

**Formación en mediación digital para padres de familia del barrio Portal de Bolívar de la
ciudad de Tunja (Boyacá)**

Dina Arely Vega Castañeda

Asesora

Diana Carolina Suárez Díaz

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias de la Educación ECEDU

Licenciatura en Pedagogía Infantil

2025

Resumen

Este documento es el resultado de un ejercicio de investigación formativa, desarrollado como opción de grado, que permitió reflexionar sobre la práctica pedagógica y la investigación educativa. El estudio se llevó a cabo en la ciudad de Tunja, en el barrio portal de Bolívar donde se trabajó con las familias de esta comunidad más específicamente con padres y madres de niños en edades entre 5 y 8 años. El objetivo general fue instruir a los padres de familia sobre la importancia de permitir que los niños y las niñas utilicen correctamente las pantallas y cómo su rol depende para que tengan un buen manejo de estas y así se convierta en una herramienta útil para el bienestar y aprendizaje de la infancia, utilizando un enfoque cualitativo y experimental en el que se puso en juego la participación de talleres, charlas y videos reconociendo sus efectos en el correcto desarrollo y bienestar de los niños y las niñas.

Palabras clave: Familia, pantallas, desarrollo, infancia, aprendizaje.

Abstract

This document is the result of a formative research exercise, developed as a degree option, which allowed us to reflect on pedagogical practice and educational research. The study was carried out in the city of Tunja, in the Portal neighborhood of Bolívar, where we worked with the families of this community, more specifically with fathers and mothers of children between 5 and 8 years old. The general objective was to instruct parents about the importance of allowing boys and girls to use screens correctly and how their role depends on them having good management of them and thus becoming a useful tool for the well-being and learning of children, using a qualitative and experimental approach in which the good use and management of screens was put into play, recognizing their effects on the development and well-being of children.

Keywords: Family, screens, development, childhood, learning.

Tabla de Contenido

Introducción	7
Caracterización	9
Planteamiento del Problema	12
Pregunta de Investigación	14
Objetivos	15
Objetivo General	15
Objetivos Específicos.....	15
Marcos de Referencia	16
Referentes Conceptuales	16
Padres de Familia	16
Metodologías de Acompañamiento Digital	16
Uso de las Tic.....	16
Talleres y Charlas	17
Videos Formativos	17
Infancia	17
Referentes Teóricos	17
Referentes Técnicos	20
Referentes Legales	21
Referentes Éticos	21
Herramientas y Métodos	23
Enfoque y Tipo de Estudio	23
Unidad de Análisis	24

	5
Técnicas para la Recolección de Datos.....	24
Categorías para el Análisis de Datos	24
Resultados.....	26
Acercamiento de la Población a la Variable	26
Experimentación	28
Identificación de Variaciones	32
Análisis y Discusión	34
Referencias Bibliográficas	42
Apéndices.....	45

Lista de Apéndices

Apéndice A <i>Muestras de investigación</i>	45
--	----

Introducción

En esta nueva era tecnológica, el uso correcto de los dispositivos móviles por parte de los niños, viene siendo un tema fundamental a tratar para velar por su seguridad, correcto desarrollo y bienestar, ya que, excederse en esta actividad, les puede generar consecuencias graves tanto en su salud mental, como física, por esta razón es importante educar a los padres de familia sobre la forma correcta de acompañar a sus hijos en esta actividad.

De este modo, se aborda esta investigación en el barrio Portal de Bolívar de la ciudad de Tunja, en el cual se observó una problemática que afecta a los niños en edades de 5 a 8 años que habitan dentro de estos hogares, en donde se presentaba un uso excesivo de los dispositivos móviles, asumiendo el rol de los padres de familia como principal causa de este acontecimiento, debido a que no tienen la autoridad con sus hijos, ni el control sobre el tiempo que utilizan estos aparatos y tampoco había una supervisión de los contenidos que observan a través de estos, esta situación se estaba afectado por el mal manejo de los padres de familia ante esta actividad excesiva por parte de sus hijos, debido a esto, se quiso investigar acerca de este tema para poder encontrar soluciones que beneficien tanto a los niños, como a las familias y la sociedad futura. Así que para dar solución a esta problemática, se concluyó que es importante que los padres de familia sean educados sobre el uso correcto de los dispositivos móviles por parte de sus hijos a través del aprendizaje de metodologías de acompañamiento digital.

Haciendo un énfasis en los autores que respaldan este estudio, Ponce de León, Rivas y Castillo (2017) mencionan que “es importante que la familia, se comprometa con ser guía de niños, en el uso de Internet, sin caer en supuestas barreras generacionales estereotipadas, que los llevan a desentenderse de ello, dejándolos solos en un mar infinito de contenidos e información, para el que aún carecen de criterios claros que les permita evaluar lo que reciben.

En este estudio se utilizó un enfoque de investigación cualitativa, en donde se quiso promover el uso de metodologías de acompañamiento digital en los padres de familia por medio de su participación en talleres, charlas y videos formativos, haciendo uso de técnicas de recolección de datos como entrevistas semiestructuradas, análisis de las reacciones y respuestas por parte de los padres de familia en cada experiencia que vivieron en los encuentros virtuales, también se utilizaron cuestionarios que sirvieron como herramienta para valorar el proceso.

Como resultado, en esta investigación se pudo lograr que los padres de familia aprendieran a acompañar eficazmente a sus hijos en la utilización de los dispositivos móviles a través la puesta en práctica de las estrategias enseñadas en cada uno de los encuentros programados en este estudio, en donde alcanzaron acuerdos mutuos luego de reflexionar sobre los peligros que hay en internet, las consecuencias que genera el uso excesivo de pantallas y la importancia de utilizar correctamente estos dispositivos para sacar un provecho beneficioso en el aprendizaje, desempeño académico y personal de sus hijos. Además de esto, se puede observar a través de este estudio cómo los padres de familia lograron poner límites y normas en cuanto al tiempo de uso de los dispositivos móviles por parte de sus hijos de una manera fácil e interesante.

Caracterización

Esta investigación se realiza con la comunidad del barrio Portal de Bolívar ubicado en la ciudad de Tunja del departamento de Boyacá, está situada sobre la cordillera Oriental de los Andes, es reconocida por su historia, cultura, religión y su gran impacto en el desarrollo social y educativo debido a su interés y compromiso por brindar conocimientos de calidad a sus habitantes, brindando así buenas oportunidades de progreso, ya que se considera un centro educativo y un destino de riqueza gastronómica y cultural. Al norte de esta ciudad, residen diferentes familias, algunas en viviendas propias y otras en viviendas tomadas en arriendo, esto varía según el nivel socioeconómico de cada familia habitante de allí.

La población con la cual se llevará a cabo este estudio está conformada por algunos padres y madres de niños en edades de 5 a 8 años, estos padres de familia tienen edades que oscilan entre los 30 y 45 años, su ocupación varía en diferentes oficios según su nivel social, educativo y económico, algunos padres y madres son bachilleres, otros tienen una carrera universitaria, por lo tanto, algunos son profesionales y otros se desempeñan en oficios varios como atención al cliente y ventas, el nivel socio económico de estas familias es de estrato medio en donde pueden brindarle a sus hijos una vida y atención de calidad cubriendo sus necesidades básicas.

Algunos de estos niños asisten a colegios de educación privada, donde reciben una educación más integral que los niños que asisten a escuelas públicas quienes no tienen el mismo acceso a recursos, materiales y tecnología. La conformación de estas familias difiere, ya que algunas están conformadas por madre y padre que viven juntos, como en otras los niños viven solo con sus madres.

