



Asesorías y Tutorías para la Investigación Científica en la Educación Puig-Salabarría S.C.
José María Pino Suárez 400-2 esq a Lerdo de Tejada. Toluca, Estado de México. 7223898475
 RFC: ATI120618V12

Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores.

<http://www.dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/>

Año: XIV Número: 1 Artículo no.:40 Período: 1 de septiembre al 31 de diciembre del 2026

TÍTULO: Impacto del uso excesivo de pantallas en el desarrollo cognitivo infantil.

AUTORES:

1. Est. Lorena Cecilia Hernández Coterio.
2. Est. Luciana Macías Lemus.
3. Est. Isabel Lorente Esquivel.
4. Máster. Alejandro de los Reyes Moreno.

RESUMEN: El presente artículo analiza, mediante una revisión narrativa de la literatura científica reciente de enfoque cualitativo, el impacto del uso excesivo de pantallas en el desarrollo cognitivo y socioemocional infantil, con énfasis en la primera infancia (0 - 6 años). Se examinan las afectaciones en habilidades cognitivas como la atención, la memoria, el lenguaje y las funciones ejecutivas, así como consecuencias socioemocionales asociadas: desregulación emocional, impulsividad, baja tolerancia a la frustración y reducción de la interacción social. Los hallazgos evidencian patrones consistentes en la literatura, vacíos de investigación persistentes y la necesidad de promover mediación adulta activa como factor protector del desarrollo infantil integral.

PALABRAS CLAVES: pantallas, primera infancia, desarrollo cognitivo, funciones ejecutivas.

TITLE: Impact of excessive screen use on early childhood cognitive development.

AUTHORS:

1. Stud. Lorena Cecilia Hernández Coterio.
2. Stud. Luciana Macías Lemus.
3. Stud. Isabel Lorente Esquivel.

4. Master. Alejandro de los Reyes Moreno.

ABSTRACT: This article analyzes, through a qualitative narrative review of recent scientific literature, the impact of excessive screen use on children's cognitive and socio-emotional development, with a particular focus on early childhood (0–6 years). It examines the effects on cognitive abilities such as attention, memory, language, and executive functions, as well as associated socio-emotional outcomes, including emotional dysregulation, impulsivity, low frustration tolerance, and reduced social interaction. The findings reveal consistent patterns across literature, persistent research gaps, and the need to promote active adult mediation as a protective factor for comprehensive child development.

KEY WORDS: screen use, early childhood, cognitive development, executive functions.

INTRODUCCIÓN.

El uso de dispositivos electrónicos con pantallas se ha convertido en una práctica cotidiana y generalizada en los hogares contemporáneos, permeando desde edades cada vez más tempranas la vida de los infantes. Teléfonos inteligentes, tabletas, televisores, y computadoras forman parte del entorno inmediato de los niños desde sus primeros meses de vida, configurando un nuevo ecosistema digital que transforma las dinámicas familiares, los patrones de crianza, y las experiencias de aprendizaje en la primera infancia. Si bien las tecnologías de la información y comunicación ofrecen posibilidades educativas y de entretenimiento, su uso excesivo, temprano y sin acompañamiento adulto plantea interrogantes fundamentales sobre sus efectos en el desarrollo infantil que la comunidad científica y educativa no debe ignorar (Brugues, 2024).

En este contexto, la primera infancia - comprendida entre los 0 y 6 años - representa una etapa de especial vulnerabilidad. Durante estos años, el cerebro se encuentra en un período de alta plasticidad neuronal en el cual los estímulos del entorno impactan directamente la maduración de las estructuras cerebrales responsables de las habilidades cognitivas, lingüísticas y socioemocionales.

Los infantes requieren experiencias multisensoriales, movimiento, contacto humano y diálogo constante con sus cuidadores para consolidar aprendizajes significativos durante esta etapa crítica (Cerisola, 2017; Madigan et al., 2019). Cuando el tiempo frente a dispositivos electrónicos desplaza estas experiencias, se generan condiciones de riesgo para el neurodesarrollo que pueden manifestarse a corto, mediano y largo plazo.

La evidencia científica señala de manera consistente que la exposición prolongada y sin mediación adulta a pantallas puede sustituir actividades esenciales como el juego libre, la exploración sensoriomotriz y la interacción social directa, asociándose con retrasos en el lenguaje expresivo y comprensivo, dificultades en la atención sostenida, menor memoria de trabajo y debilitamiento de funciones ejecutivas (Madigan et al., 2019; Brugues, 2024; Arango Villa & Ordóñez Alvear, 2024). En particular, el contenido digital caracterizado por cambios rápidos de imágenes y de alta carga sensorial genera un acostumbamiento a la sobreestimulación que dificulta el procesamiento cognitivo en tareas de mayor exigencia, afectando progresivamente el rendimiento en entornos educativos formales (Cerisola, 2017; Álvarez Santos et al., 2025).

Cabe señalar, que aunque estos estudios coinciden en la dirección general de los efectos, sus magnitudes varían según la edad del niño, el tipo de contenido (pasivo o interactivo) y especialmente si existe acompañamiento adulto durante el tiempo en pantalla; factor que diversos autores señalan como un moderador clave de estos efectos (Madigan et al., 2019).

Paralelamente, la literatura reporta efectos significativos en el plano socioemocional, entre los que destacan la desregulación emocional, la impulsividad, la baja tolerancia a la frustración, y la disminución de conductas prosociales como la empatía, la cooperación y la comunicación interpersonales (Álvarez Santos et al., 2025; Reis de Souza et al., 2024).

Un mecanismo clave es la dependencia a la gratificación inmediata generada por los estímulos digitales, vinculada a la activación repetida del sistema de recompensa cerebral mediante dopamina. Esta dinámica se ha asociado con patrones observados en conductas adictivas, refuerza la impulsividad y debilita

habilidades relacionadas con la espera, la autorregulación y el autocontrol, comprometiendo el desarrollo emocional y la autonomía del infante (Sarango Paredes, 2025; Aveiga et al., 2018).

El contexto familiar juega un papel determinante en la magnitud de estos efectos. La mediación parental activa, el establecimiento de límites claros y la presencia de rutinas estructuradas funcionan como factores protectores que modulan el impacto del uso de dispositivos electrónicos en el desarrollo infantil. En contraste, la falta de supervisión, la ausencia de normas sobre el tiempo y contenido, y el uso de dispositivos como estrategia de calma inmediata incrementa significativamente los riesgos cognitivos y emocionales (Rincón Escobar y Restrepo Mendoza, 2024; Reis de Souza et al., 2024).

A pesar del creciente interés académico por esta problemática, persisten vacíos importantes que limitan la consolidación de orientaciones precisas para familias, educadores e instituciones de salud pública. Existe un escaso consenso sobre el tiempo de exposición seguro según la etapa de desarrollo, y son limitados los estudios que evalúan con rigor la efectividad de intervenciones preventivas o programas de mediación familiar (Christakis, 2011); asimismo, la mayoría de las investigaciones disponibles se concentran en contextos de países de ingresos altos, lo que dificulta la generalización de sus hallazgos a realidades latinoamericanas, con sus particularidades culturales, educativas y socioeconómicas, donde el fenómeno adquiere matices propios que demanda investigación específica.

