

Ciencia y Luz



ANIVERSARIO
Universidad Veracruzana
1944-2014



Universidad Veracruzana
Dirección General de Difusión Cultural
Dirección de Comunicación de la Ciencia

¿Niñeras digitales?

Hace unos días, empecé a notar que mi hija de cuatro años de edad, cerraba con inusual frecuencia sus ojos con fuerza y los tenía rojos, no solo cuando veía televisión o cuando usaba mi teléfono celular si no todo el tiempo. No decía si le molestaba; solo los cerraba a cada rato. Le pregunté y me dijo que le picaban. Pensé que era pasajero o por un síntoma de alergia provocado por el clima húmedo de Xalapa, sin embargo a los pocos días lo hacía con más frecuencia.

Acudimos al oftalmólogo y le diagnosticó el síndrome de ojo seco, una enfermedad común en los adultos y muy rara en los niños hasta antes de la aparición de las tabletas y los teléfonos inteligentes, llamados también smartphones.

¿Qué es síndrome de Ojo Seco?

El síndrome de ojo seco se refiere a un grupo de enfermedades de la película lagrimal que nos permite tener humedad en el ojo para visualizar bien y se deben a la producción de lágrima o excesiva evaporación de la misma provocada por múltiples factores como por ejemplo: el clima seco en el ambiente, el consumo de tabaco o alcohol, la estancia excesiva en espacios climatizados, o por el simple hecho de ver televisión, cine o leer en exceso y no parpadear.

Se caracteriza por los siguientes síntomas: aparición de irritación o picazón en el ojo o también llamado prurito, quemazón, sensación de cuerpo extraño o visión borrosa intermitente. Y los signos que lo acompañan, que pueden estar o no presentes, son la disminución del tiempo de ruptura del mecanismo lagrimal. Y en casos severos, está asociado a los cambios hormonales o a enfermedades reumatológicas.

Uso excesivo de tabletas y teléfonos celulares en los niños

Desde hace por lo menos tres años, es común ver a niños de dos años de edad o menos, jugando con tabletas o estos dispositivos móviles, como uno más de sus juguetes infantiles. Hemos abrazado esta nueva tecnología, ayudados por la industria que nos vende la idea de sus ventajas “educativas y de destreza mental”, sin reparar en los riesgos a la salud.

Hay casos extremos en los que estos aparatos inteligentes ha sustituido a la televisión y se han convertido en las nuevas niñeras digitales. No nos asombra ver al infante desayunando, comiendo y cenando con la tableta en la mano y tolerar el berrinche cuando se les acaba la pila.

Y hoy en día, las tabletas forman parte de las políticas públicas del gobierno federal, ya que la SEP ha creado el Programa de Inclusión y Alfabetización Digital, que tiene como objetivo la entrega de éstas a niños de quinto y sexto de primaria “ejecutando el proceso de formación de capacidades docentes para incorporar las tecnologías de la información y la comunicación a los procesos de enseñanza y aprendizaje”.

Estudio

En marzo de este año, científicos coreanos publicaron en el Journal of Pediatric Ophthalmology and Strabismus los resultados del estudio titulado “Asociación entre el uso de las tabletas y la enfermedad del ojo seco en la escuela infantil” donde concluyen que el uso de los teléfonos inteligentes y tabletas es un importante factor de riesgo de la enfermedad en los niños.

Recomienda a padres y profesores la observación detallada por la aparición de cualquier síntoma y el uso adecuado en tiempo de la utilización de estos.

En la investigación se estudiaron a 288 niños de nivel primaria, y detectaron la disminución de parpadeo y la evaporización en poco tiempo de la placa lagrimal por la utilización excesiva de estos aparatos inteligentes.

El rompimiento de la placa lagrimal en los adultos, es de aproximadamente

siete segundos por lo que es necesario parpadear constantemente. En los niños este proceso es mas lento y dura aproximadamente 20 segundos. Al tener el aparato tan cerca de los ojos, porque esta entretenido en lo que esta viendo, juegos principalmente, el niño simplemente no parpadea por lo que su placa lagrimal se rompe.

Riesgos

A decir del oftalmólogo egresado de la UV, el D.r Mario de la Cueva Mateos, la enfermedad del ojo seco en los niños puede ser un factor de riesgo en la salud si no es atendida a tiempo, ya que el niño al sentir picazón en el ojo se rasca con las manos sucias y puede infectarse.

El primer tratamiento para el síndrome de ojo seco son las lágrimas artificiales sin embargo, se recomienda acudir a un especialista y no auto medicarse. “Por lo regular el niño se está tallando el ojo y no te dice nada. Hay que evitar que el propio menor se haga daño con sus manos”, dice.

Sin embargo si el menor continúa utilizando de manera excesiva estos aparatos sin ninguna regulación por parte de los padres corre el riesgo de que utilice de por vida las lágrimas artificiales.

Otros factores de riesgo psico-sociales

El doctor José Alfredo Cid, del Centro de Entrenamiento de Educación Especial del Instituto de Sociología y Educación de la Universidad Veracruzana,

ubicado en Banderilla, ha estudiado casos de menores de edad “atrapados” por estos nuevos aparatos dentro del programa de Atención al Público “Modificación de la Conducta”.

Como el caso de un niño que dejó de controlar su esfínter por el uso excesivo de estos aparatos y se orinaba en sus calzoncillos. Al estudiar el caso con la ayuda de la madre, el doctor descubrió que el menor no tenía problemas con su esfínter si no que simple y sencillamente no acudía al baño porque estaba atrapado en el juego de su tableta para ganar “puntos” o completar los “niveles”.

En otros casos estudiados, advirtió que menores al quedar aferrados a estos aparatos, promovidos por la industria como un producto meramente de entretenimiento mas que educativo, los niños dejaban de socializar con sus padres o sus pares, dormían poco, no comían o lo hacían poco y no desarrollan competencias para la vida, como ayudar en el hogar o el aprendizaje de un oficio.

“Los padres hacen lo posible por comprar un aparato de estos, aunque sea de menor calidad, sin prever la posibilidad de que el menor quede atrapado en un mundo virtual y en su mayoría sin saber lo que están viendo sus hijos. Además esta tecnología va ser obso-

leta en dos años porque la industria sacará un modelo y mas programas nuevos”, advierte.

Usos didácticos

Las nuevas tecnologías de la información son parte de nuestra realidad y no podemos apartarnos de ella. Aun y cuando no hay estudios definitivos que demuestren los efectos nocivos a nuestros hijos, si podemos tomar precauciones para evitar daños severos en su salud y en el plano psico-social.

Lo recomendable es limitar el uso de las tabletas como indican los especialistas y explorar más las virtudes didácticas que los mismos han encontrado en estas tecnologías.

Por ejemplo investigadores de la Universidad de Málaga en España, realizaron un estudio donde demostraron que el uso de tabletas en menores que cursan el preescolar, puede ayudar en el aprendizaje por observación, acceder a la información en forma multisensorial, sub-vocalizar, repetir, asociar y agrupar categorías y acceder a ayudas y referencias visuales como gráficos y fotografías con audio y video.

