

**Interrogantes sobre posibles efectos en el proceso de
mentalización del uso de pantallas digitales en la primera
infancia (0 24 meses)**

Grupo de Estudio de AUDEPP

“Nuevos desafíos a la psicoterapia psicoanalítica”

Lic. Rossana ABOY

Lic. Carolina BADO

Lic. Patricia CABOT

Lic. Olga CASTRO

Lic. Lilian CERVIERI

Lic. Gabriela GÓMEZ PLATERO

Montevideo, mayo 2020

Resumen

En el presente trabajo nos proponemos indagar el efecto que puede ocasionar el uso de las pantallas digitales en niños y niñas de 0 a 24 meses. Partimos de la teoría del Apego y la Teoría basada en la Mentalización y sus desarrollos conceptuales sobre la construcción de la subjetividad, en tanto sostienen la presencia de un otro que regule y signifique las experiencias del niño/a pequeño como un requisito fundamental para el desarrollo de una realidad psíquica adecuada. Desde este marco nos preguntamos ¿cuál sería el efecto cuando el dispositivo tecnológico sustituye la presencia del otro?. Aportamos finalmente evidencias clínicas e investigaciones realizadas por diferentes organismos nacionales e internacionales dedicadas a la salud en la infancia que advierten las consecuencias negativas del uso negligente de las pantallas en la primera infancia.

Summary

The purpose of this study is to investigate the effects that the use of digital screens in children aged 0 to 24 months may produce. Our starting points are the Theory of the Attachment and the Theory based on the Mentalization and their conceptual developments on the construction of the subjectivity, as far as they imply the presence of an “other” that regulates and gives a meaning to the experience of the small child as a fundamental requirement for the development of a proper psychic reality. From that mainframe we wonder what would be the effects when the technological device replaces the presence of the “other”. We finally contribute clinical evidences and investigations conducted by various national and international organizations devoted to the childhood health that warn of the negative consequences of a negligent use of the screens on the early childhood.

Este trabajo es producto de un grupo de estudio de AUDEPP “Nuevos aportes a la psicoterapia psicoanalítica”.

A partir de la constatación del uso de pantallas digitales en la primera infancia comenzamos a investigar al respecto y llegamos a formularnos las siguientes preguntas

- ¿Qué efectos puede tener en el desarrollo del “proceso de mentalización” el uso de las pantallas digitales en niños y niñas de 0 a 24 meses?
- ¿Cómo impacta ese uso en los vínculos interpersonales en esta etapa evolutiva?
- Cuando el uso de las pantallas sustituye sistemáticamente el intercambio vincular ¿cómo impacta en la subjetividad?
- ¿Qué diferencias habría entre el ofrecimiento de las pantallas digitales y otros objetos que se le ofrecen al niño/a?

Parte del presente trabajo ha sido presentado en el “VI Congreso AUDEPP, X FLAPPSIP “Figuras actuales de la violencia” (2019) en una modalidad de taller, en el que presentamos pequeños videos que relevamos en internet, para disparar la discusión y análisis.

En el anexo del trabajo les adjuntamos el link de acceso a la presentación del trabajo con los videos.

Marco teórico conceptual

Nuestras interrogantes sobre los efectos en el proceso de mentalización por el uso de las pantallas digitales en la primera infancia se fundamentan en la Teoría del Apego y en la Teoría basada en la Mentalización, así como los enfoques teóricos del desarrollo psíquico temprano. Fonagy P (1994) “Jugando

con la realidad psíquica y su funcionamiento en personalidades borderline.”
Rev. de Psicoanálisis. Bs As.

La realidad psíquica, no está dada desde el origen, sino que será conformada a lo largo del desarrollo como producto de la interacción con los otros significativos para el bebé. Incluye tanto procesos psicológicos como biológicos.

La mentalización se define como “ un proceso mental bajo el cual un sujeto en forma explícita e implícita interpreta las acciones de él mismo y de los otros como comprensibles en base a estados mentales intencionales, como pueden ser deseos, necesidades, sentimientos, creencias, ideas, afectos, razones”
Bateman,A y Fonagy , P (2005) “Psychotherapy for borderline personality disorder”

Esta capacidad de mentalizar o modalidad reflexiva podrá alcanzarse alrededor de los 4 o 5 años, siempre y cuando se hayan dado las condiciones necesarias para su consolidación. Se constituye a través de un proceso intersubjetivo, bebé-padres, bebé- cuidador, bebé- hermano, hermana mayor.

La capacidad reflexiva de las figuras de apego darán como resultado la conformación de un self coherente en el niño, producto de un adecuado espejamiento de sus estados mentales por parte de su cuidador. Supone que la madre, el padre o el cuidador del bebé pueda preguntarse y establecer hipótesis sobre los estados emocionales del niño/a fundamentalmente sobre :

- lo que pueda estar sintiendo en situaciones de ansiedad.
- lo que pueda estar pensando, imaginando, recordando.
- lo que pueda estar necesitando hacer a través de las manifestaciones conductuales de desborde.(Lecannelier, 2009)

Así, la capacidad de mentalizar permitiría dar respuestas satisfactorias, a partir de la construcción de hipótesis acertadas de lo que le sucede al infante.

