

Tiempo de Exposición a Pantalla en Pacientes Preescolares de Santiago Atitlán, Sololá, Guatemala

Dr. Ricardo Argueta-Morales^{1, 2}; Asesora: Dra. Rosangela Sanchez^{1, 3}

¹Especialidad en Pediatría, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Rafael Landívar, Ciudad de Guatemala, Guatemala;

²Departamento de Pediatría, Hospitalito Atitlán, Santiago Atitlán, Sololá, Guatemala; ³Departamento de Pediatría, Hospital Materno infantil Juan Pablo II, Mixco, Guatemala

Antecedentes

Tiempo de pantalla se define como actividades realizadas frente a pantallas tales como ver televisión, uso de computadora, jugar videojuegos, actividades en el teléfono inteligente, que predominantemente son actividades sedentarias. La exposición a medios de pantalla ha aumentado significativamente, incluyendo la población infantil. El uso excesivo o inapropiado del tiempo de pantalla puede afectar el desarrollo y la salud de los niños.

La **Academia Americana de Pediatría** recomienda:

- <18 meses no reciban ninguna exposición a ningún medio digital (excepto videollamadas)
- Introducir lentamente la exposición a tiempo de pantalla de los 18-24 meses de edad (programación de alta calidad y uso conjunto con padres)
- De 2-5 años limitar la exposición a tiempo de pantalla a 1 hora por día (programación de alta calidad con fines educativos)

En Guatemala desde la década de los 2000, el uso de celulares se ha popularizado, y ahora es común observar a padres entreteniendo a sus bebés con imágenes en la pantalla de teléfonos inteligentes o tabletas. Actualmente no hay datos disponibles sobre la exposición a tiempo de pantalla en la población de Guatemala, se desconoce la edad a la que se inicia la exposición a tiempo de pantalla en la niñez y como se relaciona con la salud en los niños.

Objetivo

Determinar edad de inicio y tiempo de exposición a pantallas en pacientes de 2-6 años.



Diseño y Métodos

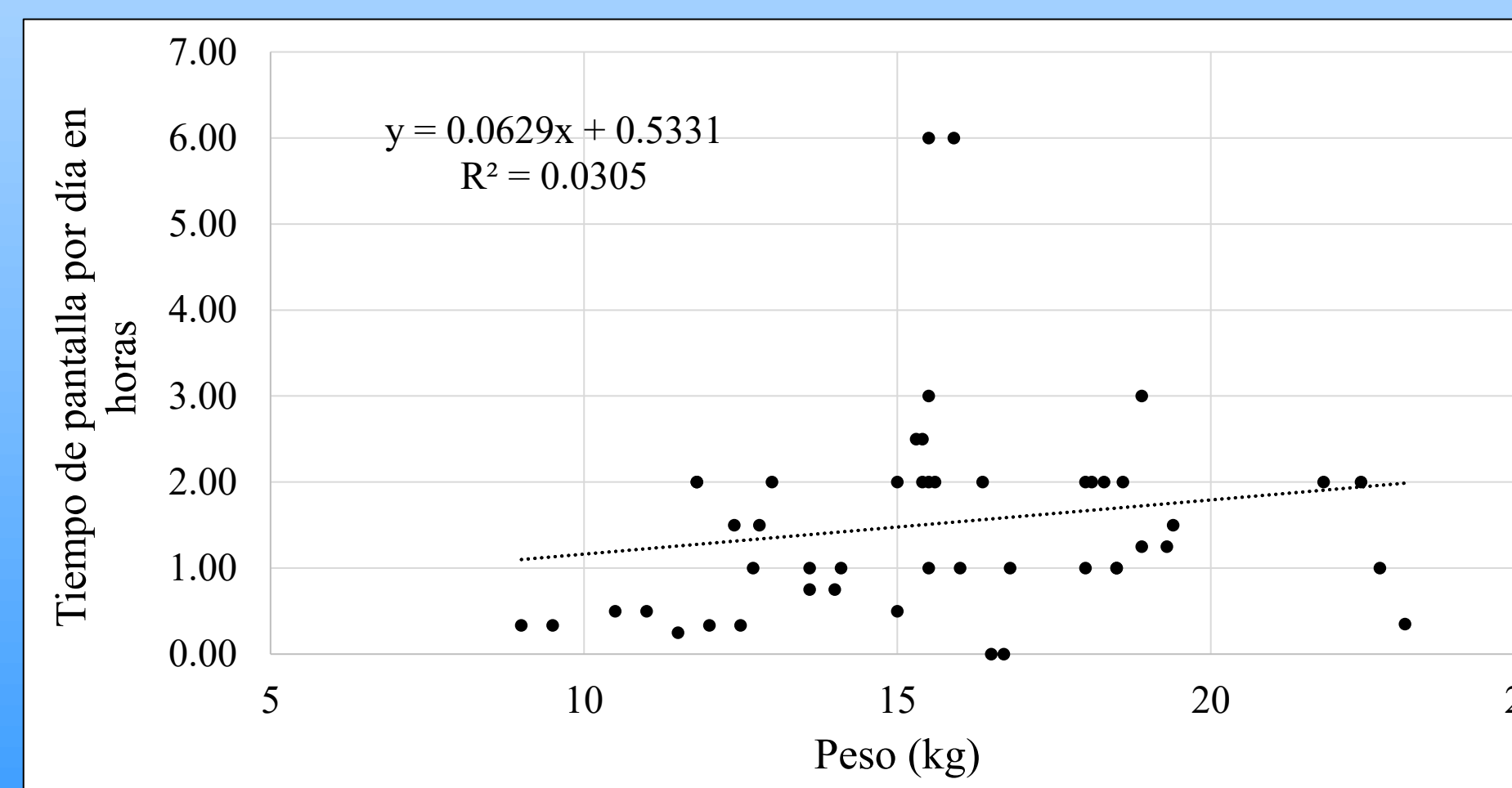
- Estudio transversal, observacional, descriptivo
- Realizado en la Consulta Externa de Pediatría, Hospitalito Atitlán, Santiago Atitlán, Sololá, Guatemala
- Se encuestó al padre, madre o encargado de 48 preescolares al momento que consultaron durante los meses de mayo a septiembre de 2020
- Se creó base de datos en Excel® y se realizó estadística descriptiva y correlación lineal

