

Vacances reals, no en realitat virtual.

El tema de l'ús de pantalles i dispositius mòbils suscita un gran interès entre pares i professionals de la educació, així com els avantatges i desavantatges de la seva utilització per l'aprenentatge i l'ús excessiu de les pantalles per part dels nostres fills.



- ¿Estem **facilitant la comunicació** dins de les famílies?
- ¿Estem **eliminant distàncies** o **augmentant les barreres**?
- ¿Poden els nostres fills **digerir tota aquesta informació infinita** que nosaltres no teníem en la nostra infància?

No es tracta de posar en dubte els importants i valuosos avenços de la enginyeria biomèdica i de les telecomunicacions, però la preocupació per l'ús/abús per part dels menors fa que sigui un tema d'actualitat i de constant interès.

Varis experts alerten de la mala influència que pot implicar **l'ús de videojocs** en quant a **augmentar l'agressivitat i la violència en l'àmbit escolar i social** (xarxes socials). De la mateixa manera, hi ha persones que consideren que no es pot establir una relació directe entre els videojocs i l'augment de la violència en la vida quotidiana, per que no hi ha estudis científics al respecte.

D'altra banda, si que s'han realitzat diferents estudis com els de la Universitat de Ottawa, publicat en The Lancet Child & Adolescent Health, que aconsellen limitar l'ús de les pantalles amb finalitat lúdica, per que **s'ha descobert que més de dues hores de temps recreatiu amb pantalles s'associa a un pitjor desenvolupament cognitiu dels nens**. (Salas, Javier "Abusar de las pantallas lastra la inteligencia de los niños" publicat en Ciencia a El País 27 de setembre 2018)
(https://elpais.com/elpais/2018/09/26/ciencia/1537960453_593059.html).

Altres punts d'alerta són **l'ús excessiu dels dispositius mòbils**, inclús en nens ens edat infantil que s'associen amb **problemes de son** (amb el seu us a l'hora d'anar a dormir) i la **obesitat infantil** com a conseqüència d'haver anat substituint l'activitat física per una vida sedentària.

Segons publica RTVE.es "la **OMS** (Organització mundial de la salut) ha publicat una sèrie de pautes en les que es **recomana que els nens menors de 5 anys no passin més d'una hora al dia davant una pantalla, i desaconsella completament aquest us en els menors d'un any**. Així com la necessitat de realitzar activitat física i evitar el sedentarisme. Publicat el 24 d'Abril 2019)
<http://www.rtve.es/noticias/20190424/oms-recomienda-ninos-menores-cinco-anos-no-pasen-mas-hora-diaria-ante-pantallas-electronicas/1927471.shtml>.

Un altre apunt important són les **rebequeries** monumentals que veiem en alguns infants i com es calmen al donar-li el mòbil, i a la vegada com aquestes apareixen de la mateixa magnitud al treure-li el mòbil. **¿Realment ensenyem a tolerar la frustració i l'espera? ¿Quin tipus d'adults estem creant?**

Recordem que els infants en etapa del gateig desenvolupen una sèrie d'habilitats motrius i sensorials que els i aniran permetent activar una sèrie de estructures cerebrals que permetran madurar el cervell per a que després pugui presentar correctes respostes acadèmiques, habilitats motrius, bon processament visual i auditiu, etc.

Quant aquest **desenvolupament no és harmònic** o no tenen temps ni espai per a realitzar-lo, podem estar propiciant **problemes acadèmics en el futur, dificultats motrius i problemes visuals, entre d'altres, que repercutiran en menor o major seguretat en els seus cossos i les seves respostes, habilitats socials i vinculació amb l'entorn.**

De la mateixa manera, **s'observa en el dia a dia que en les reunions d'amics o de pares i fills en lloc de gaudir i jugar junts simplement es queden un al costat de l'altre jugant cada un amb el seu mòbil.** Imatge que es repeteix en grups d'adolescents en una cafeteria, que ni tan sols es parlen.

Es manegen conceptes com "realitat augmentada", "realitat virtual", "realitat mixta", que poden ser molt útils en determinants contexts i que permeten recrear una realitat que ja no existeix, per exemple la visita virtual a Tarraco o a un museu determinat, però aquesta realitat "virtual" no pot substituir la **REALITAT** amb majúscules, **el aquí i ara, que son coordenades que necessita el nen.**

La vida recrea millor que una pantalla, la pluja, el vent, els mil i un sons de la naturalesa i per això la nostra proposta per aquest estiu es intentar aconseguir unes vacances reals, no en realitat virtual, en que els nens es relacionin entre ells, amb els adults i amb l'entorn, que experimentin, manipulin i visquin el present. Sense oblidar-nos de nosaltres, els **adults que som els referents i el mirall dels més petits.**

Bon estiu per tots!!

Un text adaptat de la Dra. Maria del Mar Ferrer Rodríguez

Marian Obrador Mas
Psicòloga Col·legiada nº23519
Departament Psicopedagògic
Llar d'Infants Magnòlia Sant Cugat.

