





## Tiempo de pantalla y salud mental en menores de 18 años

### Screen time and mental health in children under 18.

### Tempo de tela e saúde mental em menores de 18 anos.

 <https://doi.org/10.35954/SM2025.44.2.10.e402>

Ana Flavia Rodríguez Chiappini <sup>a</sup>  <https://orcid.org/0009-0001-8535-7978>

Adriana Daniela Antúnez Prieto <sup>b</sup>  <https://orcid.org/0009-0005-9146-0954>

Mariana Pamela Leiza Reyes <sup>c</sup>  <https://orcid.org/0009-0004-8075-2786>

Maria Carolina Forteza Pereira <sup>d</sup>  <https://orcid.org/0009-0005-4196-5495>

(a) Dirección Nacional de Sanidad de las Fuerzas Armadas. Dirección Técnica. Servicio de Salud y Seguridad Laboral. Montevideo, Uruguay.

(b) Dirección Nacional de Sanidad de las Fuerzas Armadas. Dirección Técnica. Servicio de Comisiones Médicas. Montevideo, Uruguay.

(c) Dirección Nacional de Sanidad de las Fuerzas Armadas. Hospital Central de las Fuerzas Armadas. Departamento de Higiene Ambiental y Mayordomía. Montevideo, Uruguay.

(d) Dirección Nacional de Sanidad de las Fuerzas Armadas. División Planeamiento y Presupuesto. Montevideo, Uruguay.

#### Cómo citar este artículo / Citation this article / Como citar este artigo

Rodríguez Chiappini AF, Antúnez Prieto AD, Leiza Reyes MP, Forteza Pereira MC. Tiempo de pantalla y salud mental en menores de 18 años. Salud Mil [Internet]. 1 de diciembre de 2025 [citado DD de MM de AAAA]; 44(2):e402. Disponible en: <https://revistasaludmilitar.uy/ojs/index.php/Rsm/article/view/465>. DOI: 10.35954/SM2025.44.2.10.e402.

## RESUMEN

**Introducción:** en la última década, el tiempo de exposición a pantallas se ha incrementado de forma exponencial, convirtiéndose en parte cotidiana de la vida de niños y adolescentes. Este fenómeno ofrece oportunidades educativas y de comunicación, pero también plantea preocupaciones por su posible impacto en la salud mental. La infancia y la adolescencia son etapas críticas del desarrollo, en las que el uso excesivo de dispositivos se ha vinculado con ansiedad, depresión, alteraciones del sueño y problemas de conducta, así como con retrasos en el desarrollo del lenguaje y mayor riesgo de obesidad en los más pequeños. Si bien la literatura también reconoce beneficios del uso regulado y supervisado, como el acceso a recursos educativos y la comunicación en contextos de aislamiento.

**Objetivo:** analizar la evidencia científica publicada entre 2015 y 2025 sobre la relación entre el tiempo de pantalla y la salud mental en menores de 18 años.

**Metodología:** se realizó una búsqueda bibliográfica en las bases de datos MedLine/PubMed y LILACS, en inglés, español y portugués. Se aplicaron filtros de edad (<18 años), tipo de estudio (revisiones sistemáticas y bibliográficas) y período (2015–2025). Se seleccionaron 10 artículos relevantes para el análisis.

**Discusión:** la evidencia indica que una exposición temprana y excesiva a pantallas se asocia con efectos negativos en el desarrollo cognitivo, lingüístico y socioemocional en niños pequeños, y con síntomas de ansiedad, depresión, alteraciones del sueño, bajo rendimiento escolar y problemas de conducta en adolescentes. Además, se identificaron riesgos vinculados al uso problemático de internet y al ciberacoso.

Recibido para evaluación: agosto 2025.

Aceptado para publicación: octubre 2025.

Correspondencia: 8 de octubre 3020. C.P. 11600. Tel.: (+598) 24876666 interno 1037. Montevideo, Uruguay.

