

## LOS EFECTOS DE LA TELEVISIÓN EN LOS NIÑOS

La televisión es un medio de comunicación de masa que penetra en la mayoría de los hogares. El mirar televisión es uno de los pasatiempos más importantes de mayor influencia en la vida de niños/as y adolescentes. Mientras la televisión puede entretener, informar y acompañar a los niños/as también puede influenciarlos de manera indeseable. Los niños entre 2 y 3 años están un promedio de 2 horas y media delante del televisor. Se afirma que la televisión socializa de modo no intencional. Enseña sin darse cuenta y no ejerce control sobre lo que está enseñando. Aún así, se dice que educa, de ella se aprende por imitación de los modelos de comportamientos que exhibe. Por eso, el hábito de ver la tele todos los días está despertando una gran preocupación por parte de muchísimos padres, sobre la calidad de los contenidos que están siendo asimilados por sus hijos/as, como también sobre qué postura deben tener delante de sus hijos/as en cuanto a la costumbre de ver la tele.

La televisión posee la peculiaridad de presentar **estímulos visuales y auditivos**, los cuales son más efectivos que los visuales o auditivos por sí mismos, por ello un medio sumamente eficaz en comparación con los demás medios de comunicación social. Es indudable que es una fuente efectiva para la creación y formación de actitudes en los niños/as ya que desde temprana edad, son sometidos a su influencia sin poseer otro tipo de información.

### 1.- LA TELEVISIÓN Y LA SOCIALIZACIÓN

Cada vez hay más actos de **violencia gratuita**. La mayoría de estudios confirman que está aumentando el número de escenas con violencia física, psicológica y sexual e las películas y series de televisión. Con mucha frecuencia estas escenas están descontextualizadas y no tiene en cuenta que provocan la corrosión y disolución de los valores sociales y culturales más íntegros de la persona, sobre todo, de los niños/as. La imagen de la sociedad por parte del cine y la televisión está distorsionada. Cine y televisión aportan, códigos de conducta basados en relaciones de poder y conjuntos de valores no siempre compatibles con una sociedad democrática. Es característico el incremento notable de la violencia en televisión, unido al aumento del tiempo de exposición de niños/as y jóvenes a la televisión, pudiendo dejar marcas con efectos negativos en su proceso de socialización y más en el mundo actual en que la estructura familiar en muchos casos es frágil o inexistente. Así en nuestra sociedad la televisión funciona como un medio que proporciona experiencias y conjuntos de valores de referencia por medio de los cuales el individuo interpreta y organiza la información que tiene sobre la sociedad y es esta información la que le orienta en su vida cotidiana.

### 2.- LA TELEVISIÓN Y LOS NIÑOS

★ Los niños/as son los más perjudicados. Los niños/as más que nadie, sufren el impacto de la televisión de tal manera que acaban adoptando pautas de comportamiento y formas de pensar inducidas, en gran parte, por este medio de comunicación, ya que no estamos preparados para saber ver, escuchar y mirar la televisión.

Las imágenes de los primeros años de vida, son las representaciones que con más huellas se forman en nuestra mente. Los niños/as son **excelentes imitadores**, aprenden a comer, vestirse, utilizar el sanitario e interactuar con los demás. Gracias a que los padres y otras personas constantemente les muestran como se hacen esas cosas, además los niños/as no son especialmente selectivos en lo que imitan (malas palabras, conductas inapropiadas, etc.), a veces parece como si nada escapara a la atención de los niños/as pequeños, aunque la imitación no es el único mecanismo de aprendizaje que tienen los niños/as, es el primero y sienta las bases de aprendizaje futuro. Como los niños/as imitan permanentemente a la gente que los rodea, es lógico que también imiten a las personas que ven en la televisión o en el cine.

Los niños/as pequeños no son los únicos que imitan a los personajes de la pantalla, parece que en la actualidad muchos adolescentes se comportan y visten de forma parecida a sus iguales televisivos. A lo largo de la vida imitamos a los demás para aprender cosas nuevas y reforzar nuestra identidad con un grupo particular.

