



Ciudad de México, miércoles 5 de enero de 2022  
No. 007/2022

## BOLETÍN DE PRENSA

En Día de Reyes, el IMSS recomienda regalos didácticos que estimulen la imaginación y creatividad de los niños

- Los dispositivos electrónicos como Tablet, computadoras o celulares, no son recomendables para menores, sino hasta después de los 3 años de edad.

El Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) recomienda que los regalos para niñas y niños en Día de Reyes sean de acuerdo con su edad, seguir las recomendaciones de los fabricantes de juguetes y preferir los que son didácticos, porque estimulan la imaginación y la creatividad de los menores.

La doctora Claudia Jazmín Martínez Radilla, psiquiatra infantil y de la adolescencia del Seguro Social, indicó que los juguetes didácticos ayudan a desarrollar la creatividad de los niños, estimulan su imaginación, les ayudan a ser más independientes y a que también tengan mejor coordinación viso-motora cuando los manipulan.

La especialista de la Unidad Médica de Alta Especialidad Hospital de Pediatría del Centro Médico Nacional Siglo XXI, resaltó la importancia de usar estos objetos de entretenimiento siempre acordes con la edad, pues de lo contrario el niño se puede frustrar al no entender las reglas con las que se juega.

Afirmó que dispositivos electrónicos como televisor, Tablet, computadora o celular son recomendables para los niños, pero con límites de tiempo.

“De 3 a 5 años lo recomendable es media hora; de 6 a 9 años el máximo es una hora, y para los adolescentes, 2 horas al día”, señaló.

Expuso que cuando se da paso a la tecnología también debe ser de acuerdo con la edad, sobre todo en el caso de videojuegos que ya vienen etiquetados por los fabricantes, no obstante, algunos padres de familia no siguen estas pautas.

La doctora Martínez Radilla expresó que en el caso de los videojuegos también debe tomarse en cuenta el factor etario, ya que la alteración en el neurodesarrollo



del menor provoca que tengan respuestas rápidas, pero no tolerancia a la frustración.

Si se usan adecuadamente, dijo, pueden ayudarles en coordinación viso-motora, en cuestiones manuales y si participan varios integrantes, pueden ayudarles también a trabajar en equipo.

Comentó que con el uso de dispositivos móviles se afecta el sentido de la vista, por la longitud de onda de luz azul que manejan las pantallas, incluso daño en la retina.

Si los menores juegan muy tarde se retarda la producción de melatonina, lo que traerá alteraciones en el sueño con repercusión en la concentración y en el crecimiento, expuso la especialista.

Recordó que en edades tempranas el cerebro de los niños está en desarrollo, proceso que termina después de los 20 años.

Martínez Radilla manifestó que en los adolescentes el neurodesarrollo puede verse afectado, haciendo que no tengan un buen control de los impulsos ni una autorregulación, porque a través de la pantalla usan videojuegos violentos y pueden recibir demasiados estímulos y quedar híper estimulados, sin saber qué hacer con toda esta hiperactividad.

Por ello, la especialista sugirió que los aparatos eléctricos no pueden dejarse en el cuarto de los niños, sino en un área que sea familiar para evitar su uso indiscriminado.

“Los papás tienen que hablar previamente con los niños sobre lo que ellos consideran que es permitido y también lo que se considera aceptable para las reglas de la familia”, refirió.

--- oOo ---