

ORIGINALES

La televisión y los niños: ¿es responsable la televisión de todos los males que se le atribuyen?

B.E. Caviedes Altable^a, E. Quesada Fernández^a y J.L. Herranz^b

^aCentro de Salud Dávila. Área de Salud Santander-Laredo. ^bSección de Neuropediatría. Hospital Universitario Marqués de Valdecilla. Santander.

Objetivos. Analizar el consumo televisivo de los niños y la actitud de los padres respecto al mismo.

Diseño. Estudio transversal descriptivo.

Emplazamiento. Atención primaria.

Participantes. Se realizó una encuesta a 317 niños de 3-14 años de edad y a sus padres durante las revisiones de salud del Programa de Atención Primaria del Niño Sano.

Mediciones y resultados principales. El tiempo dedicado a ver la televisión fue de 106 ± 50 minutos los días laborables y de 141 ± 80 los fines de semana. Un 49,2% de padres opinaba que sus hijos veían poco la televisión, especialmente si sus hijos tenían menos de 6 años (57,6%). Los hijos de padres con trabajos más cualificados y mayor nivel socioeconómico vieron menos la televisión durante los días no laborables (70 ± 61 minutos y 144 ± 78 ; $p \leq 0,0001$). Un 71,9% de niños veía solo la televisión y el 34% comiendo; un 48,3% de padres no sabía lo que veían sus hijos y el 61,5% fomentaba el consumo televisivo en sus hijos, especialmente entre los menores de 6 años (76%). Los niños más pequeños prefirieron ver programas de dibujos animados, principalmente violentos, y para un 19,5% de niños de 11-14 años su programa favorito contenía una gran carga de violencia.

Conclusión. La televisión plantea un problema educativo a los padres y se hace necesario un cambio de actitud en el que los pediatras deben participar desarrollando programas de salud destinados al uso adecuado de la televisión.

Palabras clave: Televisión. Niños. Padres. Violencia. Educación.

TELEVISION AND CHILDREN: IS TELEVISION RESPONSIBLE FOR ALL THE EVILS ATTRIBUTED TO IT?

Objetive. The purpose of this study was to analyze children's television viewing habits and their parents' attitudes towards such viewing.

Design. Cross-sectional descriptive study.

Setting. Primary care.

Participants. A survey was undertaken with 317 three to fourteen year old children and their parents as part of the primary care check-up program for healthy children.

Measurements and main results. Time devoted to television viewing was 106 ± 50 minutes on weekdays and 141 ± 80 minutes weekends. Despite this, 49.2% of parents thought their children saw little television, especially those with children under six (57.6%). Children of parents in highly qualified positions and of parents in the uppermost socioeconomic group saw television the least, on non-working days (70 ± 61 minutes and 144 ± 78 minutes respectively, $p \leq 0.0001$). Some 71.9% of children watched television alone and 34% did so at meal-times. Altogether 48.3% of parents were unaware as to what their children watched and some 61.5% encouraged television viewing, above all those having children of under six (76%). The youngest children preferred to watch cartoons which were generally of a violent nature. For those aged from 11 to 14, 19.5% chose as their favorite programs those having a high level of violence.

Conclusion. Television habits are an educational problem for parents, an important shake-up in their attitudes being called for, in which pediatricians should be involved in developing health programs aimed at proper use of the television.

Key words: Television. Children. Parents. Violence. Education.

(Aten Primaria 2000; 25: 142-147)

Correspondencia: Benigno E. Caviedes.
Neuropediatría. Hospital Universitario Marqués de Valdecilla. Avda. Valdecilla, s/n. 39008 Santander.

Manuscrito aceptado para su publicación el 21-VI-1999.

Introducción

Los niños y adolescentes de los países occidentales dedican más tiempo a ver la televisión (TV) que a cualquier otra actividad excepto a dormir, e incluso pasan más tiempo frente al televisor que en las aulas^{1,2}. Esto ocurre también en España que, según el informe «Un año de televisión en Europa», es el cuarto país europeo por lo que respecta a consumo diario de TV³, habiéndose calculado que los niños pasan 20-35 horas semanales delante del televisor^{1,3-8}.

En los últimos años se han analizado los efectos que pudiera tener en los niños ver tanto tiempo la TV, relacionándola con: a) problemas físicos derivados de la inactividad y de las costumbres asociadas al consumo televisivo, caso de obesidad, aumento de colesterol, maloclusión dental, problemas ortopédicos de la columna vertebral y de las caderas, y b) problemas psíquicos relacionados con los contenidos de la programación, como anorexia/bulimia, agresividad, violencia, sexismo, inadaptación social, pasividad y consumismo^{1,3,4,6,7,9-11}.

