

# Nadons i pantalles digitals: una proposta educativa audiovisual des de la parentalitat positiva

Recepció: 15/03/2020 / Acceptació: 16/03/2021

## Resum

Es presenta una proposta educativa-preventiva adreçada a famílies amb nadons d'entre 0 i 2 anys. L'objectiu és aconseguir la conscienciació sobre els riscos per al desenvolupament psicològic infantil de l'ús no controlat de dispositius electrònics. La proposta és coherent amb la recomanació emesa per institucions sanitàries i educatives instant a no fer servir dispositius digitals abans dels dos anys. La metodologia consta d'una fase de revisió de la literatura, de la qual es desprèn un grup de descobertes empíriques. Seguidament s'elaboren els continguts a transmetre a les famílies, articulats a través de la metodologia experiencial-constructivista. Com a resultat s'obté un material audiovisual i un fullet preventiu-educatiu que inclou informació per a les famílies sobre els riscos associats a l'exposició no regulada a dispositius digitals, entre els quals destaca el desenvolupament d'addiccions, problemes en el desenvolupament psicològic, obesitat, etc. Així mateix, s'insta les famílies al desenvolupament de competències parentals promotores de les capacitats d'autoregulació en els seus fills. El material elaborat pot resultar útil en el desenvolupament d'accions educatives des de l'enfocament de la parentalitat positiva.

## Paraules clau

Educació parental, desenvolupament infantil, vídeo digital, salut, parentalitat positiva.

## Bebés y pantallas digitales: una propuesta educativa audiovisual desde la parentalidad positiva

*Se presenta una propuesta educativa-preventiva dirigida a familias con bebés entre 0 y 2 años. El objetivo es lograr la concienciación acerca de los riesgos para el desarrollo psicológico infantil del uso no controlado de dispositivos electrónicos. La propuesta es coherente con la recomendación emitida por instituciones sanitarias y educativas instando al no uso de dispositivos digitales antes de los dos años. La metodología consta de una fase de revisión de la literatura, de la cual se desprende un grupo de hallazgos empíricos. Seguidamente se elaboran los contenidos a transmitir a las familias, articulados a través de la metodología experiencial-constructivista. Como resultado se obtiene un material audiovisual y un folleto preventivo-educativo incluyendo información para las familias acerca de los riesgos asociados a la exposición no regulada a dispositivos digitales, entre los que destaca el desarrollo de adicciones, problemas en el desarrollo psicológico, obesidad, etc. Igualmente, se insta a las familias al desarrollo de competencias parentales promotoras de las capacidades de autorregulación en sus hijos. El material elaborado puede resultar de utilidad en el desarrollo de acciones educativas desde el enfoque de la parentalidad positiva.*

## Palabras clave

Educación parental, desarrollo infantil, vídeo digital, salud, parentalidad positiva.

## Babies and digital screens: an audiovisual education proposal from the perspective of positive parenting

*This paper presents a preventive-educational proposal targeting the population of families with children within the age range between 0 and 2 years. The objective is to raise awareness among families about the risks to children's psychological development of the uncontrolled use of electronic devices. The proposal is consistent with the recommendation issued by health and educational institutions urging the non-use of digital devices before two years of age. The methodology used consists of a review phase gathering the available literature on the subject from which a group of empirical findings is obtained. The contents to be transmitted to the families are articulated through the experiential-constructivist methodology. As a result, audiovisual material and a preventive-educational brochure are produced in which families are informed of the risks associated to an unregulated exposure to digital devices. These include the development of addictions, problems in psychological development, obesity, etc. Likewise, families are encouraged to develop parental skills that promote self-regulation abilities in their children. The discussion highlights the usefulness of the material developed in implementing educational actions with families from the perspective of positive parenting.*

## Keywords

Parental education, child development, digital video, health, positive parenting.

## Com citar aquest article:

Arranz Freijo, E. B., García García M. D., Itsamendi-Txurruka, A., Acha Morcillo, J., Barreto Zarza, F. B., Etxaniz Aranzeta, A., Olabarrieta Artetxe, F. i Roncallo Andrade, P. (2021). Nadons i pantalles digitals: una proposta educativa audiovisual des de la parentalitat positiva. *Educació Social. Revista d'Intervenció Socioeducativa*, 77, p. 183-197.