E-mail de contacto: afrodriguez@dnsffaa.gub.uy





Sin embargo, también se destacan posibles beneficios del uso regulado, como el acceso a recursos educativos, la comunicación y la reducción de sentimientos de soledad en contextos de aislamiento.

**Conclusiones:** el impacto del tiempo de pantalla no puede considerarse en sí mismo beneficioso o perjudicial, sino que depende de la cantidad de horas, la calidad del contenido, el contexto sociocultural y la supervisión adulta. Se requieren más estudios longitudinales para establecer relaciones causales claras y comprender mejor cómo influyen las variables contextuales en los efectos del tiempo de pantalla sobre la salud mental en la población pediátrica.

**PALABRAS CLAVE:** Ansiedad; Depresión; Desarrollo Infantil; Internet; Juegos de Video; Obesidad; Salud Mental; Sueño; Tiempo de Pantalla; Trastorno del Espectro Autista; Trastornos Mentales.

## ABSTRACT

**Introduction:** Over the past decade, screen time has increased exponentially, becoming a daily part of the lives of children and adolescents. This phenomenon offers educational and communication opportunities, but also raises concerns about its potential impact on mental health. Childhood and adolescence are critical stages of development, during which excessive use of devices has been linked to anxiety, depression, sleep disturbances, and behavioral problems, as well as delays in language development and an increased risk of obesity in younger children. However, the literature also recognizes the benefits of regulated and supervised use, such as access to educational resources and communication in contexts of isolation.

**Objective:** To analyze the scientific evidence published between 2015 and 2025 on the relationship between screen time and mental health in children under 18 years of age.

**Methodology:** A bibliographic search was conducted in the MedLine/PubMed and LILACS databases in English, Spanish, and Portuguese. Filters were applied for age (<18 years), type of study (systematic and bibliographic reviews), and period (2015–2025). Ten articles relevant to the analysis were selected.

**Discussion:** Evidence indicates that early and excessive exposure to screens is associated with negative effects on cognitive, linguistic, and socio-emotional development in young children, and with symptoms of anxiety, depression, sleep disturbances, poor school performance, and behavioral problems in adolescents. In addition, risks linked to problematic internet use and cyberbullying were identified. However, potential benefits of regulated use were also highlighted, such as access to educational resources, communication, and reduced feelings of loneliness in contexts of isolation.

**Conclusions:** The impact of screen time cannot be considered beneficial or harmful in itself, but depends on the number of hours, the quality of the content, the sociocultural context, and adult supervision. More longitudinal studies are needed to establish clear causal relationships and better understand how contextual variables influence the effects of screen time on mental health in the pediatric population.

**KEYWORDS:** Anxiety; Depression; Child Development; Internet; Video Games; Obesity; Mental Health; Sleep; Screen Time; Autism Spectrum Disorder; Mental Disorders.

## RESUMO

**Introdução:** Na última década, o tempo de exposição às telas aumentou exponencialmente, tornando-se parte do cotidiano de crianças e adolescentes. Esse fenômeno oferece oportunidades educacionais e de comunicação, mas também levanta preocupações quanto ao seu possível impacto na saúde mental.

A infância e a adolescência são fases críticas do desenvolvimento, nas quais o uso excessivo de dispositivos tem sido associado a ansiedade, depressão, distúrbios do sono e problemas de comportamento, bem como a atrasos no desenvolvimento da linguagem e maior risco de obesidade nas crianças mais novas. Embora a literatura também reconheça os benefícios do uso regulado e supervisionado, como o acesso a recursos educacionais e a comunicação em contextos de isolamento.

**Objetivo:** Analisar as evidências científicas publicadas entre 2015 e 2025 sobre a relação entre o tempo de tela e a saúde mental em menores de 18 anos.