Pero, ¿es la TV el origen de todos los males que se le atribuyen?, ¿se debe intervenir en la reforma y la limitación de sus contenidos? La mayoría de los autores refiere una relación entre mirar la TV y la obesidad o la violencia de los niños, recomendando intervenir en los contenidos para mejorar la calidad de la programación^{1,3,6,7,9,10}, así como limitar el tiempo que se dedica a ver la TV, llegando a afirmarse que «para los niños, cuanta menos TV mejor»⁶. Sin embargo, cada vez son más quienes piensan que ver la TV no es malo en sí mismo, y que sus consecuencias dependen del modo en que se ve, de la educación y del bagaje cultural recibidos, por lo que sería más conveniente analizar «cómo» se ve la TV que el contenido de la programa-

ción^{4,5,8,12-14}. En este sentido, se ha sugerido la intervención de los pediatras de atención primaria para que, como interlocutores privilegiados en la relación con los padres, desarrollen programas de salud destinados al uso correcto de la TV^{1,15-17}. En este estudio se ha analizado el tiempo que consumen los niños viendo la TV y sus preferencias respecto a la programación, valorándose también la actitud de los padres respecto al consumo televisivo de sus hijos y la atención que éstos reciben de sus padres mientras ven la TV, con la intención de elaborar una relación de consejos prácticos que puedan ser comentados con los padres durante los controles rutinarios de salud que se realizan en el Programa del Niño Sano que se realiza en los centros de atención primaria.

Pacientes y métodos

Entre enero de 1997 y abril de 1998 se ha cumplimentado una encuesta realizada a 317 niños de 3-14 años de edad y a sus padres coincidiendo con las revisiones de salud que se enmarcan en el Programa del Niño Sano que se realiza en el Centro de Salud Dávila de Santander, centro que da cobertura a 30.000 personas en un ámbito exclusivamente urbano, de las que 4.000 son niños menores de 14 años, que son atendidos por 3 pediatras.

La muestra fue seleccionada del cupo de un pediatra (1.300 niños), ofreciendo la posibilidad de entrar en el estudio a los padres de todos los niños que acudieron a realizar la revisión de salud en ese período, obteniendo el consentimiento de todos ellos.

La encuesta fue realizada por el mismo pediatra o por la misma enfermera después de haber cumplimentado conjuntamente 30 de ellas (no incluidas en el estudio), para eliminar posibles diferencias metodológicas.

Se recogieron los siguientes datos: *a)* edad y sexo del niño, edad y actividad laboral de los padres, número de hijos, lugar que ocupaba el niño encuestado en la fraternidad y nivel socioeconómico; *b)* número de aparatos de TV en la vivienda y su ubicación, destacando si el niño tenía uno en su habitación; *c)* opinión de los padres en relación con el tiempo que dedicaba su hijo a ver la TV (mucho/regular/poco/nada); *d)* tiempo diario dedicado por los niños al consumo televisivo en total y desglosado en mañana, mediodía, tarde y noche, tanto en días laborales como en fines de semana o festivos; *e)* programas favoritos; *f)* datos relacionados con el modo de ver la TV: solo o acompañado de un adulto, durante las comidas y si los padres comentaban la programación con sus hijos, y *g)* por último, se preguntó a los padres si sabían cuáles eran los programas que veía su hijo, si po-

TABLA 1. Características de la muestra (%)

	Madre	Padre
Trabajo de los padres		
Desempleado	51,4	1,3
Sin cualificar	27,2	51,6
Cualificado	11,2	33,0
Titulado medio	5,7	5,1
Titulado superior	3,8	9,0
Nivel socioeconómico		
Bajo	3,2	
Medio-bajo	50,2	
Medio-medio	33,1	
Medio-alto	13,6	
Número de hijos		
1	35,1	
2	50,9	
3	11,7	
4	2,2	
Televisión en la habitación del niño	12,1	
Aparatos de televisión en la vivienda		
1	27,1	
2	51,1	
3	18,3	
4	3,5	

dían describirlos y se valoró si con su actitud inducían al niño al consumo televisivo.

El trabajo de los padres se ha diferenciado en 5 categorías: desempleado (D), no cualificado (NC), cualificado (C), titulado medio (TM) y titulado superior (TS). El nivel socioeconómico se valoró en función del trabajo de los padres y de las características de la vivienda recogidas durante la anamnesis inicial del examen de salud, diferenciándose entre nivel bajo (D + D, D + NC, NC + NC), medio-bajo (D + C, NC + C), medio-medio (C + C y TM o TS con D o NC o C) y medio-alto (TM + TM, TM + TS, TS + TS). En cualquier caso, tener una vivienda de menos de 10 años de antigüedad en la construcción y con más de una habitación por hijo hizo pasar al nivel socioeconómico inmediatamente superior. Si la vivienda era de más de 50 años de antigüedad y con menos de una habitación por hijo se pasó al nivel socioeconómico inmediatamente más bajo.

