

Embaràs

Infància

Adolescència

Família

Escola

Opinió

Activitats en família

Més ▾

Anna Ramis

✓ SEGUINT



15/02/2024 [Leer en castellano](#)

Un nen davant d'una pantalla no és un nen tranquil

🕒 2 min

2    



Una nena jugant amb un mòbil. GETTY

BARCELONA El cervell d'un infant triplica el seu pes entre el naixement i els tres anys, i multiplica per milions les connexions

neuronal. Per això aquesta etapa de la vida és tan delicada i no podem deixar de protegir-la. El cas és que, massa sovint, els adults interpretem el que fa una criatura des de la nostra mirada i oblidem que el seu cervell és notablement diferent del nostre, perquè encara ha de desenvolupar-se.

Aquestes confusions es posen de manifest amb les valoracions que fem els adults quan una criatura, per exemple de divuit mesos, s'està quiet davant d'una pantalla: "Mira que tranquil i que llest: ja sap trobar els seus dibuixos preferits al meu mòbil!" "Heu vist que atent està al joc d'anglès que fa a la tauleta?" Ni està tranquil, ni és molt llest, ni fa atenció voluntària. Els que són molt llestos són els fabricants de dispositius que han fet l'accés als continguts molt fàcil per captar els màxims consumidors.

“

Les pantalles són el nostre instrument de tranquil·litat, no el dels infants. Com ja va dir la pedagoga Tamara Chubarovsky "En qüestió d'infants i pantalles, el més còmode surt molt car! "

La quietud davant les pantalles és el primer que hem d'evitar. Els infants s'han de poder bellugar lliurement per espais segurs la major part del dia. Estar-se quietos "capturats" per una pantalla no els aporta res millor del que poden fer sense. Al contrari, no poden desenvolupar-se bé a nivell musculoesquelètic i poden lesionar-se la visió.

El cervell d'un infant capta llum, so i moviment des de ben aviat, des que l'infant té poques setmanes. I quan els canvis de llum, so o moviments succeeixen en una pantalla a un ritme molt ràpid (els canvis són cada pocs segons) el cervell hi queda atrapat! Per tant, les pantalles tenen quatre efectes negatius:

- La velocitat de les imatges que és tremendament més ràpida que la realitat.
- El "segrest" de la voluntat
- La immobilitat.
- La impossibilitat de fer altres coses molt més saludables

El més còmode surt molt car

Una criatura menor de tres anys no necessita una pantalla per "calmar-se" ni per relaxar-se (com ens sembla que fem els adults). El que tranquil·litza un infant són els seus adults de referència (mare o pare) que li aporten seguretat i estima incondicional i atenen les seves necessitats bàsiques. Com? Parlant-li i escoltant-lo, jugant o permetent que s'avorreixi... Que tot això fomentarà l'atenció sostinguda i voluntària, tan necessària per desenvolupar la parla, i tot el desenvolupament de les funcions executives superiors del cervell.

Si voleu tenir una criatura tranquil·la, deixeu-la bellugar sempre que sigui possible! I si voleu que us faci atenció, no permeteu que una pantalla li sobresaturi el cervell d'estímuls que capten la seva atenció automàtica. A un infant que està ben atès, i pot bellugar-se lliurement, se li pot demanar quietud una estona en un transport públic o en una sala d'espera només amb alguns jocs senzills (alternatius a les pantalles).

Les pantalles són el nostre instrument de tranquil·litat, no el dels infants. Com ja va dir la pedagoga Tamara Chubarovsky: "En qüestió d'infants i pantalles, el més còmode surt molt car!"

**+ Consells per
ajudar el teu fill
petit a deixar les
pantalles**

