

Tecnología en los niños, Un impacto irreversible.

Con la llegada del siglo XXI, las tecnologías adquirieron un extenso avance, permitiendo que cualquier usuario acceda a este medio lo que implica que los niños usen dispositivos tecnológicos a temprana edad y se generen daños neurológicos permanentes.

Con respecto a lo anterior, daños como el retraso en el aprendizaje es muy frecuente en niños con nomofobia, estos tienen dificultades para prestar atención. De acuerdo con InfoAddiction Disorder, IADSD (como se cita dentro de Muñoz y Ramírez, 2016) "La adicción a internet es un deterioro en el control de su uso que se manifiesta como un conjunto de síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos" (p.3). Es decir, que el tiempo excesivo frente a pantallas, deteriora el desarrollo cognitivo y los hace dependientes a estas.

Por otra parte el uso excesivo del celular causa problemas de conducta y trastorno de sueño esto se debe a la luz azul.

que es emitida por la pantalla, la cual puede suprimir la producción de melatonina, la hormona que regula el sueño.

En conclusión, se sugiere limitar el uso de dispositivos electrónicos antes de dormir, establecer horas de uso para que este no sea una adicción y fortalecer lazos familiares para prevenir problemas de comunicación.

Referencias

Muñoz, N.E. y Ramírez, S. (2016), Adicción a las redes sociales y personalidad, en adolescentes. PsicoEducativa: reflexiones y propuestas, 2 (4), 46-52.

Estudiantes

Elkin Manuel Rojas R

Samuel David Morecha