Los padres de familia del barrio Portal de Bolívar de la ciudad de Tunja necesitan aprender a manejar correctamente las tecnologías de información y comunicación (TIC), ya que al no recibir consejos y orientaciones sobre el correcto uso de los aparatos tecnológicos por parte de sus hijos, se ve afectado directamente el bienestar y aprendizaje de los niños y las niñas, al no poner límites en el tiempo y la forma en que sus hijos utilizan la tecnología, causando daños en su correcto aprendizaje y desarrollo, no solamente cognitivo, sino físico, emocional y social, ya que no es bueno excederse con el uso de las tecnologías, pero tampoco excluirlas totalmente de la vida de los niños pues en esta nueva era ellos deben desenvolverse en ellas y usarlas, pero correctamente. Por lo tanto, es importante que estas familias objeto de estudio, aprendan estrategias, métodos y rutinas efectivas que les permita enseñar y educar a sus hijos sobre cómo darle un uso beneficioso y favorable a la tecnología para así obtener buenos resultados y sobre todo no poner en riesgo su salud y bienestar.

Algunos aspectos que influyen en contra para que los padres hagan esto efectivo, es el planear una rutina en la cual se controle la información y el tiempo en que los niños tienen a su disposición las pantallas ya que los padres muchas veces dan el celular a sus hijos para que no los interrumpan o para mantenerlos ocupados, sin reflexionar en este daño que se les causa.

Otros factores externos que influyen en el aprendizaje es que algunos padres y madres de familia deben trabajar todo el día fuera de casa, así que sus hijos se quedan solos con el celular, videojuegos, televisión, internet, etc.; sin supervisión de un adulto para verificar qué contenido están viendo y cuánto tiempo duran en estas pantallas, igualmente, como se mencionó, el nivel social y económico de los niños varía, por tal motivo no todos tienen las mismas oportunidades, así como unos tienen en su casa diferentes aparatos tecnológicos, otros solo cuentan con un

celular y en sus colegios la tecnología que hay es limitada para ciertos grados, estos aspectos afectan de una u otra manera el aprendizaje y bienestar de los niños y las niñas.

Planteamiento del Problema

Los padres de familia del barrio Portal de Bolívar de la ciudad de Tunja participantes de esta investigación, utilizan las pantallas en sus vidas y las de sus hijos permitiéndoles explorar diferentes aplicaciones, juegos y demás contenido que hace que se desempeñen muy bien en el manejo de estas tecnologías, sin embargo no tienen un control en el uso correcto por parte de sus hijos, causando afectaciones en su comportamiento, salud, bienestar y desarrollo, a pesar de esto las familias tienen todo el interés por conocer métodos y estrategias para que puedan utilizar correctamente estos dispositivos.

Los padres y madres de familia conocen sobre la importancia de tener un control en la forma en que sus hijos utilizan las pantallas y han optado por reducir el tiempo de uso, a cambio de esto deciden compartir tiempo de calidad juntos, sin embargo cuando deben ocuparse o cuando sus hijos se aburren, inmediatamente les entregan el celular durante muchas horas para que no los interrumpan, esto hace que ocurra un retroceso debido a que los niños no tienen una rutina, límites, reglas y normas claras.

A los padres de familia se les dificulta poner límites y encontrar soluciones para que sus hijos utilicen correctamente las pantallas, por esta razón se halla la necesidad de que reciban un apoyo y guía para hacerlo de una forma correcta donde sus hijos aprendan a manejar estos aparatos en un tiempo limitado, observando contenidos educativos y con supervisión. Así que en este estudio se incluye una nueva variable, a través de talleres, charlas y videos, haciendo uso de recursos digitales se quiere guiar en este proceso a los padres y brindarles formación en metodologías de acompañamiento digital, por lo tanto, si los padres de familia reciben talleres y recursos digitales sobre el uso responsable de las pantallas, podrán establecer rutinas, normas y límites adecuados que favorezcan el desarrollo integral de sus hijos.

Existe una brecha en la manera en que los padres de familia ofrecen y les permiten a sus hijos utilizar las pantallas, aunque hay interés de los padres, existe poca formación específica en metodologías de acompañamiento digital en contextos familiares, esto causa algunas consecuencias negativas en la vida de los niños afectando su comportamiento, salud física, mental y emocional, como también su relación personal, familiar y social, generando enfermedades, comportamientos inadecuados y obstruyendo su correcto desarrollo, ante esta situación, los padres necesitan aprender rutinas, prácticas, formas, estrategias y métodos en los cuales supervisen y enseñen a sus hijos a controlar el tiempo de uso y la calidad del contenido que observan estos dispositivos móviles.

Pregunta de Investigación

¿Cómo promover el uso de metodologías de acompañamiento digital en los padres de familia del barrio Portal de Bolívar de la ciudad de Tunja (Boyacá) a través de talleres, charlas y videos durante el segundo semestre del 2025?

Objetivos

Objetivo General

Promover el uso de metodologías de acompañamiento digital en los padres de familia del barrio Portal de Bolívar de la ciudad de Tunja (Boyacá) a través de talleres, charlas y videos durante el segundo semestre del 2025.

Objetivos Específicos

Explorar el acercamiento de los padres de familia del barrio Portal de Bolívar de la ciudad de Tunja (Boyacá) a la asistencia y observación de talleres, charlas y videos.

Movilizar las metodologías de acompañamiento digital en los padres de familia a través de la experimentación de talleres, charlas y videos.

Reconocer cambios o variaciones en las metodologías de acompañamiento digital en los padres de familia una vez se pone en marcha los talleres, charlas y videos.

Marcos de Referencia

Referentes Conceptuales

Padres de Familia

Los padres de familia son aquellas personas más importantes en la vida de los niños y las niñas, quienes apoyan su desenvolvimiento e interacción en la sociedad, con las demás personas y con su entorno, de ellos depende la seguridad, bienestar y cuidado que merecen tener, ellos son quienes velan para que sus derechos sean respetados y cumplidos, quienes enseñan a sus hijos educación de valores, emocional, comportamental y aprendizajes que permite que se desarrollen de una forma integral, convirtiéndolos en buenos seres humanos que aportan de gran medida a la sociedad. (Huayamave, K. V. G., Benavides, B. B., & Sangacha, M. M. 2019). Soler, Aparicio, Díaz, y Rodríguez (2016) refieren que: “Desde la infancia nuestro bienestar viene determinado por las relaciones positivas con nuestros padres y familiares” (p. 37). De esta manera los padres de familia son quienes deben enseñar a sus hijos el uso correcto de las Tic y para esto, deben estar preparados y conocer diferentes metodologías que les permita hacer esto realidad.

Metodologías de Acompañamiento Digital

Permiten que se pueda apoyar el proceso de uso de los dispositivos digitales a través de métodos efectivos con el fin de que se lleve a cabo un correcto manejo de las mismas, en el caso de la infancia, esta compañía digital por parte de sus padres es indispensable para ser guiados correctamente en este mundo de las tecnologías.

Uso de las Tic

Las Tecnologías de la Información y la Comunicación son herramientas digitales que permiten poder acceder a diferentes contenidos como videos, juegos, imágenes, redes sociales, contenido educativo, textos, por medio de bases de datos que permiten encontrar cualquier

contenido que se esté buscando y de este modo descargar aplicaciones, información y contenido solicitado a través del uso de dispositivos móviles como teléfonos, computadores, tabletas, etc.

