

**ÍNDICE:**

- 1. Análisis y estado de la cuestión: Contraste de opiniones**
    - 1.1. Los que prefieren frenar y retrasar el uso de las pantallas
    - 1.2. Los que dicen que es inevitable aprender a convivir con las pantallas
    - 1.3. Los que quieren introducir las pantallas cuanto antes  
Conclusiones iniciales y edades
  - 2. Lo que debes saber sobre el cerebro de tus hijos**
    - 2.1. ¿Qué es eso tan importante que se ha descubierto sobre el cerebro de los bebés?
    - 2.2. El cerebro aprende casi constantemente
    - 2.3. El cerebro crece, especialmente el de los niños y los jóvenes
  - 3. Lo que debes saber sobre las pantallas**
    - 3.1. Las pantallas provocan la misma reacción en todos los cerebros
    - 3.2. Algunos de los riesgos probados de las pantallas como herramientas
    - 3.3. La tecnología puede mejorar nuestro cerebro
  - 4. Beneficios del buen uso y riesgos de los malos usos**
    - 4.1. ¿Las pantallas favorecen la atención?: Sí, al principio..., pero...
    - 4.2. ¿Las pantallas favorecen la motivación?: Sí, al principio...pero...
    - 4.3. ¿Las pantallas favorecen la concentración?: Depende.
    - 4.4. ¿Las pantallas perjudican la memorización?: Depende.
    - 4.5. ¿Las pantallas favorecen la reflexión?: No. Ellas solas, no.
    - 4.6. ¿Las pantallas provocan un menor acopio de conocimientos?: No, no y no.
    - 4.7. ¿Las pantallas provocan un tipo de lectura breve y superficial?: Puede...
    - 4.8. ¿Las pantallas alteran y disminuyen nuestro desarrollo motriz? Puede ser.
    - 4.9. ¿Las pantallas provocan una menor profundidad de proceso cerebral?: Sí
    - 4.10. ¿Las pantallas provocan agresividad en el carácter?: Puede ser
  - 5. Reflexiones finales para madres, padres, educadores y profesores**
  - 6. Decálogo para el buen uso de la tablet**
  - 7. Bibliografía citada**
- Autores y libros / Artículos, conferencias, blogs y webs