## ▲ Introducció

Al llarg dels últims anys s'ha produït un intens desenvolupament de les polítiques familiars de parentalitat positiva; l'informe de Daly *et al.* (2015) mostra un panorama mundial de diverses legislacions, polítiques i programes orientats a l'empoderament familiar centrat en el suport a mares i pares per a la construcció de competències parentals potenciadores d'un desenvolupament psicològic infantil saludable. A Europa, el Consell de Ministres emet la Recomanació 19 (2006), adreçada a tots els països membres de la comunitat, instant-los al desenvolupament de polítiques públiques de parentalitat positiva. Aquesta recomanació es plasma a Espanya en la iniciativa del Ministeri de Sanitat, Consum i Benestar Social i la Federació Espanyola de Municipis i Províncies, que signen un conveni de col·laboració i funden un grup de recerca en el qual participen universitats nacionals amb trajectòria en el camp científic de la parentalitat positiva (Rodrigo *et al.*, 2015). A la comunitat autònoma del País Basc, les accions legislatives en aquest camp es concreten en el IV Pla Interinstitucional de Suport a les Famílies de la CAE 2018-2022, elaborat des de la Direcció de Política Familiar i Diversitat de la Conselleria d'Afers Socials del Govern Basc (Govern Basc, 2018).

En l'àmbit local, l'Ajuntament de Vitoria-Gasteiz aprova el 2019 un programa de parentalitat positiva (Servei d'Infància i Família i Haezi-Etxadi, 2019) per ser aplicat en el període comprès entre els anys 2018-2022. La línia estratègica 3 d'aquest programa es dedica a la sensibilització de la ciutadania sobre els aspectes clau de la parentalitat positiva, la sublínia 3.1 es dedica a la realització de campanyes específiques amb continguts de supervisió infantil, de prevenció d'accidents i de parentalitat positiva i, finalment, l'acció 3.1.05 rau en la realització i difusió d'un vídeo sobre l'ús adequat de pantalles per part dels infants. Per dur a terme aquesta acció, l'Oficina de Transferència de la Innovació (OTRI) de la Universitat del País Basc estableix un acord de col·laboració entre el Servei d'Infància de l'Ajuntament de Vitoria-Gasteiz i el Grup Investigador HAEZI, amb seu a la Facultat de Psicologia de la mateixa Universitat.

Els fonaments científics que van donar suport al desenvolupament d'aquesta acció provenen de les recomanacions de diverses associacions pediàtriques internacionals i de l'OMS

Els fonaments científics que van donar suport al desenvolupament d'aquesta acció provenen de les recomanacions de diverses associacions pediàtriques internacionals i de l'Organització Mundial de la Salut (OMS) relatives a la conveniència de no ús de pantalles digitals per part de nadons amb edat inferior a dos anys (L'Ecuyer, 2019). El nucli essencial d'aquestes recomanacions posseeix un caràcter evolutiu-educatiu i van encaminades a evitar l'aparició de comportaments addictius; tal com va assenyalar Lissak (2018) en la seva revisió entre els efectes psiconeurològics de l'ús excessiu de pantalles hi ha el comportament ansiós característic de la dependència de substàncies. El problema més greu s'esdevé per la incompatibilitat entre el comportament ansiós de dependència i el desenvolupament necessari des d'edats molt primerenques de les competències d'autoregulació, implícites en les

anomenades funcions executives, que posseeixen un component transversal de capacitats inhibidores. El desenvolupament deficitari de les competències d'autoregulació està associat a l'aparició d'obesitat, a un nivell inferior de la preparació per a la incorporació a l'escola, a diversos problemes de salut física i mental, etc. (McClelland *et al.*, 2018); per aquest motiu, la promoció educativa parental del desenvolupament de les competències infantils d'autoregulació s'ha convertit en un camp d'investigació d'altíssima rellevància; entre les contribucions més significatives cal esmentar la proposta de Baker, Morawska i Mitchell (2019), centrada en l'adquisició d'hàbits de salut infantil a través de la promoció parental de l'autoregulació, i la de Semenov i Zelazo (2019), centrada en el desenvolupament de rutines interactives intrafamiliars promotores del desenvolupament adequat de les funcions executives.

En funció dels fonaments generals exposats, es va identificar com a objectiu de l'acció de transferència de coneixement abans esmentada el desenvolupament d'un material audiovisual i escrit de caràcter preventiu-educatiu, adreçat a aconseguir la conscienciació per part de les famílies dels riscos relatius a l'ús de dispositius digitals en el tram d'edat entre 0 i 2 anys i l'adquisició de pautes de criança orientades al desenvolupament de competències d'autoregulació infantil adequades per a prevenir-los.

## Metodologia

Per a la consecució de l'objectiu proposat es va constituir una comissió de treball coordinada des del Servei d'Infància i Família de l'Ajuntament de Vitoria-Gasteiz en la qual van participar una representant d'aquest servei, un membre de l'equip de recerca de la Universitat del País Basc i un membre de l'empresa productora del material audiovisual. La comissió va acordar establir les fases d'execució del projecte que s'exposen a continuació.