Talleres y Charlas

Encuentros propuestos con un propósito donde se busca enseñar o formar a diferentes personas acerca de algún tema o asunto importante que ayude a mejorar la situación principal que lleva a este encuentro, por ejemplo, promover en los padres de familia el uso de metodologías para que acompañen a sus hijos en el uso correcto de las TIC.

Videos Formativos

A través de videos formativos se puede enseñar diferentes contenidos importantes para el aprendizaje de los receptores de esta información, quienes tienen la oportunidad de poder observar estos videos a través de cualquier dispositivo móvil en el momento que deseen y las veces que sean necesarias para su mayor comprensión.

Infancia

Se concibe a la infancia como sujetos de derechos, personas parte de la sociedad, esta etapa abarca desde el momento del nacimiento hasta la adolescencia y es donde más los niños y las niñas deben ser guiados por los adultos que los rodean, siendo esta una etapa en donde deben potenciar sus máximos aprendizajes, competencias y habilidades tanto familiares, personales, físicas, psicológicas, sociales y emocionales.

Referentes Teóricos

Grandales ValdésL., Luque AguilarL., & Domínguez AlbearY. (2021). Afirman que la niñez es una etapa indispensable para la vida del ser humano y es aquí donde los niños y las niñas adquieren aprendizajes, conocimientos, valores, rutinas, comportamientos que les permite poder relacionarse correctamente consigo mismos y con los demás, por lo tanto en esta etapa, el

rol de la familia es muy importante, pues de ellos depende que esto sea posible. Ahora en esta nueva era, las Tic están dentro de la vida de las personas incluidos los niños, por lo tanto, la familia como principal educador debe brindar el acompañamiento necesario y adecuado para que sus hijos utilicen estas tecnologías de manera correcta y eficaz, de lo contrario los niños y las niñas al abusar de las pantallas podrían sufrir consecuencias como TDAH, trastorno de coordinación, retrasos en el desarrollo, habla ininteligible, dificultades de aprendizaje, trastornos del procesamiento sensorial, ansiedad, depresión y trastornos del sueño afectando su correcto desarrollo asociados al uso excesivo de las tecnologías en alarmante aumento.

La mediación parental es importante, porque les permite a los padres y cuidadores tener un buen manejo y uso de estas tecnologías por parte de sus hijos, pero esto requiere que se haga de una forma correcta. Existen tres formas de hacer esta mediación: mediación restringida; los padres asumen un rol en que creen que la solución está en no darles a sus hijos dispositivos móviles y excluirlos totalmente de las tecnologías; mediación permisiva, los padres están totalmente despreocupados del uso que sus hijos hacen y les permiten utilizar los dispositivos cuando deseen, el tiempo que deseen y observen contenido inapropiado para su edad, por otro lado se encuentra la mediación activa, esta es efectiva ya que permite que los padres mantengan una supervisión, y estén abiertos a enseñar a sus hijos a cómo darle un buen uso a estas tecnologías, dialogando y llegando a acuerdos, estos padres no restringen, pero tampoco son permisivos, ayudando así a sus hijos a mejorar su comportamiento, desarrollo, aprendizaje y bienestar (Yubero, Larrañaga, Navarro y Elche, 2018; Özgür, 2016; Uhls y Robb, 2017).

Ponce de León, Rivas y Castillo (2017) señalan la importancia de que la familia, se comprometa con ser guía de niños, en el uso de Internet, sin caer en supuestas barreras generacionales estereotipadas, que los llevan a desentenderse de ello, dejándolos solos en un mar

infinito de contenidos e información, para el que aún carecen de criterios claros que les permita evaluar lo que reciben. Independientemente del conocimiento que los padres y las madres tengan sobre las TIC, se espera que desempeñen un papel mediador en el uso que los niños y las niñas hacen de estas herramientas. Esto con el fin de que, por una parte, se prevengan posibles riesgos que pueden encontrar en la Red, como el acceso abierto a información no apta para ciertas edades o el contacto con personas desconocidas que pudieran dañar su integridad; y, por otro lado, se promueva el aprovechamiento de este recurso para el aprendizaje, el desarrollo de su creatividad, la participación social y la defensa y protección de sus derechos. (Moreno-Carmona, N. D., Marín-Cortés, A., Cano-Bedoya, V. H., Jaramillo-Suárez, A. M. y

Ossa-Ossa, J. C. (2022)

Para que los padres de familia acompañen a sus hijos en el uso de las tecnologías, es importante que comprendan la forma correcta de hacerlo, esto debe ser de una forma activa a través de empatizar con sus hijos, comunicarse acertadamente para solucionar la situación, sin quitar las pantallas de sus vidas de manera impulsiva, y tampoco designándoles toda la libertad de su uso. Como padres es necesario estar atentos a los contenidos que observan sus hijos, la calidad, el tiempo, y los comportamientos que generan en ellos, pero esto es un reto debido a que los padres no tienen conocimiento de las tecnologías de la información y comunicación, esto hace que no puedan enseñar a sus hijos a controlar correctamente estas tecnologías. En efecto, la falta de alfabetización digital en los padres es una dificultad para la mediación en el aprendizaje de sus hijos.

Los talleres dirigidos a padres de familia sobre el manejo de dispositivos móviles permiten que adquieran las competencias necesarias para brindar un correcto acompañamiento a sus hijos, adquiriendo conocimientos útiles, como el uso correcto de estas tecnologías y la

importancia de su papel como padres en la vida virtual de sus hijos. Estos talleres deben ser activos en donde los padres tengan la posibilidad de aplicar estos aprendizajes en su vida diaria con sus hijos. Muppalla et al. (2023) resalta que es importante que los padres sean capacitados mediante entornos virtuales para que puedan tomar conciencia de su uso y generar cambios de hábitos de consumo tecnológico de sus hijos. Balarezo et al. (2018); Llumiquinga et al. (2022) sugieren que es necesario proveer a los padres y madres información que les permita identificar y seleccionar los mejores entornos o recursos virtuales, así como juegos que faciliten el desarrollo tanto cognitivo como social de los niños, y que no sean solo un modo de mantenerlos ocupados mientras los padres realizan sus actividades.

Referentes Técnicos

Para que los padres de familia acompañen mejor a sus hijos en el manejo de los dispositivos móviles es importante que aprendan metodologías para hacerlo de una manera correcta, así mismo, el Ministerio de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (MinTic) a través de su programa “Ciberpaz” aprobado en Agosto de 2025, busca promover el uso de las tecnologías por parte de los niños, padres, docentes y comunidad en general, con el fin de invitarlos a informarse y utilizarlas de una forma segura y adecuada, a través de talleres que hablan sobre una crianza digital responsable, para que se obtengan beneficios de su uso, bien sea en el aprendizaje de las mismas o a través de estas para algún fin. Del mismo modo el ICBF apoya y respalda al (MinTic) ya que ha creado otro programa que favorece a los niños y las niñas al momento de utilizar estas herramientas tecnológicas y es la estrategia llamada “internet sano” creada en Julio de 2002, con la cual se busca evitar aquellos peligros y riesgos a los que se ven enfrentados los niños al momento de utilizar estas tecnologías, previniendo daños en su seguridad, desarrollo, bienestar y aprendizaje.

