

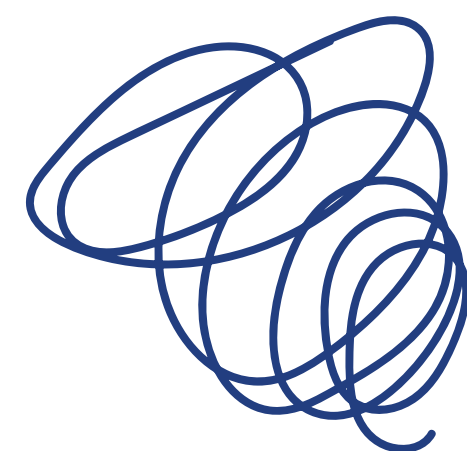


Recomendaciones para el hogar y el entorno escolar sobre el uso de celular por estudiantes





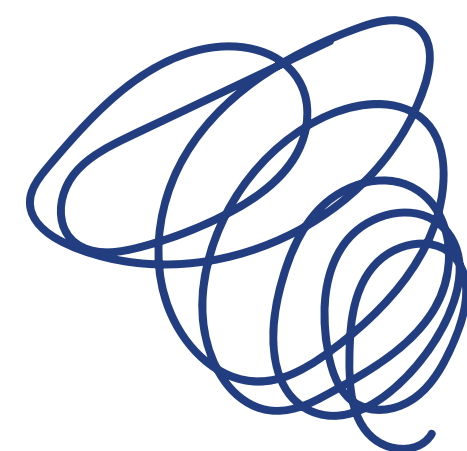
Introducción:



El uso de dispositivos móviles con acceso a internet y redes sociales por parte de niños, niñas y adolescentes ha generado un creciente interés en la comunidad educativa y en las familias, debido a su impacto en el bienestar y en el desarrollo de habilidades socioemocionales y cognitivas. Aunque los dispositivos pueden ser valiosas herramientas para fortalecer aprendizajes y desarrollar competencias del siglo XXI, su uso excesivo y sin supervisión conlleva riesgos como el ciberacoso, la exposición a contenido inapropiado y la disminución de habilidades sociales. Ante esta realidad, es fundamental establecer orientaciones que permitan un uso responsable y equilibrado de estas tecnologías tanto en el hogar como en el entorno escolar, asegurando un entorno seguro y propicio para el desarrollo integral de los estudiantes. Este documento presenta un conjunto de recomendaciones dirigidas a padres, madres, cuidadores, docentes y directivos para fomentar un uso consciente y regulado del celular, promoviendo su aprovechamiento como herramienta educativa y minimizando sus potenciales efectos negativos.



Introducción:



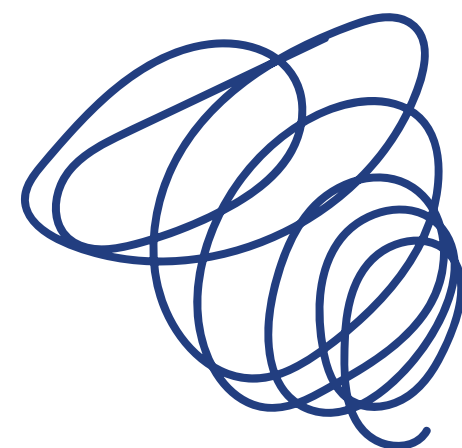
El Informe sobre el estado mental del mundo en 2023 presenta una tendencia al deterioro de la salud mental de las personas más jóvenes y señala como, entre otros factores, la edad a la que los niños cuentan con dispositivos móviles con acceso a internet y redes sociales es un factor clave de dicho deterioro (**Sapien LABS. 2024**). El mismo estudio señala que, quienes recibieron un teléfono a los 6 años, situación mucho más común en familias de altos ingresos, ven afectada su salud mental en una mayor proporción.

Por su parte, el estudio sobre el Impacto de la tecnología en la adolescencia, relaciones, riesgos y oportunidades (**UNICEF. 2021**), revela que, el uso inadecuado de las tecnologías ha hecho que estudiantes de España tengan problemas de convivencia.

En el escenario global, el reporte sobre cómo proteger y preparar a los estudiantes contra las distracciones (**OECD. 2024**), informa que, “los estudiantes que pasan más de una hora en dispositivos digitales para actividades de ocio en la escuela disminuyen más de 9 puntos en matemáticas y reportan un menor sentido de pertenencia a la escuela que los estudiantes que no dedican tiempo a actividades digitales de ocio” (página 2).



Introducción:



Ahora bien, es clave reconocer los riesgos y afectaciones por el uso de teléfonos celulares; pero no se deben desconocer las posibilidades de estos dispositivos para fortalecer los aprendizajes, desarrollar competencias del siglo XXI y cerrar brechas digitales. **La OCDE (2024)** señala que los estudiantes presentan mejores resultados en matemáticas por más de 20 puntos y manifiestan mayor sentido de pertenencia en la escuela cuando pasan un tiempo moderado utilizando dispositivos para aprender. En la misma línea, diferentes referentes conceptuales y estudios concuerdan en que debe existir una reglamentación para uso de dichas herramientas, más no una prohibición.

Lo anterior, en el contexto distrital, debe permitir la reflexión sobre la tenencia de celulares dentro de los colegios. Por lo tanto, se presentan una serie de recomendaciones tanto para el entorno familiar como escolar, entendiendo que se requiere promover un uso limitado y responsable que proteja a niños, niñas y jóvenes.