Per a la consecució de l'objectiu proposat es va constituir una comissió de treball coordinada des del Servei d'Infància i Família de l'Ajuntament de Vitoria-Gasteiz

### Fase 1: Revisió de la literatura científica

Es va revisar la literatura disponible sobre l'ús de dispositius electrònics en la petita infància i es va dur a terme la identificació de descobertes basades en l'evidència científica, que puguin resultar rellevants per a ser transmeses a les famílies. Es van realitzar recerques sistemàtiques en bases especialitzades de psicologia, educació, pediatria i salut pública establint l'interval temporal entre els anys 2009 i 2019 i utilitzant els descriptors: “temps d'ús de pantalles”, “nadons i ús de pantalles”, “parentalitat i pantalles”, “pantalles i primera infància”. Els descriptors es van utilitzar en llengua castellana i anglesa. Es van establir com a criteris de selecció els articles que incloïen revisions sistemàtiques i meta-anàlisis realitzades sobre estudis empírics. Un cop feta la revisió, es van identificar els continguts finals a incloure en el material audiovisual i escrit.

## Fase 2: Elaboració de la proposta metodològica

L'equip universitari i l'equip tècnic de l'Ajuntament van establir els criteris metodològics per a l'elaboració del material audiovisual i escrit. Es va acordar que, en concordança amb els principis de l'enfocament teòric i metodològic de la parentalitat positiva, es realitzarà una proposta basada en la metodologia experiencial constructivista (Maiquez *et al.*, 2019). A continuació, se'n descriuen els paràmetres fonamentals:

- La metodologia constructivista implica que els destinataris del vídeo visquin una experiència personal significativa durant el seu visionat.
- La via per evocar una experiència personal significativa pot ser la sorpresa per la informació rebuda, l'impacte per la creativitat del format en el qual es transmet la informació, la mobilització emocional evocada en el vídeo, etc.
- El vídeo hauria d'evocar una mobilització emocional dels seus receptors.
- El vídeo hauria d'activar una identificació de mares i pares amb les famílies protagonistes del vídeo en qüestió.
- El vídeo hauria de generar una preocupació moderada davant la informació rebuda.
- El vídeo hauria d'oferir un missatge clar per solucionar les preocupacions parentals.
- El vídeo hauria d'evocar la comunicació entre els membres de les famílies receptores.
- El vídeo hauria d'evocar la comunicació entre els membres participants en un taller de formació per a mares i pares.

## Fase 3: Contrast de la proposta original

Un cop conllosa, per part de la productora, l'elaboració de l'esborrany de contingut i locució del vídeo, fou analitzat conjuntament entre l'equip universitari i l'equip tècnic del servei municipal, i es va acordar d'incorporar-hi diversos canvis de format i contingut.

## Resultats

### Fase 1: Identificació de descobertes científiques

A continuació, s'exposa el conjunt de descobertes basades en l'evidència que fou proporcionat a la productora perquè formés part dels contingut informatius inclosos en el material educatiu-preventiu audiovisual objecte d'aquest projecte.

- Diversos estudis, que analitzen dades obtingudes en diferents mostres, evidencien que el temps d'exposició dels nadons a les pantalles és excessiu (Tandon, Zhou, Lozano i Christakis, 2011).
- Des edats molt primerenques, el contacte amb les pantalles es produeix sense la presència dels adults responsables de la cura infantil (nadons veient vídeos al mòbil asseguts a la seva cadira i lligats) (Neumann, 2015).
- Mares i pares se senten preocupats pel nombre d'hores que els seus fills i filles estan en contacte amb les pantalles (Nwankwo, Shin, Al-Habaibeh i Massoud 2019).
- Els pares i mares reben informació imprecisa i inadequada sobre els beneficis per als infants (L'Ecuyer, 2015).
- El contacte dels nadons amb les pantalles redueix el temps de pràctica d'altres jocs i el contacte social directe amb els adults i altres infants: diversos estudis mostren que la interacció virtual no té el mateix efecte positiu en el desenvolupament cognitiu i lingüístic que la interacció social directa amb interlocutors qualificats (Kildare i Middlemiss, 2017).
- El contacte dels infants amb les pantalles augmenta de manera exponencial al llarg de la infància (Diversos autors, 2012).
- El contacte es converteix en un hàbit la modificació i/o regulació del qual és més difícil en funció del nombre d'hores d'ús (Campaign for a commercial-free childhood, 2012).
- El contacte dels nadons amb les pantalles és més gran en famílies de nivell socioeconòmic baix (Carson, Spence, Cutumisu i Cargill, 2010).
- El temps de contacte amb les pantalles ha estat identificat com un factor de risc per al desenvolupament de l'obesitat infantil (Tambalis, Panagiotakos, Psarra i Sidossis, 2018).
- El temps de contacte afecta negativament la quantitat i la qualitat del son infantil (Tambalis, Panagiotakos, Psarra i Sidossis, 2018).
- El temps de contacte afecta negativament el procés d'aprenentatge: retards lingüístics i cognitius, rendiment acadèmic més baix, etc. (Campaign for a commercial-free childhood, 2012).
- La recerca està mostrant l'efecte positiu d'estratègies i programes d'intervenció familiar adreçats a reduir el temps de contacte (Hale *et al.*, 2018).