Referentes Legales

La constitución Política de Colombia de 1991 en su Artículo 44; ha establecido que la familia, el estado y la sociedad deben velar por el cuidado y protección de los niños y las niñas, de tal manera, esta ley respalda la importancia de que los padres de familia sean responsables también de proteger, cuidar y velar por el bienestar de sus hijos como sujetos de derecho, así que cuidarlos del uso excesivo de la tecnología, es cuidar su bienestar para que puedan desarrollarse efectivamente y de manera integral, previniendo afectaciones en su salud mental y física, en su aprendizaje, en la manera en que se relaciona consigo mismo, con su familia y la sociedad.

La ley 1098 de 2006 (Código de Infancia y Adolescencia) Respalda los derechos de los niños y las niñas en Colombia en donde se protege su vida con el fin de que esta sea de calidad, donde se brinden los cuidados necesarios, cubriendo cada una de sus necesidades y velando por su integridad y seguridad, de esta manera los padres de familia aparte de cubrir las necesidades básicas de sus hijos, deben procurar que su vida no esté en riesgo y esto tiene que ver también con el riesgo que viven los niños al no tener supervisión cuando utilizan dispositivos móviles, al no realizar actividad física por el tiempo de uso excesivo, y al no adquirir aprendizajes útiles que les permitan tener un desarrollo cognitivo, físico, social y emocional correcto y adecuado, es deber de los padres educar a sus hijos en el buen manejo de estas tecnologías para así asegurar su bienestar y desarrollo integral.

Referentes Éticos

En este estudio se respetan los valores y derechos de los participantes, en este caso padres de familia, niños y niñas; tomando en cuenta sus opiniones, intereses y sugerencias, ninguna información personal ha sido o será puesta en este documento sin consentimiento alguno.

Se mantiene el trato respetuoso y digno, aclarando la búsqueda de aspectos por mejorar con el propósito de incidir positivamente en la comunidad y dentro de los hogares para el bienestar y buen desarrollo de los niños y las niñas.

Herramientas y Métodos

Enfoque y Tipo de Estudio

En este estudio se maneja la investigación acción como método investigativo con el fin de recopilar datos, analizar y reflexionar acerca las opiniones y experiencias vividas por parte de los participantes a través de su participación activa, para así poder dar solución a la problemática planteada.

Esta investigación se fundamenta en el enfoque cualitativo, este es apropiado ya que consiste en comprender, analizar, observar y recolectar datos sobre comportamientos, rutinas, pautas de crianza, conocimientos y acciones que realiza el grupo a observar, por lo tanto es el enfoque más adecuado debido a que no se necesita el control ni análisis numérico, sino que permite poder describir a profundidad las observaciones, opiniones y muestras recogidas.

Como lo mencionan (Lichtman, 2023 y Morse, 2012, p.32),

Sí, el investigador es quien, mediante diversos métodos o técnicas, recoge los datos (él es quien observa, entrevista, revisa documentos, conduce sesiones, etc.). No sólo analiza, sino que es el medio de obtención de la información. Por otro lado, en la indagación cualitativa los instrumentos no son estandarizados, sino que se trabaja con múltiples fuentes de datos, que pueden ser entrevistas, observaciones directas, documentos, material audiovisual, etc. Estas técnicas se revisarán más adelante. Además, recolecta datos de diferentes tipos: lenguaje escrito, verbal y no verbal, conductas observables e imágenes.

Unidad de Análisis

Este estudio se llevará a cabo con la comunidad del barrio Portal de Bolívar de la ciudad de Tunja con padres y madres de niños en edades de 5 a 8 años, estos padres de familia tienen edades que oscilan entre los 30 y 45 años.

Técnicas para la Recolección de Datos

En este estudio se hará la recolección de datos principalmente a través de la entrevista semiestructurada virtual con el fin de conocer aquellos saberes previos que tienen los padres de familia sobre el tema de estudio.

También se movilizará por medio de la creación de videos para mostrar a los padres de familia en donde se habla sobre la importancia de que aprendan metodologías de acompañamiento digital para sus hijos y del mismo modo se formarán por medio de talleres y charlas virtuales para profundizar en el tema de estudio.

Por último, para valorar el proceso de esta investigación y los logros alcanzados por parte de los participantes, se creará un cuestionario virtual en el que los padres de familia podrán expresar sus conocimientos alcanzados, el impacto que generó este proyecto dentro de sus hogares y posibles aspectos por mejorar.

Categorías para el Análisis de Datos

Dispositivos móviles: Los dispositivos móviles se han convertido en una importante herramienta en la vida cotidiana, tanto en el plano laboral, académico, familiar, social y recreativo. Se entiende que son todos aquellos dispositivos electrónicos que son de fácil acceso, uso y portabilidad; entre los más destacados están: los reproductores de música, grabadoras, GPS, lectores de libros, tableta y Smartphone. Siendo estos dos últimos los de mayor uso, pues tienen la capacidad de ejecutar tareas de los anteriores.

Mediación parental: la mediación parental es un tipo de apoyo social que les permite a los padres y las madres discutir con los niños, las niñas y los adolescentes (NNA) acerca de su exposición a situaciones problemáticas derivadas del uso de medios digitales (Wright, 2016).

Uso de pantallas en niños: La adicción a las pantallas en los menores de seis años tiene una incidencia negativa frente al uso excesivo de estos dispositivos ya que disminuye la neuroplasticidad cerebral lo que conlleva consecuencias como una autoestima baja, nivel cognitivo poco desarrollado, problemas conductuales, esto retrasa el crecimiento y desarrollo saludable (Rodríguez, (2019).

Resultados

En esta sección se presentan de manera clara y detallada los hallazgos obtenidos en la investigación, organizados en tres apartados clave en coherencia con los objetivos específicos dispuestos: el acercamiento inicial de la población a la variable, los resultados derivados de la experimentación con la variable, y las variaciones observadas tras su implementación. Los hallazgos se presentan a continuación:

Acercamiento de la Población a la Variable

Para alcanzar el primer objetivo de este estudio, se quiso lograr un acercamiento de los padres de familia al aprendizaje de metodologías de acompañamiento digital con sus hijos a través de charlas, talleres y videos formativos, para esto se ha utilizado primero la técnica de análisis de datos por medio de la entrevista semiestructurada, ésta permitió que se pudiera conocer aquellos saberes que tenían los padres sobre el uso correcto de la tecnología tanto por parte de ellos como de sus hijos, y cómo afrontan este proceso.

Esta entrevista se aplicó a los padres de familia del barrio Portal de Bolívar de Tunja el día 2 de octubre del presente año, de manera virtual a través del recurso digital (Teams) a las 8 am. El objetivo de la entrevista fue conocer a fondo el uso que se les da a los dispositivos móviles dentro de la familia, allí se abordó el tema “preguntemonos acerca del uso de las pantallas dentro del hogar”, la entrevista constó de 5 preguntas abiertas que permitieron escuchar y analizar los argumentos de cada uno de los participantes a través de la libre expresión.