Por último, se valoró si los padres inducían a sus hijos a ver la TV en función de los siguientes factores: TV en la habitación del niño y/o en la cocina, o si los niños la veían durante las comidas; si los padres indicaban a sus hijos que fueran a ver la TV para poder hacer otras cosas y/o si les premiaban con ver la TV.

Toda esta información se introdujo en una base de datos creada con el conjunto de programas EPI-INFO 6.0, realizando su estudio estadístico con la opción análisis

del mismo. En las variables categóricas se calculó el valor de ji-cuadrado y en las variables cuantitativas el análisis de la variancia, comprobándose su homogeneidad mediante el test de Barlet, utilizando resultados no paramétricos (Kruskal-Wallis) cuando fue necesario. En ambos tipos de variables se calculó el valor de p con un error alfa del 95%.

Resultados

Se realizó la encuesta a 317 niños (50,5% varones) de 3-14 años de edad ($7,6 \pm 3,8$ años). Como las encuestas se cumplimentaron en los controles del Programa del Niño Sano, la mayoría tenía 3, 4, 6, 11 y 14 años (13,2, 19,2, 24, 19,9 y 12,9%, respectivamente). La edad media de los padres fue de 38 ± 6 años y la de las madres de $35,7 \pm 6$. Las familias del estudio tenían habitualmente uno (35,1%) o 2 hijos (50,9%). La mitad de las madres no trabajaba (51,4%) y la mitad de los padres eran obreros sin cualificar (51,6%), destacando que sólo un 14,1% de padres y el 9,5% de madres tenían título universitario. El nivel socioeconómico fue bajo o medio-bajo en el 53,2% de casos (tabla 1). La mayoría de las familias tenía uno (27,1%) o 2 televisores (51,1%), pero

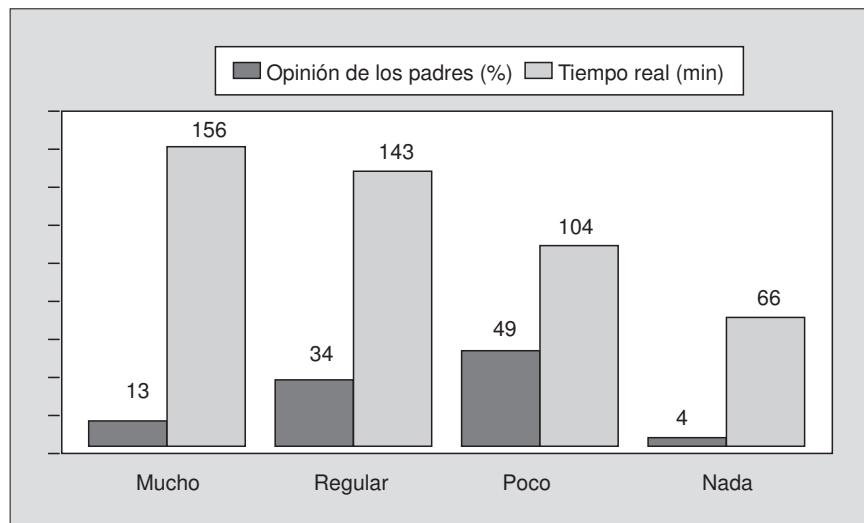


Figura 1. Tiempo de observación diaria de la televisión en opinión de los padres (%) y en la realidad (minutos).

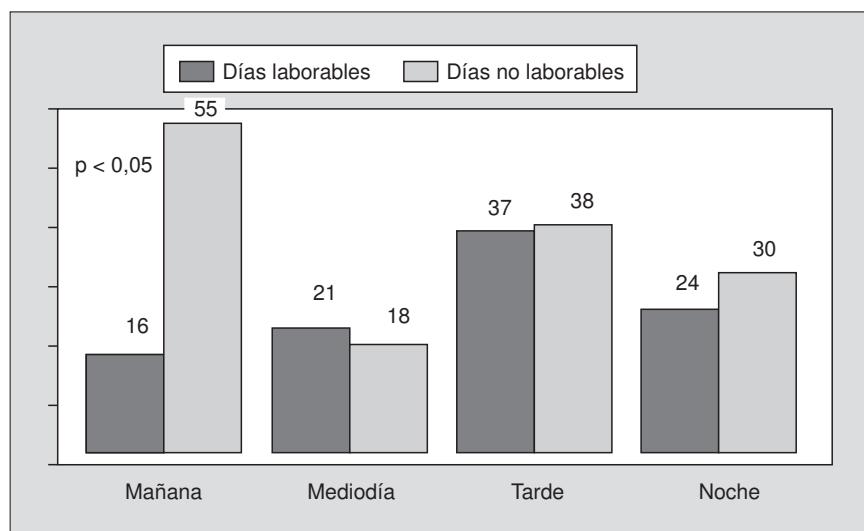


Figura 2. Distribución del tiempo de observación de la televisión a lo largo del día en los días laborales y no laborales (minutos).

casi en un 20% había 3 (tabla 1). Si sólo había un televisor en la casa, éste se encontraba en el 99,1% de los casos en el salón o sala de estar. Si había 2, uno se encontraba siempre en el salón y el segundo en la habitación de los padres (77,4%), en la cocina (8,7%) o en la habitación del niño (5,2%). El tercer televisor se hallaba preferentemente en la cocina (43,5%) o en la habitación del niño (43,4%), y en caso de haber un cuarto aparato de TV, siempre se colocaba en la habitación del niño.