El presente artículo tiene como propósito analizar, desde un enfoque cualitativo y una revisión narrativa, el impacto del uso excesivo de pantallas en el desarrollo cognitivo y socioemocional infantil durante la primera infancia. A través de la síntesis de 23 fuentes bibliográficas publicadas entre los años 2009 y 2025, se busca organizar hallazgos más relevantes de la literatura reciente, identificar patrones consistentes, y señalar vacíos persistentes que orienten futuras intervenciones en el ámbito educativo, familiar y de salud pública.

La pregunta que guía esta investigación es *¿Cómo afecta el uso excesivo de pantallas en el desarrollo de habilidades cognitivas y socioemocionales en infantes de 0 a 6 años?* Responder a esta cuestión resulta

urgente, pues contribuye a la comprensión científica y social de un fenómeno de alta relevancia para garantizar el desarrollo integral y saludable de las nuevas generaciones.

DESARROLLO.

Impacto en el desarrollo cognitivo.

La atención, la memoria, el lenguaje y las funciones ejecutivas se desarrollan principalmente a través de experiencias que demandan la participación activa del niño. Los dispositivos, al ofrecer estímulos predominantemente pasivos, no le exigen al infante planificar, recordar secuencias o sostener la atención de manera prolongada, lo que puede limitar la consolidación adecuada de estas funciones durante la primera infancia (Cerisola, 2017; Madigan et al., 2019).

En relación con la atención, los contenidos digitales caracterizados por cambios rápidos de imágenes y una alta carga sensorial habitúan al cerebro infantil a ritmos de estimulación que dificultan el mantenimiento de la concentración en tareas de mayor exigencia cognitiva, favoreciendo la impulsividad y comprometiendo su rendimiento atencional a largo plazo (Cerisola, 2017; Álvarez Santos et al., 2025).

Respecto al lenguaje, los retrasos en el desarrollo expresivo y comprensivo constituyen uno de los hallazgos más consistentes en la literatura, dado que su adquisición depende del intercambio comunicativo directo, que las pantallas no pueden sustituir (Arango Villa y Ordoñez Alvear, 2024; Madigan et al., 2019).

En cuanto a la memoria, la reducción de actividades como el juego social y la lectura compartida limita los procesos de codificación y consolidación de información (Cerisola, 2017; Bahena, 2014). Por último, las funciones ejecutivas - como el control inhibitorio, la planificación y la flexibilidad cognitiva - resultan especialmente afectadas por la exposición prolongada a contenidos no educativos, asociándose con conductas de mayor impulsividad y dificultades para la resolución de problemas (Álvarez Santos et al., 2025; Christakis, 2011).

Consecuencias socioemocionales.

El uso excesivo de pantallas compromete igualmente el desarrollo socioemocional infantil. La evidencia reporta de manera consistente una disminución en la capacidad de autorregulación emocional, manifestada a manera de irritabilidad, labilidad emocional, y baja tolerancia a la frustración (Álvarez Santos et al., 2025; Reis de Souza et al., 2024). Un mecanismo central es el uso frecuente de dispositivos como estrategia de calma inmediata, práctica que limita la capacidad del niño para desarrollar recursos propios de afrontamiento y genera una dependencia progresiva hacia los estímulos digitales para gestionar de manera adecuada sus estados afectivos (Carreño Delgado et al., 2024; Sarango Paredes, 2025).

Esta dinámica resulta especialmente relevante porque la autorregulación emocional en la infancia se construye en su mayoría a través de experiencias de malestar que el menor logra tolerar y resolver, inicialmente con el apoyo de un cuidador y progresivamente de manera más autónoma. Cuando un dispositivo interviene en estos momentos, interrumpe este proceso de aprendizaje, impidiendo que el niño practique y consolide sus propios recursos de afrontamiento, lo que puede traducirse en una mayor dificultad para tolerar la frustración y regular emociones intensas incluso en contextos donde las pantallas no están disponibles (Radesky et al., 2023).

Respecto al plano conductual, se observa un incremento en comportamientos impulsivos y dificultades para regular la conducta, asociados a la reducción de actividades de socialización como el juego con pares y la participación en dinámicas familiares (Reis de Souza et al., 2024). Igualmente, el uso solitario y prolongado de pantallas se vincula con una reducción de conductas prosociales (como la cooperación, la empatía, la comunicación interpersonal) y una mayor tendencia al aislamiento (Reis de Souza et al., 2024).

La calidad del acompañamiento por parte de un adulto resulta determinante, pues el consumo compartido y mediado a dispositivos puede generar instancias de diálogo y reflexión, que modulan estos efectos, mientras que el uso sin supervisión agrava estos efectos (Álvarez Santos et al., 2025; Carreño Delgado et al., 2024).

Factores de riesgo y protección.

Factor de riesgo para el desarrollo infantil.

El uso prolongado de dispositivos con pantallas sin el acompañamiento de un adulto se ha consolidado como un factor de riesgo significativo para el desarrollo integral de los menores, particularmente durante la primera infancia (0 a 6 años), etapa conocida como la más vulnerable ante una exposición inadecuada a los entornos digitales (Carreño Delgado et al., 2024). El uso temprano de las tecnologías de la información y comunicación puede generar alteraciones en el desarrollo ejecutivo del niño, con un impacto directo y negativo sobre la neuroplasticidad cerebral, cuyas consecuencias pueden manifestarse a corto, mediano y largo plazo en el comportamiento, la salud y la adquisición de habilidades cognitivas y sociales (Rodríguez Sas & Estrada, 2023).

Las necesidades evolutivas de los bebés y los niños pequeños están intrínsecamente ligadas a la exploración activa y tangible de su entorno físico, mecanismo que promueve las bases para el desarrollo de sus habilidades sensoriales, cognitivas y lingüísticas. Cuando el tiempo frente a pantallas sustituye estas interacciones y los juegos exploratorios, se limitan oportunidades críticas para la maduración de funciones cerebrales esenciales (Rodríguez Sas & Estrada, 2023).

En este sentido, la sobreexposición durante la primera infancia se asocia con un mayor riesgo de alteraciones en el desarrollo cognitivo, motor y de lenguaje, mientras que a medida que el niño avanza hacia la edad escolar, estas dificultades evolucionan hacia problemas atencionales y bajo rendimiento académico (Carreño Delgado et al., 2024).

Más allá de los efectos cognitivos, la exposición excesiva a pantallas compromete el desarrollo y el crecimiento cerebral e impacta de manera significativa la salud mental de los niños. La evidencia reporta de forma consistente una asociación entre el uso desmedido, junto con un aumento en la incidencia de las dificultades emocionales, trastornos de conducta, alteraciones del sueño, y obesidad infantil (Reis de Souza et al., 2024).

En el plano conductual, el uso de dispositivos como método de calma inmediata ante el llanto o el malestar de un niño, práctica frecuentemente en los hogares actuales, limita la capacidad del infante para desarrollar sus propios mecanismos de afrontamiento y regulación emocional, fomentando simultáneamente una mayor dependencia hacia el dispositivo para gestionar sus estados afectivos (Carreño Delgado et al., 2024). La evidencia científica disponible señala, en suma, que el impacto del uso excesivo de pantallas es multifactorial y compromete de manera integral el equipo físico, cognitivo y emocional de los infantes (Reis de Souza et al., 2024).