Comenzando con las preguntas, al preguntarle a los padres ¿utilizan los dispositivos móviles en su día a día? todos contestaron que sí, una madre dijo “ahora en esta era es imposible no utilizar por ejemplo el celular porque este es nuestro medio de comunicación y aquí nos enteramos de absolutamente todo lo que pasa”, un padre de familia mencionó “para mí el celular

es un medio de trabajo, pues en la empresa me exigen tenerlo para poder enviar información”, otra madre dijo, “yo trabajo todo el día y allá no me dejan tener celular, pero cuando llego a la casa entro a WhatsApp y Facebook y me pongo al día (risas)”. Al preguntarles ¿les permiten el uso de dispositivos móviles a sus hijos? ¿durante cuánto tiempo?, hubo diferentes respuestas una mamá dijo “claro yo al niño le presto el celular y a veces dura ahí horas, no le da hambre, ni sueño, es como si no estuviera en la casa”, un padre de familia dijo “yo si le presto el celular y el computador a mi hijo, pero máximo una hora porque después es un problema para que me lo entregue”, “una mamá dijo “a mí no me gusta dejar que mi hijo tenga dispositivos móviles a su control, porque pienso que le hago un mal, él sabe que no se los permito manipular”, un papá dijo “yo le presto el celular a mi hijo una sola vez al día durante media hora y él ya sabe que cuando se lo pida me lo debe entregar, o si no, no se lo vuelvo a prestar”, otro papá dijo “le compré un Xbox a mi hijo, pero ahora ya no se quiere despegar de ahí, llega del colegio y hasta para que haga las tareas es un dilema”. En la pregunta sobre ¿qué contenido visualiza su hijo?, un papá dijo, “yo veo a veces que mira muñequitos, no sé cómo se llaman, pero son los que siempre ve”, una mamá dijo, “no sé, supongo que dibujos animados, el me pide el celular y yo se lo presto, pero no me fijo qué mira”.

Se pudo observar que los padres de familia se sintieron interesados en aprender sobre el uso correcto de los dispositivos móviles por parte de sus hijos, por este motivo, al compartir con ellos diferentes videos formativos, invitarlos a participar en talleres y charlas, ellos aceptaron asistir pues sabían que era necesario aprender rutinas y métodos útiles para el bienestar de sus hijos, y ese fue el fin con el que se quiso crear estos encuentros para que los padres de familia no sientan que están perdidos en esta situación, sino por el contrario hay una solución, es solo empezar a crear rutinas, poner límites y estar al tanto de lo que hacen sus hijos.

Los padres de familia se sintieron muy a gusto, pues estos encuentros fortalecieron su saber, pudieron observar estos recursos en momentos libres de sus ocupaciones, ya que, la asistencia a los encuentros fue propuesto en un horario que favorecía su asistencia y participación. Por último, agradecieron por esta investigación porque sienten que haber participado les abrió los ojos para poder entender el daño que están causando a sus hijos y ellos no quieren eso para ellos.

Experimentación

Para lograr el segundo objetivo de este estudio se comenzó con la experimentación de los padres de familia a través de talleres, charlas y videos sobre las metodologías de acompañamiento digital con sus hijos, se procedió a buscar algunos videos formativos sobre el tema del uso correcto de la tecnología dentro del hogar, estos videos fueron enviados directamente a cada padre de familia participante en esta investigación, a sus chats en la red social WhatsApp. En estos videos habla un doctor experto en neurociencia llamado Michel Desmurget quien explica cómo impactan los dispositivos móviles en el desarrollo, crecimiento y bienestar de los niños aclarando primeramente que en este tema influye la manera en que los adultos se relacionan con los dispositivos móviles, pero ésta es totalmente opuesta a la manera en que los niños se relacionan con estos, debido a que su cerebro aún no está desarrollado totalmente y es muy difícil controlar la adicción a estos aparatos. Ante este video los padres de familia respondieron con algunas conclusiones diciendo que definitivamente los niños no deberían tener acceso a dispositivos móviles, otra mamá dijo que es una información muy valiosa porque a veces como padres no dimensionamos lo grave de esta situación hasta que se sale de las manos. Estos videos fueron muy importantes para los padres de familia, les hizo

entender que no es un tema de juego, es muy serio, porque se les está quitando a los niños el placer de tener una vida sana y feliz.

Para los encuentros de los talleres y las charlas se acordó un horario que se acomodó al tiempo con el que contaban los padres de familia participantes, y por medio del recurso digital Teams se programó la reunión el día 8 de octubre del presente año a las 6 de la tarde. Estas charlas y talleres se hicieron con el fin de que los padres de familia conocieran las consecuencias que genera el exceso del uso de pantallas por parte de los niños y aprendieran metodologías de acompañamiento digital.

Mencionando las consecuencias del uso excesivo de dispositivos móviles por parte de los niños se encuentran:

Afectaciones en la salud física y mental: En este punto se menciona a los padres de familia que al utilizar las tecnologías sin un control en su tiempo de uso, los niños presentan problemas en el sueño debido a la radiación de estas pantallas las cuales disminuyen la producción de melatonina e interfieren de manera negativa afectando el sueño tanto en su duración como en su calidad.

Cuando los niños utilizan demasiado tiempo las pantallas en su día a día, su cerebro empieza a crear una dependencia a tal punto que cuando no las utilizan sienten que la vida no tiene sentido sin estas, llegando así a presentar emociones negativas como depresión, ansiedad, tristeza, su vida social se empieza a ver afectada debido a la falta de socialización, esto empieza a afectar su comportamiento, su autoestima y su rendimiento escolar. Al estar demasiado tiempo frente a las pantallas, la actividad física del niño disminuye y esto genera problemas físicos, como obesidad, sobrepeso, disminución de la vista.

Problemas en el desarrollo cognitivo: El uso excesivo de pantallas en los niños afecta su cerebro de forma negativa, esto implica dificultades para prestar atención y concentrarse, llegando a desarrollar Trastornos de Atención e Hiperactividad afectando así su desarrollo y bienestar.

Exposición a contenido inadecuado: En internet existe todo tipo de información que puede afectar los valores y percepciones de los niños, existen peligros virtuales como acoso, cyberbulyn, entre otros riesgos a los cuales los niños están expuestos.

Los padres de familia apoyaron este taller mencionando que es información muy valiosa, que muchos de estos síntomas los han tenido sus hijos, y que nunca pensaron que prestar estos aparatos generara unas consecuencias tan graves, pensaron que era algo leve como dañarse los ojos y ya. Muchos expresaron agradecimiento y preguntaron que quieren poner en práctica metodologías de acompañamiento digital con sus hijos para evitar estas consecuencias que afectan su desarrollo, mencionaron que probablemente podrían ponerlas en práctica, ya que muchas veces intentaron controlar a la fuerza regañando a sus hijos e imponiéndoles que ya dejaran ese celular de lado, pero esto no les funcionaba, pero ahora ven más posibilidades de poder lograrlo, aparte que saben que el comportamiento y rendimiento escolar de sus hijos mejorará.

Por este motivo, se instruyó a los padres de familia sobre metodologías de acompañamiento digital útiles para lograr un control adecuado del uso de los dispositivos móviles dentro del hogar por parte de sus hijos, estas metodologías fueron:

Entablar una comunicación clara y asertiva: Los niños en esta edad comprenden muy bien lo que está bien y lo que no, por lo tanto como padres de familia es importante mantener un diálogo abierto con los hijos, hablando claro acerca del uso de la tecnología, esas consecuencias que genera utilizarlas demasiado tiempo, es importante generar confianza a los niños para que

ellos se sientan en la libertad de preguntar cuando algo les inquieta, de contar a sus padres el contenido que observan. También es necesario hablarles a los niños los peligros que hay en internet y de qué contenidos pueden observar y cuáles no le hacen bien.

Ser esa figura de ejemplo: Muchas veces la adicción tecnológica de los niños comienza por aquello que observan de los padres, siempre ocupados en el celular, no prestan atención a sus comentarios o preguntas, pasan más tiempo con el celular que con sus hijos, todo esto hace que el niño prefiera estar mirando pantallas porque sabe que sus padres también lo hacen y no se interesan en él.