La mayoría de los padres pensaba que sus hijos veían la TV «regular» o

«poco» (34,4 y 49,2%, respectivamente). Para que los padres opinaran que los niños veían «mucho» la TV, debían pasar más de 2,5 horas diarias viéndola, e incluso los niños que no veían «nada» la TV pasaban más de una hora diaria contemplándola (fig. 1), pero estos resultados variaban en función de la edad del niño. Así, en opinión de sus padres, veían poca TV un 57,6% de niños menores de 6 años y el 38% de los mayores de esta edad ($p = 0,005$). La probabilidad de que padres con hijos menores de 6 años opinaran que su hijo veía la TV mucho o regular era mucho menor que la

de padres con hijos más mayores (RR, 0,69; IC del 95%, 0,55-0,87). De hecho, esta diferencia de apreciación en función de que los niños fueran mayores o menores de 6 años se pudo cuantificar en minutos del siguiente modo: con menos de 120 minutos diarios de consumo televisivo, un 68% de padres con hijos menores de 6 años y el 50% de padres con hijos mayores de 6 años opinaron que sus hijos veían poco la TV ($p = 0,04$); a partir de 2 horas no se observaron diferencias significativas. Durante los fines de semana las diferencias se mantuvieron hasta períodos de observación de 180 minutos (70 y 43%, respectivamente; $p = 0,001$), pero a partir de las 3 horas los padres opinaron mayoritariamente que sus hijos veían «mucho» o «regular» la TV, independientemente de la edad. En conjunto, ver «poco» la TV se tradujo en 92 ± 38 minutos los días laborales y en 117 ± 72 los festivos; ver «nada» en 37 ± 48 y 95 ± 46 , respectivamente. Para los padres con niños de 3 años, «poco» significaba ver 108 ± 47 y 131 ± 68 minutos (laboral y festivo, respectivamente) y «nada» 60 ± 84 y 120 ± 42 , respectivamente.

El tiempo medio que los niños dedicaron a ver la TV fue de 106 ± 50 minutos los días laborales y de 141 ± 80 los festivos o fines de semana, repartidos a lo largo del día, tal como se indica en la figura 2. Se analizó la influencia de algunos parámetros en el consumo televisivo:

Edad del niño

El consumo televisivo fue superior en los mayores de 6 años que en los menores de esta edad, tanto en los días laborales (119 ± 52 y 96 ± 46 minutos, respectivamente; $p = 0,0001$) como en los festivos (164 ± 83 y 123 ± 71 minutos, respectivamente; $p \leq 0,0001$). Los niños de 3 años veían más la TV por las mañanas de los días laborales que el resto de los niños ($29,6 \pm 28$ frente a $12,3 \pm 18$, respectivamente; $p \leq 0,0001$), pero durante las mañanas de los fines de semana los que más la vieron fueron los niños de 7-10 años ($73,8 \pm 55$ frente a $48,37 \pm 44$; $p = 0,02$).

Sexo

En conjunto, no hubo diferencias entre el consumo televisivo de los niños y las niñas ni los días laborales (105 ± 5 y 106 ± 4 , respectivamente; $p = 0,9$),

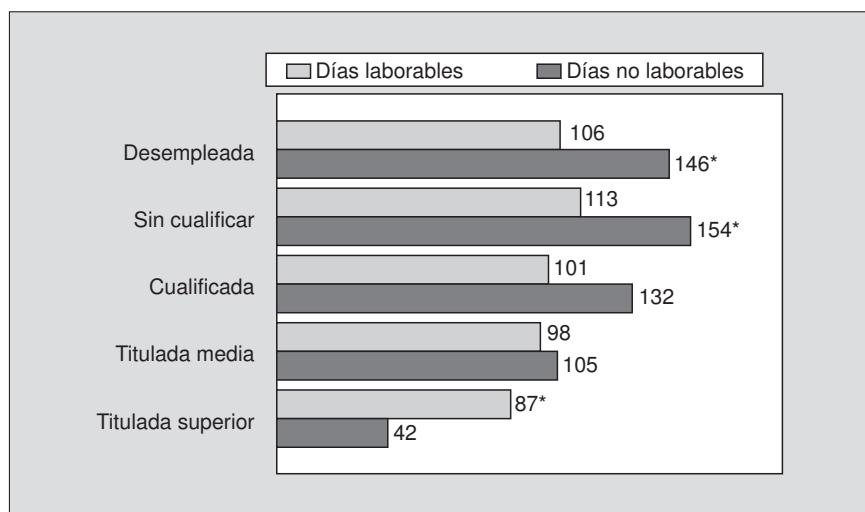


Figura 3. Relación entre el tiempo dedicado por los niños a ver la televisión en los días laborables y no laborables (minutos) y el trabajo de sus madres. Las diferencias significativas están representadas con *.

