

Pantallas y Adquisición del Lenguaje: ¿Cuánto Tiempo es Demasiado?

Screens and Language Acquisition: How Much Time is Too Much?

Jara,M., Mayorga, K., y Reyes, N.,(2024) Pantallas y Adquisición del Lenguaje: ¿Cuánto Tiempo es Demasiado?Reincisol,3(6), pp. 6796-6820. [https://doi.org/10.59282/reincisol.V3\(6\)6796-6820](https://doi.org/10.59282/reincisol.V3(6)6796-6820)

PUBLICADO:23 diciembre 2024

Resumen

Esta revisión sistemática evaluó el impacto del tiempo de pantalla en el desarrollo del lenguaje infantil, considerando factores como la cantidad de exposición, el contenido y la supervisión parental.

Se realizó una búsqueda en bases de datos como PubMed, Scopus y Web of Science, utilizando operadores booleanos.

De 450 registros identificados, 17 estudios cumplieron los criterios de inclusión, que abarcaban niños de 0 a 6 años, diseños longitudinales, transversales y estudios de casos y controles.

Los resultados muestran que más de dos horas diarias de pantalla se asocian con un riesgo elevado de retrasos en el vocabulario expresivo y receptivo. La supervisión parental activa y la co-visualización mitigan los efectos negativos, mientras que el contenido no educativo y la exposición pasiva, como la televisión de fondo, aumentan significativamente el riesgo. Los menores de dos años son los más vulnerables debido a que estas interacciones desplazan estímulos esenciales para el desarrollo lingüístico. Las conclusiones destacan la importancia de limitar el tiempo frente a pantallas, priorizar contenido educativo y fomentar interacciones directas.

Este estudio subraya la necesidad de intervenciones dirigidas a educar a los cuidadores sobre el uso responsable de pantallas y su impacto en el desarrollo infantil, además de la importancia de continuar investigando los factores que modulan esta relación.

Palabras clave: tiempo de pantalla; desarrollo del lenguaje; supervisión parental; contenido educativo, infancia.

Introducción

El desarrollo del lenguaje en la infancia es un proceso fundamental para la comunicación, la interacción social y el éxito académico a largo plazo. Este proceso depende de interacciones lingüísticas ricas, bidireccionales y constantes, especialmente en los primeros años de vida. Sin embargo, el aumento del acceso a dispositivos electrónicos, como televisores, tabletas y teléfonos inteligentes, ha cambiado la manera en que los niños interactúan con

su entorno. El tiempo frente a pantallas ha sustituido en muchos casos las interacciones cara a cara, esenciales para el aprendizaje del lenguaje. Aunque algunos contenidos digitales pueden ofrecer beneficios educativos, el uso excesivo de pantallas se ha asociado con retrasos en el desarrollo del lenguaje, especialmente cuando supera las dos horas diarias (Takahashi et al., 2023).

El impacto del tiempo frente a pantallas depende de varios factores, incluidos la cantidad de tiempo, la calidad del contenido y el contexto de uso. Los estudios han demostrado que los menores de dos años son particularmente vulnerables, ya que esta etapa crítica requiere interacciones directas con cuidadores para desarrollar habilidades lingüísticas básicas. Sundqvist et al. (2024) encontraron que los niños que pasaban más de dos horas al día frente a pantallas mostraban un vocabulario expresivo reducido en comparación con aquellos con menor exposición. Además, las interacciones pasivas, como la televisión de fondo, tienden a desplazar las oportunidades de conversación bidireccional, lo que afecta negativamente el aprendizaje del lenguaje.

La calidad del contenido también juega un papel crucial. Los programas educativos y las aplicaciones interactivas supervisadas por cuidadores pueden mitigar algunos efectos negativos del uso de pantallas. Por ejemplo, Haifa Alroqi et al. (2023) demostraron que los niños que consumían contenido educativo con la participación activa de sus cuidadores tenían mejores resultados en vocabulario receptivo y pragmático. Sin embargo, el contenido de entretenimiento no educativo y el uso pasivo de pantallas aumentan el riesgo de retrasos en el lenguaje, especialmente cuando no hay supervisión parental adecuada. Esto resalta la importancia de seleccionar cuidadosamente el contenido y fomentar la co-visualización, donde los cuidadores interactúan activamente con el niño mientras usan dispositivos electrónicos.

El contexto sociocultural también influye significativamente en el impacto del tiempo de pantalla en el desarrollo del lenguaje. Factores como el nivel educativo de los cuidadores, las rutinas familiares y el acceso a recursos educativos pueden modificar los efectos del uso de pantallas. Takahashi et al. (2023) encontraron que los niños de familias con menor supervisión parental y acceso limitado a contenido educativo tenían un mayor riesgo de retraso en el lenguaje. Esto subraya la necesidad de considerar el entorno familiar y cultural al evaluar los efectos del tiempo de pantalla en la infancia. Otra área de interés es el papel de la co-visualización parental como mediador del impacto del tiempo de pantalla. La co-visualización, que implica la participación activa de los cuidadores durante el uso de dispositivos, fomenta el aprendizaje lingüístico al permitir explicaciones y extensiones de los conceptos presentados en los contenidos digitales.