Establecer límites y rutinas claras: Es importante que los padres definan un horario en el cual sus hijos utilizarán las pantallas en donde este no supere una hora de visualización, está comprobado que en este tiempo los daños ocasionados son leves pero al excederse empieza a afectar notoriamente. Se debe fijar un acuerdo en donde los dispositivos móviles no estén presentes durante las comidas, y antes de acostarse a dormir.

Descargar aplicaciones de supervisión en los dispositivos móviles: Estas permiten que como padres puedan estar pendientes del contenido que observan los niños y desde allí se pueden bloquear aquellas aplicaciones, juegos o redes que no les beneficia. Algunas de estas aplicaciones son; Kids360, Famisafe, Norton Family, etc.

Pasar tiempo de calidad: Es primordial el tiempo que comparten los padres con los hijos, ya que esta es la base para que se sientan amados, protegidos y cuidados de este modo se deja de lado el uso de pantallas por distracción o por ausencia emocional, esto permitirá que el niño ya no pase tanto tiempo en los dispositivos, sino que sienta atracción por jugar, pasear, ver películas, entre otras actividades con sus padres, esto permite que puedan tener una salud mental sana.

Apoyo en actividades escolares: Los padres de familia deben ser un apoyo para sus hijos en cada una de las tareas que les dejan del colegio, ya que esto permite que tenga un buen desempeño y que se sientan motivados en este proceso, pues cuentan con la ayuda de sus padres, esto los hace sentir validados, que son importantes y que aprender es divertido.

Identificación de Variaciones

Para cumplir con el tercer y último objetivo se tuvo como propósito reconocer cambios y variaciones de esas metodologías digitales por parte de los padres en el acompañamiento con sus hijos, para esto se creó un cuestionario en el que se evaluaron los aprendizajes alcanzados por los padres de familia y cómo esto influyó en los hábitos dentro de su hogar por parte de sus hijos.

El cuestionario fue creado en google y compartido por medio de WhatsApp en este había diferentes preguntas abiertas como: ¿Puso en práctica las metodologías de acompañamiento digital con su hijo? ¿Qué reacción tuvo su hijo ante estos cambios en su rutina? ¿Qué cambios observó en su hijo? ¿Siente que la situación mejoró? ¿De qué manera?

Ante estas preguntas se pudo recolectar diferentes opiniones de los padres en donde algunos padres mencionaron que sí practicaron estas nuevas metodologías, que no tuvieron inconvenientes porque antes que todo tuvieron un buen diálogo con sus hijos, determinando las nuevas normas para el uso de los dispositivos, mencionando en qué momento los usarían y comentándoles que es por su bienestar, los padres dicen que a partir de estas nuevas reglas, rutinas y hábitos sus hijos mejoraron en su comportamiento y en su control emocional, pues ya no están tan irritados, son más pacientes y ya no piden tanto el celular o los videojuegos, dijeron que ha sido un gran cambio para sus vidas, pues no se trata de quitarles definitivamente el uso de estos aparatos, sino de mantener un control en estos.

En cambio, otros padres dijeron que no es tan fácil, que para ellos que trabajan todo el día es muy complejo lograr esto, en el caso de algunos padres, a los niños sus abuelos los cuidan y les dan el celular, otros se quedan solos en la casa y se quedan viendo muñecos, o el celular durante más de 3 horas, dijeron que aunque la idea está interesante no es tan fácil cumplirla cuando no se cuenta con el tiempo para compartir con sus hijos y estar pendientes.

Análisis y Discusión

Al trabajar esta investigación con los padres de familia del barrio Portal de Bolívar de la ciudad de Tunja se obtuvieron algunos resultados asociados a cada objetivo, que permiten analizar el alcance de la metodología planteada para el presente estudio por lo tanto; principalmente, se recolectó información donde varios padres de familia expresaron que tienen poco control en el uso que sus hijos le dan a las pantallas, sin supervisión en cuanto al tiempo y calidad de contenido que observan en estos dispositivos, se puede decir, que así como algunos padres dan los dispositivos móviles a sus hijos sin un tiempo calculado, otros aunque calculan el tiempo, no supervisan el contenido que ven sus hijos y del mismo modo no hay una comunicación asertiva donde se le explique al niño el por qué no debe excederse en el uso de estos dispositivos móviles y qué contenido debe observar, y esto es debido a que los padres no tenían aún el conocimiento de esta situación que aunque se ve simple es nociva para la vida y salud de los niños. Así que a través de talleres, charlas y videos virtuales se logró dar cumplimiento al segundo objetivo de este estudio que ha sido formar a los padres en metodologías de acompañamiento digital con sus hijos, pues no solo se les habló sobre las consecuencias que genera el uso excesivo de pantallas en los niños, sino sobre algunas estrategias y soluciones que como padres de familia pueden poner en práctica para mejorar esta situación, aunque no todos los padres de familia consideraron fácil llevar a cabo estas estrategias, la mayoría mostraron su interés por dedicarse a cumplir este objetivo con sus hijos. Para poder analizar el impacto de esta investigación y su aplicación en la población a estudiar, como se menciona en el último objetivo de este estudio, por medio de un cuestionario virtual se pudo conocer el alcance de la experiencia vivida por parte de los padres de familia y el impacto de esta investigación en sus vidas, dando un resultado favorable aunque no el deseado, pues aunque

muchos padres de familia transformaron su rutina diaria con sus hijos y la relación con las pantallas, observando cambios positivos en la conducta y bienestar de los niños, otros mencionan lo difícil que es alcanzar esta práctica, pues piensan que no cualquiera lo logra, pero el hecho de que algunas familias hayan podido llevar a cabo las estrategias y metodologías enseñadas en este estudio muestra que este si tiene una efectividad de logro.

Para acercarse a los padres de familia en este estudio, se hizo una recolección de datos a través de una entrevista virtual en la que se pudieron recoger opiniones y situaciones propias de cada padre, se hace énfasis en la manera en que los padres les permiten utilizar los dispositivos móviles a sus hijos, así que, se recogieron datos a través de voces de los padres como “yo a mi hijo le presto el celular todos los días, él dura mucho tiempo ahí pegado y no le da ni hambre, ni sueño, ni nada” o como menciona otra madre de familia “yo no sé qué mira mi hija en el celular, yo se lo presté pero no me fijé en qué mira” otro padre de familia dijo “pues, yo me imagino que debe mirar muñecos”. Estas tres respuestas resaltan la gran problemática hallada, pues se evidenció que los padres de familia no conocían lo que este uso excesivo y sin control de pantallas por parte de sus hijos implica.

Algunos padres expresaron que no sabían qué hacer, que veían muy difícil lograr estos cambios en sus vidas y en su rutina, por lo tanto, quedó en evidencia que los padres si debían ser formados en metodologías de acompañamiento digital con sus hijos para tratar esta problemática.

A través de los videos, charlas y talleres los padres de familia adquirieron aprendizajes significativos que destacaron, pues no solo se les facilitó el método virtual debido a sus jornadas laborales, sino que les pareció muy útiles porque sintieron que es un acompañamiento completo, desde la problemática que presentan hasta las recomendaciones dadas a través de estos para poder dar solución a esto que viven dentro de sus hogares, por lo tanto esta estrategia de formar a

los padres a través de estos encuentros fue muy valiosa porque permitió que también se les pudieran enseñar estando ellos desde sus casas flexibilizando su accesibilidad.