## Fase 2: Proposta de continguts per a la productora audiovisual

A continuació, es presenta la proposta de continguts, formats i missatge, elaborada per l'equip universitari i l'equip tècnic de l'Ajuntament perquè s'utilitzi en el guió del material audiovisual i del material escrit.

*Continguts essencials:*

- La relació amb les pantalles pot arribar a ser addictiva.
- La conducta addictiva és incompatible amb el desenvolupament primerenc (dos primers anys de vida) de competències d'autoregulació i autocontrol.
- Les competències d'autoregulació no són innates, es construeixen interioritzant interaccions significatives d'autocontrol.
- La manca de competències d'autocontrol està associada a diferents problemes al llarg de la vida: dèficit d'atenció, dificultats per a l'aprenentatge de la lectura i escriptura, dificultats de regulació emocional, obesitat, baix rendiment acadèmic, etc.
- La interacció amb dispositius electrònics és d'una qualitat inferior a la interacció social real com a estimuladora del desenvolupament cognitiu i lingüístic.

*Formats:*

- Història que lliga el passat amb el futur (comportaments addictius i les seves conseqüències i/o comportaments positius i les seves conseqüències).
- Auto-test amb indicadors clau (el vídeo guia l'aplicació d'un auto-test que genera un resultat i emet unes recomanacions per a les famílies).
- Mares i pares actuant com a models d'autocontrol.
- Paquet d'interaccions que estimulen l'autocontrol.
- Mares i pares captant de manera activa l'atenció de l'infant, mantenint la mirada, captant l'atenció de l'infant, practicant l'atenció conjunta a través del joc, la imitació, les interaccions verbals, etc. (la idea subjacent és que la mirada de la mare, el pare o els germans "allibera" de les pantalles).

*Missatges:*

- La seva llibertat és a les teves mans.
- Ajuda'l a dir que no.
- Inverteix en la seva llibertat.
- No el deixis sol.
- Que les pantalles no et controlin.
- Controla perquè no et controlin.
- La teva mirada l'allibera.
- Amaita, sou el millor videojoc.
- Mira'm, allibera'm.
- Mira'l, allibera'l.

### Fase 3: Proposta de contingut i locució (guió literari) elaborada per la productora

#### *Enganxats o desenganxats*

(Locució: to amable, desproveït de preocupació excessiva, informatiu però agradable)

#### *Veü en off:*

T'has plantejat si és adequat que les nenes i els nens estiguin enganxats a una pantalla?

En la nostra societat sabem que els nens i nenes estan cada vegada més connectats amb la tecnologia a edats més primerenques, i que ens sembla una cosa normal. Tot i que la tecnologia té els seus avantatges, és molt freqüent que aquest contacte es produeixi sense la nostra presència i atenció, i que ens sembli que no és excessiu.

#### *Però, quins són els riscos?*

Addicció, sí, sona dur, però pot comprometre la seva llibertat. El temps que passen ara davant de les pantalles anirà augmentant al llarg de la infància si no establim un control ara, si no els ensenyem competències d'autoregulació, fonamentals en el desenvolupament primerenc, que li permetran exercir la seva llibertat tot controlant.

#### *Sense la teva ajuda, a què s'enfrontaran?*

Diversos estudis mostren que dèficit d'atenció, dificultats d'aprenentatge en lectura i l'escriptura, baix rendiment acadèmic, obesitat o conflictes emocionals són problemes relacionats amb l'ús primerenc i no controlat dels dispositius electrònics, però ara és el moment d'actuar.

La seva llibertat és a les teves mans, perquè el teu control avui serà el seu autocontrol futur. Informa-te'n al teu ajuntament.

Per sota dels dos anys, apaga les pantalles; engega el seu desenvolupament.

*Accés al vídeo en castellà:* introduir els descriptors “pegados o despegados” al cercador de Youtube (<https://www.youtube.com/watch?v=um0RKPCQXsQ>).

*Accés al vídeo en anglès:* introduir els descriptors “children screen time ayuntamiento vitoria gasteiz” al cercador de Youtube (<https://www.youtube.com/watch?v=y2w9UWP0WYU>).

*Accés al vídeo en euskera:* introduir els descriptors “teknologiak berriak: lotuta edo aski” al cercador de Youtube ([https://www.youtube.com/results?search\\_query=teknologiak+berriak%3Alotuta](https://www.youtube.com/results?search_query=teknologiak+berriak%3Alotuta)).

