



XAVIER CERVERA

Els pares donen mòbils o tauletes als nens més que no pas a les nenes, i especialment als de temperament més nerviosos

Fer servir el mòbil per calmar els nens petits té efecte rebot

Un estudi constata la relació entre l'ús de tecnologia i el control de les emocions

LEYRE FLAMARIQUE
Barcelona

La música amanseix les feres i, els telèfons mòbils, els nens. L'abús de dispositius electrònics per ocupar i calmar els fills pot comportar un efecte rebot. Un nou estudi publicat a la revista *JAMA Pediatrics*, en què s'ha fet un seguiment de centenars de famílies durant un any i mig, revela una associació bidireccional entre l'ús de pantalles amb aquest objectiu i una dificultat de control emocional per part dels nens, especialment els nois. "Fer servir dis-

positius mòbils per calmar un nen petit sembla una eina temporal i inofensiva per reduir l'estrès a la llar, però pot tenir conseqüències a llarg termini si es tracta d'una estratègia tranquil·litzadora habitual", afirma la investigadora Jenny Radesky, pediatra a la Universitat de Michigan (EUA).

Molts pares es veuran identificats amb la següent escena: la seva criatura comença a plorar desconsolada i, com per art de màgia, la visualització de dibuixos al mòbil de l'adult la tranquil·litza.

Un estudi publicat el 2020 per Radesky i el seu equip va

concloure que més d'un terç dels nens participants, uns 350 menors nord-americans d'entre 3 i 5 anys, tenia el seu propi dispositiu mòbil que feia servir aproximadament dues hores al dia. Un 15% arribava a passar 4 hores o més diàries enganxats a la pantalla.

El treball de l'equip de Jenny Radesky va buscar fer llum sobre aquesta qüestió. Per això va monitorar 422 progenitors, pràcticament representats per mares, i 422 nens i nenes de 3 a 5 anys des d'agost del 2018 fins al gener del 2020. En l'estudi, hi van avaluar les associacions, en les dues direccions, entre

l'ús dels dispositius mòbils per calmar els fills i el funcionament executiu i també la capacitat de regulació emocional dels nens.

El funcionament executiu implica una sèrie d'habilitats per desenvolupar tasques que impliquin diversos passos, certa organització o control d'informació. Per exemple, les funcions executives permeten mantenir l'atenció i la concentració.

Aquesta capacitat més la regulació emocional representen processos mentals complexos amb bases de desenvolupament que s'assenten entorn de

les edats dels nens de l'estudi. A més, totes dues exerceixen un paper central en l'acompliment escolar i és per això que representaven l'objectiu del grup d'investigadors. L'estudi va tenir en compte el temperament de base dels menors i el desenvolupament assolit en les dues capacitats esmentades anteriorment.

Els resultats van mostrar que els nois i els més nerviosos, amb menor autocontrol de les emocions o de comportament,

El recurs pot limitar l'aprenentatge d'altres maneres de gestionar les reaccions explosives

rebién més sovint el mòbil per calmar-se. El mateix passava en el sentit contrari, ja que també hi havia una associació entre un ús més freqüent del mòbil i nens amb moltes enriades.

La relació era molt més robusta quan la regulació emocional estava pel mig en comparació amb capacitats més relacionades amb aquestes funcions executives.

En altres paraules, els pares donen les pantalles en més proporció als nois amb més rebequeries i una emocionalitat més intensa.

Aquest hàbit pot portar a les famílies a tenir menys possibilitats d'aprendre altres maneres de gestionar explosions d'emocionalitat semblants. De manera que els nens tendeixen a continuar les seves rebequeries i, els pares, a donar-los el mòbil per calmar-los.

"Utilitzar una distracció com un dispositiu mòbil no ensenya una habilitat, només distreu el nen de com se sent. Els petits que no desenvolupen aquestes capacitats durant la primera infantesa compten amb més probabilitats de tenir dificultats quan estan estressats a l'escola o amb els seus companys a mesura que creixen", diu la investigadora, si bé afegeix que l'ús ocasional de les pantalles amb aquesta finalitat és una aplicació realista.●