La televisión introduce en los más pequeños una versión de **la violencia como algo positivo**, como forma de conseguir el bien de salvar a la humanidad. El héroe cargado de armas matando a los malos, se convierte en bueno y en salvador. Esa violencia es aceptada incluso por muchos de los padres, que trasladan su inseguridad y miedo a sus pequeños/as matriculándolos en todo tipo de cursos de defensa personal. ***El control televisivo que deben ejercer los padres es fundamental.***

Los dibujos animados es otra forma de aprendizaje en la que el niño/a puede aprender normas, conceptos y actitudes de sus héroes favoritos. Es función de los padres regular esta información para poder educar en buenos valores. Si el niño/a ve dibujos violentos, no podemos esperar que se comporte tranquilo/a, actuará por imitación y ejecutará los movimientos de su héroe. Tengamos en cuenta que es eso, el héroe, y por eso es idolatrado. Cuando el niño/a es pequeño necesitará héroes que le ayuden a formarse en la amistad, la paz, el compañerismo, la tolerancia, etc., en el mercado existen infinidad de artículos con estos mensajes. Los dibujos es los que aparecen pandillas de amigos del barrio que se meten en problemas y entre todos los solucionan, escenas en el colegio, discusiones y enfados con amigos, etc., serán más acordes a la realidad de nuestro hijo/a y le enseñaran mejores actitudes hacia sus compañeros y amigos que unos dibujos basados en el espacio interestelar o en monstruos inexistentes. En la primera infancia, hasta los 5 ó 6 años podremos enseñarles dibujos, cuentos o juegos que ayuden a aprender conceptos y cosas nuevas, por ejemplo, las horas, los números, los días de la semana, etc., también podremos incluir los valores morales como compañerismo, amistad, etc.

### 3- EFECTOS NEGATIVOS DE LA TELEVISIÓN EN LOS NIÑOS

Los resultados de las investigaciones no suelen llegar al público general, hay cientos de artículos que documentan los **efectos negativos** de los medios de comunicación en los niños/as y en la juventud, sobre todo los efectos de violencia que muestran. Los niños/as que ven televisión durante más horas son **más agresivos y pesimistas, menos imaginativos y empáticos**, tienden a ser **más obesos y no son tan buenos estudiantes** como los niños/as que ven menos televisión. Cada vez es mayor la preocupación por las consecuencias de la violencia en los medios de comunicación y sus efectos en los niños/as. La exposición repetida a la violencia en la televisión es una de las causas del comportamiento agresivo, el crimen y la violencia en la sociedad. La evidencia científica procede tanto de estudios realizados en laboratorios como de la vida real. La violencia de la televisión afecta a los niños de ambos sexos, de todas las edades y de todos los niveles socioeconómicos y de inteligencia. Médicos, terapeutas, maestros y profesionales dedicados a la juventud están haciendo todo lo posible por ayudar a los jóvenes que, influenciados permanentemente por imágenes que alteran la violencia impulsiva, encuentran cada vez más difícil manejar las inevitables frustraciones de la vida cotidiana. Los intereses económicos, de las cadenas televisivas, que son los grandes transmisores de información, impiden que los resultados de las investigaciones respecto a los efectos nocivos de la televisión en nuestros niños/as lleguen al público.

La **violencia, la sexualidad, los estereotipos de raza y de género y el abuso de drogas y alcohol**, son temas comunes en los programas de televisión. Los niños/as impresionables pueden asumir que lo que se ve en televisión es lo normal, es seguro y es aceptable. Por consecuencia, la televisión también expone a los niños/as a tipos de comportamiento y actitudes que pueden ser abrumadores y difíciles de comprender.

La televisión se ha convertido en un poderoso factor ambiental que influye en **conductas, actitudes y valores**.

La toma de consciencia y la supervisión de los padres, así como la discusión, son variables esenciales para prevenir los posibles efectos nocivos sobre los niños/as.

