

## **SIN CELULARES: LA APUESTA POR UNA ESCUELA MÁS HUMANA**

**SEÑOR DIRECTOR:**

Cuesta imaginarlo, pero basta un segundo para sentir el alivio: un estudiante sin celular vuelve a mirar a sus compañeros, a conversar sin interrupciones, a existir sin la obligación permanente de revisar quién dijo que de él. Un alumno que ha sufrido agresiones digitales tendrá, al menos durante la jornada escolar, un respiro real. Horas de descanso mental y emocional.

Imagino un colegio, un liceo o un jardín infantil sin celulares y me viene una sensación inmediata de tranquilidad. Recuperaríamos parte de la vida que teníamos antes: recreos llenos de juego, conversación y movimiento, aprendizaje sin interrupciones de notificaciones, un vínculo real, donde la mirada del otro importa. No es nostalgia, es salud mental, convivencia y aprendizaje profundo.

La evidencia internacional ha mostrado que la exposición permanente a redes sociales aumenta la ansiedad, el estrés académico y la conflictividad escolar. Países como Francia, Italia, Inglaterra, Finlandia, Brasil y Australia ya han avanzado restricciones estrictas. No son medidas impulsivas: los reportes de ciberacoso crecieron y las escuelas se vieron sobrepasadas por conflictos directamente ligados al uso del celular.

Por eso, lo que ocurrió en Chile importa. Los senadores aprobaron un proyecto necesario, que pone al centro a los estudiantes y no a los dispositivos. La escuela debe ser un espacio protegido, formativo y humano. No es una ley contra la tecnología, sino a favor de la infancia, la salud mental y el aprendizaje.

Hoy, sinceramente, respiro. Porque un estudiante sin celular no queda desconectado del mundo, sino reconectado consigo mismo y con los demás.

**María Jesús Honorato**

Decana Fac.de Educación U. de Las Américas