

Celulares

En medio del entusiasmo por incorporar tecnología en las aulas, vemos señales claras de alerta. Más de 20 estados en EE.UU. impulsan 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.

MARTA GONZÁLEZ CRUZ