TABLA 2. Relación entre el nivel socioeconómico de las familias y las actitudes de los padres respecto a la televisión (%)

	Bajo	Medio-bajo	Medio-medio	Medio-alto	p
La observa solo	80	72	74	65	0,6
Durante las comidas	70	39	34	9	0,0002
Saben los padres lo que ven los hijos	90	92	83	81	0,09
Conocen realmente lo que ven sus hijos	20	51	40	63	0,01
Inducen a ver la TV	90	66	66	26	0,0001
Comentan los programas	0	5	9	35	0,0001

ni festivos (145 ± 8 y 137 ± 7 , respectivamente; $p = 0,5$). Sin embargo, los varones vieron más la TV por las mañanas que las niñas, especialmente los días laborales ($18,5 \pm 23$ y $12,6 \pm 19$, respectivamente; $p = 0,008$).

Trabajo de los padres

Analizados por separado, el trabajo de la madre o del padre influyeron en el mismo sentido: los hijos de padres con título universitario (especialmente titulados superiores) vieron menos la TV, pero sólo se alcanzaron diferencias significativas los fines de semana (70 ± 61 y 144 ± 78 minutos; $p \leq 0,0001$); los días laborales las diferencias fueron menores (92 ± 39 y 108 ± 52 minutos; $p = 0,5$). El consumo televisivo de los hijos de madres con empleos menos cualificados aumentó significativamente los fines de semana, pero si la madre tenía título universitario el tiempo dedicado a

ver la TV durante los fines de semana fue menor (fig. 3).

El consumo televisivo en las mañanas de los días laborales fue más elevado en los hijos de madres con título universitario que el del resto de los niños independientemente del trabajo de sus madres (27 ± 23 frente a 14 ± 24 ; $p = 0,09$), pero en las mañanas de los fines de semana la relación fue inversa y estos mismos niños vieron la TV la mitad del tiempo que los hijos de madres con nivel laboral bajo (20 ± 23 frente a 55 ± 42 ; $p = 0,02$). En el resto de los momentos del día siempre vieron menos televisión los hijos de madres o padres con mayor nivel laboral.

Nivel socioeconómico

Influyó en el mismo sentido que el trabajo de los padres; los niveles más altos se correspondían con consumos televisivos más bajos.

En relación con el modo en que se ve la televisión, se obtuvieron los siguientes resultados: un 71,9% de los niños veían solos la TV o acompañados de otros niños y el 34,4% lo hacían comiendo. Los padres dijeron conocer los programas que veían sus hijos en un 87,4% de casos, pero sólo el 48,3% pudo describirlos, es decir, entre los que dijeron saber lo que veían sus hijos, casi la mitad (44,8%) no los conocían realmente. La mayoría de los padres inducían a sus hijos a ver la televisión (61,5%), especialmente cuando los niños eran menores de 6 años (76% frente a 41% en niños mayores de 6 años; $p \leq 0,0001$). Además, solamente un 10,4% de los padres hablaba o comentaba el contenido de los programas con sus hijos. Analizando la influencia del trabajo de los padres y el nivel socioeconómico, se observó que los padres con un nivel más alto sabían mejor lo que veían sus hijos, describían mejor los contenidos, inducían menos a ver la TV y hablaban más con sus hijos (tabla 2).

Al analizar el programa favorito de los niños en función de la edad obtuvimos los siguientes resultados:

1. Todos los niños de 3 años ven dibujos animados y el 71,4% películas Disney.
2. Entre los niños de 4-6 años, un 75% dijo preferir dibujos animados, de los cuales el 26,1% elegía películas Disney. En este grupo, un 40% de los niños prefería dibujos animados «violentos», destacando que el programa favorito de 11 niños (7,7%) se emitía en horario nocturno («Médico de familia» y «Querido maestro»).
3. Entre 7 y 10 años los dibujos fueron aún el programa favorito del 39% de niños, pero en todos los casos se podían encuadrar en el grupo de «violentos» («Gárgolas» y «Bola de dragón»). En el resto, los programas favoritos fueron series españolas como «Médico de familia», «Farmacia de guardia» y «Querido maestro» (52%), así como programas deportivos (9%).
4. Entre 11 y 14 años, «Médico de familia» fue el programa que más niños dijeron preferir (19%), aunque los dibujos animados valorados globalmente fueron el programa favorito para un 21%. En el 19,5% sus preferencias fueron dirigidas a programas para adultos con gran contenido de violencia, caso de «Expediente X», «Esta noche cruzamos el Mississippi», «Impacto TV» y «Alucine» (fig. 4).