Dependencia a la gratificación inmediata por uso de pantallas.

El uso constante de dispositivos digitales durante la primera infancia se ha asociado con patrones de búsqueda de gratificación inmediata, fenómeno vinculado al funcionamiento de los sistemas cerebrales de recompensa. Se ha señalado que los estímulos digitales pueden estar relacionados con la activación de mecanismos de recompensa cerebral, lo que podría generar que el menor se habitúe progresivamente a recibir satisfacción de manera instantánea, reduciendo su tolerancia a la espera y su capacidad de autorregulación emocional (Aveiga et al., 2018; Sarango Paredes, 2025).

La exposición frecuente a estos estímulos genera patrones de refuerzo intermitente, en los que la recompensa no siempre es predecible, lo que incrementa el deseo de continuar interactuando con el dispositivo. Este mecanismo, ampliamente estudiado en psicología conductual, comparte mecanismos de reforzamiento similares a los observados en algunas conductas adictivas, en la medida en que la mente infantil asocia progresivamente la pantalla con una fuente constante de placer y distracción (Sarango Paredes, 2025). Como resultado, los niños aprenden a responder impulsivamente ante los estímulos digitales, lo que debilita sus procesos cognitivos y funciones ejecutivas, particularmente la atención sostenida, la planificación y el control inhibitorio.

Esta dinámica interfiere, además, de manera directa, en la adquisición de habilidades sociales y emocionales. Los niños tienden a evitar actividades que demanden esfuerzo o paciencia, mostrando frustración ante la demora o la ausencia de resultados inmediatos; lo que también repercute en el ámbito

educativo, al limitar la capacidad de concentración y la persistencia frente a tareas de mayor exigencia (Aveiga et al., 2018). Ambos autores coinciden en que la exposición prolongada a pantallas durante los primeros años de vida puede alterar la formación de circuitos neuronales asociados con la autorregulación y la tolerancia de frustración, promoviendo un patrón de dependencia hacia estímulos externos como fuente de bienestar (Aveiga et al., 2018; Sarango Paredes, 2025).

Ante este escenario, la dependencia a la gratificación inmediata construye un riesgo emergente del entorno digital que demanda estrategias preventivas tanto desde la familia como desde la escuela. El acompañamiento adulto saludable, la regulación del tiempo frente a pantallas y la promoción de actividades que fomenten la espera, el esfuerzo y el autocontrol resultan medidas esenciales para contrarrestar estos efectos. El fomento de espacios, donde los niños experimentan satisfacción a partir del esfuerzo sostenido y la interacción social, es indispensable para promover un desarrollo cognitivo y emocional equilibrado en el contexto digital actual (Aveiga et al., 2018; Sarango Paredes, 2025).

Contexto familiar y educativo.

La influencia del contexto familiar en el desarrollo infantil.

El contexto familiar constituye el primer entorno social en el que el infante desarrolla sus vínculos afectivos, modelos de interacción y patrones de regulación emocional. La calidad de este entorno incide directamente en la maduración cognitiva, lingüística y socioemocional del niño, dado que es en el hogar donde se construyen las bases del aprendizaje y del desarrollo integral durante los primeros años de vida. En la actualidad, estos espacios se encuentran profundamente mediados por las tecnologías digitales, las cuales han reconfigurado las dinámicas familiares y la calidad de la interacción entre padres e hijos con consecuencias directas sobre el desarrollo infantil. De acuerdo con Rincón Escobar y Restrepo Mendoza (2024), cuando el uso de pantallas en el hogar ocurre sin limitaciones, puede interferir en la construcción de vínculos afectivos seguros y en la calidad del tiempo compartido, ambos elementos fundamentales para el desarrollo integral del infante.

En este marco, los padres y/o cuidadores principales transmiten mediante su propio ejemplo hábitos, actitudes y patrones de conducta que modelan directamente el desarrollo cognitivo, emocional y social del niño. Reis de Souza et al. (2024) hallaron que los infantes provenientes de familias con rutinas poco estructuradas y escasa supervisión parental presentan mayor riesgo de retrasos en el desarrollo neuropsicomotor, así como dificultades conductuales y emocionales, lo que evidencia que las prácticas familiares cotidianas tienen un impacto directo y medible sobre el neurodesarrollo infantil.

En contraste, la mediación parental activa y el establecimiento de límites claros se consolidan como factores protectores del desarrollo infantil. Rincón Escobar y Restrepo Mendoza (2024) sostienen que cuando los cuidadores modelan comportamientos saludables, fomentan la comunicación directa, y reservan espacios libres de tecnología, se fortalece la cohesión familiar y se preserva la calidad de los vínculos afectivos, favoreciendo el desarrollo del apego seguro, la autorregulación emocional y habilidades sociales esenciales como la empatía y la comunicación. Estas competencias, que los niños adquieren principalmente a través de la interacción humana directa, resultan indispensables para su desarrollo integral y difícilmente pueden ser estimuladas mediante la interacción con dispositivos digitales. En este sentido, el hogar no solo regula el acceso a las pantallas, sino que constituye el entorno primario donde se consolidan o se ven comprometidas las habilidades indispensables para un desarrollo infantil saludable (Carreño Delgado et al., 2024).

El rol del entorno educativo en el desarrollo infantil.

El ámbito escolar representa, junto a la familia, un entorno de influencia determinante en el desarrollo cognitivo social y emocional del niño. La escuela no solo cumple una función instructiva, sino que actúa como espacio de socialización, regulación emocional y construcción de habilidades fundamentales para el aprendizaje. En este sentido, el docente ocupa un lugar central como agente promotor del desarrollo integral.

Es relevante, desde el entorno escolar, actividades sin pantallas que estimulen de manera integral las capacidades del niño. González-González (2019) y Arellano Mera (2025) coinciden en que alternativas como el deporte, la lectura, los juegos de mesa, y las actividades manuales favorecen al fortalecimiento de habilidades sociales, psicomotrices y de concentración que resultan frecuentemente afectadas en niños con alta exposición a dispositivos digitales. Estas actividades recrean condiciones de interacción y esfuerzo cognitivo que el cerebro infantil necesita para madurar de manera equilibrada.

La colaboración entre la escuela y la familia emerge como el factor de mayor efectividad para potenciar el desarrollo infantil en el contexto digital actual. González- González (2019) señala que cuando ambos entornos actúan de manera articulada - mediante talleres de orientación parental, acuerdos sobre límites de tiempo y contenido, y promoción del acompañamiento activo durante el uso de dispositivos electrónicos - se generan condiciones constantes que favorecen el desarrollo cognitivo y socioemocional del niño tanto en el hogar como en la escuela.

Estrategias e intervenciones.

