

Lo que está claro para los autores de un estudio publicado en la revista médica *Pediatrics* es que [el tiempo total pasado ante la tele se asocia con peores resultados educativos] Los niños que ven más de dos horas de televisión al día son más propensos a sufrir trastornos de atención en la adolescencia. Esta es una de las conclusiones que recoge un estudio realizado en la Universidad de Otago (Nueva Zelanda) y publicado en la revista médica *Pediatrics*.

Ningún gran estudio había analizado si éstos problemas perduraban hasta la adolescencia. Sin embargo sí son numerosos los que concluyen que ese déficit de atención ya es constatable en la infancia.

del estudio ofrecen diversas hipótesis a este hecho: que los estímulos constantes de las imágenes televisivas incitan al aburrimiento ante actividades monótonas como las de asistir a clase o hacer los deberes; que el cerebro infantil, aún en formación, se desarrolle de manera inadecuada; que la televisión desplaze a otras actividades que favorecen la capacidad de atención como leer, jugar o practicar un deporte, o simplemente que la televisión favorezca la inatención. Lo que está claro para los autores es que [el tiempo total pasado ante la tele se asocia con peores resultados educativos].

El estudio no analiza si los videojuegos o los ordenadores provocan los mismos efectos, aunque sostienen que [si un niño pasa una hora con un videojuego, no es aconsejable que vea la tele más de otra hora al día].

La *Academia Americana de Pediatría*, tras revisar los resultados de estos estudios científicos, ha dirigido a los padres [a quienes considera como las personas [mejor situadas para estimular entretenimientos alternativos a la televisión]- las siguientes recomendaciones:

- que el tiempo que los niños dediquen a entretenimientos audiovisuales (incluidos ordenadores y consolas, además de televisión) no exceda de [una a dos horas diarias], <sup>Los autores</sup> aunque se trate de [programación de calidad]

- que se eliminen los aparatos de televisión de las habitaciones de los niños

- que se estimule a los niños con actividades más interactivas que promuevan un desarrollo cerebral adecuado, como hablar, cantar, jugar o leer juntos

- que se supervisen los contenidos que niños y adolescentes miran

- que se aprovechen los contenidos televisivos como punto de partida para hablar de los valores de la familia, las conductas violentas, la sexualidad o las drogas.