Discusión

Los niños de nuestro estudio ven la TV 15-20 horas semanales, un resultado inferior a las 20-35 horas referidas por otros autores^{1,3,4,6,8}. Esta diferencia puede deberse a que, en los estudios que se realizan mediante encuestas, hemos de aceptar lo que nos dicen los niños con la dificultad que tienen para determinar el tiempo real que pasan mirando la TV. Por otra parte, son muy pocos los padres que realmente saben cuánto tiempo pasan sus hijos delante del televisor porque trabajan fuera de casa, porque los niños están a cargo de sus hermanos o simplemente porque tienen otras cosas de qué ocuparse. Si añadimos que, en las revisiones de salud, los padres tienden a responder lo que creen que es adecuado y no la realidad, es fácil obtener resultados con rangos muy amplios. Normalmente sólo los padres con mayor nivel cultural dicen la verdad, pero son éstos los que menos tiempo permiten ver la TV a sus hijos⁴.

A pesar de la cantidad de horas que los niños pasan delante de la TV, casi la mitad de los padres (49,2%) consideran que sus hijos la ven «poco», opinión que asciende al 60% en padres de niños menores de 6 años. Creemos que estos padres no son conscientes del tiempo que pasan sus hijos viendo la TV y que, cuando se les pregunta, a menudo contestan que los niños no miran la TV, que la encienden pero al mismo tiempo realizan otras actividades o que van y vienen sin prestarle atención. Sin embargo, cuando los hijos son mayores y tienen que estudiar, realizar tareas escolares y comienzan los suspensos, los padres se sensibilizan de tal modo que, para el mismo tiempo de consumo de TV, responden que sus hijos la ven «mucho».

De acuerdo con otros autores^{3,4}, los niños de familias con nivel socioeconómico más bajo ven más tiempo la TV. Pero en nuestro estudio se ponen de manifiesto varios aspectos importantes: *a)* las diferencias de consumo televisivo sólo son significativas durante los fines de semana, mientras que en los días laborales el consumo es sólo algo menor, e incluso durante las mañanas los niños de familias más acomodadas ven más la TV que los de familias más modestas, y *b)* los niños más pequeños ven más la TV cuando sus madres trabajan fuera de casa. Posiblemente esto se deba a

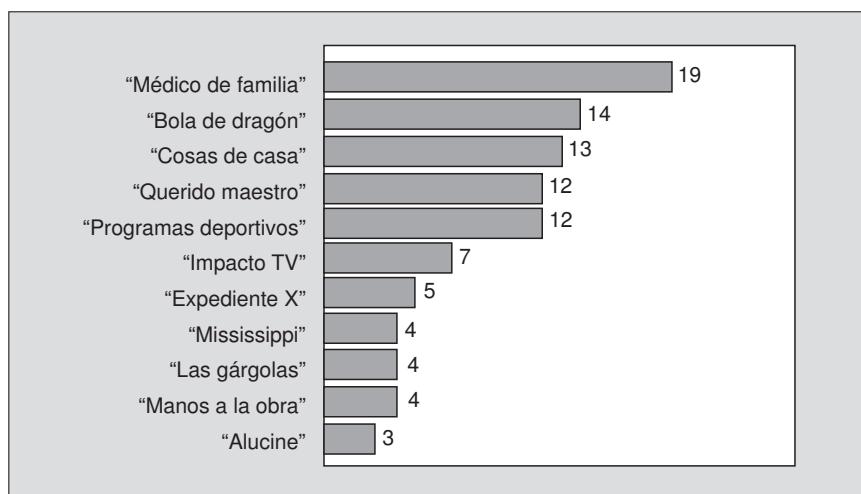


Figura 4. Relación de los programas de televisión preferidos por los niños de 11-14 años de edad (%).

que, durante la semana, los hijos de madres trabajadoras permanecen al cuidado de sus abuelos o de personas encargadas de tareas domésticas y los niños pasan más tiempo en casa viendo la TV que cuando las madres no trabajan y pueden salir a la calle con sus hijos. Por el contrario, como la TV se ve más cuando no hay otras actividades alternativas⁴, los fines de semana los padres de familias más acomodadas salen con sus hijos más a menudo y, cuando permanecen en casa, les ofrecen más alternativas para ocupar su tiempo de ocio debido a su mayor nivel cultural.

Un 71,9% de los niños ven solos la TV, porcentaje más alto que el 31% citado en la revisión de Galdó³, lo que puede ser debido a que en nuestro estudio se consideró que los niños estaban solos si no se encontraban en compañía de adultos, aunque estuvieran con sus hermanos u otros niños. Este resultado contrasta con las recomendaciones de psicólogos, como Amparo Pastor¹¹, quien afirma que los niños pequeños, especialmente los menores de 9 años, deben ver la TV acompañados de un adulto que, mediante el diálogo, la reflexión y la información les ayuden a desenmascarar los contenidos que no pueden comprender.

