquez, M. C., García, S. V., & Dias de Carvalho, T. (2024). Voces de padres, tutores y/o cuidadores de niños menores de seis años con relación al uso de pantallas durante la pandemia y pospandemia: Estudio cualitativo. *Revista del Hospital Italiano de Buenos Aires, 44(4)*, e0000359. https://doi.org/10.51987/rev.hosp.ital.b.aires.v44i4.359

Santos, L., Rojas, Á., & Laverde, A. P. (s.f.). *Desarrollo infantil: Cinco áreas críticas* (Cap. 8). Fundación Universitaria Konrad Lorenz. https://repositorio.konradlorenz.edu.co/server/api/core/bitstreams/8a41da0a-7982-4924-8826-6418242d5e53/content

Sartori, M., Raynaudo, G., & Peralta, O. (2023). Infancia y pantallas: Un estudio sobre tenencia, hábitos y percepción en el uso de tecnologías en una muestra de hogares argentinos. *Virtualidad, Educación y Ciencia,* 14(27), 35–50. https://revistas.unc.edu.ar/index.php/vesc/article/view/44081

Serrano, P. (2008). *La integración sensorial en el desarrollo y aprendizaje infantil*. Narcea.

Taco Betancourt, V. I., Chóez Lucero, J. B., Calderón Álvarez, C. S., Álvarez Navarro, M. de J., & Cevallos Gómez, L. I. (2024). Impacto de la exposición prolongada a dispositivos electrónicos en el desarrollo del lenguaje oral en niños de 3–4 años. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 5*(4), 436–443. https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2263

Talero-Gutiérrez, C., Echeverría Palacio, C. M., Sánchez Quiñones, P., Morales Rubio, G., & Vélez-van-Meerbeke, A. (2015). *Trastorno del espectro autista y función ejecutiva. Acta Neurológica Colombiana, 31*(3), 246–252. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-87482015000300004

UNICEF & UNESCO. (2025). *Niñas, niños y adolescentes conectados: Informe general de resultados Encuesta Kids Online Argentina.* UNICEF Argentina. https://www.unicef.org/argentina/media/24916/file/NI%C3%91AS%2C%20NI%C3%91OS%20Y%20ADOLESCENTES%20CONECTADOS%20%20KIDS%20ONLINE%20ARGENTINA%20Informe%20de%20resultados.pdf

Veyra, M. E. (2019). *Desarrollo emocional y vínculo madre-hijo* [Material de cátedra no publicado]. Universidad Nacional de Mar del Plata.

Vygotsky, L. S. (1979). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores.* Crítica.

Vizcarra Torres, J. (2025, 15 de junio). Niños “hipnotizados” por la pantalla: Esto pasa en su cerebro. *El Tiempo.* https://www.eltiempo.com/vida/educacion/ninos-hipnotizados-por-la-pantalla-esto-pasa-en-su-cerebro-3463284

Waisman, I., Hidalgo, E., & Rossi, M. L. (2018). Uso de pantallas en niños pequeños en una ciudad de Argentina. *Archivos Argentinos de Pediatría, 116*(2), e186–e195. https://doi.org/10.5546/aap.2018.e186

ANEXOS

ANEXO 1. Instrumento para la recolección de datos.

El cuestionario elaborado para la recolección de datos se encuentra disponible en el siguiente enlace, a modo interactivo y de copia de visualización.

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfJLZehjjx8qOCPv598CzXkAf_3IP5kCt4w4qQncjoJuJqsQw/viewform?usp=dialog

ANEXO 2. Tabla de rangos de puntuación.