Resultados

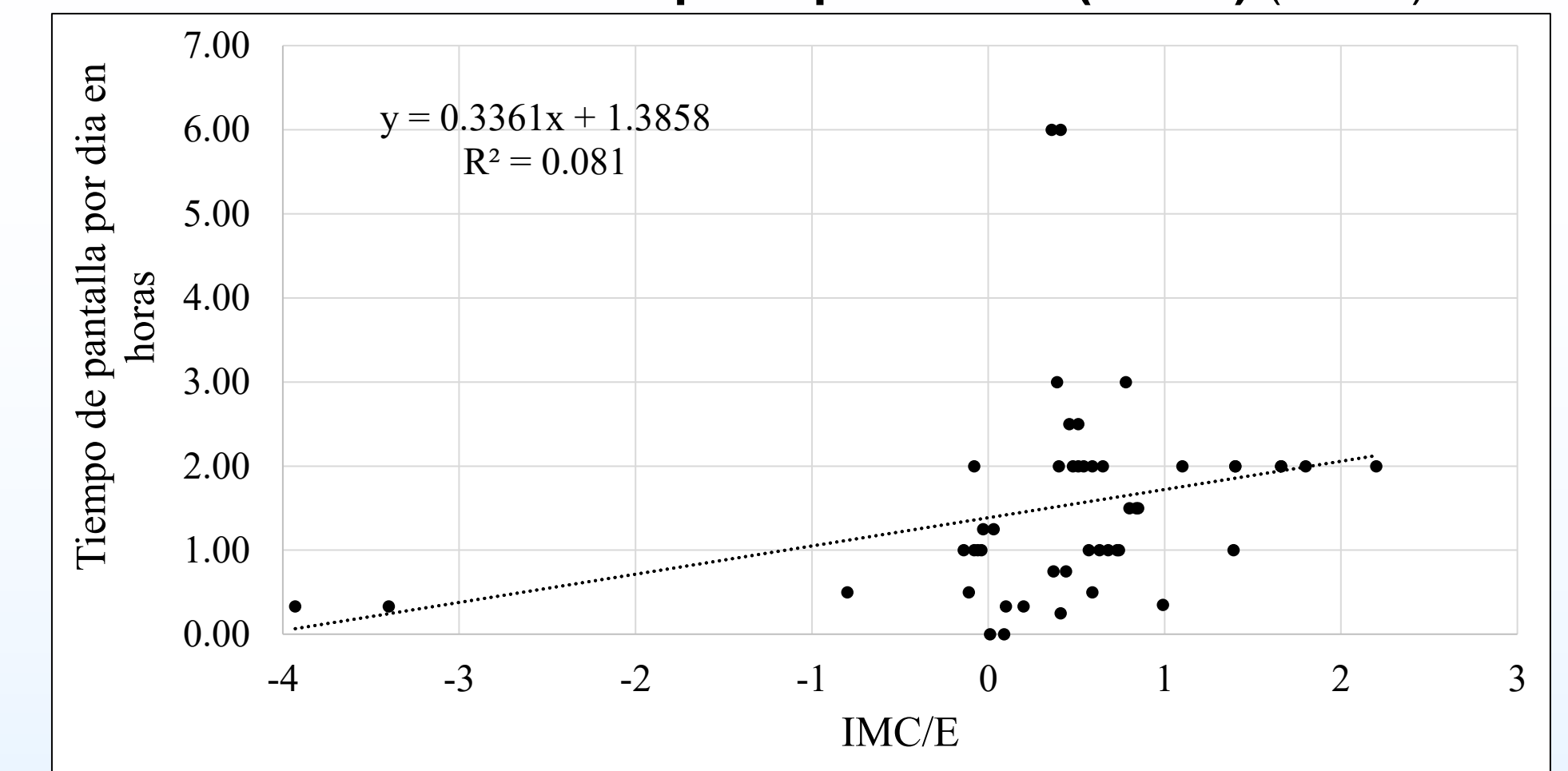
Se incluyeron datos de 48 sujetos de estudio.