La evidencia científica revisada no solo documenta los efectos negativos del uso excesivo de pantallas digitales en el desarrollo infantil, sino que también señala un conjunto de estrategias e intervenciones orientadas a mitigar dichos efectos desde el entorno familiar y educativo. Estas estrategias comparten un principio común: el impacto de las pantallas sobre el desarrollo infantil no depende únicamente del tiempo de exposición, sino también del tipo de contenido, el contexto en que se produce el uso, y fundamentalmente, de la calidad del acompañamiento adulto que lo rodea (Gavoto et al., 2023; Gutiérrez Porlán, 2024).

Uso consciente de las pantallas.

El concepto de uso consciente de las pantallas parte del reconocimiento de que los infantes de la generación actual, denominados frecuentemente “nativos digitales”, crecen en un entorno donde el acceso a dispositivos electrónicos es prácticamente inevitable. Ante esta realidad, la pregunta relevante no es si

los niños deben o no tener contacto con las pantallas, sino cómo garantizar que dicho contacto ocurra de manera que respete y favorezca las necesidades del desarrollo infantil (Gavoto et al., 2023). La investigación ha demostrado, que más importante que la cantidad de tiempo frente a una pantalla es el tipo de actividad que se realiza, el momento en que ocurre la exposición, y si el niño se encuentra acompañado por un adulto durante la misma (Gutiérrez Porlán, 2024).

Respecto a las recomendaciones por edad, existe acuerdo en que en menores de dos años la exposición a dispositivos electrónicos debe evitarse o limitarse al máximo posible, mientras que en niños mayores se sugiere priorizar contenido de calidad y realizar la actividad en compañía de un adulto; asimismo, hay momentos donde el acceso a pantallas debe restringirse, particularmente: las dos horas previas a dormir, durante la comida, como estrategia de calma ante una rabieta, como recompensa o castigo, y durante el tiempo de juego compartido con otros niños (Gavoto et al., 2023; Gutiérrez Porlán, 2024). Estas restricciones no son métodos prohibicionistas, sino con la necesidad de preservar los espacios que el desarrollo infantil requiere para consolidarse de manera adecuada.

Estrategias familiares para el uso adecuado de los dispositivos electrónicos.

a) Mediación parental.

La mediación parental constituye uno de los factores protectores más sólidamente respaldados por la literatura. Chávez et al. (2021) la definen como la interconexión conjunta entre padres e hijos en el entorno digital, donde la responsabilidad parental implica supervisar sin intrusión, orientar el aprendizaje, y generar estrategias que permitan al niño gestionar progresivamente su relación con la tecnología, en coordinación con la escuela; no obstante, factores como las condiciones económicas del hogar, el desconocimiento digital de los cuidadores y la diversidad de acceso a entornos virtuales dificultan este acompañamiento, generando brechas de supervisión que incrementan los riesgos asociados al uso de pantallas. Ello evidencia que las intervenciones deben considerar el contexto socioeconómico y cultural de cada familia para ser verdaderamente efectivas (Chávez et al., 2021).

b) Normas y límites.

El establecimiento de normas claras y consistentes sobre el tiempo y contenido de exposición es identificado como una de las estrategias familiares de mayor efectividad. Brindova et al. (2014) demostraron que la ausencia de reglas parentales incrementa significativamente la probabilidad de consumo excesivo, mientras que las normas estructuradas actúan como factor protector del desarrollo cognitivo y emocional. Entre las estrategias más efectivas destacan: establecer límites consistentes sobre el tiempo de uso, evitar dispositivos en la habitación infantil, estructurar el tiempo libre con actividades no tecnológicas, y priorizar contenido educativo de baja carga sensorial. Su efectividad se potencia cuando los propios cuidadores modelan en su comportamiento cotidiano la relación equilibrada con la tecnología que buscan promover en sus hijos (Brindova et al., 2014).

c) Actividades alternativas.

La implementación de actividades no tecnológicas representa una estrategia indispensable para contrarrestar los efectos adversos de la exposición excesiva. Civitani Pérez (2024) reconoce el juego tradicional como herramienta esencial para el desarrollo físico, cognitivo, emocional y social de la infancia, que promueve la actividad física, la interacción directa entre pares, y competencias fundamentales que las pantallas no pueden sustituir. Recuperarlo en la dinámica familiar equilibra el tiempo libre y fortalece las relaciones interpersonales, facilitando un aprendizaje activo y participativo. Complementariamente, Figueroa-Duarte y Campbell-Araujo (2020) y Coronel Urgiles y Quintero Arjona (2025) recomiendan talleres dirigidos a padres para reforzar el establecimiento de límites y hábitos saludables en el hogar, señalando que la formación parental constituye una intervención preventiva de alto impacto para el desarrollo infantil integral.

Estrategias educativas.

Una de las intervenciones más relevantes desde el ámbito educativo es la promoción del pensamiento crítico y la alfabetización digital. Los educadores deben integrar en el currículo contenidos que enseñen a los niños a discernir, evaluar y cuestionar la información que encuentran en entornos digitales, fomentando

una relación reflexiva y consciente con la tecnología. Esto incluye la discusión de conceptos como la privacidad, la seguridad digital, y el uso responsable de los medios, adaptados al nivel de comprensión de los infantes (Arellano Mera, 2025).

Esta formación no solo protege a los niños de los riesgos del entorno digital, sino que desarrolla habilidades cognitivas de orden superior esenciales para su desempeño académico y social. En este marco, se destaca el valor del aburrimiento controlado como promotor intrínseco de la creatividad y la exploración autónoma, competencias que difícilmente emergen en entorno de sobreestimulación digital (Arellano Mera, 2025; González-González, 2019).

Síntesis de la literatura.

La revisión narrativa realizada permite identificar un conjunto de hallazgos consistentes a lo largo de la literatura analizada, los cuales coinciden en señalar el uso excesivo de pantallas durante la primera infancia como un factor de riesgo multidimensional, que compromete de manera integral el desarrollo cognitivo, socioemocional y neurológico del infante. A partir de las 23 fuentes bibliográficas consultadas, es posible organizar los hallazgos más relevantes en torno a tres ejes temáticos centrales, el impacto en el neurodesarrollo, y las habilidades cognitivas, las consecuencias en el desarrollo socioemocional y vincular, y el papel determinante del contexto familiar y educativo como factor protector o de riesgo.

En lo que respecta al neurodesarrollo y las habilidades cognitivas, la evidencia es consistente al señalar que la exposición prolongada y sin mediación adulta a dispositivos digitales se asocia con alteraciones en la atención sostenida, la memoria de trabajo, el lenguaje expresivo y comprensivo, y las funciones ejecutivas durante los primeros años de vida. Este impacto se explica, en gran medida, por el desplazamiento de experiencias multisensoriales, de exploración activa y de interacción verbal con los cuidadores, actividades indispensables para la maduración cerebral durante esta etapa de alta plasticidad neuronal (Cerisola, 2017; Madigan et al., 2019; Arango Villa & Ordóñez Alvear, 2024).

La literatura coincide en que los efectos son más notorios cuando la exposición ocurre desde edades tempranas y cuando el contenido consumido es predominantemente pasivo, de ritmo acelerado o de alta carga sensorial, condiciones que generan un acostumbamiento cognitivo que dificulta progresivamente el procesamiento en contextos de mayor exigencia, como el entorno escolar formal (Álvarez Santos et al., 2025; Christakis, 2011).

