



«Stop. No les robes la infancia»

Publicada el 16 mayo, 2023 por [Alberto Rodríguez Fumero](#)

Nos encontramos frente a una realidad ineludible: el constante avance de las tecnologías y su creciente presencia en nuestras vidas y, en particular, en las de nuestros hijos. Si bien estas herramientas digitales nos ofrecen innumerables beneficios y oportunidades, es crucial ser conscientes del impacto que pueden tener en el desarrollo de los más pequeños. En los últimos años, una multitud de estudios han alertado sobre el riesgo del efecto de las tecnologías en el desarrollo de los niños y desde nuestro centro nos gustaría sumarnos a la campaña «[Stop. No les robes la infancia](#)», cuyo objetivo es alertar sobre el mal uso de las pantallas y el impacto que esto puede llegar a tener en los niños y las niñas. Los expertos advierten: «No existe pantalla, videojuego o aplicación que pueda reemplazar las relaciones humanas que se forman jugando». Detrás de esta afirmación se esconde una verdad profunda y relevante: el juego interactivo y la conexión humana son esenciales para el crecimiento y desarrollo saludable de nuestros hijos.



Pincha en la imagen para ampliar la información sobre la campaña «Stop. No les robes la infancia».

Como padres, es esencial establecer un equilibrio adecuado entre el uso de la tecnología y el juego interactivo. Aquí hay algunas pautas que pueden resultar útiles:

- **Establecer límites de tiempo:** Limitar la cantidad de tiempo que los niños pasan frente a las pantallas, asegurando que tengan suficiente tiempo para jugar, relacionarse y explorar el mundo real.
- **Fomentar el juego creativo:** Proporcionar a los niños juguetes y materiales que les permitan imaginar, construir y crear, fomentando así su desarrollo cognitivo y creatividad.
- **Priorizar la interacción humana:** Propiciar actividades que promuevan el contacto con otros niños y adultos, como juegos en grupo, actividades al aire libre y participación en deportes o clubes.
- **Establecer espacios libres de tecnología:** Asignar áreas de la casa donde no se permita el uso de dispositivos electrónicos, como las habitaciones o la mesa durante las comidas, para promover la comunicación y el tiempo en familia.
- **Ser modelos a seguir:** Mostrar un uso equilibrado y consciente de la tecnología nosotros mismos, ya que los niños tienden a imitar nuestros comportamientos. Si ellos nos ven haciendo un uso responsable de las tecnologías, será más probable que sigan nuestro ejemplo.

Recuerden que el objetivo no es demonizar las tecnologías, sino encontrar un equilibrio saludable que permita a nuestros hijos disfrutar de los beneficios que estas ofrecen, al mismo tiempo que cultivamos su desarrollo integral a través del juego y la interacción humana.