

“Me llamo David, tengo tres años y un televisor en mi cuarto”

Así podría presentarse uno de cada tres niños en Estados Unidos. Y no estamos exagerando: hace unos días se ha publicado un estudio de la Academia de Pediatría Americana que desvela que un tercio de los menores de ese país tiene instalada un aparato de estos en su habitación.

Revisando este artículo, te das cuenta que éste no es sólo un problema que tienen los niños en Estados Unidos, acá en Venezuela sucede exactamente lo mismo, la diferencia es que no suelen publicar estudios que soporten esta realidad, pero cuando trabajas con padres, te dicen con la mayor naturalidad que tienen televisores en los cuartos de sus hijos.



Las justificaciones son variadas, manifestando que es una actividad segura, que sirve como elemento pacificador e incluso se escudan en que les ponen programas educativos que sirven para estimular su cerebro.

Al final, todo esto no son sino disculpas que nos ponemos porque es muy cómodo “quitarse” al niño de encima sentándole delante de unos dibujos, algo que de vez en cuando se puede consentir, más cuando los padres de hoy en día estamos muy atareados y nos cuesta encontrar un momento para hacer tareas pendientes. Pero lo que no es lícito es dejar a unos menores de tres años decidir qué programas ven y cuándo, de manera que tengan vía libre para acceder a programas que pueden ser muy nocivos para su salud mental.

¿Quién te dice que el niño no se despierta en mitad de la noche y enciende el televisor que tan a mano tiene? Los padres deben ejercer un control total de la televisión y ser muy prudentes con cuánto tiempo están nuestros hijos delante, pues es tiempo que pierden de estar al aire libre, experimentar con nuevos juegos, interactuar con sus amigos o conversar con los padres.

Es un hecho que cada vez los pequeños están más horas delante de “la caja tonta” y cada vez a una edad más temprana. Las recomendaciones de los expertos apuntan a limitar la exposición durante la primera infancia, e incluso evitarla antes de los dos años, pues son bastante negativos los efectos de que los niños vean demasiada televisión. El límite que se suele dar es un máximo de dos horas diarias, algo que quizá resulte también excesivo: ¡¡supone 730 horas al año!!

La cuestión es que quizá muchos padres estadounidenses y de otros países regalarán a sus hijos más pequeños un televisor estas Navidades, pero no cabe duda de que lo ideal es encontrarles juguetes con los que puedan desarrollar su imaginación, unos cuentos para soñar y, sobre todo, tiempo para pasar con ellos. Ese sería el mejor regalo para nuestros pequeños.