

# Niños y tecnología: La DGE lanza una guía para fomentar el uso saludable de pantallas y evitar el aislamiento familiar

21/01/2026



Carina Grannan, directora de Acompañamiento Escolar (DAE), presentó una propuesta preventiva destinada a las familias mendocinas. Ante la omnipresencia de los dispositivos digitales, el organismo apuesta por la educación y el «contrato familiar» en lugar de la prohibición absoluta, buscando preservar los espacios de juego, descanso y vínculo humano desde el nivel inicial hasta la adultez.

**Educar antes que demonizar: el desafío de la crianza digital**

La realidad en las aulas y los hogares muestra un inicio cada vez más temprano en el uso de dispositivos. Ante este escenario, la Dirección General de Escuelas (DGE) propone una mirada que integre la tecnología sin que esta desplace las necesidades fundamentales del desarrollo infantil. **«Lo que quisimos es compartir una propuesta preventiva pensada especialmente para las familias. Las tecnologías ya forman parte de la vida cotidiana y nuestro enfoque es no demonizarlas ni prohibirlas, sino evaluar cómo se usan y qué lugar ocupan en la dinámica del hogar»**, explicó Carina Grannan a **FM Vos 94.5**.

«El desarrollo emocional, cognitivo y social en la infancia necesita espacios para el juego, el descanso y el vínculo con el otro. Las pantallas no deben reemplazar los lazos humanos; eso es, esencialmente, lo que llamamos un uso saludable», continuó exponiendo en diálogo con **Diario San Rafael**.

### **El dilema de la edad y el uso permitido**

Frente a las recomendaciones de organismos internacionales de salud que sugieren retardar el acceso a dispositivos, Grannan reconoció que la teoría y la práctica en los hogares muchas veces transitan caminos distintos. **«Retardar el tiempo de uso hasta edades mayores es lo ideal y sería óptimo para fortalecer otro tipo de vinculaciones sociales y cognitivas. Es preferible un libro o un paseo al aire libre que un teléfono a los 6 años, claramente. Sin embargo, no podemos ignorar que esto ya está sucediendo en edades muy tempranas»**, aclaró Grannan.

«Como Dirección General de Escuelas no podemos imponer qué hacer dentro de un hogar, pero sí advertimos los riesgos de la exposición sostenida. Cuando la tecnología ya está instalada en la familia, nuestro rol es dar sugerencias para que ese uso no sea nocivo», añadió.

**El «contrato familiar»: una herramienta contra el uso**

## desmedido

Para los casos donde los niños ya poseen dispositivos o para abordar la complejidad de la adolescencia, la guía propone la creación de acuerdos explícitos que involucren tanto a padres como a hijos. **«Prohibir y punto no es una posición sencilla, especialmente con los adolescentes. Creemos que los límites deben ir acompañados de educación y diálogo. Por eso sugerimos armar un ‘contrato familiar’: un compromiso donde se pauten momentos, lugares y consecuencias ante la transgresión de las reglas»**, aconsejó la directora de Acompañamiento Escolar.

«No es un ‘te lo prohíbo porque sí’, sino una puesta en palabras de la situación para que se entiendan las razones. Es fundamental generar espacios libres de pantallas para recuperar la conversación, aprovechando quizás los momentos de vacaciones o relax para instaurar estos nuevos hábitos», indicó.



### Riesgos y prevención: lo que la familia debe saber

La funcionaria destacó que muchas veces los adultos no alcanzan a dimensionar el impacto del uso continuo de las tecnologías en el cerebro en desarrollo. **«Hay familias que**

**registran lo nocivo, pero otras no tienen información sobre el alcance de los riesgos que acarrearán estas tecnologías y la inteligencia artificial desde tan chicos»,** sostuvo Grannan.

«La guía ofrece pautas para que los adultos responsables puedan educar y no simplemente dejar que el niño esté todo el día frente a una pantalla por una cuestión de falta de tiempo o dinámica laboral. Buscamos que el adulto referente esté presente y recupere su rol de guía en este mundo digital», enfatizó la entrevistada al cierre de la charla.

### **Guía de uso saludable: ¿Dónde consultarla?**

- **Disponibilidad:** La guía está publicada de forma gratuita en el Portal Educativo de la DGE y en la web de Prensa del Gobierno de Mendoza.
- **Población objetivo:** Abarca recomendaciones desde el Nivel Inicial hasta jóvenes y adultos.
- **Ejes principales:** 1. Creación de espacios «libres de tecnología» (comidas, antes de dormir). 2. Fomento de actividades al aire libre y lectura. 3. Elaboración de acuerdos de convivencia digital.