Jing et al. (2023) encontraron que los niños que interactuaban con pantallas en un entorno supervisado mostraban mejores resultados en habilidades pragmáticas y vocabulario, en comparación con aquellos que consumían contenido de manera independiente.

A pesar de los riesgos, el uso de pantallas también puede ofrecer oportunidades para el aprendizaje lingüístico, siempre y cuando se implementen estrategias adecuadas. Estas incluyen limitar el tiempo de pantalla a menos de una hora diaria para niños de 2 a 5 años y evitar su uso en menores de 2 años, seleccionar contenido educativo de calidad y priorizar las interacciones cara a cara. Además, los logopedas y educadores tienen un papel clave en guiar a las familias hacia un uso responsable de la tecnología y en incluir preguntas sobre hábitos digitales durante las evaluaciones del desarrollo del lenguaje (Paudel et al., 2017). En conclusión, el uso de pantallas en la infancia es un fenómeno complejo que puede tener tanto efectos negativos como positivos en el desarrollo del lenguaje. Mientras que un uso prolongado, pasivo y sin supervisión se asocia con un mayor riesgo de retrasos, el contenido educativo y la co-visualización parental pueden mitigar estos riesgos. Es crucial priorizar las interacciones cara a cara en los primeros años de vida, especialmente en los menores de dos años, para garantizar un desarrollo lingüístico óptimo. Además, es necesario seguir investigando los factores que moderan la influencia de las pantallas en el desarrollo infantil, así como diseñar intervenciones educativas y familiares que promuevan prácticas tecnológicas saludables y enriquecedoras.

Resultados:

Tabla 2. Tabla de Porcentajes de Variables Críticas

Estudio (año)	Población (n)	Horas > 2 diarias (%)	Retraso en lenguaje (%)	Supervisión parental (%)	Contenido educativo (%)
Contreras-Silva et al. (2023)	269	32.4	16.4	53.2	24.1
Takahashi et al. (2023)	7097	44.8	27.3	61.0	35.2
Haifa Aroqi et al. (2023)	85	56.5	21.2	48.3	28.5
Sundquist et al. (2024)	72	37.5	18.5	62.5	41.0
Massaroni et al. (2024)	192	49.2	24.0	46.0	30.2
Varghese & Karuppali (2024)	269	36.4	16.7	54.0	25.3
Paudel et al. (2017)	84	50.0	33.0	50.0	32.0

La tabla 2 muestra que un mayor porcentaje de niños con más de 2 horas diarias de pantalla se asocia con un mayor riesgo de retraso en el lenguaje, con tasas de retraso que oscilan entre el 16.4% y el 33%. Aunque la supervisión parental varía entre el 46% y el 62.5%, no parece ser completamente efectiva para mitigar los efectos negativos, especialmente cuando el contenido educativo representa menos del 50% del total consumido. Los estudios con mayor tiempo frente a pantallas, como el de Paudel et al. (2017), presentan los niveles más altos de retraso, destacando la necesidad de limitar la exposición y priorizar interacciones verbales.

Discusión

Los resultados obtenidos en esta revisión sistemática reafirman la relación entre el tiempo de exposición a pantallas y el desarrollo del lenguaje en la infancia temprana, un fenómeno que ha sido objeto de creciente atención en los últimos años. En los 17 estudios analizados, se evidenció una consistencia en los hallazgos que vinculan una mayor duración del tiempo frente a pantallas con un riesgo elevado de retrasos en el lenguaje, tanto en aspectos expresivos como receptivos.

Relación entre tiempo de pantalla y retrasos en el lenguaje
Los estudios coinciden en que la cantidad de tiempo frente a pantallas actúa como un factor de riesgo significativo. Contreras-Silva et al. (2023) determinaron que cada hora adicional de exposición aumenta en un 37% el riesgo de retraso en el lenguaje (OR: 1.37, IC95%: 1.15–1.62). De manera similar, Takahashi et al. (2023) y Haifa Alroqi et al. (2023) reportaron que exposiciones prolongadas, particularmente más de 4 horas al día, duplican o incluso cuadriplican el riesgo de retrasos, destacando un patrón claro en diferentes contextos culturales.

Edad y etapa del desarrollo como factores clave.

El impacto de las pantallas es particularmente pronunciado en niños menores de dos años, una etapa crítica para la adquisición del lenguaje. Paudel et al. (2017) y Sundqvist et al. (2024) demostraron que, en esta población, la exposición a pantallas desplaza interacciones lingüísticas esenciales, como el intercambio verbal con cuidadores, fundamental para el desarrollo temprano del vocabulario. Estos hallazgos son consistentes con estudios longitudinales como el de Massaroni et al. (2024), que resaltan la importancia de las interacciones bidireccionales en esta etapa crítica.

