

9. Afectació en la creativitat

El temps excessiu davant de pantalles pot limitar la creativitat dels xiquets. En lloc d'imaginar, explorar i crear amb joguets o activitats físiques, es tornen dependents de l'estimulació digital, la qual cosa pot disminuir la seua capacitat d'innovació.

10. Establiment d'hàbits poc saludables

L'accés sense restriccions a telèfons intel·ligents pot generar hàbits poc saludables, com l'ús excessiu en horaris inapropiats, la falta de rutina en les hores d'estudi, i la pèrdua de temps en activitats no educatives.

NO ÉS NECESSARI UN MÒBIL A ESTES EDATS

L'ús de pantalles sense límits clars i sense supervisió en xiquets i xiquetes pot tindre un impacte negatiu en diverses àrees de la seua vida.

Per a mitigar aquests riscos, és essencial que els pares, mares i educadors i educadores establisquen límits de temps, supervisen el contingut i fomenten un ús equilibrat de la tecnologia, assegurant que els xiquets i xiquetes continuen desenvolupant-se de manera sana i equilibrada.

Quan l'alumnat s'enfronta a burles o discussions a causa del que publiquen o comparteixen en internet, existeixen diversos riscos legals tant per a ells com per als **pares** i els **responsables de la seua supervisió**.

Les **conseqüències legals** de l'ús inapropiat d'internet per part de xiquets i xiquetes poden involucrar tant a ells i elles com als pares i mares, depenent del context i la gravetat de l'incident. És **fonamental** que els **pares supervisen l'ús d'internet per part dels seus fills**, establisquen regles clares i eduquen sobre els riscos que existeixen en línia.

POSSIBLES RISCOS EN L'ÚS DE MÒBILS INTEL·LIGENTS EN L'ALUMNAT D'INFANTIL I PRIMÀRIA



UNITAT DE PREVENCIÓ COMUNITÀRIA
EN CONDUCTES ADDICTIVES DE LA
MANCOMUNITAT DE LA RIBERA ALTA



10 recomanacions per les quals NO es recomana l'ús de telèfons intel·ligents en l'alumnat d'infantil i primària

1. Desenvolupament cognitiu interromput

A aquesta edat, els xiquets estan en una etapa crítica de desenvolupament cerebral.

L'ús excessiu de pantalles pot afectar la seua capacitat per a concentrar-se, pensar de manera crítica i desenvolupar habilitats de resolució de problemes.

3. Problemes de son

L'exposició a la llum blava de les pantalles, especialment abans de dormir, pot interferir amb el cicle del son, la qual cosa pot portar a problemes d'insomni o son de mala qualitat.

4. Addicció a la tecnologia

A aquesta edat, els xiquets són molt susceptibles a formar hàbits de dependència tecnològica. L'ús constant de telèfons intel·ligents pot generar addicció als videojocs, xarxes socials o aplicacions, afectant el seu equilibri emocional i les seues activitats quotidianes.

5. Impacte en l'atenció i concentració

L'ús freqüent de telèfons intel·ligents pot reduir la capacitat dels xiquets per a concentrar-se en tasques escolars, ja que l'estímul constant de notificacions i distraccions interromp el seu flux de treball i aprenentatge.

6. Exposició a contingut inapropiat

Encara que els controls parentals són útils, sempre existeix el risc que els xiquets accedisquen a contingut inapropiat o violent en línia, la qual cosa pot afectar el seu desenvolupament emocional i percepció de la realitat.

7. Desenvolupament d'habilitats de resolució de conflictes

Si els xiquets estan acostumats a resoldre problemes a través de la tecnologia (jocs o aplicacions), és possible que no desenvolupen les habilitats socials necessàries per a manejar conflictes de manera efectiva en el món real.

2. Disminució de la interacció social cara a cara

Els telèfons intel·ligents poden substituir la comunicació cara a cara amb amics i familiars, la qual cosa pot limitar les habilitats socials i emocionals necessàries per a establir relacions sanes i de confiança.

8. Reducció de l'activitat física

Els xiquets que passen molt de temps usant telèfons intel·ligents tendeixen a ser més sedentaris, la qual cosa pot contribuir a problemes de salut com l'obesitat i la falta de desenvolupament físic adequat.