En el plano socioemocional, los hallazgos apuntan de manera uniforme hacia una reducción en la capacidad de autorregulación emocional, un incremento en la irritabilidad, la impulsividad y la baja tolerancia a la frustración, así como una disminución de conductas prosociales como la empatía, la cooperación y la comunicación interpersonal (Álvarez Santos et al., 2025; Reis de Souza et al., 2024).

Un mecanismo transversal identificado en múltiples estudios es la dependencia a la gratificación inmediata generada por los estímulos digitales, vinculada a la activación repetida del sistema dopaminérgico de recompensa, que refuerza la impulsividad y debilita habilidades esenciales relacionadas con la espera, la persistencia y el autocontrol (Aveiga et al., 2018; Sarango Paredes, 2025). Este patrón, comparable con dinámicas observadas en conductas adictivas, representa uno de los hallazgos más relevantes y preocupantes de la literatura reciente, por su capacidad de comprometer tanto el desarrollo emocional como la autonomía del infante.

Respecto al contexto familiar y educativo, la evidencia subraya de manera reiterada que el impacto de las pantallas sobre el desarrollo infantil no es independiente del entorno en que se produce. Los estilos parentales, la mediación activa, la presencia de normas claras, y la calidad del tiempo compartido funcionan como factores protectores que modulan significativamente el riesgo cognitivo y emocional asociado al uso de dispositivos (Rincón Escobar y Restrepo Mendoza, 2024; Reis de Souza et al., 2024). En contraste, la falta de límites, la supervisión mínima y el uso de pantallas como estrategia de calma inmediata incrementan de forma considerable dichos riesgos.

Desde el ámbito educativo, la colaboración escuela-familia, la promoción del pensamiento crítico, la alfabetización digital, y el fomento de actividades no tecnológicas emergen como las intervenciones de mayor potencial para mitigar los efectos negativos del uso excesivo de pantallas (González-González, 2019; Arellano, 2025).

Finalmente, la síntesis de la literatura permite identificar también vacíos persistentes que limitan la consolidación de orientaciones precisas para familias, educadores e instituciones de salud pública. La falta de consenso sobre el tiempo de exposición seguro según la etapa de desarrollo, la escasez de estudios longitudinales que evalúen con rigor la efectividad de intervenciones preventivas, y la concentración de la investigación disponible en contextos de países de ingresos altos constituyen limitaciones que demandan atención urgente (Christakis, 2011). En particular, la ausencia de investigaciones situadas en contextos latinoamericanos representa un desafío relevante, dado que las particularidades culturales, educativas y socioeconómicas de esta región configuran dinámicas propias que no pueden comprenderse plenamente a partir de hallazgos generados en realidades distintas. Estas brechas señalan la necesidad de continuar investigando el fenómeno desde perspectivas diversas, con el propósito de generar conocimiento situado que oriente intervenciones verdaderamente efectivas para el desarrollo infantil integral.

Nota metodológica.

El presente artículo se desarrolló mediante una revisión narrativa de enfoque cualitativo y alcance descriptivo. La búsqueda bibliográfica se realizó entre agosto y noviembre del 2025 en las bases de datos Google Scholar, PubMed y Redalyc, reconocida por su cobertura en ciencias de la salud, educación y ciencias en contextos hispanohablantes e internacionales. Se emplearon términos de búsqueda en español e inglés, entre los que se incluyeron: *uso excesivo de pantallas, desarrollo cognitivo, funciones ejecutivas, primera infancia y regulación emocional*.

Los criterios de inclusión contemplaron: estudios empíricos, revisiones sistemáticas y análisis teóricos publicados entre los años 2009 y 2025; investigaciones centradas en población de primera infancia de 0 a 6 años; documentos disponibles en español o inglés; y acceso completo al texto a través de las bases

consultadas. Se excluyeron estudios enfocados a poblaciones mayores a 6 años, adolescentes o adultos, así como resúmenes de congresos sin artículos completos disponibles, publicaciones no revisadas por pares y publicaciones anteriores al año 2009.

Desde el punto de vista de la investigación, este año coincide con la publicación de Christakis (2011), considerado un hito en el campo por ser de los trabajos en documentar sistemáticamente los efectos de los medios digitales en ritmo acelerado sobre la atención y las funciones ejecutivas en la infancia. Desde el punto de vista tecnológico, el año 2009 marca el inicio de la expansión masiva de dispositivos móviles táctiles - con la llegada del primer iPad en el año 2010 como punto de inflexión inmediato - y el adelantamiento de la edad de inicio del uso de internet en niños pequeños. Incluir literatura anterior a este período implicaría incorporar estudios referidos a un ecosistema tecnológico sustancialmente distinto al actual, lo que reduciría la validez ecológica de los hallazgos sintetizados. En este sentido, el corte del año 2009 garantiza que la evidencia revisada sea pertinente al contexto digital en el que se desarrollan los infantes contemporáneos.

Dentro del corpus seleccionado se incorporaron cuatro tesis de posgrado que abordaban el impacto de los dispositivos electrónicos en el desarrollo cognitivo y afectivo de los infantes. Si bien estos documentos no corresponden a artículos publicados en revistas indexadas, su inclusión se justifica metodológicamente. La literatura gris —categoría que comprende tesis, informes institucionales, y documentos académicos no comerciales— es reconocida en la investigación cualitativa como una fuente válida y complementaria que enriquece la comprensión del fenómeno estudiado, especialmente cuando aborda contextos o poblaciones escasamente representados en revistas de alto impacto. Su incorporación permite ampliar la perspectiva del análisis más allá de los contextos de ingresos altos donde se concentra la mayoría de la investigación disponible (Mendoza Vela, 2025). Finalmente, los hallazgos reportados en estas tesis son consistentes con los de la literatura indexada revisada, lo que refuerza su validez como fuentes de evidencia complementaria dentro del enfoque narrativo adoptado.

A partir de ese proceso, se seleccionaron 23 fuentes bibliográficas utilizadas para la revisión narrativa analizada en la investigación, cuyos hallazgos fueron organizados en cinco categorías temáticas: afectaciones cognitivas, funciones ejecutivas, consecuencias socioemocionales, factores de riesgo y protección, e intervenciones educativas y familiares. Estas categorías responden directamente a los objetivos de la investigación y fueron establecidas de manera previa al análisis, garantizando coherencia y sistematicidad en el proceso de clasificación. Finalmente, la información categorizada fue integrada mediante síntesis narrativa, con el propósito de identificar patrones consistentes, contrastar hallazgos entre estudios y señalar vacíos persistentes en la literatura que orienten futuras líneas de investigación e intervención en el ámbito del desarrollo infantil en la era digital.