Calidad del contenido y supervisión parental

Un hallazgo relevante es que no solo la cantidad, sino también la calidad del contenido consumido y el contexto de uso, modulan los efectos observados. Contreras-Silva et al. (2023) y Jing et al. (2023) encontraron que los programas educativos supervisados pueden tener un impacto positivo, mejorando habilidades pragmáticas y vocabulario en niños mayores de 2 años. Sin embargo, contenidos de entretenimiento pasivos o la exposición a la televisión de fondo se asociaron con un desarrollo reducido

del lenguaje en la mayoría de los estudios (Varghese & Karuppali, 2024; Hahnefeld et al., 2024).

Influencia del contexto sociocultural

El entorno familiar y el uso de pantallas como herramienta de distracción destacan como factores importantes en varios estudios. Según Takahashi et al. (2023), la supervisión parental activa, como la co-visualización, mitiga significativamente los efectos negativos. Sin embargo, en contextos donde los cuidadores utilizan dispositivos electrónicos para ocupar a los niños durante actividades domésticas, como se observó en Contreras-Silva et al. (2023), se reportaron mayores riesgos de retraso en el lenguaje.

Limitaciones y heterogeneidad entre los estudios

Aunque los resultados son consistentes, varios estudios subrayan limitaciones metodológicas. Entre ellas, la falta de homogeneidad en la medición del tiempo de pantalla y en las herramientas de evaluación del lenguaje. Algunos estudios, como los de Paudel et al. (2017) y Takahashi et al. (2023), utilizaron cuestionarios parentales, lo que puede introducir sesgos. Además, la mayoría de los estudios se realizaron en contextos de altos ingresos, lo que limita la extrapolación de los resultados a países de ingresos bajos o medios.

Implicaciones teóricas y prácticas

Los resultados de esta revisión subrayan la complejidad del impacto de las pantallas en el desarrollo del lenguaje. Si bien se identifica un riesgo significativo asociado al tiempo de exposición, los estudios también destacan el papel moderador de factores como la calidad del contenido y la supervisión parental. Estas interacciones sugieren que, si bien el tiempo de pantalla debe limitarse, no todas las exposiciones son igualmente perjudiciales. En conjunto, los 17 estudios analizados ofrecen una visión robusta pero matizada sobre la relación entre pantallas y desarrollo lingüístico, destacando tanto los riesgos inherentes al uso excesivo como las oportunidades de mitigación a través de prácticas conscientes y supervisión activa.

Conclusión:

Los resultados de esta revisión confirman que el tiempo prolongado frente a pantallas se asocia con retrasos en el desarrollo del lenguaje en la infancia, especialmente en habilidades como el vocabulario expresivo y la pragmática. Los menores de dos años son los más afectados, ya que esta etapa crucial requiere interacciones verbales que las pantallas suelen desplazar. Sin embargo, no solo la cantidad importa; la calidad del contenido y la supervisión parental juegan un rol moderador. Contenidos educativos y la co-visualización pueden mitigar impactos negativos, mientras que el uso pasivo o sin supervisión aumenta el riesgo. Factores contextuales, como el nivel educativo de los cuidadores y el uso de pantallas como distracción, amplifican estos efectos.

Es esencial limitar el tiempo de exposición según las guías internacionales y priorizar interacciones enriquecedoras. Futuros estudios deben abordar el impacto a largo plazo y en contextos socioculturales diversos para entender mejor esta problemática

Referencias bibliográficas:

Karani, N. F., Sher, J., & Mophosho, M. (2022). The influence of screen time on children's language development: A scoping review. *South African Journal Of Communication Disorders*, 69(1). <https://doi.org/10.4102/sajcd.v69i1.8252>.

Perdana, S. A., Medise, B. E., & Purwaningsih, E. H. (2017). Duration of watching TV and childlanguage development in young children. *Paediatrica Indonesiana*, 57(2), 99. <https://doi.org/10.14238/pi57.2.2017.99-1033>.

Anderson, D. R., & Subrahmanyam, K. (2017). Digital Screen Media and Cognitive Development. *PEDIATRICS*, 140(Supplement_2), S57-S61. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1758c4>.

Korres, G., Kourklidou, M., Sideris, G., Bastaki, D., Demagkou, A., Riga, M., Gogoulos, P., Nikolopoulos, T., & Delides, A. (2024). Unsupervised Screen Exposure and Poor Language Development: A Scoping Review to Assess Current Evidence and Suggest Priorities for Research. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.564835>. Varghese, F., & Karuppali, S. (2024).

Parental perspectives on the impact of screen time on the language skills of typically developing Indian children. *PubMed*, 36(3), e20230159. <https://doi.org/10.1590/2317-1782/20242023159en6>.

Massaroni, V., Donne, V. D., Marra, C., Arcangeli, V., & Chieffo, D. P. R. (2023). The Relationship between Language and Technology: How Screen Time Affects Language Development in Early Life—A Systematic Review. *Brain Sciences*, 14(1), 27. <https://doi.org/10.3390/brainsci140100277>.

Sundqvist, A., Koch, F., Thornberg, U. B., Barr, R., & Heimann, M. (2021). Growing Up in a Digital World –Digital Media and the Association With the Child's Language Development at Two Years of Age. *Frontiers In Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.569920>