Teniendo en cuenta que, los talleres dirigidos a padres de familia sobre el manejo de dispositivos móviles permiten que adquieran las competencias necesarias para brindar un correcto acompañamiento a sus hijos, adquiriendo conocimientos útiles, como el uso correcto de estas tecnologías y la importancia de su papel como padres en la vida virtual de sus hijos”. Estos talleres activos permiten que los padres tengan la posibilidad de aplicar estos aprendizajes en su vida diaria con sus hijos. Muppalla et al. (2023) resalta que es importante que los padres sean capacitados mediante entornos virtuales para que puedan tomar conciencia de su uso y generar cambios de hábitos de consumo tecnológico de sus hijos.

Esto fue posible gracias a estos encuentros a los cuales asistieron los padres de familia pues allí aprendieron estrategias y métodos útiles en la guía correcta con sus hijos.

En la formación a los padres de familia sobre las metodologías de acompañamiento digital con sus hijos, estos expresaron que cada encuentro fue valioso para ellos, para cada uno de sus hogares, algunos padres pusieron en práctica lo aprendido en estos encuentros, dialogo asertivo y comunicación con sus hijos comentándoles que no hay que excederse en el uso de pantallas, que ahora solo se utilizaría una vez al día estos dispositivos y máximo una hora de tiempo, sus hijos entendieron que estos acuerdos no tenían negociación, pues ellos siempre cedían a estas reglas, pero que ahora entienden que por el bien de sus hijos deben estar firmes. Mencionaron que los cambios en el comportamiento de sus hijos mejoró bastante, pues el impulso de no devolver el dispositivo disminuyó en algunos niños por el tiempo que han dejado de usarlo entonces su adicción bajó, en otros niños porque sus mamás se dieron cuenta que son los contenidos que ven los que los hace cambiar de conducta, por lo tanto les pareció muy

interesante esta investigación realizada porque consideraron que no solo se habló de la problemática, sino que se les dio sugerencias sobre cómo afrontarla.

A comparación de estos padres, hubo otros que mencionaron que fue casi imposible poder cambiar sus rutinas, o llegar a algún acuerdo con sus hijos ya que trabajan todo el día y los dispositivos móviles muchas veces hacen de “niñeras”.

Por lo tanto, no para todos los padres es fácil lograr estas estrategias, debido a su situación laboral o personal, es un problema más profundo porque cada familia tiene diferentes necesidades, problemas, y situaciones que se salen un poco de las manos externas a sus hogares.

En los resultados de este estudio se encuentran algunas similitudes con autores que respaldan esta información, Ponce de León, Rivas y Castillo (2017) mencionan que: “es importante que la familia, se comprometa con ser guía de niños, en el uso de Internet”; por lo tanto, resalto esta teoría ya que cuando estas familias comenzaron a guiar a sus hijos en el uso de los dispositivos móviles se pudo entender la importancia de esta acción porque los cambios y resultados fueron positivos en la conducta y rutina que llevaban los niños y esto gracias a la intervención y control responsable de los padres de familia.

La mediación parental es importante, porque les permitió a los padres y cuidadores tener un buen manejo y uso de estas tecnologías por parte de sus hijos, como es la mediación activa, esta es efectiva ya que permitió que los padres mantengan una supervisión, y estén abiertos a enseñar a sus hijos a cómo darle un buen uso a estas tecnologías, dialogando y llegando a acuerdos, ayudando así a sus hijos a mejorar su comportamiento, desarrollo, aprendizaje y bienestar. Yubero, Larrañaga, Navarro y Elche, (2018); Özgür, (2016); Uhls y Robb, (2017).

En este estudio se presentaron algunas limitaciones, entre estas, proponer una participación en esta investigación a los padres de familia, pues esta fue una tarea difícil, no

todos accedieron o estaban de acuerdo, muchos no contaban con el tiempo disponible, otros simplemente no les interesó y otras personas se tomaron la investigación en tema personal pensando que de pronto iba de parte de alguna entidad como el ICBF, aunque se aclaró que esta investigación es con un propósito educativo. Del mismo modo, acordar un solo horario para los encuentros virtuales de talleres y charlas fue complejo debido a las diferentes responsabilidades y horarios laborales de los padres de familia.

Esta investigación es valiosa para mejorar y asegurar el bienestar y desarrollo de los niños, por lo tanto esta puede ser aplicada no solo en la comunidad, sino también en Instituciones Educativas con el fin de conocer el proceso que manejan los padres dentro del hogar en cuanto al uso tecnológico por parte de sus hijos, muchas conductas negativas por parte de los niños en las escuelas son derivadas de un uso excesivo e incontrolado de las pantallas en sus casas. Por lo tanto, es un tema importante a tratar dentro de cada entorno tanto familiar, como social en los cuales están inmersos los niños.

En definitiva, los resultados de esta investigación han sido favorables para estas familias participantes, que aunque no fueron todas, ni muchas, los niños que pertenecen a estas familias han tenido grandes cambios en sus conductas y se quiere que continúen mejorando sus comportamiento beneficiándose en su desarrollo y crecimiento correcto y seguro.

A través de este estudio se dedujo que una de las causas más presentadas en el uso excesivo de pantallas por parte de los niños, tienen que ver con la manera en que los adultos, bien sean padres o cuidadores se relacionan con las mismas, pues son los adultos quienes deben dar el ejemplo, considerando esta deducción como un posible nuevo tema a investigar ¿El uso de pantallas por parte de los padres de familia impacta en el comportamiento de sus hijos con las mismas?

Conclusiones y Recomendaciones

Promover el uso de metodologías de acompañamiento digital en los padres de familia del barrio Portal de Bolívar de la ciudad de Tunja ha sido un tema muy interesante e importante por investigar, pues esta problemática del mal manejo de los dispositivos móviles por parte de los niños, se presenta ahora más de lo que se pueda llegar a imaginar, a tal punto de que los niños en edades de 5 a 8 años tienen celular propio del que pueden hacer uso libre, con solo analizar este aspecto se puede dimensionar la gran responsabilidad que se les deja a los niños en el manejo de dispositivos de los cuales no hacemos buen uso ni siquiera los adultos, mucho menos los niños que están en pleno desarrollo neurológico, por lo tanto el impacto que se alcanzó con este estudio ha sido favorable, pues la mayoría de padres de familia no tenían conocimiento sobre las consecuencias que genera el uso de pantallas en los niños y tampoco sabían cómo mejorar esta situación, pero al formarlos en metodologías de acompañamiento digital con sus hijos, tuvieron un despertar, en el que comprendieron que amar a sus hijos significa cuidarlos y protegerlos tanto en su salud como de los peligros externos, cambiando drásticamente la relación que llevaban con las pantallas y poniendo como prioridad su bienestar.

Se pudo formar a los padres en metodologías de acompañamiento digital con sus hijos, dentro de estas metodologías se pudo profundizar acerca del uso correcto de los dispositivos móviles, en donde se logró concientizar a los padres de familia acerca de la importancia de controlar correcta y positivamente la forma en que sus hijos utilizan las pantallas, muchos de los padres se sintieron identificados y reflexionaron acerca de este contenido comprendiendo que es un tema grave, pues los niños al excederse en esta actividad afectan su salud física, mental y la manera en que se relacionan consigo mismos y con los demás.

De esta manera, enseñar estas metodologías de acompañamiento digital a los padres de familia fue fundamental, ya que se les permitió poder informarse acerca de todo lo que conlleva aceptar el uso de pantallas en la vida de sus hijos y al mismo tiempo se les dio herramientas, estrategias, y métodos valiosos y útiles que les permite poder transformar y mejorar su forma de compartir dentro del hogar y la vida de sus hijos.