A continuación, se presenta la matriz de sistematización que detalla los autores, el año de publicación, a la población objetivo y el contenido esencial de las fuentes analizadas, agrupadas según la taxonomía propuesta:

Nombre	Autores	Año	Población	Contenido
Afectaciones cognitivas				
Incidencias de la Exposición a Pantallas Digitales en el Desarrollo Cognoscitivo de la Primera Infancia: una Scoping Review.	Arango Villa, J., & Ordoñez Alvear, M.	2024	Niños y niñas en primera infancia.	Revisión de alcance enfocada en la relación entre pantallas y desarrollo cognitivo general, destacando retrasos significativos en el desarrollo del lenguaje expresivo y comprensivo.
Impacto del uso de dispositivos electrónicos en habilidades cognitivas de niños de 3 a 6 años.	Bahena Olivares, L. M.	2014	Niños y niñas de 3 a 6 años.	Estudio sobre cómo la reducción de actividades tradicionales como la lectura compartida limita los procesos de codificación y consolidación de la memoria infantil.

Las pantallas y su impacto en el neurodesarrollo infantil. Un estudio de Revisión.	Brugues, K.	2024	Niños y niñas en primera infancia.	Análisis documental sobre el impacto temprano de las tecnologías en el neurodesarrollo y su asociación directa con retrasos cognitivos y lingüísticos cuando hay falta de mediación.
Impacto negativo de los medios tecnológicos en el neurodesarrollo infantil.	Cerisola, A.	2017	Niños y niñas en primera infancia.	Evaluación de la vulnerabilidad cerebral frente a ritmos de estimulación acelerados, afectando la maduración de habilidades como la atención, la memoria y el lenguaje.
Association between screen time and children's performance on a developmental screening test.	Madigan, S., Browne, D., Racine, N., Mori, C., & Tough, S.	2019	Niños y niñas en primera infancia.	Estudio empírico que demuestra de manera consistente que un mayor tiempo de exposición a pantallas se asocia con un menor rendimiento en pruebas de tamizaje del desarrollo cognitivo.
Funciones ejecutivas				
Impacto del Uso de Pantallas Digitales en el Desarrollo de Habilidades en Niños de 3 años.	Álvarez Santos, A. P., Mayorga Sánchez, H. T., Páez Merchan, C. A. y León Medrano, D. I.	2025	Niños y niñas de 3 años.	Investigación sobre los efectos perjudiciales de contenidos de alta carga sensorial sobre procesos ejecutivos clave como el control inhibitorio, la planificación y la flexibilidad cognitiva.
The Effects of Fast-Paced Cartoons.	Christakis, D. A.	2011	Niños y niñas en primera infancia.	Análisis del impacto de los medios visuales rápidos y no educativos en el debilitamiento progresivo de las funciones ejecutivas y la capacidad de atención sostenida.

Consecuencias socioemocionales

Uso de la tecnología: entretenimiento o adicción.	Aveiga, V., Ostaiza, J., Macías, X., & Macías, M.	2018	Niños y niñas en edad preescolar.	El uso excesivo y sin supervisión de la tecnología puede afectar el comportamiento infantil, favorecer conductas adictivas, disminuir las relaciones interpersonales y afectar el desarrollo social y afectivo de los menores.
Impactos de la Exposición Excesiva a Pantallas de los Niños desde la Percepción de los Padres.	Reis de Souza, E., Sirqueira, N. R., Ioshijiro, N. M., Neves, P. C. A., Bento, S. A., & Benítez, N. A.	2024	Niños pequeños (informados por sus padres).	Evidencia sobre el incremento en la desregulación emocional, irritabilidad, aislamiento y una preocupante disminución de conductas prosociales como la empatía y la cooperación.
Uso de la tecnología y el desarrollo infantil: retos y consecuencias en la era digital.	Sarango Paredes, M. J.	2025	Población infantil.	Análisis psicológico sobre los patrones de búsqueda de gratificación inmediata vinculados a la activación del sistema dopaminérgico de recompensa cerebral, lo que promueve la impulsividad.
Longitudinal Associations Between Use of Mobile Devices for Calming and Emotional Reactivity and Executive Functioning in Children Aged 3 to 5 Years.	Radesky, J. S., Kaciroti, N., Weeks, H. M., Schaller, A., & Miller, A. L.	2023	Niños y niñas de 3 a 5 años	Estudio longitudinal que demuestra que el uso frecuente de dispositivos móviles como estrategia de calma se asocia con un deterioro progresivo de la reactividad emocional y la función ejecutiva, evidenciando que esta práctica interfiere con la consolidación de los propios recursos de autorregulación del niño.

Factores de riesgo y protección				
Revisión Literatura: Uso de los dispositivos móviles en la primera infancia e infancia.	Carreño Delgado, L. S., Jerez Ochoa, M. Z., Páez Hernández, Y., & Ríos Ortega, V.	2024	Niños y niñas en primera infancia.	Compilación de literatura que consolida el uso prolongado de pantallas sin acompañamiento como un factor de riesgo multidimensional para el desarrollo biológico y conductual.
Desarrollo vincular afectivo y pantallas digitales en la primera infancia: su papel en la interacción familiar.	Rincón Escobar, Y., y Restrepo Mendoza, J. P.	2024	Niños y niñas en primera infancia y sus familias.	Tesis de maestría centrada en cómo la ausencia de límites familiares actúa como factor de riesgo que afecta el apego seguro, mientras que la mediación activa preserva los vínculos afectivos.
Incidencia del uso de pantallas en niñas y niños menores de 2 años.	Rodríguez Sas, O., & Estrada, L. C.	2023	Niños y niñas menores de 2 años.	Análisis de riesgo sobre cómo la sustitución de la exploración física sensoriomotriz tangible por estímulos digitales genera alteraciones directas en la neuroplasticidad cerebral.
Intervenciones educativas y familiares				
Uso excesivo de pantallas y el desarrollo integral del niño en la primera infancia.	Arellano Mera, S. E.	2025	Niños y niñas en primera infancia (contexto educativo).	Propuestas para la integración de la alfabetización digital y el pensamiento crítico en las aulas, introduciendo el concepto de aburrimiento controlado como motor de la creatividad.
How parents can affect excessive spending of time on screen - based activities.	Brindova, D., Pavelka, J., Ševčíková, A., Žežula, I., van Dijk, J. P., Reijneveld, S. A., & Madarasova Geckova, A.	2014	Familias con hijos en primera infancia.	Estudio empírico que demuestra que la implementación de reglas estructuradas en el hogar respecto al tiempo y contenido disminuye sustancialmente el consumo digital excesivo.

