

## SLEP Atacama y Sicoacción realizaron exitosa capacitación sobre redes sociales y patologías producidas por uso de tecnologías

Con el objetivo de psicoeducar, visibilizar y sensibilizar respecto del buen uso de las redes sociales, la tecnología de la información y las patologías que se pueden generar a partir de estas materias, el Servicio Local de Educación Pública (SLEP) Atacama y Sicoacción (educación integral de las emociones) impartieron a la comunidad escolar regional el taller: "Alfabetización Digital y Patologías Modernas".

Debido a la falta de orientación, información y capacitación referente al uso de las tecnologías, que presentan particularmente padres y apoderados, nace este taller tras un acuerdo de colaboración entre el SLEP Atacama y Sicoacción.

Al respecto, el director

ejecutivo del SLEP Atacama, Carlos Pérez Estay, quien encabezó la jornada, expresó que "estos talleres son muy relevantes, más aún en tiempos de pandemia. Muchos establecimientos educacionales, durante el año 2020, por motivos sanitarios, tuvieron que detener las clases presenciales y allí se hizo fundamental que no sólo los niños, niñas y adolescentes se desvincularan con la tecnología de la información, sino que también los padres, apoderados, directivos, profesores y asistentes de la educación. En este webinar nos enteramos de patologías que recurrentemente no son muy conocidas y es importante conocerlas, advertirlas y reconocerlas, más aún cuando trabajamos con estudiantes y las nuevas tecnología".

Por su parte, la psicóloga Paula Donosa, fundadora y directora de Sicoacción expresó que "el objetivo del taller fue poder psicoeducar, visibilizar y sensibilizar acerca de la importancia de los beneficios y del buen uso de las redes sociales y a su vez también exponer aquellos riesgos a los que están expuestos los niños y adolescentes y jóvenes en la redes sociales, y cuando esta conducta se vuelve patológica, es decir, cuando un niño, niña, joven o adulto puede presentar una adicción a las redes sociales o presentar conductas como la nomofobia".

"También acercamos a los padres y profesionales a todas aquellas patologías, que realmente si no se ven a tiempo, pueden llegar incluso hasta el suicidio de personas. En este marco se presentó una gama de patologías y conceptos como el vamping, el grooming por nombrar algunos ejemplos. Respecto de las expectativas del taller esperamos que

el público pueda reflexionar respecto de este control parental y de cómo establecer límites claros para poder dar un uso positivo a las redes sociales y así no se vuelva una conducta patológica negativa. Tenemos una expectativa mayor que es llegar a cada establecimiento educacional", agregó la psicóloga Paula Donosa.

Algunas temáticas que se analizaron y presentaron en el taller fueron los antecedentes, definiciones y alcances del mal uso del móvil y las repercusiones físicas negativas que conlleva para la salud como la tensión ocular, la pérdida de audición, dolor de espalda, Síndrome del túnel, carpiano, Vibración fantasma, Síndrome de Dequervain: Trastorno doloroso que afecta a los tendones ubicados en la muñeca, del lado del pulgar, por nombrar algunos ejemplos.

Otros temas que se presentaron fueron el aislamiento, comportamiento alterado y com-



Padres, apoderados, directivos, profesores, asistentes de la educación, niños, niñas, adolescentes y jóvenes participaron masivamente en la jornada.

pulsivo, empobrecimiento del lenguaje, ansiedad e irritabilidad (tecnoestrés), bajo rendimiento escolar, depresión, ¿Cómo puedo saber si un niño/a, adolescente o incluso adulto tiene adicción al tic?, el vamping, Sexting, Cyber bullying, Phubbing y Trastorno del juego - gaming disorder.

Es importante desta-

car que durante el taller además, los padres y apoderados tuvieron la oportunidad de conocer y aprender sobre la alfabetización digital, es decir, desde como prender y usar un Tablet o computador, hasta como utilizar un sistema operativo de android e incluso como descargar aplicaciones.