La participación por parte de los padres de familia a través de talleres, charlas y videos formativos impactó de forma positiva en la vida de estas familias, pues al llevarse a cabo estos encuentros de manera virtual se expandió la posibilidad de que pudieran hacer parte de estos encuentros debido a su flexibilidad, .

El alcance que se obtuvo a través de estas reuniones ha sido beneficioso para los niños, y sus padres, pues allí pudieron aprender diferentes estrategias, métodos y rutinas que se debían llevar a cabo para mejorar la relación que manejan con las pantallas. Así que en pocas palabras, se logró que los padres de familia adquirieran aprendizajes significativos a través de estos encuentros donde no solo se formaron en cuanto a las consecuencias que genera el uso excesivo de pantallas, sino de cómo solucionar esa problemática y de qué manera llevarlo a cabo, aparte que también se valoró el proceso para conocer su alcance.

Los talleres, charlas y videos virtuales son una buena estrategia a llevar a cabo para poder reunir a los padres de familia para formarlos en diferentes áreas a tratar, pues su fácil acceso y flexibilidad permite que los padres puedan acceder y así aprender sobre diferentes temas que les permita crecer y mejorar en aspectos desde su rol como padres.

Los resultados obtenidos a través de esta investigación dan confirmación a cada uno de los referentes citados en este documento, comprendiendo definitivamente que el uso excesivo e incontrolado de pantallas en los niños es nocivo para su salud y bienestar, las consecuencias son

evidentes y visibles, del mismo modo aplicar metodologías útiles para el buen manejo de estos aparatos es una buena estrategia, igualmente invitar a padres de familia a encuentros virtuales es una buena forma de enseñarles conocimientos y aprendizajes de calidad que permiten mejorar la forma en que crían a sus hijos.

Es recomendable tener en cuenta la posibilidad de un nuevo estudio en donde se aborde la misma problemática, pero con una mirada hacia los padres de familia y su relación con los dispositivos móviles, ya que fuera de los objetivos y la problemática tratada en esta investigación se observó en concordancia con algunas teorías y resultados aplicados a los padres de familia participantes del presente estudio, que la forma en que los padres de familia se relacionan con las pantallas influye directamente en cómo los niños hacen uso de estas.

Por lo tanto, se puede tomar este estudio como un impulso para investigar más allá de lo que se pueda llegar a observar, pues según los resultados que se pudieron obtener en esta investigación, es evidente que el tiempo de calidad que los padres comparten con sus hijos influye tanto en el tiempo que los niños pasan frente a una pantalla, como la supervisión que pueda haber de los contenidos que observan, de nuevo, concluyendo que la responsabilidad frente al manejo de los dispositivos móviles por parte de los niños, es totalmente de los padres de familia, de su dedicación, concientización y cuidado con sus hijos en cuanto a esta actividad.

Referencias Bibliográficas

- Balarezo, E., Mendieta, D., Pérez, J., & Hurtado, G. (2022). Gamificación en la estimulación cognitiva de niños entre 5–7 años con síndrome de Down en la UNAE. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(1), 3676–3692.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i1.1761
- Grandales Valdés, L., Luque Aguilar, L., & Domínguez Albear, Y. (2021). Las TIC en la primera infancia, desde el contexto familiar. *Joven Educador*, (33).
<http://revistas.ucpejv.edu.cu/index.php/rJEdu/article/view/1226>
- Guzmán Huayamave, K., Bastidas Benavides, B., & Mendoza Sangacha, M. (2019). *Estudio del rol de los padres de familia en la vida emocional de los hijos*.
<http://p3.usal.edu.ar/index.php/supsignosead/article/view/3693>
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF). (2002). *Niñez y tecnología de la información y la comunicación*. <https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/publicacion-32.pdf>
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF). (2006). *Ley 1098 de 2006. Código de la Infancia y la Adolescencia*.
<https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/codigoinfancialey1098.pdf>
- Inteligencia emocional y bienestar II*. (s.f.). Universidad San Jorge.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=655308>
- León Leiva, R. P., Juan, N. R. M., & Valenzuela, C. (2016). Participación de la familia en la sociedad virtual: conocimiento sobre los usos y riesgos de internet. *Suplemento Signos EAD*, 1–17.
- Lichtman, M. (2023). *Investigación cualitativa en educación: Una guía para el usuario* (4.^a ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003281917>

- Llumiquina, S., Macías, A., & del Carmen, M. (2022). Desarrollo del pensamiento lógico-matemático en niños de cinco años, a través de un programa educativo interactivo. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 5(1), 159–168.
<https://doi.org/10.62452/yg89tv73>
- Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (MinTIC). (2024). *Ciberpaz*.
<https://ciberpaz.gov.co/portal/>
- Moreno-Carmona, N. D., Marín-Cortés, A., Cano-Bedoya, V. H., Jaramillo-Suárez, A. M., & Morse, J. M. (2012). *Investigación cualitativa en salud: Creando una nueva disciplina*. Walnut Creek: Left Coast Press. <https://doi.org/10.1177/1609406920909938>
- Muppalla, S. K., Vuppalapati, S., Reddy Pulliahgaru, A., & Sreenivasulu, H. (2023). Effects of excessive screen time on child development: An updated review and strategies for management. *Cureus*, 15(6), e40608. <https://doi.org/10.7759/cureus.40608>
- Ossa-Ossa, J. C. (2022). Mediaciones parentales y uso de las TIC: Una revisión narrativa. *Informes Psicológicos*, 22(2), 47–65. <http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v22n2a03>
- Özgür, H. (2016). The relationship between internet parenting styles and internet usage of children and adolescents. *Computers in Human Behavior*, 60, 411–424.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.02.081>
- Ponce de León, R., Rivas, J., & Castillo, N. (2017). Participación de la familia en la sociedad virtual: conocimiento sobre los usos y riesgos de internet. *Suplemento Signos EA*, 1(1), 2–14. <https://goo.gl/C1vfKj>
- Rodríguez Sas, O., & Estrada, L. C. (2019). Comunicación familiar en la era del vacío: nuevas patologías asociadas al uso problemático del móvil. *Revista de Psicología*, 9(2). Universidad Peruana Unión. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=467663352005>

- Soler, J. L., Aparicio, L., Díaz, O., Escolano, E., & Rodríguez, A. (2016). *Inteligencia emocional y bienestar II: Reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones*. Ediciones Universidad San Jorge. https://congresointeligenciaemocional.com/wp-content/uploads/2019/04/ACTAS_INTELIGENCIA-EMOCIONAL-Y-BIENESTAR-II.pdf
- Uhls, Y., & Robb, M. (2017). How parents mediate children's media consumption. En F. Blumberg & P. Brooks (Eds.), *Cognitive development in digital contexts* (pp. 325–343). UCLA Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-809481-5.00016-X>
- Wright, M. (2016). The buffering effect of parental mediation in the relationship between adolescents' cyberbullying victimization and adjustment difficulties. *Child Abuse Review*, 25, 345–358. <https://doi.org/10.1002/car.2448>
- Yubero, S., Larrañaga, E., Navarro, R., & Elche, M. (2018). Padres, hijos e internet: socialización familiar de la red. *Universitas Psychologica*, 17(2), 1–13. <https://doi.org/10.11144/javeriana.upsy17-2.phis>

Apéndices

Apéndice A

Muestras de investigación

https://unadvirtualedu-my.sharepoint.com/:w:/g/personal/davegacas_unadvirtual_edu_co/EcTwkPVhj-xItJdf0QmRCAoBRGQesHdPJ11YK2fPE_03mw?e=86cita