

NOTA DE PRENSA: sobre la conveniencia del uso personal y recreativo de teléfonos móviles en los centros educativos. Recomendaciones sanitarias.



Sólo hace 17 años del primer smartphone y desde entonces, y mucho antes con otros dispositivos, se ha venido advirtiendo de los peligros para la salud que suponen para los menores en todos los aspectos, afectando a su vida familiar, educativa, sanitaria y de ocio.

Desde hace más de una década, colegios y otros centros educativos de todos los niveles, en España y en otros muchos países, han retrocedido en la inclusión de tecnologías en este ámbito o no han permitido la entrada de móviles en las aulas, ya que se ha comprobado que suponen un claro perjuicio para el desarrollo tanto escolar/educativo como psicológico/emocional de los menores.

Ninguna tecnología aplicada a la educación ha demostrado mejoras respecto a la educación tradicional con profesorado de calidad, motivado y pedagógicamente eficiente y, por lo tanto, no hay motivo para continuar con su introducción tal y como se viene haciendo, como si hubiese pruebas que lo avalen.

Probablemente estamos ante la primera vez en la historia moderna en la que los discursos sanitarios y educativos parecen no coincidir. Por una parte, se lucha contra los efectos perniciosos de las tecnologías en los menores y más concretamente con las pantallas (teléfonos/tabletas) y, sin embargo, por otro lado, se está intentando educar/enseñar en/con estas tecnologías. Esto no es coherente.

Siendo conscientes de ello, manteniendo un contacto claro y continuo con los estamentos educativos, y en respuesta a la petición reciente del Consejo Escolar de Canarias: (<https://consejoescolardecanarias.org/publicaciones/informe-sobre-la-conveniencia-de-establecer-un-marco-regulatorio-basico-comun-sobre-el-uso-personal-y-recreativo-de-los-telefonos-moviles-en-los-centros-educativos-de-canarias/>), la Pediatría de Canarias elabora con el presente escrito, unas observaciones y recomendaciones sanitarias.

En el citado informe del Consejo Escolar, apartado 2.2 se hace referencia a “Enfoques reactivos (en contra, prohibicionistas)”, describiendo los motivos en contra de la implementación de estas tecnologías en las aulas en base a “algunos efectos perversos” constatados tras su uso, todos ellos de graves consecuencias sanitarias y judiciales (o delictivas), aunque aparentemente banalizados en dicho informe, motivo por el que realizamos este escrito como deber moral y científico de nuestras Sociedades y de los profesionales que las conforman, así como ya hicimos en su momento ante el intento de introducir los videojuegos en las aulas de los centros escolares de Canarias¹.

El uso de los teléfonos móviles actuales por parte de los menores es perjudicial para su salud. La bibliografía actual con respecto a sus efectos nocivos es exhaustiva y de excelente nivel científico, constatando repercusiones sanitarias nunca vistas previamente, a pesar de lo cual sólo algunos de estos problemas son enumerados en el informe del Consejo Escolar de Canarias.

Por poner sólo dos ejemplos de efectos nocivos someramente nombrados en el informe, describimos por su importancia:

1) las **alteraciones del sueño** en niños que manejan pantallas tienen unas consecuencias muy negativas para los menores. Durante el sueño, el cerebro reestructura funciones, afianza conocimientos y previene enfermedades porque se realizan múltiples tareas necesarias para que el cerebro, y otros sistemas, puedan seguir funcionando adecuadamente al día siguiente. Esta función es esencial y fundamental en los niños, en los que se ha comprobado que llegada la etapa donde suelen comenzar con los móviles (7-9 años) y en adelante, inician restricciones del sueño, aumentando el riesgo de depresión (25%) e ideas suicidas (20%)², aumento de la obesidad³ por aumento del apetito⁴, tendencia a consumo de alimentos obesogénicos⁵ y a la sedestación⁶; aumento del riesgo de sufrir retrasos del lenguaje⁷, entre otros. El sueño es fundamental a nivel cognitivo, emocional y de salud con impacto determinante en los niños que no duermen las horas recomendadas o que necesitan

2) La **atención**, necesaria para adquirir los conocimientos transmitidos en la escuela, así como en otros entornos, está viéndose afectada—en los niños ⁸; y cuanto antes comienzan con el uso del móvil, con más fuerza impacta como trastorno del neurodesarrollo^{9,10}. No somos conscientes de lo vital que es crecer sin pantallas. Se ha demostrado que por cada hora que los niños de primaria pasan delante de una pantalla, aumenta en casi un 50% la probabilidad de desarrollar trastornos importantes de atención durante la educación secundaria¹¹, entre otros problemas.

Lo más preocupante de todo, conociendo las diferentes formas de enfermar por el uso de teléfonos móviles, tables, videojuegos, TV, etc., es que no podemos predecir qué niño o niña va a verse más o menos afectado por las mismas, o quienes van a necesitar ayuda para su adicción, quien realizará o podrá ser víctima de un acto delictivo a través de un móvil (veáse el artículo 83 de la Ley Orgánica 3/2018; <https://www.boe.es/boe/dias/2018/12/06/pdfs/BOE-A-2018-16673.pdf>) o quien podría fallecer por seguir el reto en la red social de turno¹² o por ciberbullying¹³.

El mundo ideal del “buen uso” o “uso seguro” de los dispositivos digitales no existe¹⁴. Los adultos, quienes velamos por la seguridad y futuro de nuestros hijos, estamos fallando estrepitosamente porque estamos atrapados en la misma red.

Desde las Sociedades Canarias de Pediatría, sabemos que los contras superan ampliamente a los pros y por ello, interpelamos encarecidamente al Gobierno de Canarias para que dé un paso adelante en la defensa y cuidado de los menores **prohibiendo los móviles en las escuelas**, como lo están haciendo otras Comunidades Autónomas¹⁵ y otros países¹⁶. También les pedimos que den marcha atrás en el proceso de digitalización de la escuela¹⁷.