La violencia suele ser el resultado de la interacción de **factores personales, sociales y ambientales**. La violencia excesiva en los medios de comunicación contribuye a la delincuencia, aunque es un factor que se puede invertir, sencillamente, debemos contarle a nuestros hijos historias que favorezcan su sano desarrollo y afiancen las conductas positivas en lugar de permitir que los medios de comunicación fomenten las conductas negativas. No debe de sorprender que los niños/as que ven mucha televisión sean más pesimistas que los que ven menos televisión. Esos niños/as han estado expuestos a un mundo de violencia, sexo, mercantilismo y traición muy por encima de su capacidad emocional. La televisión puede ser un instrumento eficaz para el desarrollo y enriquecimiento humano, puede enseñar a los niños **nuevas habilidades, ampliar su visión del mundo y promover actitudes y conductas prosociales**. Sin embargo, la televisión comercial tiene objetivos diferentes del desarrollo personal y cultural. Su objetivo es hacerse a la audiencia y los intereses económicos.

La televisión es un medio de penetración y que en los niños/as surte efecto en las **áreas emocionales, cognoscitivas y conductuales**, es decir influye en sus intereses y motivaciones hacia objetos comerciales o hacia la formación integral del niño/a. Como resultado de la repetición de violencia en los medios de comunicación de masas hay un **decremento en la sensibilidad emocional del niño/a ante la violencia**. La observación de escenas de dolor, horror y sufrimiento resulta en sentimientos que son descargados en forma continua durante o después de la observación de programas de contenido violento. La escena de violencia constituye una desproporcionada fuerza de impacto en la televisión, hasta el punto de que, en mayor o menor grado, se pueda tomar por real lo ficticio. Por otra parte, hay un incremento en la agresión y la capacidad de ser violento o agresivo con otros. Además, los niños/as demuestran mayor agresividad en sus juegos y prefieren seleccionar la agresión como respuesta a situaciones conflictivas. La violencia de la televisión induce a conductas agresivas en niños/as. Gran proporción de las conductas agresivas son **aprendidas por observación** y retenidas por largos períodos de tiempo. Los niños/as pueden aprender conductas agresivas a través de la observación de modelos simbólicos presentados por la pantalla de televisión. Los niños/as que en con frecuencia programas de televisión de contenido violento, se convierten en apáticos a la violencia de la vida real. Los niños/as también pueden aprender a creer que las conductas agresivas son una solución aceptable a la provocación, ya que en los programas violentos estas conductas son vistas como moralmente justificables.

La televisión afecta a las áreas emocionales, cognoscitivas y conductuales de los niños/as. Influye en sus intereses y motivaciones y en su formación integral.

La publicidad televisiva proyecta **estereotipos** relacionados con aspectos **raciales, sociales, culturales, sexuales**, así como también **hábitos alimentarios** (obesidad infantil). La exagerada representación de imágenes corporales perfectas puede contribuir a l problema de la anorexia nerviosa, sobre todo en adolescentes, debido a la ansiedad que provoca. Más de la mitad de la publicidad contiene información errónea, engañosa o ambas, pero que los niños/as creen como verdadera. De tal manera que, la televisión no sólo ofrece sino que impone experiencias, condicionamientos a nuestros niños/as, pues ellos/as son el principal blanco hacia el cual van dirigidos la mayoría de anuncios comerciales.

Pero quitando la violencia, los niños/as también pueden aprender algo positivo de la televisión. Algunos valores sociales como la cooperación, la amabilidad con los demás y también algunos aspectos relacionados con su escolaridad. Todo dependerá de la orientación y control que tengan sus padres.

Los resultados de varios trabajos sobre **dibujos animados** emitidos en las televisiones de ámbito estatal se encuentra que:

- \* La mayoría de los poseen en algún momento alguna manifestación de violencia.
- \* La violencia está presente también en otro tipo de programas, pero parece existir consistencia en que los tres tipos de programas que más violencia poseen son las películas, los dibujos animados y las teleseries.
- \* Por lo que se refiere a la banda horaria, es preciso destacar dos cuestiones: la banda más violenta es por la mañana desde un punto de vista cuantitativo (mayor número de programas), y la violencia más extrema es la nocturna.
- \* Respecto al tipo de violencia, ésta suele ser sobre todo física, y en menor medida verbal o de otros tipos. Suele tratarse de una violencia sin explicaciones ni a veces siquiera elementos desencadenantes. Se arremete a menudo como mera diversión a veces como mera costumbre.
- \* No existe un día especialmente violento en la televisión, si bien los sábados suelen ser más problemáticos.

