



https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia\_logo\_pdf.png



https://enfamilia.aep



https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/th

## ¿Cómo afectan las pantallas a la salud?

En esta infografía se puede visualizar como el mal uso de las pantallas puede afectar a la salud.

La Agencia Española de Protección de Datos (AEPD) y la Asociación Española de Pediatría (AEP) lanzaron la campaña [#SinPantallas el Plan](#), una iniciativa para promover la salud digital de los menores a través de la concienciación de sus padres.

Cuenta además con el apoyo de la Fundación Atresmedia, Mediaset España y RTVE, entidades adheridas al [Pacto Digital para la Protección de las Personas](#) de la AEPD, que la difundirán a través de sus respectivos canales.

La campaña promueve la utilización del [Plan Digital Familiar](#), una plataforma con información útil para familias y profesionales sobre el uso adecuado de los medios digitales con recomendaciones de dos tipos: unas generales para toda la familia y otras clasificadas por edad.

Artículo publicado el 8-9-2025, revisado por última vez el 8-9-2025

**La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.**

---

---

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/infografias/como-afectan-pantallas-salud>