

## La tecnología como medio de estimulación infantil, con Antonio Rizzoli

Si la tecnología tiene un enorme impacto en la vida de los adultos, imagínate cómo será en la de los niños. En la edición 2016 de Aldea Digital Telcel-Infinitum, Antonio Rizzoli, reconocido médico cirujano especialista en pediatría y neurología pediátrica, impartió la conferencia “Tecnología y estimulación oportuna a nuestro favor”, en la que habló del uso apropiado de la tecnología para el desarrollo del cerebro infantil.

Hay datos que son casi escalofriantes: “cerca de cuatro niños de cada cinco tienen problemas de lenguaje a los dos años, porque en vez de hablarles, les dejamos la tablet para que jueguen, entonces no estimulamos su aprendizaje del lenguaje”, dijo Rizzoli. Sin embargo, la tecnología no necesariamente es un problema para el desarrollo del cerebro. El problema es el uso que le damos. El doctor indicó cómo usar la tecnología en favor de nuestros hijos desde el embarazo.

**En el embarazo:** En esta época no visualizamos que el sonido se transmite de manera distinta en el aire que en el líquido. A los niños se les tiene que poner la música directo en el abdomen, no a través de los oídos de la mamá. Un bebé reconoce la voz de su mamá porque la escucha todo el tiempo, pues todo el tiempo está expuesto a los sonidos de ella. Por lo tanto, “la canción de cuna ideal para un bebé es de 70 bmp, ya que es el ritmo al que late el corazón de su madre, o el sonido de la aspiradora, pues es similar a la respiración”. En cuanto al tipo de música, la mamá tiene que escuchar música que la haga feliz, ya que eso hace que libere endorfinas. Para calcular el volumen ideal, hay que asegurarse que las vibraciones de la música se sientan en la muñeca. Si no se siente, el volumen es muy bajo, si se siente hasta el codo, es como si el bebé estuviera en un antro. “La música más lenta, como la clásica, es ideal para dormir por sus frecuencias bajas”, dijo. En la mañana hay que ponerles música más tropical o en frecuencias más altas.

**Cuando ya nació el bebé:** La luz debe ser de tonos más fríos mientras avanza el día, para regularizar la percepción de día y noche. Esto lo podemos hacer con la tecnología, con focos que regulan la intensidad de la luz. También hay que establecer rituales para normalizar horarios.

Las mamás deben ser más participativas con los hombres en la crianza de los hijos. “En vez de quitarles al bebé porque hacen alguna cosa mal, hay que enseñarles cómo hacerlo bien”, dice el doctor.

Para leerle a un bebé, las *tablets* son herramientas muy útiles porque nos permiten tener muchos cuentos y darle un mayor vocabulario a los hijos. También permite a los abuelos grabar cuentos para que puedan estar presentes en la vida de los nietos, sin estar ahí todo el tiempo.

**A partir de los cuatro años:** En el transporte podemos usar la tecnología a nuestro favor, dando tablets a los niños para que puedan colorear y dibujar en movimiento, con videojuegos que lo promuevan.

Rizzoli presentó una app llamada Guiapp, hecha por la Fundación Carlos Slim. Ésta tiene una guía práctica de salud, primeros auxilios e historial clínico para el cuidado de bebés y niños. El doctor también trabajó en un proyecto musical en el Hospital Infantil de México Federico Gómez, con canciones para estimular el cerebro infantil. Este trabajo se puede descargar en la página de la institución.

“Hay que diferenciar la tecnología como medio de la tecnología como fin”, comentó Rizzoli. Nadie debería usar la tecnología como fin durante más de media hora al día. Está muy mal que nos preocupemos más por tomar una foto que por disfrutar el viaje, y nunca las volvemos a ver, ni para seleccionar las mejores. Tenemos fotografía de los momentos pero no la vivimos. Hay que revivir las fotos y usarlas para fomentar la comunicación. “El fin de la tecnología siempre tiene que ser la persona, no la tecnología misma”, finalizó.