## Fase 4: Contingut del material escrit de suport al visionat del vídeo (fullet preventiu-educatiu)

### **Infància i pantalles: criteris per a parentalitat positiva**

#### **Amaita, sou el millor videojoc / La seva llibertat és a les teves mans**

*Què hem de saber els pares, les mares i els educadors?*<sup>1</sup>

- Les acadèmies de pediatria recomanen l'absència total de contacte amb pantalles en infants amb edat inferior a dos anys d'edat.
- Hi ha un moviment internacional anomenat “Campanya per una infància lliure de pressió comercial” l'objectiu del qual és vetllar per un desenvolupament infantil saludable i independent de la pressió comercial per a l'ús primerenc de pantalles per part d'infants.
- Des d'edats molt primerenques, el contacte amb les pantalles es produeix sense la presència dels adults responsables de la cura infantil.
- Mares i pares pensen que els seus fills estan en contacte amb les pantalles menys temps del que realment hi són.
- La interacció amb pantalles no té el mateix efecte positiu en el desenvolupament que la interacció social directa amb altres persones.
- La relació amb les pantalles pot arribar a ser addictiva.
- La conducta addictiva és incompatible amb el desenvolupament primerenc (dos primers anys de vida) de competències d'autoregulació.
- Les competències d'autoregulació no són innates, es construeixen interioritzant interaccions significatives d'autocontrol; entre elles, les relacions amb la família tenen una importància fonamental.
- La manca de competències d'autoregulació està associada a diferents problemes al llarg de la vida: dèficit d'atenció, dificultats per a l'aprenentatge de la lectura i escriptura, dificultats de regulació emocional, obesitat, baix rendiment acadèmic, problemes visuals, etc.
- Promoure activitats alternatives a l'ús de pantalles és més efectiu que la prohibició rígida del contacte.



*Què podem fer les mares, els pares i els educadors? Som un equip per a educar persones lliures*

Oferir un model positiu: ets el mirall en què es mira.

- No ofereixis al teu fill un model de contacte continu amb pantalles.
- Procura que et vegi llegint, jugant, etc.

Donar suport a la seva autoregulació: la seva llibertat és a les teves mans.

- Només si ara li dius que no, serà capaç de dir-se que no a ell mateix en el futur.
- Acorda amb la teva filla el temps de contacte amb les pantalles i deixa que sigui ella o ell qui assenyali el moment en què aquest temps ha acabat.
- Delega-li responsabilitats en el dia a dia (portar el pa a taula, desparar taula, etc.).
- Deixa que expressi les seves emocions i ajuda'l a regular-les.

Només si ara li dius que no, serà capaç de dir-se que no a ell mateix en el futur

Fomentar la seva autoestima: lloa la seva fortalesa.

- Reconeix el seu esforç.
- Fes-li saber que és una persona forta perquè és capaç de controlar-se.
- Fes-li saber que és una persona digna de confiança per complir les seves tasques.

Tingues cura de les seves relacions socials: augmenta la seva xarxa de vincles.

- Procura que el teu fill tingui relació diàriament amb altres nens.
- Facilita al màxim possible el contacte amb la família extensa: cosins, oncles, avis, etc.
- Jugar és la clau: entra al paradís del joc.
- Mira de captar la seva atenció mirant plegats dibuixos i contes.
- Ofereix-li joguines que pugui tocar, sentir, xuclar, etc.
- Els jocs de torns l'ajudaran a practicar les seves capacitats d'inhibició.
- Fomenta de manera primerenca la pràctica esportiva i la musical.

## Discussió

La primera qüestió a considerar és si realment l'evidència científica sobre l'impacte de l'ús de pantalles per part de nadons era suficient com perquè cobrés sentit el fet de dur a terme la proposta preventiva-educativa presentada en aquest treball. A banda de l'evidència exposada en l'apartat de resultats, consultada abans de l'elaboració de la proposta, és procedent esmentar en aquest apartat el treball recent de Stiglic i Viner (2019), que consisteix en

una revisió sistemàtica de revisions sobre l'efecte del temps d'ús de pantalles sobre el benestar i la salut d'infants i adolescents; entre les seves conclusions fonamentals destaca la que identifica una associació moderada-alta entre el temps d'ús de pantalles i obesitat i símptomes depressius. També van trobar una associació moderada entre temps d'ús i més consum d'energia calòrica, una dieta de pitjor qualitat i una qualitat de vida general inferior. En el grup d'associacions significatives més febles hi ha les que relacionen el temps d'ús i els problemes de comportament, ansietat, hiperactivitat, inatenció, baixa auto-estima, pitjor benestar, pitjor salut psicosocial, síndromes metabòlics, pitjor qualitat respiratòria, menor desenvolupament cognitiu, menors èxits educatius i trastorns del son. Finalment, no es van trobar associacions significatives amb desordres alimentaris, ideació suïcida, risc cardiovascular, entre d'altres. Tampoc no hi van trobar cap evidència que un ús diari limitat de pantalles estigui associat a algun tipus de benefici. En general entenen que l'evidència per donar suport a polítiques d'intervenció ha de ser augmentada i matisada en diversos contextos.