Cuando las dificultades del espejamiento por parte de los padres se da en forma reiterada, lleva a dificultades en la constitución del self, tanto a nivel de la coherencia como del logro de sus funciones, especialmente la autorregulación de los afectos.

La capacidad para representar los propios estados mentales es un requisito fundamental para el desarrollo de la identidad.

La mentalización alude no sólo a los procesos cognitivos sino también al descubrimiento de los afectos a través de los vínculos primarios, permitiendo una adecuada regulación afectiva.

Son factores de riesgo del vínculo primario del bebé con sus figuras de cuidado (Unicef 2012):

- la inestabilidad, cambio frecuente de rostros y rutinas
- falta de ritmos y rutinas previsibles en la vida cotidiana
- trato negligente
- la violencia en todas sus formas
- la hiperestimulación

Estos factores de riesgo pueden llevar como consecuencia tanto a la desorganización , como al retraimiento.

Dichos factores dan cuenta de lo que Allen, Fonagy y Bateman (2018) denominan “ceguera mentalizadora”, que impide implementar respuestas satisfactorias para los cuidados del bebé, violencia mentalmente ciega que pone en riesgo el desarrollo del bebé en todas las áreas. Es un signo de alarma que tenemos que considerar en pos de la detección temprana de posibles dificultades. “Son signos de alarma aquellas situaciones que se presentan regularmente, con intensidad fuerte o moderada y que desbordan la capacidad de tolerancia y contención de los cuidadores primarios”. (Unicef, 2019)

Organismos internacionales dedicados a la salud en la infancia (OMS, BID, UNICEF, Asociaciones de Pediatría) están actualmente abocados, partiendo de

evidencias clínicas e investigaciones, a advertir de las consecuencias negativas del uso negligente de las pantallas digitales.

Análisis del Material

En el análisis de los videos de bebés frente a pantallas, en esta etapa temprana del desarrollo en la que nos estamos centrando, observamos cómo las mismas son altamente atractivas para el bebé y como pueden ser ofrecidas por el adulto como objeto calmante.

La fascinación que provocan en el niño lo expone a la inatención y a quedar expuesto a la hiperestimulación.

Observamos las dificultades en retirar el objeto de la manipulación del niño, ofreciendo alternativas de contención a través de otros mediadores.

El objeto pantalla es una propuesta de entretenimiento, no de juego, frente a la que el niño pasivamente puede permanecer durante mucho tiempo. Hay diversos estudios que arrojan resultados contundentes con respecto al tiempo de exposición de los niños pequeños a las pantallas . En EEUU en la década del 70 la primera exposición de los niños era a los 4 años, en el 2010 es a los 4 meses, .(BID, 2019), coincidiendo con la aparición del primer Ipad.

En el Uruguay la Encuesta de Nutrición, Desarrollo Infantil y Salud ENDIS (2018) incluye la siguiente pregunta para los niños menores de 24 meses :

“ Durante el día de ayer,¿cuánto tiempo estuvo (Nombre) frente a una pantalla como TV ,computadora, tablet, videojuegos, celular?

Anote cantidad de horas y minutos ” (ENDIS Pregunta 300, de la 2da cohorte, 2018)

Del análisis de los datos Endis 2018 (Fitermann, P. 2020) se desprende que:

En los niños de 0 a 12 meses

- el 77,86 % no estuvo expuesto a pantallas el día anterior a la aplicación de la ENDIS.
- el 22 % si tuvo una media de 72 minutos de exposición a pantallas (con una desviación estándar de 66 minutos y un percentil de 50% expuesto a 60 minutos)

En estos estudios las variables negativas pueden encontrarse sub declaradas por lo que el número de niños expuestos a pantallas en este rango etario puede ser mayor.

En los niños y niñas de 12 a 23 meses se encuentra que

- el 36,86 % no estuvo expuestos a pantallas el día anterior a la aplicación de la ENDIS.
- el 63,14 % estuvo expuesto una media de 80 minutos (con una desviación estándar de 57 minutos y una mediana de 60 minutos)

Es significativo el salto de los niños y niñas que no estaban expuestos a pantallas de 0 a 12 meses a los que sí estuvieron expuestos a partir de los 12 a los 23 meses de edad.

La Academia Norteamericana de Pediatría recomienda la no exposición a pantallas de niños menores de 18 meses , de 18 a 24 meses solo acompañados por adultos y con aplicaciones de calidad y de 2 a 5 años menos de una hora diaria. (BID, 2019)

En la misma línea

El bebé pasivamente recibe un bombardeo de estímulos, que para poder transformarse en juguete y juego, sería imprescindible la presencia del otro que traduzca dando sentidos y dosificando la forma de uso.

La presentación sistemática de la pantalla como objeto calmante da cuenta de las dificultades de los cuidadores del niño en dar respuestas satisfactorias a las necesidades del mismo.

