

XIV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXIX Jornadas de Investigación. XVIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. IV Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. IV Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2022.

Nudges para promover la regulación emocional de infantes: asociaciones con tiempo de pantalla y lectura conjunta.

Boscolo, Martina, Castillo, María Del Pilar y Lee, Florencia.

Cita:

Boscolo, Martina, Castillo, María Del Pilar y Lee, Florencia (2022). *Nudges para promover la regulación emocional de infantes: asociaciones con tiempo de pantalla y lectura conjunta*. XIV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXIX Jornadas de Investigación. XVIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. IV Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. IV Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-084/763>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eoq6/k9q>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

NUDGES PARA PROMOVER LA REGULACIÓN EMOCIONAL DE INFANTES: ASOCIACIONES CON TIEMPO DE PANTALLA Y LECTURA CONJUNTA

Boscolo, Martina; Castillo, María Del Pilar; Lee, Florencia
Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

El uso de pantallas en la infancia podría tener consecuencias desfavorables sobre la regulación emocional, entendida como la capacidad de modular la experimentación y la expresión de emociones. Contrario a esto, la lectura conjunta entre el niño y cuidador podría tener efectos positivos en el desarrollo. El nudging consiste en influir sobre el comportamiento a través de sugerencias personalizadas. Algunas intervenciones han utilizado mensajes de texto para mejorar conductas relacionadas con la salud, con resultados prometedores. El objetivo del proyecto es determinar si un menor uso de pantallas en niños y una mayor lectura compartida afectan la regulación emocional. Se evaluarán estas variables antes y después de una semana de intervención en diadas de cuidadores y niños de entre 0 y 5 años. Los participantes serán aleatoriamente asignados a un grupo control, un grupo experimental que reducirá el tiempo de pantalla, y otro grupo que, además, aumentará el tiempo de lectura conjunta. Ambos grupos recibirán mensajes a modo de nudges para fomentar las conductas deseadas. Los resultados de este estudio serán de especial interés, considerando que son pocos los estudios sobre los efectos de pantallas en infantes argentinos.

Palabras clave

Infancia - Pantallas - Regulación emocional - Lectura conjunta

ABSTRACT

NUDGES TO PROMOTE CHILDREN'S SELF-REGULATION: ASSOCIATIONS WITH SCREEN TIME AND JOINT BOOK READING
The use of screens in childhood could have unfavorable consequences on emotional regulation, understood as the capacity to modulate the experience and expression of emotions. On the contrary, joint reading between child and caregiver could have positive effects on development. Nudging consists of influencing behavior through personalized suggestions. Some interventions have used text messages to improve health-related behaviors, with promising results. The aim of the project is to determine whether less screen use in children and more shared reading affect emotional regulation. These variables will be assessed before and after one week of intervention in dyads of caregivers and children aged 0-5 years. Participants will be randomly as-

signed to a control group, an experimental group that will reduce screen time, and another group that will also increase shared reading time. Both groups will receive nudges to encourage the desired behaviors. The results of this study will be of special interest, considering that there are few studies on the effects of screens on Argentine infants.

Keywords

Childhood - Screens - Emotional regulation - Joint reading

BIBLIOGRAFÍA

- Adams, E.L., Marini, M.E., Stokes, J., Birch, L.L., Paul, I.M., & Savage, J.S. (2018) INSIGHT responsive parenting intervention reduces infant's screen time and television exposure. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 15(1), 1-9.
- Downing, K.L., Salmon, J., Hinkley, T., Hnatiuk, J.A., & Hesketh, K.D. (2018) Feasibility and efficacy of a parent-focused, text message-delivered intervention to reduce sedentary behavior in 2-to 4-year-old children (Mini movers): pilot randomized controlled trial. *JMIR mHealth and uHealth*, 6(2), e8573.
- Fjeldsoe, B.S., Marshall, A.L., & Miller, Y.D. (2009) Behavior Change Interventions Delivered by Mobile Telephone Short-Message Service. *American Journal of Preventive Medicine*, 36(2), 165-173. doi:10.1016/j.amepre.2008.09.040
- Gross, J.J., & Muñoz, R.F. (1995) Emotion Regulation and Mental Health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2(2), 151-164. doi:10.1111/j.1468-2850.1995.tb00036.x
- Grutzmacher, S.K., Braunscheidel Duru, E., Speirs, K.E., Worthington, L., Munger, A.L., & Lachenmayr, L.A. (2017) Using text messages to engage low-income parents in school-based nutrition education. *Journal of Hunger & Environmental Nutrition*, 13(3), 335-339. doi:10.1080/19320248.2017.1364196
- Hofstetter, A.M., Vargas, C.Y., Kennedy, A., Kitayama, K., & Stockwell, M.S. (2013) Parental and provider preferences and concerns regarding text message reminder/recall for early childhood vaccinations. *Preventive medicine*, 57(2), 75-80.
- Karlsen, R., & Andersen, A. (2019) Recommendations with a nudge. *Technologies*, 7(2), 45.
- Karrass, J., VanDeventer, M.C., & Braungart-Rieker, J.M. (2003) Predicting shared parent-child book reading in infancy. *Journal of Family Psychology*, 17(1), 134.

- Radesky, J.S., Peacock-Chambers, E., Zuckerman, B., & Silverstein, M. (2016) Use of mobile technology to calm upset children: associations with social-emotional development. *JAMA pediatrics*, 170(4), 397-399.
- Rose, E., Lehr, S., Ebert, S., & Weinert, S. (2018) Long-term relations between children's language, the home literacy environment, and socioemotional development from ages 3 to 8. *Early Education and Development*, 29(3), 342-356.
- Subcomisión de Tecnologías de Información y Comunicación (2017) Bebés, niños, adolescentes y pantallas: ¿qué hay de nuevo? *Archivos Argentinos de Pediatría*, 115(4), 404-406.
- Vally, Z., Murray, L., Tomlinson, M., & Cooper, P.J. (2015) The impact of dialogic book-sharing training on infant language and attention: a randomized controlled trial in a deprived South African community. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 56(8), 865-873.
- Waisman, I., Hidalgo, E., & Rossi, M.L. (2018) Uso de pantallas en niños pequeños en una ciudad de Argentina. *Archivos Argentinos de Pediatría*, 116(2), e186-e195.