La mediación en el acompañamiento de estudiantes y padres de familia en un contexto digital.	Chávez, H., Torres, J., & Cadenillas, V.	2021	Estudiantes y padres de familia.	Guía de estrategias para una mediación parental activa y supervisión no intrusiva coordinada con la escuela, tomando en cuenta las particularidades socioeconómicas del hogar.
Fomento del juego tradicional en la era digital: Una propuesta didáctica para Educación Infantil.	Civitani Pérez, L.	2024	Niños y niñas en educación infantil	Propuesta pedagógica alternativa orientada a la recuperación del juego tradicional en familia para incentivar las interacciones interpersonales directas y el aprendizaje activo.
Implementación de talleres a padres de familia para contribuir al uso correcto de las tecnologías en niños de nivel inicial.	Coronel Urgiles, M. V., & Quintero Arjona, G.	2025	Padres de familia y niños de nivel inicial.	Evaluación del impacto positivo de la impartición de talleres de orientación familiar preventivos destinados a estructurar rutinas saludables y hábitos digitales positivos en el hogar.
El efecto de la exposición a los dispositivos móviles en el desarrollo infantil. Experiencia y propuesta de trabajo.	Figueroa-Duarte, A. S., & Campbell-Araujo, O. A.	2020	Cuidadores y niños en desarrollo infantil.	Propuesta metodológica preventiva de intervención en salud y educación mediante talleres reflexivos estructurados para padres sobre el manejo de dispositivos móviles.
Exposición a pantallas en niñas, niños y adolescentes: recomendaciones,	Gavoto, L., Terceiro, D. A., Volij, C., Discacciati, V. R.,	2023	Niños, niñas y adolescentes	Compilación de recomendaciones clínicas y familiares que proponen pautas concretas por edades y restricciones de pantallas previas al sueño o durante las comidas.

límites y controversias en el marco del distanciamiento social obligatorio. Un estudio cualitativo.	& Terrasa, S. A.			
Estrategias para la enseñanza del pensamiento computacional y uso efectivo de tecnologías en educación infantil: una propuesta inclusiva.	González-González, C. S.	2019	Educación infantil: Docentes y familias.	Propuestas de colaboración articulada escuela-familia mediante talleres conjuntos y el diseño de actividades recreativas o lúdicas sin el empleo de pantallas.
Pantallas y menores a debate: propuestas y estrategias para ofrecer una respuesta educativa desde los hogares.	Gutiérrez Porlán, I.	2024	Menores y sus familias (contexto del hogar).	Análisis reflexivo sobre el uso consciente de los entornos digitales, priorizando la interactividad pedagógica de calidad y el acompañamiento activo del adulto sobre el tiempo de uso.

CONCLUSIONES.

La presente revisión narrativa permite confirmar que el uso excesivo de pantallas durante la primera infancia constituye un factor de riesgo significativo y multidimensional para el desarrollo infantil integral.

Los hallazgos analizados convergen en tres conclusiones centrales que sintetizan el estado actual del conocimiento sobre este fenómeno.

La evidencia científica disponible sustenta de manera consistente que la exposición prolongada y sin mediación adulta a dispositivos digitales durante los primeros seis años de vida se asocia con alteraciones en habilidades cognitivas fundamentales, particularmente en la atención sostenida, la memoria de trabajo, el lenguaje y las funciones ejecutivas, así como con dificultades en la autorregulación emocional, la conducta prosocial y el desarrollo vincular. Estos efectos no son atribuibles exclusivamente al tiempo de exposición, sino que dependen en igual medida de la calidad del contenido, el momento en que ocurre el uso, y de manera determinante, de la presencia o ausencia de acompañamiento adulto durante la interacción con dispositivos.

El contexto familiar emerge como factor modulador de mayor peso en la magnitud de estos efectos. La mediación parental activa, el establecimiento de normas claras y consistentes, y la promoción de experiencias no tecnológicas funcionan como factores protectores que pueden reducir significativamente los riesgos asociados al uso de pantallas. Este hallazgo tiene una implicación práctica directa, las intervenciones más efectivas no son aquellas que se limitan a restringir el acceso a los dispositivos, sino las que fortalecen las competencias parentales y la calidad del vínculo entre cuidadores e infantes, reconociendo además que las condiciones socioeconómicas y culturales de cada familia condicionan la viabilidad y efectividad de dichas intervenciones.

La escuela representa un escenario estratégico e insustituible para la detección temprana de dificultades asociadas al uso excesivo de pantallas y para la promoción de prácticas digitales saludables. La articulación entre el entorno educativo y el familiar, a través de programas de orientación parental, alfabetización digital y fomento de actividades no tecnológicas, se perfila como la vía de intervención de mayor potencial para mitigar el impacto negativo del uso excesivo de dispositivos en el desarrollo infantil. Respecto a las implicaciones de estos hallazgos, resulta prioritario que las instituciones educativas, los equipos de salud pública y las familias cuenten con información clara, accesible y culturalmente pertinente sobre los riesgos del uso excesivo de pantallas y sobre las estrategias de mediación disponibles.

La psicopedagogía, en particular, tiene un rol fundamental en la traducción de la evidencia científica en orientaciones concretas para docentes y cuidadores, contribuyendo a la prevención de dificultades en el desarrollo y a la promoción del bienestar infantil integral. Este papel puede concretarse mediante la orientación a familias para el establecimiento de prácticas de mediación digital saludables, el asesoramiento a docentes para la detección temprana de dificultades asociadas al uso excesivo de pantallas, y el diseño de programas preventivos dirigidos a comunidades educativas que promuevan entornos de desarrollo equilibrados en la era digital; de este modo, la psicopedagogía se posiciona no sólo como disciplina de intervención ante las dificultades ya manifestadas, sino como agente proactivo en la promoción del desarrollo infantil integral.

Finalmente, esta revisión permite identificar líneas de investigación que demandan atención prioritaria. Es urgente el desarrollo de estudios longitudinales que permitan comprender con mayor precisión la trayectoria de los efectos del uso de pantallas a lo largo del desarrollo infantil, así como investigaciones que evalúen con rigor metodológico la efectividad de programas de intervención preventiva dirigidos a familias y escuelas. De igual manera, se requiere con especial urgencia la generación de investigación situada en contextos latinoamericanos, que considere las particularidades culturales, educativas y socioeconómicas de la región, y que permita formular orientaciones verdaderamente pertinentes para estas realidades.

Solo a partir de un conocimiento más sólido, diverso y contextualizado será posible diseñar recomendaciones e intervenciones basadas en evidencia, adaptadas a las distintas etapas del desarrollo infantil y a las particularidades de cada contexto sociocultural, favoreciendo así un desarrollo integral y saludable de las nuevas generaciones en la era digital.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. Aveiga, V., Ostaiza, J., Macías, X., & Macías, M. (2018). Uso de la tecnología: entretenimiento o adicción. Revista Caribeña de Ciencias Sociales. Universidad de Cienfuegos.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9682110>