**Metodologia:** Foi realizada uma pesquisa bibliográfica nas bases de dados MedLine/PubMed e LILACS, em inglês, espanhol e português. Foram aplicados filtros de idade (<18 anos), tipo de estudo (revisões sistemáticas e bibliográficas) e período (2015-2025). Foram selecionados 10 artigos relevantes para a análise.

**Discussão:** As evidências indicam que a exposição precoce e excessiva às telas está associada a efeitos negativos no desenvolvimento cognitivo, linguístico e socioemocional de crianças pequenas, bem como a sintomas de ansiedade, depressão, distúrbios do sono, baixo desempenho escolar e problemas de comportamento em adolescentes. Além disso, foram identificados riscos relacionados ao uso problemático da internet e ao cyberbullying. No entanto, também se destacam possíveis benefícios do uso regulado, como o acesso a recursos educacionais, a comunicação e a redução dos sentimentos de solidão em contextos de isolamento.

**Conclusões:** O impacto do tempo de tela não pode ser considerado, por si só, benéfico ou prejudicial, mas depende da quantidade de horas, da qualidade do conteúdo, do contexto sociocultural e da supervisão adulta. São necessários mais estudos longitudinais para estabelecer relações causais claras e compreender melhor como as variáveis contextuais influenciam os efeitos do tempo de tela sobre a saúde mental na população pediátrica.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ansiedade; Depressão; Desenvolvimento Infantil; Internet; Videogames; Obesidade; Saúde Mental; Sono; Tempo de Tela; Transtorno do Espectro Autista; Transtornos Mentais.

## INTRODUCCIÓN

El tiempo de exposición a pantallas ha aumentado de manera exponencial en la última década, convirtiéndose en una práctica cotidiana desde edades tempranas (1).

Televisores, computadoras, tabletas y teléfonos inteligentes forman parte del entorno familiar y educativo, ofreciendo múltiples oportunidades de comunicación, aprendizaje y entretenimiento. Sin embargo, este fenómeno también ha despertado preocupación por los posibles efectos adversos en la salud de la población pediátrica, particularmente en el ámbito de la salud mental (2,3).

La infancia y la adolescencia constituyen etapas críticas del neurodesarrollo, en las que factores ambientales, sociales y tecnológicos pueden influir en

la adquisición de habilidades cognitivas, emocionales y relacionales. Diversos estudios han reportado asociaciones entre el uso excesivo de pantallas y el aumento de síntomas ansiosos, depresivos, alteraciones del sueño y problemas de conducta, especialmente en adolescentes (4,5).

En niños más pequeños, la exposición temprana se ha vinculado con retrasos en el desarrollo del lenguaje, menor interacción social y riesgo de obesidad debido al sedentarismo (2,6).

Aunque se han identificado riesgos, la literatura señala potenciales beneficios del uso controlado y supervisado de la tecnología, como el acceso a recursos educativos, el fortalecimiento de habilidades digitales y la posibilidad de comunicación en contextos de aislamiento social (7,8).



Sin embargo, las investigaciones disponibles presentan limitaciones metodológicas y resultados heterogéneos, lo que dificulta establecer una relación causal definitiva entre el tiempo de pantalla y los efectos en la salud mental (6,9,10).

En el presente trabajo se analiza la evidencia científica disponible respecto a la relación entre el tiempo de pantalla y la salud mental en menores de 18 años, aportando una visión crítica y actualizada sobre los riesgos y beneficios identificados en la literatura reciente.

## METODOLOGÍA

Se realizó una búsqueda bibliográfica en las bases de datos MedLine/PubMed y LILACS (Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud).

En PubMed se utilizaron los siguientes MeSH: anxiety; depression; child development; internet; video games; obesity; mental health; sleep; screen time; autism spectrum disorder; mental disorders, obteniéndose 426 resultados. Aplicando filtros: tiempo (2015-2025) se encontraron 315 artículos, considerando revisiones sistemáticas y bibliográficas se obtuvieron 44, en humanos 30 y por último considerando menores de 18 años, se obtuvo la cifra de 12 artículos, de los cuales se consideraron 7, los restantes 5 se descartaron por no guardar relación con la salud mental.