L'efecte negatiu del temps d'ús de pantalles ocorre com un efecte sistèmic que disminueix la qualitat interactiva de promoció del desenvolupament

A partir de les dades exposades, es pot pensar, en termes generals, que l'efecte negatiu del temps d'ús de pantalles ocorre com un efecte sistèmic que disminueix la qualitat interactiva de promoció del desenvolupament. Si el temps d'ús de pantalles és excessiu, disminueixen altres interaccions que contribueixen de manera evident al desenvolupament psicològic saludable, com ara el joc amb altres infants, el desenvolupament de vinculacions segures, lligades a l'estabilitat interactiva amb les figures parentals i moltes altres. En el període evolutiu entre els 0 i els 2 anys, en el qual la prioritat parental és garantir la seguretat infantil, la presència de les pantalles pot esdevenir un aliat pervers, en la mesura en què garanteix la seguretat física dels nadons, però inhibeix unes interaccions de qualitat amb les cuidadores i cuidadors principals. Si s'afegeix a l'anàlisi ponderada dels riscos, el fet que mares i pares tendeixen a subestimar el temps infantil d'ús de pantalles i la circumstància que la informació que reben sobre el seu ús és poc precisa i distorsionada per interessos comercials, sembla prudent el desenvolupament d'accions públiques preventives i educatives que, de manera adequada, transmetin informació contrastada i independent i donin suport a les famílies en la construcció de competències parentals per prevenir els riscos descrits anteriorment.

Un altre aspecte a considerar en la discussió de la proposta presentada és la valoració de fins a quin punt s'ha aconseguit, amb el material elaborat, aplicar la metodologia experiencial-constructivista; en aquest sentit, s'ha pretès aconseguir una identificació de les persones que veuen el vídeo amb les famílies protagonistes del vídeo en qüestió. Així mateix, s'ha cercat de generar una alerta moderada i una presa de consciència clara de les famílies relativa al risc de l'aparició de comportament addictiu en nadons. La identificació i la mobilització emocional, que pretén no evocar l'emoció de culpa, ha preparat les mares i pares que visionen el vídeo per rebre el missatge educatiu central, que és la necessitat d'establir un control avui per garantir el desenvolupament

de les competències d'autoregulació en els seus fills i filles. Amb els missatges explícits de *La seva llibertat és a les teves mans* i *Apaga les pantalles, engega el seu desenvolupament*, es va pretendre una altra vegada aconseguir un impacte emocional i de mostra de confiança adreçada a fomentar en les famílies un sentiment positiu d'autoeficàcia parental.

La proposta d'acció preventiva-educativa presentada obté els seus fonaments empírics en la revisió de literatura resumida anteriorment; no obstant això, els protocols internacionals de bones pràctiques en l'àmbit aplicat de la parentalitat positiva (Asmussen, 2012; Rodrigo *et al.*, 2015) requereixen la implementació d'una proposta d'avaluació de l'impacte real en les famílies de l'acció descrita. Aquesta és, sens dubte, la limitació més gran d'aquest treball en el seu estat actual. Tanmateix, l'equip d'autors està dissenyant un procediment d'avaluació de la proposta que està lligat a l'estratègia de difusió de la mateixa. El criteri fonamental d'avaluació de l'impacte de l'acció de transferència consisteix en l'objectivació de rutines estables de limitació del temps de contacte amb pantalles per part de les famílies amb infants amb edats d'entre 0 i 2 anys que tinguin accés al material preventiu-educatiu. En un principi, es recolliran dades sobre el desenvolupament de rutines de control a les famílies quan hagin tingut contacte amb el material audiovisual i escrit; aquesta recollida es durà a terme quan el material es difongui en la comunitat social propera i en particular a les famílies que escolaritzen els seus fills i filles a la xarxa pública educativa del País Basc en el tram d'edat entre els 4 mesos i els 2 anys; també, en les comunitats socials nacionals i internacionals. És especialment important la incorporació de l'ús del material a la comunitat de professionals que treballen amb famílies amb infants en aquest període evolutiu. En aquest sentit és clau que els continguts relatius a l'ús adequat de pantalles siguin inclosos en els programes de parentalitat positiva. De cara al futur, la proposta presentada en aquest treball haurà de ser complementada per unes altres que ofereixin models pràctics facilitadors de les competències parentals que es pretenen promocionar. Com ha assenyalat Morris *et al.* (2017), les mares i els pares han d'esdevenir agents actius de primera línia en l'àmbit de la salut pública.

