



El debate respecto a vetarlos se vive en Chile y el mundo:

La ciencia sigue acumulando evidencia sobre los efectos del celular en el aula

■ La OCDE advierte que ocho de cada 10 escolares chilenos dicen distraerse por la culpa de estos dispositivos en las clases de Matemáticas, mientras que un reciente estudio noruego plantea que su prohibición es especialmente útil para disminuir problemas de salud mental en estudiantes mujeres.

M. CORDANO

Aunque no existe un único protocolo respecto al uso de teléfonos móviles dentro de sus escuelas, hace una década, algunos establecimientos en Noruega comenzaron a prohibir su presencia dentro del aula. Con los años, distintos distritos escolares optaron por sumarse a la medida, permitiendo estudiar los efectos que este veto tendría sobre sus estudiantes.

La investigación más reciente sobre este tema estuvo a cargo de Sara Abrahamsson, becaria posdoctoral del Instituto Noruego de Salud Pública, quien —tras analizar los casos de alumnos de educación media en alrededor de 400 colegios con prohibiciones— centró su análisis en las repercusiones psicológicas y académicas de la medida.

“Poco menos de la mitad de los establecimientos estudiados tenían una prohibición estricta en cuanto al uso de teléfonos, siendo escuelas donde los estudiantes debían dejarlos guardados (generalmente en una caja especialmente creada para ello) por las mañanas y luego recuperarlos al final del día. Las escuelas con una política más indulgente permitían a los estudiantes tener su celular durante los recreos, mientras que durante las horas de clase debían estar en modo silencio”, explica la investigadora a “El Mercurio”.

Los datos mostraron que luego de meses de aplicar la medida —el tiempo varió según cada colegio—, el acoso reportado experimentó una caída de 46% para el caso de las mujeres y de 43% para el de los hombres.

En cuanto a las alumnas, estos protocolos también ayudaron a aumentar su promedio de notas, y de manera especialmente notoria, les redujo la necesidad de ir al psicólogo por problemas de



Otras tecnologías

Si bien el estudio de Sara Abrahamsson pone énfasis en el impacto positivo de prohibir los celulares en clases, la investigadora aclara que esto no es sinónimo de dejar la tecnología de lado en las escuelas. “La prohibición solo considera teléfonos inteligentes. Los estudiantes de secundaria tienen acceso a computadores portátiles o tabletas”, indica a “El Mercurio”.

El informe de la OCDE también pone énfasis sobre este punto, señalando que “el acceso a la tecnología digital es esencial para la educación. Se deben hacer esfuerzos para garantizar que todos los escolares tengan acceso a las herramientas y recursos digitales necesarios, con apoyo y supervisión de adultos”.

Eduardo Sandoval lo explica así: “Cuando los niños tienen la mediación de un adulto que les ayuda a responsabilizarse en el uso correcto de estos dispositivos, eso actúa como un factor

salud mental en casi 60%.

Ansiosos

“Una posible razón por la que hay un efecto en las niñas y no en los niños es porque entre los 13 y 16 años, ellas usan mucho más su teléfono en comparación con ellos. Durante esta etapa, las mujeres también pasan mucho más tiempo en las redes sociales en comparación con los hombres”, explica la autora.

Este fenómeno es uno que se repite a nivel local, advierte Eduardo Sandoval, psicólogo e investigador del Instituto Iberoamericano de Desarrollo Sostenible de la U. Autónoma, quien ha estudiado sobre el tema y quien recuerda que la pandemia fue un gatillante en el uso de

protector para su salud mental. En segundo lugar, supone menor riesgo de vincularse a plataformas o redes sociales con otros tipos de problemas, como el sexting, el grooming o el bullying”. Por último, cuando existe una mediación, los jóvenes “aprenden a utilizarlos como una herramienta que fomenta el aprendizaje y que les permite acceder a nuevas formas de conocimiento”.

Adultos involucrados también permiten hacer un seguimiento más exhaustivo del efecto de ciertas medidas. La OCDE advierte, por ejemplo, que en Chile, en las escuelas con prohibición de celulares, los estudiantes mostraban “menos probabilidades de desactivar las notificaciones de redes sociales y aplicaciones en sus dispositivos digitales cuando se iban a dormir. Los datos sugieren que incluso en escuelas con prohibiciones los estudiantes pueden tener dificultades para adoptar un comportamiento responsable con respecto al uso del teléfono”.

estos dispositivos entre población cada vez más joven.

“Cuando niños y niñas están expuestos tempranamente a estos dispositivos, hay implicancias directas en varias estructuras del cerebro, sobre todo a nivel de la corteza prefrontal y particularmente en el sistema de recompensa”, señala. “En el fondo, ocurre que se hiperactiva”.

Otra conclusión que Sandoval ve extrapolable a nuestro país es el hecho de que la prohibición noruega tuvo un efecto más marcado en estudiantes económicamente desfavorecidos.

Y es que los grupos menos vulnerables —explica— “suelen tener acceso idóneo y sistemático a tratamientos de salud mental oportunos y eficaces”.

Coincidiendo con el estudio

país fue mayor al 80%.

¿Niños excluidos?

Invitada esta semana a participar en un conversatorio organizado por la Fundación Futuro en el Liceo Bicentenario de La Florida, Soledad Garcés, directora de Fundación para la Convivencia Digital, explicó que en muchos casos, son las mismas familias quienes impulsan a sus hijos a andar con celular.

“Primero, por las tareas. Pero los datos muestran que solo el 7% del tiempo se ocupa en tareas”, dice. El segundo punto tendría relación con que “les puede pasar algo”, pero Garcés recuerda que de ocurrir un problema, son múltiples los canales de comunicación que hoy pueden emplear los colegios.

El tercer argumento tendría que ver con que sus hijos “no queden fuera del grupo”.

En ese sentido, la especialista explica que si se hace un acuerdo de curso en donde todos los papás adhieren a un mismo protocolo, la presión social disminuye. Para que esto sea realmente efectivo, no basta con solo prohibir, sino trabajar el sentido de pertenencia —para así crear una comunidad afiatada— y explicar las razones que llevaron a esta decisión a los estudiantes.

“Cuando tengo esa base, no necesito la ley, la normativa, el castigo (...). Suena súper complicado prohibir los celulares, pero no lo es cuando tienes ese espíritu de comunidad”, plantea.

“Políticas como la prohibición de los teléfonos inteligentes pueden ayudar a mitigar las distracciones, pero se necesita una aplicación eficaz, además de otras estrategias, para lograr entornos de aprendizaje efectivos”, se lee en el documento elaborado por la OCDE, que lleva por nombre “Estudiantes, dispositivos digitales y éxito” y que analiza datos de PISA 2022.