También se realizó una búsqueda en LILACS, utilizando como descriptores: ansiedad; depresión; desarrollo infantil; internet; juegos de video; obesidad; salud mental; sueño; tiempo de pantalla; trastorno del espectro autista; trastornos mentales, se obtuvieron 24 resultados. Aplicando filtros (en español, inglés y portugués, 10 años, televisión) se obtuvieron 7 resultados. Tras depuración por no corresponder a la población considerada quedan 3 artículos.

Luego de aplicar filtros y eliminar artículos considerados no relevantes, se seleccionaron 10 artículos para el análisis que son los citados.

**Criterios de inclusión:** revisiones sistemáticas y bibliográficas, población menor de 18 años, idioma inglés, español y portugués, período 2015-2025.

**Criterios de exclusión:** población mayor de 18 años, artículos anteriores al año 2015, y aquellos que no hacen referencia a salud mental.

## DISCUSIÓN

El uso de pantallas y redes sociales en la infancia y adolescencia ha aumentado de manera exponencial en la última década, generando preocupación sobre sus efectos en la salud física, psicosocial y, especialmente, en la salud mental (1).

De la bibliografía consultada, surge que la exposición a pantallas en edades tempranas trae aparejado un detrimento de la actividad física, aumentando el sedentarismo en preescolares lo que impacta directamente en el desarrollo musculoesquelético, el desarrollo de aptitudes cognitivas y motoras además de su relación con el sistema cardiovascular.

Por otra parte, el uso de dispositivos, genera una menor vida de relación a través de la palabra y el contacto con el otro, lo que repercute en el desarrollo infantil. Existen estudios que muestran asociaciones entre el tiempo excesivo frente a pantallas y retrasos en habilidades cognitivas, lingüísticas y psicosociales, además de problemas de conducta en niños pequeños y preescolares. Por otra parte, la exposición a computadoras o dispositivos móviles antes del sueño, afecta los niveles de melatonina retrasando y/o alterando el sueño, perjudicando el descanso, el rendimiento escolar y el comportamiento.

La exposición a pantallas antes de los 6 años de edad, representaría más riesgos que beneficios. La mayoría de los estudios marcan la importancia del acompañamiento de un adulto, ante el uso de dispositivos móviles a fin de seleccionar el tipo de contenido que consumen y limitar el tiempo de exposición (2).

Las guías de la Academia Americana de Pediatría recomiendan que los niños menores de 2 años, no usen dispositivos electrónicos, y en aquellos mayores de 2 años la exposición se restrinja a 2 horas por día. El Departamento de Salud de Australia, recomienda que niños entre 2 a 5 años tengan menos de 1 hora de pantalla por día. Otros estudios han demostrado que el uso excesivo de televisión, afecta el desarrollo de fortalezas psicológicas, respetuosidad y la actividad física. Es notoria la repercusión del desarrollo de habilidades psicológicas y motoras en niños menores de 6 años. El tiempo en pantalla también se asocia a obesidad en niños, relacionado a sedentarismo y mala alimentación, por consumo de alimentos con alto contenido en grasas y azúcares. Esto es favorecido por publicidades que estimulan el consumo de este tipo de productos. También se ha descrito que afecta la duración y eficiencia del sueño en niños. En lo referente a las habilidades cognitivas, están en relación con el contenido, algunos programas de TV pueden mejorar el vocabulario de niños entre 3-5 años, en cambio otros generan retraso del desarrollo del mismo, lo que respalda la importancia que los contenidos sean supervisados y acompañados por adultos. Los niños pequeños y niños de contextos marginales son más susceptibles a los efectos negativos del exceso de tiempo de pantallas (3).