Podemos pensar que hay situaciones ambientales y/ o cuidadores con mayor vulnerabilidad, en las que se puede recurrir a las pantallas incidiendo negativamente en el desarrollo emocional del niño. Características temperamentales del niño también pueden incidir en la forma de demanda hacia el cuidador, quien al no encontrar otras formas de cuidado apele en sistemáticamente al uso de las pantallas. Esta es una señal que puede dar cuenta de la “ceguera mentalizadora” del adulto con consecuencias en la forma de vincularse con el niño pequeño.

Es esperable que los cuidadores adquieran una actitud y habilidad para preguntarse por los estados emocionales del niño/a: ¿ qué puede estar sintiendo, imaginando o recordando ?; ¿qué puede necesitar hacer o expresar a través de su conducta de acuerdo a la etapa del desarrollo en la que se encuentra?.

La situación actual puede exponer a los cuidadores del niño a la sobreexigencia de las tareas laborales y familiares y de crianza. La tecnología puede ofrecerse como un servicio para la crianza . Trabajar en este aspecto es fundamental para advertir los riesgos que supone y derribar el mito de la estimulación cognitiva positiva que las nuevas tecnologías pudieran ofrecer al niño pequeño.

Como sostiene Fonagy la capacidad de mentalizar se desarrolla en el niño a medida que se encuentra representado en la mente parental. El espejamiento realizado por las figuras significativas va dotando de significado la experiencia del niño, camino hacia el desarrollo de la identidad y la regulación afectiva.

Conclusiones

Desde una mirada interdisciplinaria de las razones, hoy consensuadas, para limitar el uso de las pantallas destacamos las siguientes:

- Tienen a desarrollar emociones adictivas, incentivan al niño/a a dar respuestas constantes, a través del círculo de recompensa de la dopamina. Recientes investigaciones concluyen que el exceso de dopamina provoca muerte neuronal generando envejecimiento cerebral. (Fattore, M. 2019)
- Fomentan el sedentarismo y como consecuencias la obesidad.
- Alteraciones del sueño por el impacto de la luz azul en la secreción de la melatonina.
- Problemas visuales.
- El uso excesivo de las pantallas es un factor de riesgo para el desarrollo mental infantil, pudiendo generar retrasos globales del desarrollo, dado que provoca:
 - Inatención e hiperactividad.
 - Disminución del vocabulario y trastornos del lenguaje
 - Retraso psicomotor
 - Limitación la capacidad de socialización.
 - Mayor riesgo de depresión y ansiedad infantil.

Este trabajo tiene como objetivo indagar sobre el efecto de las pantallas digitales en el desarrollo de la subjetividad en la primera infancia (0 a 2 años).

Reafirmamos el impacto negativo cuando el uso de las mismas suple el contacto con un otro referente significativo para el niño/a que mediatice, regule y convierta ese uso, de un objeto, en un encuentro de intercambio placentero entre dos personas que se relacionan y juegan. Requisito básico para un desarrollo saludable.

Referencias Bibliográficas

- Bateman, A y Fonagy , P (2005) “Psychotherapy for borderline personality disorder” Oxford.Oxford University Press
- ENDIS, Encuesta de Nutrición Desarrollo Infantil y Salud (2018) recuperado de <http://www.ine.gub.uy/endis>
- Fattore, M (2019) “ El cerebro de los niños expuestos a las pantallas “ Trabajo presentado en Jornada Forum Infancias “ Pantallas :sus efectos en la producción de la subjetividad Infancias y adolescencias Hoy Desafíos e intervenciones en Clínica y Educación . Buenos Aires
- Fitermann, P. (2020) Datos ENDIS Cohorte 2018 (inédito)
- Guía de Desarrollo emocional de 0 a 3 “ Clave para la infancia “ (2012) Unicef. Recuperado de http://files.unicef.org/ecuador/Desarrollo_e.mocional_0a3_simple.pdf
- Lanza Castelli (2008) “La mentalización en la práctica clínica. Reseña del libro Allen, Fonagy, Bateman” *Aperturas psicoanalíticas Revista*

Internacional de Psicoanálisis. Recuperado de <http://www.aperturas.org/articulo.php?articulo=630>

- Lecannelier F. (2009) “El uso de la mentalización y la regulación emocional en programas de intervención temprana para el fomento de la seguridad en el apego “ CAVS Santiago de Chile. Recuperado de <https://aprenderly.com/doc/3412277/el-uso-de-la-mentalización-y-la-regulación-emocional-en-p...>
- Lecuyer Catherine (2012) ¿Cómo educar en el asombro? Barcelona Plataforma Editorial.
- Martínez Gómez. 2019 “Cuántas horas de tecnología digital para la primera infancia “ Primeros pasos BID Recuperado de <https://blogs.iadb.org/desarrollo-infantil/es/tecnologia-digital/>
- Winnicott, D. (1963), Exploraciones Psicoanalíticas I. Paidós, Buenos Aires.
- Winnicott, D. (1965), Los procesos de maduración y el ambiente facilitador. Paidós, Buenos Aires.
- Winnicott, D. (1971), Playing and Reality. London: Tavistock

ANEXO

<https://prezi.com/view/qs5nqWgf04nvUjiiq52jb/>