



*Expertos advierten del riesgo que implica abusar del móvil delante de los hijos en el tiempo de ocio*

Son las cinco de la tarde y los colegios cierran sus puertas. Ha llegado la hora de ir **al parque**. O a merendar a una cafetería. La escena se repite cada día: **padres, madres y otros cuidadores pegados al móvil** mientras los críos miran al cielo, se columpian, llenan cubos de tierra o juegan a la pelota. Si el pequeño intenta hablar con el adulto, este comparte su tiempo entre la pantalla y su hijo. ¿Es un gesto inocente y sin consecuencias? No. Los expertos advierten: cuando los niños se conviertan en adolescentes, ¿con qué autoridad les vamos a decir que no se pasen todo el día mirando una pantalla?

El pedagogo **Gregorio Luri** insiste en que el principal órgano educativo no es el oído sino el ojo. “Los niños aprenden con el ejemplo que ven en las personas que consideran valiosas, como sus padres. Da igual lo que estos les digan, lo importante **es lo que ven los chavales**”.

Luri explica que en la sociedad del siglo XXI no somos conscientes de la importancia de **educar la atención**, que es el “nuevo coeficiente intelectual”. La atención -añade- es la **capacidad para mantener la actividad que se está realizando en ese momento**, ya sea cocinar una paella, hablar con otra persona o mirar a tu hijo. “Todos los seres humanos nacemos con una atención débil. Nos distraemos con rapidez, pero es algo que se entrena. A los hijos se les puede, y se les debe, enseñar a mantener la atención”, explica el autor de 'Elogio de las familias sensatamente imperfectas'.

**Dar ejemplo**

El experto en educación no pretende demonizar el móvil y recuerda que es una herramienta fabulosa para muchas cosas, entre ellas, aumentar nuestro conocimiento. Sin embargo, también es un instrumento con alta capacidad de devorar el tiempo (y nuestra atención). Volviendo a los padres, Luri se pregunta qué ejemplo dan a sus hijos cuando, delante de ellos, se entretienen recorriendo pantallas compulsivamente. “¿Quién domina a quién? ¿Tú al móvil o el móvil a ti? Es importante recordar que todos los padres tienen el deber de dar ejemplo”.

***“¿Qué ejemplo damos a los hijos cuando nos entretenemos recorriendo pantallas compulsivamente?” (Gregorio Luri. Pedagogo)***

Consciente de que cada familia educa a sus hijos lo mejor que puede, el pedagogo insiste en que, respecto al uso-abuso del móvil por parte de los padres, **da igual la edad de los hijos**. Es algo a tener en cuenta tanto si son bebés de teta como niños de 10 años. Otra escena cotidiana de los parques es la de mujeres amamantando a sus hijos mientras miran el móvil. Luri recuerda que tampoco es un acto sin consecuencias porque para un bebé no hay nada más importante que los ojos de su madre y cuando deja de mamar “los sigue teniendo en su cabeza”.

### ***Uso crítico del móvil***

La pedagoga María Acaso no se muestra tan tajante como Luri. **“Si vemos a un padre o una madre mirando el móvil en el parque con sus hijos nos parece mal. Pero si le vemos con un periódico o un libro de papel ¿nos parecería mejor?”**, se pregunta con ironía. Luri responde que ojalá los padres leyeran en el parque más libros porque el libro “educa la atención y el móvil la dispersa”. En todo caso, la pedagoga sí que recuerda la importancia de hacer un **uso crítico** del móvil. “El problema no es la herramienta sino cómo la usamos. ¿La usamos para, por ejemplo, estar bien informados o para leer la vida de Belén Esteban?” Acaso subraya que si un padre o madre se pasa dos horas en el parque no habría mayor problema en usar el 'smart-phone' algunas veces. “Si está solo media hora quizá sí que sería bueno que estuviera en exclusiva para sus hijos”, recomienda.

Consciente de la adicción que puede suponer el móvil (sobre todo, las aplicaciones, donde los 'likes' de las redes sociales implican descargas de dopamina), la autora del libro 'Art Thinking. Cómo el arte puede transformar la educación' se muestra partidaria de **marcar tiempos**. En su casa, por ejemplo, se apagan los teléfonos por la noche y se encienden después de desayunar en familia (Acaso tiene dos hijas). “Cuando vamos al colegio, en el metro, tampoco lo miro. Es un

momento para estar con mis hijas. Una vez que están en la escuela, lo enciendo. Así procuro darles ejemplo porque la educación del niño es el ejemplo que reciben de sus padres”, concluye recalcando que **no hay que demonizar la tecnología sino convivir** con ella.

### **Ladrón de tiempo**

Padre de una niña de tres años, el escritor y articulista de temas de crianza [Joan Antoni Martín Piñol](#) comenta que está harto de ver en el parque padres y madres que miran compulsivamente la pantalla de su móvil. “No tienen pinta de ser cirujanos y estar asistiendo a una operación a corazón abierto”, ironiza. Piñol se ha propuesto con firmeza no apartar la mirada de su cría, incluso cuando habla con otros padres. “He visto demasiadas películas de sábado por la tarde en Antena 3 como para apartar los ojos de ella. Creo que puede pasarle cualquier cosa en cualquier momento”, comenta con humor.

El autor de 'Harry Pater y el pañal filososal' -divertidísima y útil guía para padres primerizos- está convencido de que los niños deben saber que sus padres están con ellos y por ellos. “El móvil **no puede ser un ladrón de tiempo**. Si estás en el parque, estás en el parque. Y lo digo yo, que soy autónomo y muchas cosas de trabajo salen en cualquier momento. Pero creo que todo puede esperar 20 minutos, ¿no? Además, si es algo muy urgente te llaman”, resume Martín Piñol.

En la misma línea se muestra Catalina Echeverry, autora del blog 'Mamá también sabe. Crianza en la era digital'. En su opinión, es importante que los padres y madres tengan **autocontrol con las nuevas tecnologías** y se pongan pequeños retos, como no sacar el móvil en las comidas y cenas familiares y tampoco en el rato de parque.

Echeverry recuerda que ella misma se convirtió, sin quererlo ni saberlo, en una adicta a las notificaciones de las redes sociales. Ocurrió hace seis años, cuando montaba la web Conciliación real. “Mi hijo mayor, que por aquel entonces tenía ocho años, me reprochó que estaba todo el día enganchada al móvil. Para mí, fue una bofetada. A partir de ahí lo tuve claro”. La bloguera, experta en marketing digital, recuerda la importancia de no estar pendiente del móvil delante de nuestros hijos para prevenir problemas en el futuro. “**Una vez convertido en adolescente, ¿con qué cara le vas a decir que no se pase todo el día con el móvil?**”, concluye.

Olga Pereda, en [elperiodico.com](#).