#### 4.- EDUCAR PARA VER LA TELEVISIÓN

Según los expertos, antes de los 8 años, ningún niño/a puede diferenciar la realidad de la fantasía. Entre los 8 y 14 años, no logran hacerlo en temas relacionados con el sexo y las drogas, y no es hasta los 15, 16 ó 17 años que comprenden que todo es fantasía y entretenimiento, a menos que los padres o la escuela se los expliquen antes, que es lo que hacen los denominados programas de educación en medios.

Los padres pueden ayudar a sus hijos a tener experiencias positivas con la televisión. Los padres deben de:

- Mirar los programas con los hijos y aprovechar para crear una comunicación familiar.
- Escoger programas apropiados para el nivel de desarrollo del niño/a.
- Poner límites a la cantidad de tiempo que pasan ante la televisión (a diario y por semana).
- Explicar al niño/a la diferencia entre realidad y ficción, vincular los actos a las consecuencias y contrarrestar

todo aquello que atente contra valores elementales.

☑ Controlar el tiempo que los niños/as ven la televisión, consumir televisión de forma ilimitada no es apropiado.

☑ Evitar los dibujos animados que muestren a sus personajes sufriendo. Eso es muy común en las grandes películas de dibujos animados, en las que el niño/a se angustia al identificarse con el personaje. No hay evidencia de beneficios en que un niño/a sufra al ver una película infantil.

☑ La televisión no es una niñera, se debe evitar la tentación de acudir a ella como única forma de entretenimiento o diversión.

☑ Antes de encender la televisión, es importante saber lo que se va a ver y no encender la tele para ver los que hay... creando el hábito de apagar la televisión cuando se termine el programa.

☑ Cuando los niños/as ven la televisión en su cuarto, disminuye la capacidad de los padres para supervisar los contenidos.

☑ Aprender a ver publicidad. Son los padres y los educadores los que deben enseñar a los más jóvenes la realidad "engañosa" del mundo comercial.

☑ Apagar la televisión durante las horas de las comidas y del tiempo de estudio.

☑ La televisión no debe interferir en los horarios de sueño de los niños/as en los que además, se concentran los contenidos menos indicados.

☑ Apagar los programas que no les parezcan apropiados para el niño/a.

## 5.- OTROS CONSEJOS

☞ Hay que fomentar en los niños/as **aficiones alternativas** a la televisión, compartiéndolas con ellos. Puede ser útil que elaboremos una lista con las tareas que componen su uso del tiempo e intentemos reequilibrar este reparto de manera más beneficiosa para el niño/a.

☞ Para **crecer sanos**, los niños/as y los jóvenes deben escuchar y ver cuentos, leer, hacer deporte y entretenerse con juguetes convencionales que cumplen importantes funciones educativas.

☞ Los adultos deben **compartir** con los niños/as estas aficiones. En general, un niño/a prefiere pasar el rato participando en cualquier actividad con sus padres que ninguna otra cosa.

☞ Los niños/as deben pasar la mayor parte del tiempo al **aire libre**. Deberíamos evitar que, en los días soleados, se queden en casa viendo la televisión.

☞ Los niños/as necesitan afecto, tiempo y atención. Debemos impedir que la televisión se convierta en su única compañía.

☞ Sedentarismo. El consumo excesivo de televisión también tiene consecuencias sobre la salud del niño/a. es responsabilidad de los padres que el niño/a desarrolle hábitos saludables en cuanto a horas de sueño, alimentación y ejercicio físico.

## 6.- BIBLIOGRAFÍA

📖 Albero Andrés, M. (1984): "La televisión didáctica". Barcelona: Mitre.

📖 Alonso Erausquin, M.; Matilla, L.; Vázquez, M. (1980): "Los teleniños". Barcelona: Laia.

📖 Eduard Estivill Sancho y Montse Doménech: "Lila ve la tele + CD". Guía de cuentos infantiles para educar al niño a ver la tele.

📖 Hodge, B. y Tripo, D. (1988): "Los niños y la televisión". Barcelona". Planeta.

📖 Masterman, L. (1993). "La enseñanza de los medios de comunicación". Madrid: De la Torre.