LA ESTRELLA DE ARICA
Fecha: 25/07/2025 Audiencia: 21.900 Sección: OPINION
/pe: $163.025 Tirada: 7.300 Frecuencia: 0
/pe pág: $1.220.250 Difusión: 7.300
/pe portada: $1.220.250 Ocupación: 13,36%

DINOS QUE PIENSAS

opinion@estrellaarica.cl
@EstrelladeArica La Estrella de Arica

Menos pantallas, más ciencia activa

En medio del entusiasmo por incorporar tecnología en las aulas, hoy vemos señales claras de alerta. Más de 20 estados en EE.UU. están impulsando leyes para restringir el uso de celulares y tablets en colegios, motivados por estudios que evidencian que el exceso de pantallas afecta la concentración, el rendimiento académico y la salud mental de niños y adolescentes. En España, la Comunidad de Madrid limitó su uso en primaria a solo dos horas semanales.

La ciencia respalda estas decisiones. Un metaanálisis de JAMA Pediatrics (2024) vincula la exposición a pantallas en menores de seis años con peores resultados cognitivos y psicosociales. Otro estudio mostró que niños de un año con más tiempo frente a pantallas presentaban retrasos en comunicación y resolución de problemas.

Debemos volver a lo esencial: el aprendizaje activo, práctico, libre de distracciones. Desde THINKey promovemos talleres alineados con el currículo, que invitan a explorar, experimentar y pensar críticamente. Hoy más que nunca, urge preguntarnos: ¿para qué usamos la tecnología en el aula? Porque más pantallas no siempre es mejor educación

Marta González Cruz
CEO de THINKey