Características de Muestra (n= 48)	
Femenino, número (%)	26 pacientes (57%)
Edad, media (%)	5 años (38%)
Idiomas que hablan en casa: número (%)	
• Tz'utujil + Español	38 (79%)
• Kaqchikel + Español	4 (8%)
• Solo Tz'utujil	4 (8%)
• Solo Español	2 (5%)
Exposición a pantalla, número (%)	46 pacientes (96%)
Edad de inicio a tiempo de pantalla, mediana (rango)	2 años (6 meses – 4 años)
• <18 meses, número (%)	9 pacientes (19.5%)
Tiempo de uso de pantalla por día, media ±DE (rango)	95 ±72 (15-360) minutos
Uso diario de pantalla, número (%)	37 (80%)
Propósito más frecuente del tiempo de pantalla, número (%)	
• Distracción	25 (52%)
• Personaje de TV	11 (23%)
• Juegos educativos	7 (15%)
• Creatividad	5 (10%)

Figura 1. Relación de Tiempo de pantalla y Peso (n= 48)



Relación de Tiempo de pantalla e Indicador antropométrico Índice de Masa Corporal para Edad (IMC/E) (n= 48)



Conclusiones

- En esta muestra el inicio a exposición a tiempo pantalla es alrededor de los 2 años y un 20% antes de los 18 meses de edad
- El promedio de tiempo de pantalla al día observado en esta muestra supera la recomendación internacional (95 ±72 minutos)
- Se observó una tendencia al aumento del peso y el valor Z de IMC/E a medida que incrementa el tiempo de pantalla

Recomendaciones

- Los padres y pediatras de preescolares con riesgo de, o con, sobrepeso u obesidad deben ser cautelosos con la exposición a tiempo de pantalla
- El uso de tiempo de pantalla debe interrogarse como parte de la evaluación integral del paciente pediátrico
- Los pediatras deben educar a los padres acerca de las recomendaciones para la edad de introducción y uso de tiempo de pantalla

Referencias

1. COUNCIL ON COMMUNICATIONS AND MEDIA. Media and Young Minds. Pediatrics. 2016;138(5):e20162591.
2. COUNCIL ON COMMUNICATIONS AND MEDIA. Media use by children younger than 2 years. Pediatrics. 2011;128(5):1040-5.
3. Instituto Nacional de Estadística de Guatemala. Republica de Guatemala: Encuesta Nacional de Condiciones de Vida 2014. Diciembre 2015: <https://www.ine.gov.gt/sistema/uploads/2015/12/11/vjnvdb4izswoj0ztuivpicaaxet8lzqz.pdf>