De cara al futur, la proposta presentada en aquest treball haurà de ser complementada per unes altres que ofereixin models pràctics facilitadors de les competències parentals

Enrique B. Arranz-Freijo  
 Dept. de Processos Psicològics Bàsics i el seu Desenvolupament  
 Grup HAEZI  
 Universitat del País Basc  
 Euskal Herriko Unibertsitatea  
 e.arranzfreijo@ehu.eus

Loli García-García  
 Servei d'Infància i Família  
 Ajuntament de Vitoria-Gasteiz  
 lgarcia@vitoria-gasteiz.org

Ane Itsamendi-Txurruka  
Servei d'Infància i Família  
Ajuntament de Vitoria-Gasteiz  
a.isasmendi@vitoria-gasteiz.org

Joana Acha-Morcillo  
Dept. de Processos Psicològics Bàsics i el seu Desenvolupament  
Grup HAEZI  
Universitat del País Basc  
Euskal Herriko Unibertsitatea  
joana.acha@ehu.eus

Florencia B. Barreto-Zarza  
Dept. de Processos Psicològics Bàsics i el seu Desenvolupament  
Grup HAEZI  
Universitat del País Basc  
Euskal Herriko Unibertsitatea  
flor.barreto@ehu.eus

Alaitz Etxaniz-Aranzeta  
Dept. de Processos Psicològics Bàsics i el seu Desenvolupament  
Grup HAEZI  
Universitat del País Basc  
Euskal Herriko Unibertsitatea  
alaitz.etxaniz@ehu.eus

Fernando Olabarrieta-Artetxe  
Dept. de Processos Psicològics Bàsics i el seu Desenvolupament  
Grup HAEZI  
Universitat del País Basc  
Euskal Herriko Unibertsitatea  
fernando.olabarrieta@ehu.eus

Patricia Roncallo-Andrade  
Dept. de Processos Psicològics Bàsics i el seu Desenvolupament  
Grup HAEZI  
Universitat del País Basc  
Euskal Herriko Unibertsitatea  
croncallo001@ikasle.ehu.eus

## Bibliografia

- American Academy of Pediatrics Council on Communications and Media (2016). Media and young minds. *Pediatrics*, 138 (5) e20162591.
- Asmussen, K. (2012). *The evidence-based parenting practitioner's handbook*. Routledge.
- Baker, S., Morawska, A. i Mitchell, A. (2019). Promoting Children's Healthy Habits Through Self-Regulation Via Parenting. *Clinical child and family psychology review*, 22(1), 52-62. Doi: 10.1007/s10567-019-00280-6
- Campaign for a commercial-free childhood (2012). *Selected research on screen time and children*. <https://commercialfreechildhood.org/?s=kids+and+screens>
- Carson, V., Spence, J. C., Cutumisu, N. i Cargill, L. (2010). Association between neighborhood socioeconomic status and screen time among preschool children: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 10(1),1-8. Doi: 10.1186/1471-2458-10-367
- Daly, M., Bray, R., Bruckauf, Z., Byrne, J., Margaria, A., Pečnik, N. i Samms-Vaughan, M. (2015). Family and parenting support: Policy and provision in a global context, innocent insight. *UNICEF office of research*. [https://www.unicefirc.org/publications/pdf/01%20family\\_support\\_layout\\_web.pdf](https://www.unicefirc.org/publications/pdf/01%20family_support_layout_web.pdf)
- Gobierno Vasco (2018). Plan Interinstitucional de Apoyo a las Familias de la CAE para el periodo 2018-2022. Dirección de Política Familiar y Diversidad/Consejería de Asuntos Sociales. [https://www.euskadi.eus/contenidos/plan\\_departamental/20\\_plandep\\_xileg/es\\_def/adjuntos/IV%20Plan%20Interinstitucional%20de%20Apoyo%20a%20las%20Familias%20de%20la%20CAE%202018\\_2022.pdf](https://www.euskadi.eus/contenidos/plan_departamental/20_plandep_xileg/es_def/adjuntos/IV%20Plan%20Interinstitucional%20de%20Apoyo%20a%20las%20Familias%20de%20la%20CAE%202018_2022.pdf)
- Hale, L., Kirschen, G. W., LeBourgeois, M. K., Gradisar, M., Garrison, M. M., Montgomery-Downs, H. i Buxton, O. M. (2018). Youth screen media habits and sleep: sleep-friendly screen behavior recommendations for clinicians, Educators, and Parents. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 27(2), 229-245. Doi: 10.1016/j.chc.2017.11.014
- Kildare, C. A. i Middlemiss, W. (2017). Impact of parents mobile device use on parent-child interaction. *A literature review. Computers in Human Behavior*, 75, 579-593. Doi: 10.1016/j.chb.2017.06.003
- Lavigne, H. J., Hanson, K. G. i Anderson, D. R. (2015). The influence of television coviewing on parent language directed at toddlers. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 36, 1-10.
- L'Ecuyer, C. (2015). *Educación en la realidad*. Plataforma Editorial.
- L'Ecuyer, C. (2019). El uso de las tecnologías digitales en la primera infancia: entre eslóganes y recomendaciones pediátricas. *Lectura digital en la primera infancia*. CERLALC (UNESCO).
- Lissak, G. (2018). Adverse physiological and psychological effects of screen time on children and adolescents. *Literature review and case study. Environmental research*, 164, 149-157. Doi: 10.1016/j.envres.2018.01.015