Tabla A1. Rangos de puntuación para la categorización en niveles (alto, medio y bajo) según dimensión

Dimensión	Puntaje bajo	Puntaje medio	Puntaje alto
	Alta	Media	Baja
Percepción de riesgo (11–55)	11–25	26–40	41–55
Percepción de beneficio (8–40)	8–18	19–29	30–40
Problematización del uso (7–35)	7–16	17–26	27–35
Regulación del uso (6–18)	6–9	10–13	14–18

ANEXO 3. Cartas de autorización

Mar del Plata, 8 de Abril de 2026

Nota de Autorización para Relevamiento de Datos

Por medio de la presente, el **Jardín de Infantes**
Mimitos, autoriza la realización del relevamiento de datos correspondiente al Trabajo Final de Tesis de grado titulado *"Infancia, pantallas y cuidado: cómo perciben y regulan los adultos responsables el uso de pantallas de niños y niñas de 2 a 5 años, de la ciudad de Mar del Plata en el año 2026."*, perteneciente a la Lic. en Terapia Ocupacional de la Facultad de Ciencias de la Salud y Trabajo Social de la Universidad Nacional de Mar del Plata.

La investigación tiene como **objetivo** conocer la percepción de padres, madres y/o cuidadores sobre el uso de pantallas en niños y niñas de 2 a 5 años, y cómo se relaciona con los hábitos de uso infantil y las prácticas de cuidado adoptadas por los adultos.

En este marco, se autoriza a las estudiantes **Sofía Cañás (DNI 44.265.229) y Valentina Barrientos (DNI 43.909.014)**, bajo la dirección de la **Lic. Marina Durante (MPO 1984)**, a invitar a participar a las familias de la comunidad educativa del establecimiento mediante la difusión de un cuestionario digital (Google Forms) dirigido a padres, madres y/o cuidadores que cumplan con los criterios de inclusión definidos.

Asimismo, se autoriza la **inclusión de la referencia al establecimiento educativo** dentro del Plan y del Trabajo Final de Tesis, en tanto forma parte del contexto y de la población participante del estudio.

Se deja constancia de que la participación de las familias será **voluntaria, confidencial y anónima,** sin implicar ningún tipo de perjuicio o beneficio personal o institucional para los participantes ni para el establecimiento.

Agradecemos profundamente su colaboración.

Sin más, se firma la presente para su debida constancia.

Firma: _____

ANA DE MICHELI
DIRECTORA
Jardín Maternal y de Infantes
MIMITOS

Aclaración: _____

Facultad de Ciencias de la Salud y Trabajo Social

Mar del Plata, 06 de noviembre de 2025

Nota de Autorización para Relevamiento de Datos

Por medio de la presente, el **Jardín de Infantes** Rosario Vera Peñaloza, autoriza la realización del relevamiento de datos correspondiente al Trabajo Final de Tesis de grado titulado *"Infancia, pantallas y cuidado: cómo perciben y regulan los adultos responsables el uso de pantallas de niños y niñas de 2 a 5 años, de la ciudad de Mar del Plata en el año 2025/2026. "*, perteneciente a la Lic. en Terapia Ocupacional de la Facultad de Ciencias de la Salud y Trabajo Social de la Universidad Nacional de Mar del Plata.

La investigación tiene como **objetivo** conocer la percepción de padres, madres y/o cuidadores sobre el uso de pantallas en niños y niñas de 2 a 5 años, y cómo se relaciona con los hábitos de uso infantil y las prácticas de cuidado adoptadas por los adultos.

En este marco, se autoriza a las estudiantes **Sofía Cañás (DNI 44.265.229)** y **Valentina Barrientos (DNI 43.909.014)**, bajo la dirección de la **Lic. Marina Durante (MPO 1984)**, a invitar a participar a las familias de la comunidad educativa del establecimiento mediante la difusión de un cuestionario digital (Google Forms) dirigido a padres, madres y/o cuidadores que cumplan con los criterios de inclusión definidos.

Asimismo, se autoriza la **inclusión de la referencia al establecimiento educativo** dentro del Plan y del Trabajo Final de Tesis, en tanto forma parte del contexto y de la población participante del estudio.

Se deja constancia de que la participación de las familias será **voluntaria, confidencial y anónima**, sin implicar ningún tipo de perjuicio o beneficio personal o institucional para los participantes ni para el establecimiento.

Agradecemos profundamente su colaboración.

Sin más, se firma la presente para su debida constancia.

Firma: _____

Aclaración: Ayelen Figueredo Oliveira

DIRECTORA