



ECHO

Environmental influences
on Child Health Outcomes

A program supported by the NIH

Resumen del estudio

¿Cómo ha cambiado el tiempo que pasan los niños/las niñas frente a la pantalla durante la pandemia de COVID-19?

Autores: Monique Hedderson, Assiamira Ferrara, et al.

¿Quién patrocinó este estudio?

El programa de Influencias ambientales en los resultados de salud infantil (ECHO, por sus siglas en inglés) de la Oficina del Director de los Institutos Nacionales de Salud apoyó esta investigación.

¿Cuáles fueron los resultados del estudio?

El tiempo total frente a la pantalla entre los niños/las niñas de 4 a 12 años aumentó durante las primeras etapas de la pandemia de COVID-19, ya que el confinamiento y los cierres escolares fueron generalizados. El tiempo frente a la pantalla siguió siendo mayor en la pandemia posterior, incluso después de que se suprimieran varias restricciones. El estudio descubrió que los niños/las niñas utilizaban las pantallas una media de 1.75 horas/día más durante el inicio de la pandemia (de diciembre de 2020 a abril de 2021) en comparación con el período previo a la pandemia (de julio de 2019 a marzo de 2020). Durante la pandemia posterior (de mayo de 2021 a agosto de 2021), el tiempo frente a la pantalla permaneció en una media de 1.11 horas/día por encima de la media previa a la pandemia. Tanto el tiempo de pantalla recreativo como educativo aumentó durante la pandemia de COVID-19.

Nota al pie: Los resultados notificados aquí corresponden a un único estudio. Otros estudios o estudios futuros pueden proporcionar información nueva o resultados diferentes. No debe hacer cambios en su salud sin consultar primero a su proveedor de atención médica.

¿Cuál fue el impacto del estudio?

El estudio muestra que el aumento del tiempo frente a la pantalla entre los niños/las niñas persistió más de un año en la pandemia, después de que se hubieran suprimido muchas restricciones de COVID. Estos resultados pueden contribuir a elaborar directrices clínicas que ayuden a los padres/las madres y a sus hijos/hijas a restablecer hábitos saludables de uso de los medios de comunicación. Los pediatras pueden ayudar a los padres/las madres a restablecer las prioridades y los límites del uso de los medios de comunicación en la familia que pueden haber cambiado durante las primeras fases de la pandemia de COVID-19 utilizando herramientas como el [Plan familiar de medios de comunicación de la Academia Estadounidense de Pediatría](#).

¿Por qué era necesario este estudio?

El tiempo frente a la pantalla en exceso entre los niños/las niñas puede estar asociado con comportamientos que promueven la obesidad y conductas adversas para la salud mental. La pandemia

de COVID-19 provocó inicialmente el cierre generalizado de escuelas, leyes de confinamiento, el cierre de instalaciones recreativas y la suspensión de deportes juveniles, un aumento de la cantidad de padres/madres que trabajan desde sus hogares y recomendaciones de distanciamiento social, todo lo cual puede haber influido en el tiempo que los niños/las niñas pasan frente a una pantalla. Estudios anteriores han proporcionado información sobre los niveles de tiempo frente a la pantalla durante la pandemia, pero no han podido documentar los cambios en el tiempo frente a la pantalla porque la mayoría carecían de evaluaciones previas a la pandemia. Este estudio es uno de los pocos de ECHO que incluye evaluaciones del uso de pantallas antes de la pandemia para documentar los cambios durante la pandemia.

[Obtenga más información acerca de la investigación de ECHO sobre COVID-19.](#)

¿Quién participó?

El estudio incluyó 228 padres/madres con sus hijos/hijas de tres cohortes de ECHO en los Estados Unidos (Colorado, California y Dakota del Sur). Los padres/las madres notificaron el tiempo de pantalla de sus hijos/hijas. La edad de los participantes, que provenían de distintas zonas geográficas, razas y orígenes étnicos, oscilaba entre los 4 y los 12 años al inicio del estudio.

¿Qué sucedió durante este estudio?

Los investigadores de ECHO realizaron encuestas a los padres/las madres sobre el uso que hacían sus hijos/hijas de los medios de comunicación antes, durante y después de la pandemia. El estudio evaluó el tiempo de pantalla total, educativo (sin incluir la escuela a distancia) y recreativo, y examinó las tendencias en el uso de pantallas antes y en dos períodos específicos durante la pandemia.

¿Qué sucederá a continuación?

Se necesitan estudios adicionales para determinar si el aumento del tiempo de pantalla entre los niños/las niñas durante la pandemia repercutió a más largo plazo en los resultados de obesidad y salud mental en los niños/las niñas. Los estudios futuros también pueden aclarar si tipos específicos de tiempo frente a la pantalla repercutieron negativamente en la salud de los niños/las niñas durante la pandemia.

¿Dónde puedo obtener más información?

Acceda al artículo completo de la revista, titulado “Tendencias en el uso del tiempo de pantalla entre los niños/las niñas durante la pandemia de COVID, de julio de 2019 a agosto de 2021” en [Red abierta JAMA](#).

El contenido es responsabilidad de los autores y no representa necesariamente las opiniones oficiales de los Institutos Nacionales de Salud.