

# Efectos físicos y sociales del uso de Internet en los niños

Escrito por josh patrick | Traducido por verónica sánchez fang

[http://www.livestrong.com/es/efectos-fisicos-sociales-info\\_13845/](http://www.livestrong.com/es/efectos-fisicos-sociales-info_13845/)



Los fisiólogos y educadores han hecho preguntas válidas referentes a el alto uso del Internet en los niños pequeños.

Los efectos secundarios de la exposición constante a los medios de los niños sigue siendo un problema creciente de salud pública. En los últimos 20 años, el uso de Internet entre los niños ha aumentado de manera constante. De acuerdo con un estudio realizado por la organización no lucrativa Joan Ganz Cooney Center, más de dos tercios de los niños de 8 años de edad, están línea cada día. Las relaciones entre el uso de Internet y las secuelas físicas o sociales son complicadas, pero algunos datos están empezando a revelarse.

## ***Salud física***

Varios estudios han establecido una conexión entre el aumento de uso de los medios y la obesidad infantil. Como los niños pasan más tiempo frente a las pantallas de la computadora, es obvio que pasan menos tiempo en actividades físicas. Un estilo de vida sedentario es un factor de riesgo principal para la obesidad. Por otra parte, el uso de la computadora está ligado tanto a las lesiones por movimientos repetitivos como el del túnel carpiano y la fatiga visual. Para algunos niños, las imágenes que parpadean rápidamente de ciertos sitios web y los juegos pueden provocar ataques epilépticos.

## ***Desarrollo cognitivo***

Los niños con fácil acceso a la Internet pueden llegar a ser menos capaces de separar los hechos de la ficción. El Internet no tiene filtro y no tienen revisión, por lo que cualquiera puede publicar cualquier cosa. Los

educadores también se preocupan de que la comunicación informal común a las salas de chat continúa en el ámbito académico. Los estudiantes que se enfrentan a tareas desafiantes y ensayos son cada vez más propensos a plagiar a partir de fuentes de Internet. La multitarea que muchos niños realizan mientras están en línea reduce la capacidad de atención, lo que hace más difícil una intensa concentración en una sola tarea.

### ***Depresión y aislamiento***

La investigación ha vinculado el uso de Internet entre los niños con sentimientos de soledad y depresión. Ya sea que el tiempo pasado en línea sea una causa o un efecto de estos sentimientos negativos no está claro. Sin embargo, más tiempo en línea da como resultado menos tiempo con la familia y amigos o trabajar en pasatiempos. La naturaleza rápida e inmediata de la estimulación de Internet cambia la forma en que una persona joven ve el mundo, lo que le provoca aburrimiento de la vida cotidiana.

### ***Inadaptación social***

La desensibilización a los estímulos violentos es una posible consecuencia del uso excesivo de Internet en los niños. Tanto las imágenes violentas como pornográficas pueden alterar fundamentalmente la perspectiva de un niño en desarrollo en el mundo. La pornografía infantil es especialmente preocupante y puede cambiar para siempre la comprensión de un niño de la sexualidad humana. Las imágenes de violencia, lenguaje soez y la falta de normas sociales comunes en la Internet no preparan a nadie, y mucho menos un niño en crecimiento, para la interacción en el mundo real.

### ***Efectos positivos***

Los juegos y actividades en línea pueden mejorar el trabajo en equipo y la creatividad. La riqueza de información de Internet puede aumentar los conocimientos del niño, siempre que el niño ha aprendido a discriminar entre buenas y malas fuentes de información. Muchos estudios han demostrado que los niños de hogares con computadoras se desempeñan mejor académicamente que sus compañeros que no tienen fácil acceso a las computadoras. La interacción con estos dispositivos ha demostrado mejorar tanto la inteligencia visual como la coordinación mano-ojo.