	FICHAS DE RESULTADOS DE INVESTIGACIÓN
TEMA	**Tiempo frente a las pantallas y problemas de conducta**
TÍTULO	Asociación del tiempo frente a la pantalla con los problemas de conducta internalizados y externalizados en niños de 12 años o menores: Una revisión sistemática y un meta-análisis *Association of Screen Time With Internalizing and Externalizing Behavior Problems in Children 12 Years or Younger: A Systematic Review and Meta-analysis*
AUTORES	Eirich R, McArthur BA, Anhorn C, McGuinness C, Christakis DA, Madigan S.
ACCESO PUBLICACIÓN	*JAMA Psychiatry* DOI: 10.1001/jamapsychiatry.2022.0155
AÑO	2022
RESUMEN	Actualmente, no hay consenso en la literatura sobre la asociación entre el tiempo frente a la pantalla (p. ej., televisión, videojuegos) y los problemas de conducta de los niños. El objetivo de esta investigación fue evaluar la asociación entre la duración del tiempo frente a la pantalla y los problemas de conducta externalizados e internalizados en niños de 12 años o menos. Para esta revisión sistemática y meta-análisis, 595 artículos de distintas bases de datos cumplían los criterios de selección y finalmente, 87 estudios cumplían los criterios de inclusión. Estos estudios midieron el tiempo de pantalla (es decir, la duración) y los problemas de conducta externalizados o internalizados en niños de 12 años o menos. El resultado primario fue la asociación de la duración del tiempo de pantalla con los síntomas externalizados (p. ej., agresión, trastorno por déficit de atención/hiperactividad) y conductas internalizadas (p. ej., depresión, ansiedad). El aumento de la duración del tiempo de pantalla tuvo una pequeña pero significativa correlación con los problemas más externalizados e internalizados en los niños y niñas, siendo más frecuente las conductas externas en niños que en niñas. Hubo evidencia de heterogeneidad significativa entre estudios debido a diferencias metodológicas entre ellos.
IMPLICACIONES PRÁCTICAS	El aumento del tiempo frente a la pantalla en la primera infancia ha suscitado la preocupación de los médicos, los responsables políticos y los padres por sus posibles efectos en la salud mental de los niños. Este estudio encontró correlaciones pequeñas pero significativas entre el tiempo frente a la pantalla y los problemas de conducta interna y externa de los niños. La magnitud de estas correlaciones es comparable a la encontrada en otros meta-análisis sobre la asociación entre el tiempo frente a la pantalla y las habilidades lingüísticas de los niños y el rendimiento académico. Estos datos evidencian la importancia de no normalizar el tiempo empleado de los hijos e hijas frente a las pantallas por lo que se pone de relevancia la necesidad de supervisión de los padres y madres, así como de asegurarse de que el contenido que ven sus hijos es apropiado para su edad, limitar la exposición al contenido violento, comunicarse con sus hijos sobre el contenido inapropiado en la pantalla y modelar hábitos saludables con los dispositivos.