2. Álvarez Santos, A. P., Mayorga Sánchez, H. T., Páez Merchan, C. A., & León Medrano, D. I. (2025). Impacto del uso de pantallas digitales en el desarrollo de habilidades en niños de 3 años. *Revista Veritas de Difusión Científica*, 6(1), 1698–1716. <https://doi.org/10.61616/rvdc.v6i1.478>
3. Arango Villa, J., & Ordóñez Alvear, M. (2024). Incidencia de la exposición a pantallas digitales en el desarrollo cognoscitivo de la primera infancia: una scoping review [Tesis de maestría, Universidad Pontificia Bolivariana]. <https://repository.upb.edu.co/server/api/core/bitstreams/3befa3a3-8740-457e-87b8-4244955c4900/content>
4. Arellano Mera, S. E. (2025). Uso excesivo de pantallas y el desarrollo integral del niño en la primera infancia [Tesis de maestría, Universidad Estatal Península de Santa Elena]. <https://repositorio.upse.edu.ec/items/6288d48c-648d-448d-a7fa-1c8a81208fbc>
5. Bahena Olivares, L. M. (2014). Impacto del uso de dispositivos electrónicos en habilidades cognitivas de niños de 3 a 6 años. *Memorias del XVI Concurso Lasallista de Investigación, Desarrollo e Innovación (CLIDI 2014)*. <https://revistasinvestigacion.lasalle.mx/index.php/mclidi/article/view/515>
6. Brindova, D., Pavelka, J., Ševčíková, A., Žežula, I., van Dijk, J. P., Reijneveld, S. A., & Madarasova Geckova, A. (2014). How parents can affect excessive spending of time on screen-based activities. *BMC Public Health*, 14, 1261. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-1261>
7. Brugues, K. Z. (2024). Las pantallas y su impacto en el neurodesarrollo infantil: un estudio de revisión [Trabajo final de integración, Universidad UFLO]. <https://repositorio.uflo.edu.ar/server/api/core/bitstreams/532f51b4-2852-4eaa-af0b-299cbe94598b/content>
8. Carreño Delgado, L. S., Jerez Ochoa, M. Z., Páez Hernández, Y., & Ríos Ortega, V. (2024). Revisión de literatura: uso de los dispositivos móviles en la primera infancia e infancia [Tesis de pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia]. <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/680c888e-59ab-41e8-967e-2e9279b257e2/content>

9. Cerisola, A. (2017). Impacto negativo de los medios tecnológicos en el neurodesarrollo infantil. *Pediatría Panamá*, 46(2), 126–131. <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2017/08/848347/126-131.pdf>
10. Chávez, H., Torres, J., & Cadenillas, V. (2021). La mediación en el acompañamiento de estudiantes y padres de familia en un contexto digital. *Revista Innova Educación*, 3(2), 335-348. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2021.02.003>
11. Christakis, D. A. (2011). The Effects of Fast-Paced Cartoons. *Pediatrics*, 133(5), 1–6. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-2071>
12. Civitani Pérez, L. (2024). Fomento del juego tradicional en la era digital: una propuesta didáctica para educación infantil [Trabajo fin de grado, Universidad de Zaragoza]. <https://zaguan.unizar.es/record/154210/files/TAZ-TFG-2024-988.pdf>
13. Coronel Urgiles, M. V., & Quintero Arjona, G. (2025). Implementación de talleres a padres de familia para contribuir al uso correcto de las tecnologías en niños de nivel inicial. *Ciencia y Educación*, 6(8), 68-79. <https://doi.org/10.5281/zenodo.16786013>
14. Figueroa-Duarte, A. S., & Campbell-Araujo, O. A. (2020). El efecto de la exposición a los dispositivos móviles en el desarrollo infantil. Experiencia y propuesta de trabajo. *Boletín Clínico Hospital Infantil del Estado de Sonora*, 37(1), 3-14. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=103608>
15. Gavoto, L., Terceiro, D. A., Volij, C., Discacciati, V. R., & Terrasa, S. A. (2023). Exposición a pantallas en niñas, niños y adolescentes: recomendaciones, límites y controversias en el marco del distanciamiento social obligatorio. Un estudio cualitativo. *Revista del Hospital Italiano de Buenos Aires*, 43(2). <https://doi.org/10.51987/revhospitalbaire.v43i2.220>
16. González-González, C. S. (2019). Estrategias para la enseñanza del pensamiento computacional y uso efectivo de tecnologías en educación infantil: una propuesta inclusiva. *RiiTE. Revista Interuniversitaria de Investigación en Tecnología Educativa*, 7, 85–97. <https://doi.org/10.6018/riite.405171>

17. Madigan, S., Browne, D., Racine, N., Mori, C., & Tough, S. (2019). Association between screen time and children's performance on a developmental screening test. *JAMA Pediatrics*, 173(3), 244–250. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2018.5056>
18. Mendoza Vela, A. L. (2025). Revisiones sistemáticas más inclusivas: El valor de las bases regionales y abiertas en la investigación latinoamericana. Una revisión crítica. *Revista Multidisciplinar Epistemología De Las Ciencias*, 2(3), 1978-2003. <https://doi.org/10.71112/ztmrws65>
19. Gutiérrez Porlán, I. (2024). Pantallas y menores a debate: propuestas y estrategias para ofrecer una respuesta educativa desde los hogares. *RiiTE. Revista Interuniversitaria de Investigación en Tecnología Educativa*, (16), 1-7. <https://doi.org/10.6018/riite.617261>
20. Radesky, J. S., Kaciroti, N., Weeks, H. M., Schaller, A., & Miller, A. L. (2023). Longitudinal associations between use of mobile devices for calming and emotional reactivity and executive functioning in children aged 3 to 5 years. *JAMA Pediatrics*, 177(1), 62–70. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2022.4793>
21. Reis de Souza, E., Rodrigues Sirqueira, N., Ioshijiro, N. M., Alves Neves, P. C. A., Bento, S. A., & Benítez, N. A. (2024). Impactos de la exposición excesiva a pantallas de los niños desde la percepción de los padres. *Revista Científica Multidisciplinar*, 4(1), 67–79. <https://revistas.uninter.edu.py/index.php/multidisciplinar/article/view/55/27>
22. Rincón Escobar, Y., & Restrepo Mendoza, J. P. (2024). Desarrollo vincular afectivo y pantallas digitales en la primera infancia: su papel en la interacción familiar [Tesis de maestría, Universidad de La Sabana]. <https://intellectum.unisabana.edu.co/server/api/core/bitstreams/2da8fa1b-b07a-40dd-bd36-3ee698acc005/content>
23. Rodríguez Sas, O., & Estrada, L. C. (2023). Incidencia del uso de pantallas en niñas y niños menores de 2 años. *Revista de Psicología*, 22(1), 86–101. <https://doi.org/10.24215/2422572Xe086>

24. Sarango Paredes, M. J. (2025). Cómo impactan los videojuegos, las redes sociales y los teléfonos celulares en el desarrollo del cerebro de los niños. *Revista Científica Multidisciplinar G-Ner@ndo*, 6(1), 1876–1899. <https://doi.org/10.60100/rcmg.v6i1.506>

DATOS DE LOS AUTORES.

- 1. Lorena Cecilia Hernández Coteró.** Universidad Panamericana. Escuela de Pedagogía y Psicología. Licenciatura en Psicopedagogía. 4º año. México. Correo electrónico: 0252841@up.edu.mx
- 2. Luciana Macías Lemus.** Universidad Panamericana. Escuela de Pedagogía y Psicología. Licenciatura en Psicopedagogía. 4º año. México. Correo electrónico: 0242319@up.edu.mx
- 3. Isabel Lorente Esquivel.** Universidad Panamericana. Escuela de Pedagogía y Psicología. Licenciatura en Psicopedagogía. 4º año. México. Correo electrónico: 0259354@up.edu.mx
- 4. Alejandro de los Reyes Moreno.** Maestro en Psicología. Jefe de Laboratorios y de Academia de Neurociencias. Universidad Panamericana. Escuela de Pedagogía y Psicología. México. Correo electrónico: adelosreyes@up.edu.mx

RECIBIDO: 1 de julio del 2026.

APROBADO: 24 de julio del 2026.