

## Nota de prensa

### **Una experta de UIC Barcelona advierte que un nuevo encierro aumentará “de forma alarmante” la sobreexposición de los niños a las pantallas**

La psicóloga clínica infanto-juvenil Iris Pérez asegura que en las consultas reciben a menores que en el primer confinamiento “sobrepasaron incluso las nueve horas de uso diario”

Cree que para los menores supondrá “otra alteración de las rutinas que podrán superar de forma eficaz con las herramientas adecuadas” pero en el caso de los más vulnerables “puede llegar a ser un problema”

Recuerda que los niños tienen “una capacidad de resiliencia única”, aunque hay que explicarles la situación “de forma clara y honesta”

**Barcelona, 3 de noviembre de 2020.-** La psicóloga clínica Infanto-Juvenil en Support - Clínica Universitaria de Psicología y Psiquiatría de UIC Barcelona, Iris Pérez, ha advertido hoy que un nuevo confinamiento aumentará “de forma alarmante” la sobreexposición de los niños a las pantallas.

Pérez ha explicado que, durante el primer encierro domiciliario, “se incrementó notablemente el uso de dispositivos digitales por parte de los niños hasta límites insospechados” y ha destacado que en las consultas reciben a menores que “sobrepasaron incluso las nueve horas de uso diario”.

En este sentido, la especialista ha dejado claro que el uso de la tecnología para estudiar “tiene un efecto positivo” pero su uso “por motivos de entretenimiento sin control ni supervisión puede provocar un efecto inverso”.

Pérez cree que un nuevo confinamiento domiciliario, que podría ser necesario en algún momento para frenar el avance del virus, podría suponer “un reto para la salud mental del país” y “un aumento de la incertidumbre, ya que, una vez más, habrá por delante un número indefinido de días de reclusión”.

En el caso de los niños, esta medida significará “otra alteración de las rutinas que, con las herramientas adecuadas, podrán superar” y, en su opinión, “será de vital importancia establecer horarios para que los niños sepan cuándo es tiempo de estudiar, de jugar, de comer, de hacer ejercicio o de dormir”.

No obstante, para los colectivos de riesgo “el reto puede llegar a convertirse en un problema importante”. “Me refiero a menores que sufren un trastorno mental anterior a

la situación actual, aquellos que no lleguen a desarrollar estrategias adecuadas para hacer frente a un nuevo cambio en la rutina y aquellos menores cuyos padres/madres y figuras de apego afronten de una manera conflictiva la situación por motivos económicos, de salud mental, dificultades de convivencia, enfermedad o muerte de un familiar cercano”, ha añadido.

La psicóloga clínica infantil ha querido destacar que, en general, “los niños tienen una capacidad de resiliencia única que hace que sepan afrontar situaciones estresantes de forma flexible y que se adapten mejor incluso que los adultos”. Aun así, ha recomendado a los padres “explicarles muy bien, de forma clara, honesta y adaptada al nivel del lenguaje del niño, los motivos del nuevo confinamiento y cómo va a reorganizar la familia de nuevo las actividades diarias haciéndoles partícipes de la reorganización”.

### **Sobre UIC Barcelona**

*La Universitat Internacional de Catalunya (UIC Barcelona) nació en 1997 con el objetivo de ofrecer una formación universitaria de calidad y promover la investigación para servir a la sociedad. Ligada al mundo empresarial y con un marcado carácter internacional, somos una propuesta universitaria que hoy acoge a unos 7.800 alumnos. Impartimos dieciséis grados, ocho dobles grados, una treintena de dobles titulaciones internacionales y una amplia oferta de másteres, posgrados y cursos de formación continua, en los dos campus que tenemos, ubicados en Barcelona y Sant Cugat del Vallès. Ofrecemos atención a medida, enfoque integral hacia cada alumno, conexión profesional constante e innovación en los métodos de docencia e investigación. Estamos conectados con la sociedad y las empresas a través de dieciséis cátedras y cuatro aulas de empresa, cinco institutos de investigación y tres clínicas universitarias.*

**En caso de estar interesados en entrevistar a esta especialista pueden contactar con:**

#### **Marta González Martínez**

Responsable de Comunicación  
de las facultades del Campus Sant Cugat  
T. +34 935 042 000. Ext: 5153  
600 90 55 38

[mgonzalezmar@uic.es](mailto:mgonzalezmar@uic.es)

Josep Trueta, s/n  
08195 Sant Cugat del Vallès