



LA LEGISLATURA DE LA PROVINCIA DE SANTA FE

SANCIONA CON FUERZA DE

LEY:

**“PROGRAMA PROVINCIAL DE CONCIENTIZACIÓN SOBRE EL USO DE  
PANTALLAS EN NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES”**

**ARTÍCULO 1- Creación.** Créase el "Programa Provincial de Concientización sobre el Uso de Pantallas en Niños, Niñas y Adolescentes", con el objetivo de promover el uso saludable de la tecnología y prevenir sus efectos negativos en la salud física, mental y emocional.

**ARTÍCULO 2- Ámbito de aplicación.** El programa se implementará en establecimientos educativos y sanitarios, clubes y otros espacios de la provincia de Santa Fe mediante campañas de difusión, capacitaciones y material informativo.

**ARTÍCULO 3- Autoridad de aplicación.** La autoridad de aplicación de la presente ley es el Ministerio de Salud o el organismo que en el futuro lo reemplace, en coordinación con el Ministerio de Educación.

**ARTÍCULO 4- Objetivos.** La presente ley persigue los siguientes objetivos:

- a) Informar y concientizar a la sociedad sobre los efectos del uso de pantallas en el desarrollo cognitivo, emocional y físico de niños, niñas y adolescentes;
- b) Promover pautas de uso responsable y equilibrado de la tecnología en los ámbitos familiar, educativo y comunitario;
- c) Implementar campañas de sensibilización en hospitales, centros de salud y establecimientos educativos sobre la relación entre el uso prolongado de



## CÁMARA DE DIPUTADOS DE LA PROVINCIA DE SANTA FE

pantallas y problemas visuales, posturales, trastornos del sueño y alteraciones en la salud mental;

- d) Capacitar a docentes, profesionales de la salud y familias en estrategias de uso saludable de dispositivos electrónicos, fomentando prácticas que minimicen riesgos y potencien beneficios;
- e) Difundir medidas de prevención contra el ciberacoso, el acceso a contenidos inapropiados y otros riesgos digitales, promoviendo herramientas de protección y acompañamiento para niños, niñas y adolescentes.

**ARTÍCULO 5-** Se implementarán campañas de sensibilización con material informativo accesible a toda la comunidad. Dichas campañas deberán incluir recomendaciones sobre:

- a) Efectos del uso excesivo de pantallas, como alteraciones del sueño, déficit de atención, problemas de memoria, bajo rendimiento académico, obesidad infantil y afectaciones en la salud mental (ansiedad, depresión, aislamiento social, irritabilidad);
- b) Estrategias para un uso equilibrado, promoviendo momentos de desconexión, zonas libres de pantallas en el hogar y la práctica de actividades deportivas, creativas y sociales;
- c) Riesgos asociados a la hiperconectividad en adolescentes, incluyendo cyberbullying, grooming, exposición a contenido inapropiado, retos virales peligrosos y trastornos de la autoimagen por el uso de redes sociales.

Se fomentará la producción y distribución de material audiovisual, cartelería, guías digitales y talleres educativos sobre el uso responsable de pantallas.

**ARTÍCULO 6-** Se deberá incorporar la formación sobre el uso responsable de la tecnología en los diseños curriculares de nivel inicial, primario y secundario, abordando desde una perspectiva integral la alfabetización digital, la privacidad



## CÁMARA DE DIPUTADOS DE LA PROVINCIA DE SANTA FE

en línea, el uso de pantallas y el desarrollo de pensamiento crítico ante los medios digitales.

**ARTÍCULO 7 - Autorización Presupuestaria.** Autorízase al Poder Ejecutivo a efectuar las modificaciones y adecuaciones presupuestarias a fin de cumplimentar con los objetivos y fines de la presente ley.

**ARTÍCULO 8 - Comuníquese al Poder Ejecutivo.**

**Diputada Provincial**

**Sonia Martorano**



## FUNDAMENTOS

Señora Presidenta:

El uso excesivo de pantallas en niños, niñas y adolescentes es una problemática creciente que afecta diversas áreas de su desarrollo. Dada la gravedad de esta problemática y la evidencia científica disponible, es imperativo establecer un marco normativo que regule el uso de pantallas en la infancia y la adolescencia. Este proyecto de ley tiene como objetivo promover el uso saludable de la tecnología digital, estableciendo límites de tiempo según las distintas franjas etarias y fomentando prácticas que mitiguen los efectos negativos del abuso de pantallas. Asimismo, busca concientizar a la sociedad sobre la importancia del juego, la actividad física y las interacciones cara a cara como pilares esenciales para el desarrollo integral de las nuevas generaciones.

Según La Sociedad Argentina de Pediatría<sup>1</sup>, en la primera infancia (0 a 2 años), la exposición a dispositivos electrónicos interfiere con la maduración del sistema nervioso central y con la adquisición de habilidades esenciales como el lenguaje, la motricidad, la atención y la interacción social. En esta etapa, los niños necesitan explorar el mundo físico a través del juego, el contacto con otras personas y la manipulación de objetos, elementos fundamentales para el desarrollo cognitivo y emocional. Asimismo, estudios de la Academia Americana de Pediatría y de la Sociedad Argentina de Pediatría advierten que el consumo de medios digitales en estos primeros años puede generar retrasos en la comunicación, déficit en la regulación emocional y problemas de apego con los cuidadores.