Recomendaciones sobre el uso del celular en el entorno familiar



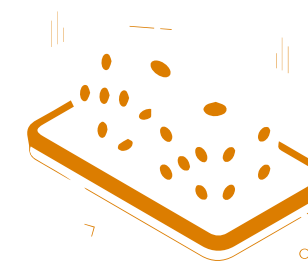


Establecer horarios adecuados para el uso del celular según la edad de hijas e hijos. Asegurar que estos horarios no interfieran con el tiempo de descanso y guardar el dispositivo, preferiblemente apagado o en silencio, a una hora determinada.



Pactar límites claros sobre el tiempo que se pasa frente a la pantalla del celular, la tablet o el computador.

Definir una cantidad de horas semanales que permita equilibrar el tiempo destinado a actividades al aire libre, a tareas escolares y a compartir en familia y con amigos.



Definir un lugar de “estacionamiento de celulares” donde se ubiquen todos los dispositivos durante las comidas familiares (desayuno, almuerzo o cena). Implementar esta práctica de manera conjunta para enseñar con el ejemplo.



Dialogar sobre la función del celular. Explicar que es una herramienta de intercambio de información y conexión con muchas personas, lo que hace necesario mantener el control sobre qué se comparte, con quién y de quién se recibe información.



Explicar los riesgos del uso del celular, como perfiles falsos que buscan manipular y obtener información privada, virus que pueden dañar dispositivos y sustraer ilegalmente datos para cometer delitos, el ciberacoso, entre otros. Resaltar la importancia de no compartir datos, fotos o información personal con extraños.



Generar un ambiente de confianza para que hijas e hijos sientan libertad de expresar dudas, preguntas o preocupaciones respecto al uso del celular, asegurándoles acompañamiento para resolver inquietudes.



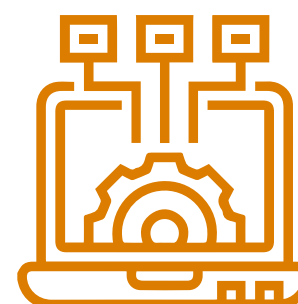
Servir como filtro para evaluar la información a la que acceden niñas, niños y adolescentes, revisando conjuntamente el contenido y estableciendo acuerdos sobre qué aplicaciones, videos o archivos se pueden descargar.



Buscar información sobre herramientas de “Control Parental”. Explorar aplicaciones (Apps) según la edad y usos del teléfono que permitan gestionar qué tipo de información se descarga o reproduce, eligiendo la que mejor se adapte a las necesidades familiares.



Descubrir aplicaciones (Apps) educativas y juegos acordes con la edad de hijas e hijos para promover el aprendizaje y la diversión compartida.



Estar informados sobre nuevas tendencias, tecnologías y usos de éstas para acompañar a hijas e hijos en el aprovechamiento del celular como herramienta educativa que fortalezca sus procesos de aprendizaje.

Recomendaciones para docentes y directivos sobre el uso del celular en el entorno escolar





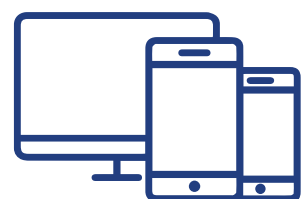
Usar los celulares como dispositivo de aprendizaje

solo cuando se trate de una herramienta que contribuya a las actividades de aprendizaje y bajo la mediación del docente.



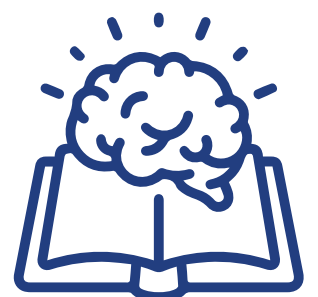
Abordar de manera explícita los riesgos del uso inadecuado del celular con los estudiantes.

Promover actividades de investigación sobre las consecuencias (ciberacoso, extorsión, robos, aislamiento, falta de habilidades sociales, entre otros) y convertirlas en un tema de debate para fomentar la reflexión en clase.



Promover el uso responsable de las pantallas y celulares en diferentes actividades,

resaltando la importancia de respetar la privacidad de otras personas, no compartir información personal en línea y evitar el ciberacoso.



Consultar y compartir

herramientas digitales, como aplicaciones (Apps), juegos, páginas con contenido educativo y eventos virtuales con expertos, que sirvan como apoyo al aprendizaje, y coordinar con los estudiantes el uso de éstas.



Tener en cuenta la normatividad vigente:

según el Artículo 44 de la Constitución Política, la Convención Internacional sobre los Derechos del Niño de 1989 (Ley 12 de 1991) y la Ley 1098 de 2006 en el Código de la Infancia y la Adolescencia, está prohibido el uso de celulares para fotografiar y obtener datos de menores sin el consentimiento de los padres o cuidadores.



Generar espacios de diálogo y confianza para que los estudiantes recurran a

docentes y directivos cuando tengan dudas o se sientan amenazados por alguna situación con su celular.



Establecer una comunicación permanente con las familias

para informar sobre los usos y restricciones que propone el colegio en cuanto al uso de celulares en el entorno escolar. Incluir actividades conjuntas como campañas sobre el “buen uso” y el “mal uso” de los dispositivos y las tecnologías.