Ni alumnos, ni padres ni profesores se merecen lo que está ocurriendo, aunque desconozcan aún las repercusiones que tendrá en sus vidas la irrupción generalizada de estas tecnologías en la infancia.

Firmado:



Asociación de Pediatría de Atención Primaria de Canarias (APap Canarias)



Sociedad de Pediatría Extrahospitalaria de Canarias (SEPEXPAL)



Sociedad Canaria de Pediatría de Tenerife



Sociedad Canaria de Pediatría de Las Palmas

Bibliografía

1. Pediatras consideran “totalmente inapropiado” el apoyo de Educación a los videojuegos competitivos en las aulas [Internet]. [cited 2024 Jan 25]. Available from: https://www.eldiario.es/canariasahora/sociedad/pediatras-inapropiado-educacion-videojuegos-competitivos_1_2041162.html
2. Gangwisch JE, Babiss LA, Malaspina D, Turner JB, Zammit GK, Posner K. Earlier parental set bedtimes as a protective factor against depression and suicidal ideation. Sleep [Internet]. 2010 [cited 2024 Jan 23];33:97–106. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20120626/>
3. Erik Landhuis C, Poulton R, Welch D, Hancox RJ. Programming obesity and poor fitness: The long-term impact of childhood television. Obesity. 2008;16:1457–9.
4. Brondel L, Romer MA, Nougues PM, Touyarou P, Davenne D. Acute partial sleep deprivation increases food intake in healthy men. Am J Clin Nutr [Internet]. 2010 [cited 2024 Jan 23];91:1550–9. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20357041/>
5. Greer SM, Goldstein AN, Walker MP. The impact of sleep deprivation on food desire in the human brain. Nat Commun [Internet]. 2013 [cited 2024 Jan 23];4. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23922121/>

6. Benedict C, Hallschmid M, Lassen A, Mahnke C, Schultes B, Schiöth HB, et al. Acute sleep deprivation reduces energy expenditure in healthy men. *Am J Clin Nutr* [Internet]. 2011 [cited 2024 Jan 23];93:1229–36. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21471283/>
7. Seegers V, Touchette E, Dionne G, Petit D, Seguin JR, Montplaisir J, et al. Short persistent sleep duration is associated with poor receptive vocabulary performance in middle childhood. *J Sleep Res* [Internet]. 2016 [cited 2024 Jan 23];25:325–32. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26781184/>
8. Zheng F, Gao P, He M, Li M, Wang C, Zeng Q, et al. Association between mobile phone use and inattention in 7102 Chinese adolescents: A population-based cross-sectional study. *BMC Public Health* [Internet]. 2014 [cited 2024 Jan 23];14. Available from: <https://www.nationalgeographic.es/ciencia/2024/01/diagnostico-tdah-adultos-aumento>
9. Miller CJ, Marks DJ, Miller SR, Berwid OG, Kera EC, Santra A, et al. Brief report: Television viewing and risk for attention problems in preschool children. *J Pediatr Psychol* [Internet]. 2007 [cited 2024 Jan 23];32:448–52. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17012738/>
10. Zimmerman FJ, Christakis DA. Associations between content types of early media exposure and subsequent attentional problems. *Pediatrics* [Internet]. 2007 [cited 2024 Jan 23];120:986–92. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17974735/>
11. Landhuis CE, Poulton R, Welch D, Hancox RJ. Does childhood television viewing lead to attention problems in adolescence? Results from a prospective longitudinal study. *Pediatrics* [Internet]. 2007 [cited 2024 Jan 23];120:532–7. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17766526/>
12. Un adolescente de 13 años murió tras participar en un “reto” de Benadryl en TikTok [Internet]. [cited 2024 Jan 23]. Available from: <https://cnnespanol.cnn.com/2023/04/18/nino-13-murio-ohio-reto-tiktok-benadryl-trax/>
13. «Las consecuencias del ciberbullying son más drásticas que las del acoso» | El Comercio: Diario de Asturias [Internet]. [cited 2024 Jan 23]. Available from: <https://www.elcomercio.es/sociedad/consecuencias-ciberbullying-drasticas-20220924003238-ntvo.html?ref=https%3A%2F%2Fduckduckgo.com%2F>
14. Más del 90% de niños de 10 a 15 años con móvil accede a internet sin supervisión | Andalucía Información. Todas las noticias de Granada [Internet]. [cited 2024 Jan 23]. Available from: <https://andaluciainformacion.es/granada/1501196/mas-del-90-de-ninos-de-10-a-15-anos-con-movil-accede-a-internet-sin-supervision/>
15. PROHIBICIÓN MÓVILES COLEGIOS GALICIA | Galicia prohíbe desde hoy el uso de móviles en colegios e institutos [Internet]. [cited 2024 Jan 23]. Available from: <https://www.elcorreogallego.es/galicia/2024/01/08/galicia-prohibe-hoy-moviles-colegios-96650372.html>
16. Los límites que China va a imponer a niños y jóvenes en el uso de móviles y dispositivos conectados a Internet | Actualidad | Cadena SER [Internet]. [cited 2024 Jan 23]. Available from: <https://cadenaser.com/nacional/2023/08/02/los-limites-que-china-va-a-imponer-a-ninos-y-jovenes-en-el-uso-de-moviles-y-dispositivos-conectados-a-internet-cadena-ser/>
17. Suecia paraliza la digitación de las aulas y recupera los libros de texto [Internet]. [cited 2024 Jan 23]. Available from: <https://www.heraldo.es/noticias/internacional/2023/06/02/suecia-paraliza-digitacion->

aulas-1656077.html