Según el estudio de Miguel Clemente Díaz⁸, los dibujos animados más apreciados por los niños son los más violentos y, además, muchos niños ven programas pensados para adultos con contenidos poco recomendables para su edad. Entre los diferentes espacios televisivos los niños prefieren dibujos animados, series, concursos y pelícu-

las^{3,4}. De acuerdo con estos resultados, en nuestro estudio los niños menores de 6 años declararon de forma mayoritaria que los dibujos animados eran su programa favorito, pero a partir de los 4 años (edad en la que empiezan a elegir) sus preferencias se centraron en dibujos animados de alto contenido violento. A partir de los 6 años, como indican otros trabajos⁴, las preferencias se asemejan cada vez más a las de los adultos e incluso, en el 20% de niños de 11-14 años, los programas favoritos fueron espacios dirigidos a adultos, con contenidos altamente violentos.

Aunque una gran mayoría de padres dice saber lo que ven sus hijos, solamente la mitad puede describir el contenido y sólo el 10% habla con sus hijos mientras ven la TV. Los padres con hijos menores de 6 años, que son los niños que imitan patrones de conducta con menos capacidad crítica, inducen a sus hijos a ver la TV (76%) más que los padres con hijos mayores de esta edad (41%). Probablemente, porque los niños más pequeños van y vienen y molestan mientras los padres intentan hacer otras cosas, de modo que se les compra alguna película infantil (en el mejor de los casos) y se les induce a visionarla solos cuando, por su edad, apenas comprenden lo que están viendo.

Debido al importante problema que representa la violencia infantil y en el afán de encontrarle soluciones, continuamente se realizan estudios que relacionan el consumo televisivo con dicha violencia, haciendo análisis exhaustivos sobre la cantidad de ac-

tos violentos que ven los niños en la TV^{1,3,4,6,7,10,18,19}. En esos trabajos, los niños que tienen conductas más agresivas son los que pasan más tiempo delante de la TV, y son, a su vez, los niños de las capas sociales más bajas, en las que el desarraigo y la violencia cotidianas son más importantes y a los que se induce más frecuentemente a ver la TV en soledad desde más temprana edad. De acuerdo con Javier Urra²⁰, «todo niño violento es víctima de una situación violenta» y sólo los jóvenes que han aprendido a ser responsables de sí mismos y de sus propios actos, que poseen una escala de valores y han sido educados en el diálogo como forma para afrontar los problemas escapan a la violencia. No es malo reclamar una programación de mayor calidad, pero el verdadero reto que plantea la TV es educativo: «Hemos de enseñar a los niños a distanciarse críticamente de la violencia que aparece en la TV.»¹² También se ha culpado a la TV de la inducción al consumo. Pero, los niños americanos de 6-17 años reciben de sus padres 1-2 billones de pesetas al año y casi el 75% decide la ropa deportiva que le deben comprar, su marca de cereales o sus juguetes⁴. Otros problemas como el sedentarismo y la obesidad también se han relacionado con el tiempo que pasan los niños viendo la TV^{1,3,4,9}, pero ¿dejan de hacer deporte porque ven la TV o la ven porque no pueden hacer deporte? Es más cómodo responsabilizar a la TV cuando, en realidad, son los padres y la falta de interés de la sociedad los que no aportan alternativas al tiempo libre de los niños. Debido a lo fácil que es ver la TV y a su bajo coste, su consumo (sobre todo en las capas sociales más bajas) suple la ausencia de servicios socioculturales (zonas deportivas, jardines, lugares de reunión), y está ahí cuando los padres se hallan fuera, o cuando los abuelos viven lejos, evitando la preocupación de tener a los niños en una calle llena de riesgos como tráfico, drogas e inseguridad. La TV les acompaña cuando están solos y, a través de ella, conocen la sexualidad que no les explican los padres ni los maestros (sólo una cuarta parte de los padres habla con sus hijos de sexo y sólo un tercio de las escuelas ofrece educación sexual)^{1,11}.