Eddy Ives señala que el uso excesivo de pantallas se relaciona con síntomas ansiosos y depresivos, mayor riesgo de autolesiones e ideación suicida, así como con trastornos de la conducta alimentaria e insatisfacción corporal, particularmente en adolescentes. El concepto de uso problemático de internet (UPI) incluye conductas como la sobre utilización de videojuegos, apuestas en línea, redes sociales y ciberacoso, y se ha asociado a múltiples consecuencias negativas.

El ciberacoso emerge como un factor de riesgo clave en este grupo. En paralelo, la exposición temprana y prolongada en niños pequeños se asocia con trastornos atencionales y un mayor riesgo de desarrollar síntomas compatibles con

Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH), además de efectos adversos en el desarrollo de habilidades sociales, especialmente en niños con trastorno del espectro autista (TEA). Si bien la mayor parte de la evidencia se concentra en adolescentes, donde los riesgos están más documentados, los hallazgos en niños pequeños sugieren un impacto relevante sobre el neurodesarrollo y la autorregulación. Mientras que hay riesgos identificados, también se señalan potenciales beneficios del uso controlado de tecnologías digitales, como la reducción de sentimientos de soledad y estrés durante la pandemia (1).

Otra revisión sistemática referente al uso de la tecnología y su relación con las conductas disruptivas en la segunda infancia y adolescencia, indica que, si bien existe relación entre ambas variables, no se puede determinar si estas conductas fueron causadas exclusivamente por el uso de tecnologías, ya que pueden incidir otros factores. A su vez, refiere que la naturaleza correlacional de los estudios incluidos en el análisis, no permiten establecer una relación causal definitiva (4).

Otra revisión sistemática del año 2023, reporta que ver televisión durante 2 a 4 horas en días curriculares, se asocia con efectos negativos en la salud mental, principalmente con la ansiedad y autoestima. El teléfono celular, es el dispositivo más utilizado por los adolescentes, y su uso durante la semana, también se asocia a un detrimento de la salud mental, al igual que el uso de redes sociales (mayor depresión). Pero, menciona limitaciones que pueden afectar la generalidad de los resultados, como son la amplia variedad de instrumentos utilizados para evaluar los resultados en salud mental (5).

Odegers y Jensen destacan que la mayoría de las investigaciones (hasta el año 2020) reportan datos correlacionales débiles. Así como también, estudios recientes, realizados a gran escala, informan la falta de asociación significativa entre el uso de tecnología digital y el bienestar de los adolescentes (6).



Si bien, otro estudio realizado con adolescentes evidencia mayores síntomas como cefalea y cervicalgias, sea por exposición de más de 3 horas de TV o videojuegos. Los efectos de exposición a los diferentes dispositivos son acumulativos, no independientes (3).

Estudios realizados durante la pandemia, observaron un aumento en el empleo de dispositivos electrónicos para distintos fines, evidenciaron en adolescentes de entre 15 y 18 años, que el uso intenso de los mismos podría asociarse con consecuencias psicológicas como depresión, no se identificaron grandes diferencias entre géneros, ni los distintos centros educativos (público y privado), lo que se atribuyó a que el estudio se realizó en una pequeña muestra, evidenciando la necesidad de contar con más investigación en el tema. Si bien se encontró asociación, entre mayor exposición más probabilidad del desarrollo de síntomas como: depresión, ansiedad, estrés, impulsividad, hiperactividad e inatención en adolescentes (7).

El uso de dispositivos con pantalla táctil es parte cotidiana de la vida de padres e hijos, existiendo incertidumbre sobre cómo este puede afectar el apego. En la revisión sistemática referente al impacto de las pantallas y las redes sociales en la salud mental, la mayor parte de la evidencia sólida es en adolescentes y en padres de niños en edad escolar, mientras que en la primera infancia la investigación es limitada. En adolescentes el mayor tiempo de uso del celular se asoció con menor cercanía percibida hacia los padres (8).

