



# El uso de las tecnologías de información y comunicación en niños: ventajas y desventajas

The use of information and communication technologies by children: Advantages or disadvantages

María de los Ángeles Lazo Benito<sup>1, a</sup> 

Sr. editor:

Me dirijo a usted para compartirle mi preocupación por el uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) por parte de los niños. Es verdad que estas tecnologías son herramientas importantes para comunicar, compartir, consumir, participar o crear (1); sin embargo, los niños de hoy en día entran en contacto a muy temprana edad con estas. Por eso, es necesario conocer sus ventajas y desventajas que traen consigo.

Los niños son seres que no toman iniciativa y simplemente utilizan lo que se les proporciona. Se conectan con su entorno y con los demás para crecer y aprender. Por lo tanto, el uso de la tecnología desde una edad temprana puede tener muchas ventajas, siempre y cuando los adultos los supervisen adecuadamente y realicen una elección responsable e informada sobre las TIC (2).

Hasta hace un par de décadas los niños tenían actividades lúdicas más dinámicas y menos rutinarias, pese a que empezaron a invadir progresivamente las TIC. Hoy en día dos de los mayores riesgos del uso excesivo de la tecnología en niños son la falta de ejercicio físico y la vida sedentaria. Muchos niños pasan horas frente a la pantalla de un dispositivo electrónico, lo que les impide realizar actividades físicas que son fundamentales para su desarrollo y salud (3). Es por ello que los padres y/o tutores deben tomar medidas para controlar el uso de las TIC en los niños, como limitar el tiempo de uso y promover actividades que fomenten el desarrollo de habilidades sociales y emocionales (deporte, música y artes).

Si se eligen recursos adecuados y se establecen hábitos y reglas para el uso de las TIC, se pueden hallar múltiples virtudes en beneficio del desarrollo de los niños. Estas incluyen la capacidad de desarrollar habilidades, como la orientación espacial, la coordinación visomotora, la percepción visual, el razonamiento, la memoria y la formación de redes neuronales (4).

En otros países, como Corea del Sur y China, el uso de las TIC en niños ha llegado a niveles alarmantes. En Corea del Sur, el gobierno ha tomado medidas para limitar el tiempo que los niños pasan en línea, incluyendo la prohibición de los juegos en línea durante la noche. En China, prohíben los teléfonos móviles en las escuelas (5); sin embargo, en el Perú, no se ha encontrado limitaciones acerca del uso de las TIC.

En conclusión, los padres, los educadores y las autoridades del Perú deben tomar medidas para asegurarse de que los niños usen las TIC de manera responsable y segura. Debemos educar a los niños sobre los riesgos del uso excesivo de las pantallas y fomentar el equilibrio entre el tiempo que pasan en línea y el tiempo que dedican a actividades fuera de línea.

## Correspondencia:

María de los Ángeles Lazo Benito

Correo electrónico: [mlazobenito@gmail.com](mailto:mlazobenito@gmail.com)

<sup>1</sup> Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. Lambayeque, Perú.

<sup>a</sup> Estudiante de Medicina Humana.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Zevallos Saavedra BC. Aplicación de las TIC en niños de educación inicial [tesis de licenciatura en internet]. Lima: Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle; 2018. Disponible en: <http://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/2706>
2. Iriarte Díazgranados F. Los niños y las familias frente a las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC). *Psicol Caribe* [Internet]. 2007; (20): 208-224. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21302010>
3. Fung Fallas MP, Rojas Mora EJ, Delgado Castro LG. Impacto del tiempo de pantalla en la salud de niños y adolescentes. *Rev Méd Sinerg* [Internet]. 2020; 5(6): e370. Disponible en: <https://revistamedicasinergia.com/index.php/rms/article/view/370>
4. Roca G, coordinador. Las nuevas tecnologías en niños y adolescentes. Guía para educar saludablemente en una sociedad digital [Internet]. Barcelona: Hospital Sant Joan de Déu; 2015. Disponible en: [https://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/documentos\\_ficha.aspx?id=4722](https://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/documentos_ficha.aspx?id=4722)
5. Aribau Sorolla Ó. Las TIC y la cibersoberanía en China: la base del presidente Xi Jinping para perfeccionar el control social maoísta [tesis de maestría en internet]. Zaragoza: Universidad Oberta de Catalunya; 2018. Disponible en: <http://hdl.handle.net/10609/83827>

Recibido: 26/05/2023 Aceptado: 25/06/2023
--