Entre los 2 y 5 años, la exposición a pantallas debe ser limitada a un máximo de una hora diaria, siempre bajo la supervisión de un adulto que ayude a interpretar los contenidos. En esta franja etaria, el uso prolongado de dispositivos reduce el tiempo de juego activo y afecta el desarrollo del pensamiento simbólico, la creatividad y las funciones ejecutivas, que incluyen la

---

<sup>1</sup> <https://www.sap.org.ar/comunidad-novedad.php?codigo=302>



## CÁMARA DE DIPUTADOS DE LA PROVINCIA DE SANTA FE

planificación, la memoria de trabajo y el control de impulsos. Además, la presencia constante de pantallas disminuye la interacción cara a cara con los cuidadores y otros niños, lo que puede afectar la capacidad de socialización y la adquisición del lenguaje.

En la edad escolar (6 a 12 años), el uso de pantallas con fines recreativos no debe superar la hora y media diaria, priorizando contenidos educativos y promoviendo actividades en familia. En esta etapa, el abuso de dispositivos digitales puede afectar el rendimiento académico debido a dificultades en la atención y la concentración. También se ha identificado un vínculo entre el uso excesivo de pantallas y la disminución del rendimiento en tareas que requieren memoria y habilidades de resolución de problemas. Otro factor preocupante es la alteración de los hábitos de sueño, ya que la exposición nocturna a pantallas reduce la producción de melatonina, la hormona responsable del descanso, un retraso del reloj circadiano; y una disminución y retraso del sueño REM generando insomnio y fatiga diurna, lo que repercute directamente en el desempeño escolar. Todo ello favorece el estado de ánimo depresivo, las alteraciones de la conducta, la disminución de la autoestima, y la alteración del desarrollo cerebral.

En la adolescencia, el impacto de las pantallas adquiere nuevas dimensiones. En esta etapa, los jóvenes buscan autonomía en su consumo digital, acceden a redes sociales y generan contenidos, lo que los expone a riesgos específicos como el ciberbullying, el grooming, la sobreexposición a modelos irreales de belleza y el acceso a información inadecuada. Además, la exposición prolongada a pantallas puede contribuir al desarrollo de trastornos de ansiedad y depresión, debido a la comparación constante con estándares inalcanzables y la reducción de las interacciones en el mundo real. En la adolescencia finaliza tanto la maduración del sistema límbico como la maduración de la corteza cerebral. Los medios digitales interfieren a esta edad de dos formas distintas: aumentando la activación de la región límbica, al estar expuestos a sistemas de gratificación inmediata, y disminuyendo la actividad frontal por efecto desplazamiento de los estímulos adecuados para la edad. Además, la multitarea relacionada con las pantallas se asocia con peores resultados cognitivos, una disminución de la capacidad de filtrar las distracciones



## CÁMARA DE DIPUTADOS DE LA PROVINCIA DE SANTA FE

y un aumento de la impulsividad y disminución de la memoria de trabajo. De este modo, los adolescentes que pasan demasiado tiempo frente a una pantalla tienen más probabilidades de presentar dificultades cognitivas graves. Asimismo, la hiperconectividad genera una disminución en la actividad física, contribuyendo al sedentarismo y al riesgo de desarrollar enfermedades metabólicas como la obesidad y la diabetes tipo 2. Por el contrario, se ha vinculado la reducción del tiempo de pantallas con una reducción de la presión arterial y un aumento del colesterol "bueno" (HDL).

El impacto en la salud visual también es un aspecto relevante. La exposición prolongada a pantallas provoca fatiga ocular digital, caracterizada por síntomas como visión borrosa, sequedad ocular y dolores de cabeza. Esto se debe a la disminución de la frecuencia del parpadeo y a la exposición a la luz azul emitida por los dispositivos. Diversos estudios recomiendan la aplicación de la regla 20-20-20: cada 20 minutos de uso de pantallas, realizar una pausa de 20 segundos y mirar a 20 pies (aproximadamente 6 metros) de distancia, para reducir el esfuerzo ocular.

Cabe destacar que la Asociación Española de Pediatría (AEP), modifica las normas en relación al uso de pantallas aumentando el rango de edad por debajo del que se considera que no debe exponerse a los niños a las mismas, que pasa de los 2 a los 6 años por encontrar evidencia sobre afectación de áreas como el sueño, la salud cardiovascular, la corteza cerebral en varias regiones, entre otros, instando a los gobiernos a declararlo un problema de salud pública, considerando excesiva la responsabilización solo a las familias del problema que implica en el futuro el exceso del uso, y solicitando compromiso de todos los espacios por los cuales transitan los menores.

Desde una perspectiva educativa, es fundamental que la escuela y la familia trabajen en conjunto para promover un uso responsable de las tecnologías digitales. Si bien los dispositivos electrónicos pueden ser herramientas valiosas para el aprendizaje, su uso debe estar regulado y complementado con estrategias que fomenten el pensamiento crítico, la lectura en papel y la interacción social en el ámbito escolar. La alfabetización digital es



**CÁMARA DE DIPUTADOS  
DE LA PROVINCIA DE SANTA FE**

clave para que niños, niñas y adolescentes desarrollen criterios sólidos sobre el contenido que consumen y publican en internet.

Es por las razones puestas a consideración, que solicito a esta Honorable Cámara de Diputados que acompañen el presente proyecto de ley.

**Diputada Provincial  
Sonia Martorano**