El estudio “Hábitos digitales: el tiempo en pantalla y los efectos en la salud y el bienestar en escolares de Colombia” muestra que el celular es el dispositivo más utilizado (87,7%), seguido del televisor y la computadora. Más de la mitad de los encuestados dedicó más tiempo a actividades recreativas que académicas en pantalla. Las redes sociales más usadas fueron YouTube, TikTok e Instagram, mientras que el 61% refirió jugar videojuegos, en su mayoría

de acción y disparos. En cuanto a interacción digital, el 44% afirmó haber hecho amigos en línea, aunque el 72% consideró riesgoso hacerlo. En relación con la salud, el 67% reportó síntomas asociados al uso de pantallas, destacándose ansiedad (31,3%), problemas de concentración (29,6%) y tristeza (25,7%). Se observaron alteraciones en la calidad del sueño (34,8% con insomnio, 42% con somnolencia diurna) y problemas visuales (43% con indicación médica de reducir el tiempo frente a pantallas). El 35% refirió síntomas depresivos, más frecuentes en mujeres adolescentes que usaban celular tres o más horas diarias.

El estudio concluye que el incremento del tiempo en pantalla desde edades tempranas tiene efectos deletéreos sobre la salud física y psicológica, incluyendo sedentarismo, obesidad, trastornos visuales, alteraciones del sueño y mayor exposición a riesgos cibernéticos como el ciberacoso (9).

En Argentina, un estudio exploratorio con enfoque cualitativo entre 2020 y 2021, muestra que los resultados en la percepción sobre las pantallas se están haciendo cada vez más neutral entre los riesgos y beneficios. Las redes sociales son percibidas como un “arma de doble filo”, ya que, si bien representan una plataforma que posibilita la conexión, la creación de redes de vinculación y la expresión de los más tímidos, los profesionales entrevistados piensan que no son buenos aliados a la hora de establecer relaciones interpersonales. Se desprende de las entrevistas que el uso del celular es percibido como más dañino que el televisor. Dentro de los beneficios, se destaca que las pantallas son un medio de comunicación importante, una opción lúdica y útil para mantener la vida social en el caso de familias que viven en ámbitos de inseguridad.

Funcionan como instrumentos para favorecer la estimulación a través de aplicaciones que podrían ayudar a niños con problemas que afectan el habla o la interacción social. También menciona la probabilidad que brinda internet al acceso de información y contenido educativo (10).

## CONCLUSIONES

La evidencia sugiere que el exceso de tiempo en pantallas, especialmente sin supervisión adulta, se asocia con un impacto negativo en la salud mental y el desarrollo de los menores de 18 años, mostrando síntomas de ansiedad, depresión, alteraciones del sueño, menor rendimiento escolar y problemas de conducta.

En niños pequeños, se asocia a mayor riesgo de trastornos en el desarrollo cognitivo, lingüístico y socioemocional, mientras que en adolescentes el impacto se concentra en síntomas de ansiedad, depresivos y la aparición de conductas de riesgo. En los diferentes estudios, se demuestra la importancia del rol de la supervisión por parte de adultos y la calidad del contenido, no solo el número de horas de pantalla. Por otra parte, revelan la forma en que las pantallas afectan la salud física y social, contribuyendo de una forma u otra sobre la salud mental de la población analizada.

La evidencia analizada es limitada para establecer la causalidad directa entre el uso de pantallas y trastornos de salud mental, por lo que se requieren más estudios longitudinales que permitan aclarar la relación causal y considerar variables socioculturales que influyen en el impacto del tiempo de pantalla en la salud mental infantil y adolescente.

Por lo anterior, se concluye que las pantallas no pueden considerarse beneficiosas o perjudiciales en sí mismas, sino que sus efectos en la salud están asociadas al tipo de uso que se hace de ellas y a su regulación o supervisión por parte de los adultos.