- Máiquez, M. L., Rodrigo, M. J., Hidalgo, V., Amoros, P., Martínez-Gozález, R. A., Arranz, E. B., ... Balsells, M. A. (2019). Protocolo de buenas prácticas en parentalidad positiva. Su elaboración y estudio piloto. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 425-436. Doi: 10.17060/ijodaep.2019.n1.v2.1477
- McClelland, M., Geldhof, J., Morrison, F., Gestsdóttir, S., Cameron, C., Bowers, E., ... Grammer, J. (2018). *Self-regulation. In Handbook of life course health development* (p. 275-298). Springer, Cham. Germany.
- Morris, A. S., Robinson, L. R., Hays-Grudo, J., Claussen, A. H., Hartwig, S. A. i Treat, A. E. (2017). Targeting parenting in early childhood: A public health approach to improve outcomes for children living in poverty. *Child Development*, 88(2), 388-397. Doi: 10.1111/cdev.12743
- Nwankwo, F., Shin, H. D., Al-Habaibeh, A. i Massoud, H. (2019). Evaluation of children's screen viewing time and parental role in household context. *Global Pediatric Health*, 6, 1 –11. Doi: 10.1177/2333794X19878062
- Neumann, M. M. (2015). Young children and screen time: Creating a mindful approach to digital technology. *Australian educational computing*, 30(2). Recomendación Rec. 19 (2006). Comité de ministros a los estados miembros del Consejo de Europa. Políticas de apoyo al ejercicio positivo de la parentalidad. Recuperado de: <http://www.coe.int/t/dg3/youthfamily> (adoptada por el Comité de Ministros el 13 de diciembre de 2006 en la 983ª reunión de los delegados de los ministros).
- Rodrigo, M. J., Amoros, P., Arranz Freijo, E., Hidalgo García, M., Máiquez Chaves, M. L., Martín, J. C., Martínez, R.A. i Ochaíta, E. (2015). *Guía de buenas prácticas en parentalidad positiva. Un recurso para apoyar la práctica profesional con familias*. Ministerio de Sanidad / FEMP.
- Semenov, A. D. i Zelazo, P. D. (2019). Mindful Family Routines and the Cultivation of Executive Function Skills in Childhood. *Human Development*, 63(2), 112-131. Doi: 10.1159/000503822.
- Servicio de Infancia y Familia, Haezi-Etxadi (2019). Programa de Parentalidad Positiva del Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz. Colección temas municipales. Servicio de publicaciones del Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz. (D.L. Vi-501/2019)
- Tambalis, K. D., Panagiotakos, D. B., Psarra, G. y Sidossis, L. S. (2018). Insufficient sleep duration is associated with dietary habits, screen time, and obesity in children. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 14(10), 1689-1696. Doi: 10.5664/jcsm.7374
- Stiglic, N. y Viner, R. M. (2019). Effects of screentime on the health and well-being of children and adolescents: a systematic review of reviews. *BMJ open*, 9(1), e023191. Doi: 10.1136/bmjopen-2018-023191
- Swartz, M. K. (2017). Taking Another Look at Screen Time for Young Children. *Journal of Pediatric Health Care*, 31(2), 141. Doi: 10.1016/j.pedhc.2017.01.006
- Tandon, P. S., Zhou, C., Lozano, P. y Christakis, D. A. (2011). Preschoolers' total daily screen time at home and by type of child care. *Journal of Pediatrics*, 158, 297-300. Doi: 10.1016/j.jpeds.2010.08.005

- 
- 1 Els continguts del document de suport van prendre com a referència d'inici les recomanacions generals de l'Acadèmia Americana de Pediatria (American Academy of Pediatrics, 2016; Swartz 2017); posteriorment, l'equip universitari i l'equip tècnic del servei d'infància van acordar els continguts finals.

Es pot descarregar el document complet en l'adreça d'Internet següent: <https://www.vitoria-gasteiz.org/docs/wb021/contenidosEstaticos/adjuntos/es/59/80/85980.pdf>

---