En resumen, como la programación es violenta, sexista e induce al consumo, continuamente se hacen recomendaciones para evitar los «males» de la

TV: que los niños más pequeños no la vean, que se limite el tiempo de visionado, que se instalen aparatos que impidan ver la TV a determinadas horas, que la TV no esté encendida continuamente, etc^{3,4,9,11}. Sin embargo, en nuestra opinión las medidas restrictivas no tienen éxito porque la mayoría de los padres cree que sus hijos ven poco la TV y les inducen a verla, sobre todo a edades más tempranas; además les dejan solos viendo programas violentos sin saber lo que están viendo, e incluso cuando los ven juntos no hablan ni comentan lo que aparece en la pantalla. La solución para evitar la teledependencia radica en ayudar a los padres a formar telespectadores responsables, que utilicen la TV como una alternativa más para el ocio. De acuerdo con otros autores^{1,16-18,21}, consideramos que los pediatras debemos participar activamente para modificar las actitudes de los padres respecto a la TV. En un estudio de Sege et al¹⁷ la difusión de pautas escritas de conducta y la explicación de la forma más adecuada de ver la TV con los niños produjo un cambio significativo en la actitud de los padres, disminuyendo el consumo televisivo los fines de semana y seleccionando más la programación, hechos que coincidieron con un menor nivel de agresividad en sus hijos. Con estas premisas proponemos que se facilite información a los padres en las revisiones rutinarias del Programa de Atención Primaria del Niño Sano, fundamentalmente a partir de los 2 años de edad, insistiendo en que no hay que incitar a los más pequeños a que vean la televisión, ya que a su edad copian indiscriminadamente patrones de conducta y, sobre todo, hay que conocer lo que ven nuestros hijos, comentar con ellos los programas durante su emisión y ofrecerles alternativas atractivas al consumo televisivo. Con estas y otras medidas de carácter general podremos conseguir, al menos, dos objetivos: compartir más tiempo con nuestros hijos y paliar en lo posible los efectos negativos de la TV.

Bibliografía

1. Strasburger V. Niños, adolescentes y televisión. *Pediatrics in Review* (ed. esp.) 1992; 13: 119-125.
2. Delgado A. La pediatría y los medios de comunicación. *An Esp Pediatr* 1997; sept. (Supl 102): 17.
3. Galdó G. La televisión y los niños. En: Prandi F, editor. *Pediatria práctica*. Barcelona: Prous, 1997; 65-76.
4. Mariet F. Déjenlos ver la televisión porque la televisión no es culpable de todos los males que se le atribuyen. Barcelona: Urano, 1993.
5. Argemí J. Influencia de los medios de comunicación sobre el niño y el adolescente. *An Esp Pediatr* 1997; sept. (Supl 102): 18-21.
6. Centerwall BS. Televisión y violencia: la magnitud del problema y directrices futuras. *JAMA* (ed. esp.) 1993; 2: 50-55.
7. Prieto MA, March JC, Argente A. Violencia y sexismo en los dibujos animados de la programación infantil de la televisión: análisis de contenido. *Aten Primaria* 1996; 17: 382-388.
8. Santos C, Arroyo M. Violencia en miniatura, análisis de la programación infantil y sugerencias para las navidades. *El Semanal TV* 1997; 20 de diciembre: 20-23.
9. Argemí J. El uso de la televisión debe ser valorado en problemas conductuales o de dinámica familiar. *Diario Médico* 1997; 5 de septiembre: 15.
10. Hough KJ, Erwin PG. Children's attitudes toward violence on television. *J Psychol* 1997; 131: 411-415.
11. Campaña de información de El Semanal TV y Tels 5 en colaboración con UNESCO. Especial niños y televisión. *El Semanal TV* 1998; 25 abril-11 julio.
12. Aguilar P. Audiovisuales y violencia. *El País* 1996; 8 de octubre.
13. Rojas L. Violencia juvenil y salud pública. Conferencia en II Simposio Internacional Estrés y Violencia en la Infancia y Juventud; Barcelona, 3-6 de diciembre 1996 [resumen científico].
14. Triadó C. Violencia y medios de comunicación en la infancia y adolescencia. Conferencia en II Simposio Internacional Estrés y Violencia en la Infancia y Juventud; Barcelona, 3-6 de diciembre 1996 [resumen científico].
15. Sege RD, Perry C, Stigl L, Cohen L, Griffith J, Coha M et al. Short-term effectiveness of anticipatory guidance to reduce early childhood risks for subsequent violence. *Arch Pediatr Adolesc Med* 1997; 151 (4): 392-397.
16. Derkzen DJ, Strasburger VC. Children and the influence of the media. *Prim Care* 1994; 21: 747-758.
17. Sege R, Dietz W. Television viewing and violence in children: the pediatrician as agent for change. *Pediatrics* 1994; 94: 600-607.
18. Durant RH, Rich M, Emans SJ, Rome ES, Allred E, Woods ER. Violence and weapon carrying in music videos: a content analysis. *Arch Pediatr Adolesc Med* 1997; 151: 443-448.
19. Rodríguez C, Esteban JL, Takeuchi M, Clausen T, Scott R. Televised violence: a japanese, spanish and american comparison. *Psychol Rev* 1995; 77: 995-1000.
20. Fraile CS. Hijos de la violencia. *Revista Mas allá de la Ciencia* 1996; 94: 72-78.
21. Webster DW, Wilson ME. Gun violence among youth and the pediatrician's role in primary prevention. *Pediatrics* 1994; 94: 617-622.