### DECLARACIÓN DE CONFLICTOS DE INTERESES

Las autoras no reportan ningún conflicto de interés. El estudio se realizó con recursos propios de las autoras y/o la institución a la que representan.

**No uso de IA:** las autoras declaran que no se utilizó Inteligencia Artificial para la conceptualización o redacción de este artículo.

## REFERENCIAS

- (1) Eddy Ives LS, Huertas Patón A, Forti Buratti MA, Álvarez Pitti J, Salmerón-Ruiz MA, Rodríguez Hernández PJ, *et al.* Impact of screen and social media use on mental health. *An Pediatr (Engl Ed)*. 2025 Aug; 103(2):503909. DOI: 10.1016/j.anpede.2025.503909. PMID: 40784833.
- (2) García SV, Dias de Carvalho T. El uso de pantallas electrónicas en niños pequeños y preescolares. *Arch Argent Pediatr* 2022; 120(5):340-345.
- (3) Domingues-Montanari S. Clinical and psychological effects of excessive screen time on children. *J Paediatr Child Health* 2017; 53(4):333-338. DOI: 10.1111/jpc.13462. PMID: 28168778.
- (4) Poenitz AV, Merizalde KA, Morejón JL, Carrera MJ. Use of technology and disruptive behaviors in second childhood and adolescence: a systematic review. *Rev Médica Vozandes* 2025; 35(2):31-36.
- (5) Santos RMS, Mendes CG, Sen Bressani GY, de Alcantara Ventura S, de Almeida Nogueira YJ, de Miranda DM, *et al.* The associations between screen time and mental health in adolescents: a systematic review. *BMC Psychol* 2023; 11(1):127. DOI: 10.1186/s40359-023-01166-7. PMID: 37081557; PMCID: PMC10117262.
- (6) Odgers CL, Jensen MR. Annual Research Review: Adolescent mental health in the digital age: facts, fears, and future directions. *J Child Psychol Psychiatry* 2020; 61(3):336-348. DOI: 10.1111/jcpp.13190. PMID: 31951670; PMCID: PMC8221420.



(7) Marin MG, De Almeida RMM. Prevalencia de la Adicción a Internet y Factores Psicológicos en Adolescentes durante la Pandemia de COVID-19. *Psicología: Ciência e Profissão* 2024; 44:1-14.  
DOI: 10.1590/1982-3703003257594.

(8) Hood R, Zabatiero J, Zubrick SR, Silva D, Straker L. The association of mobile touch screen device use with parent-child attachment: a systematic review. *Ergonomics* 2021; 64(12):1606-1622.  
DOI: 10.1080/00140139.2021.1948617.  
PMID: 34190030.

(9) Arias Mariño D, Rojas-Urrea A, Sánchez Coronel IN, García Pérez M, Sánchez Botia J, Pérez Camargo LI, *et al.* Hábitos digitales: tiempo en pantalla y efectos en salud y bienestar en escolares de Colombia. *Arch Pediatr Urug* 2025; 96(1):e202.  
DOI: 10.31134/ap.96.2

(10) Gavoto L, Terceiro DA, Volij C, Discacciati VR, Terrasa SA. Exposición a pantallas en niñas, niños y adolescentes: recomendaciones, límites y controversias en el distanciamiento social obligatorio. *Rev Hosp Ital Buenos Aires* 2023; 43(2):56-63.  
DOI: 10.51987/revhospitalbares.v43i2.220.

**CONTRIBUCIONES AL MANUSCRITO:**

- (a) Concepción, adquisición y análisis de datos, interpretación y discusión de resultados, redacción y aprobación de la versión final.
- (b) Diseño, adquisición y análisis de datos, interpretación y discusión de resultados, redacción.
- (c) Interpretación y discusión de resultados, redacción y revisión crítica.
- (d) Interpretación y discusión de resultados, redacción y revisión crítica.

**NOTA: este artículo fue aprobado por el Comité Editorial.**