

# Móviles y pantallas: un desafío para la educación<sup>1</sup>

MIQUEL ÀNGEL PRATS FERNÁNDEZ

Profesor titular de Tecnología Educativa en la FPCEE

Blanquerna – URL

@maprats – miquelpf@blanquerna.url.edu

1. Siguiendo las recomendaciones de la regulación europea sobre el uso de la IA y en aras de la transparencia, confirmamos que algunas partes de este artículo han sido elaboradas utilizando herramientas de inteligencia artificial generativa, basándonos en las referencias web citadas al final del documento.

# Introducción

Es innegable que debemos aprender a conducir dispositivos móviles, tanto las personas adultas como las más jóvenes. No sabemos. Nos cuesta mucho autorregularnos y buscar estrategias para controlar su uso, a pesar de que hay herramientas que nos lo ponen muy fácil. Las personas adultas —ya me perdonaréis— no tenemos conductas ejemplares con los dispositivos móviles. Y dejar que cada centro educativo lo lidere es quedarse corto. Necesitamos un mínimo consenso general en torno a esta cuestión. Es de vital importancia en un contexto actual tan altamente digitalizado.

Necesitamos un código de circulación claro de los dispositivos móviles en la escuela. Y apostar por un modelo que permita el uso del móvil y cualquier otro dispositivo conectado a internet con formación, concienciación y acompañamiento a niños, niñas y adolescentes para que sean capaces de desarrollar los conocimientos, las habilidades y las actitudes (competencias digitales) necesarias para detectar y prevenir los riesgos, teniendo en cuenta, en cada etapa educativa, aquello que les corresponde.

Prohibir el uso de dispositivos no aborda los desafíos reales que enfrentan los y las estudiantes en el entorno digital actual. Es crucial que profesionales de la educación y familias trabajen conjuntamente para desarrollar competencias digitales que incluyan no solo el manejo técnico, sino también la capacidad de discernir la información, mantener la privacidad y protegerse de los riesgos en línea. La educación digital debe ir más allá de la simple alfabetización técnica y tiene que promover un enfoque integral que considere aspectos sociales, emocionales y cognitivos del uso de la tecnología.

Además, es fundamental que este enfoque se base en principios claros y consensuados, que promuevan un uso saludable y seguro de los dispositivos móviles. Esto incluye la regulación del tiempo de uso, la promoción de actividades físicas y sociales, la educación sobre los riesgos y beneficios del entorno digital, así como una mirada ética y crítica ante el fenómeno tecnológico. Solo así prepararemos a nuestros y nuestras jóvenes para enfrentar los desafíos de un mundo cada vez más digitalizado de manera efectiva y segura. Por consiguiente, creemos que existen algunos aspectos fundamentales a tratar que se basan en cinco pilares como propuestas de acción:

1. La importancia de un uso pedagógico y planificado de la tecnología
2. Regulación y uso responsable de la tecnología en el ámbito escolar y doméstico
3. Promoción de un entorno seguro y ético en el uso de la tecnología
4. Un código de circulación para transitar con los dispositivos móviles en nuestra vida diaria
5. Cinco dimensiones (educativa, saludable, ética y crítica, colaborativa y preventiva) para el uso de las pantallas en la educación

# La importancia de un uso pedagógico y planificado de la tecnología

1. *La integración de dispositivos móviles y tecnología en la educación no debe ser un fin en sí misma, sino un medio para mejorar los procesos de aprendizaje.* Utilizar herramientas digitales con un propósito educativo claro puede enriquecer la experiencia educativa proporcionando recursos multimedia, interactividad y retroalimentación formativa. La clave está en diseñar actividades y metodologías que aprovechen estas ventajas para facilitar el aprendizaje significativo y adaptado a las necesidades de cada estudiante. (Profuturo, 2024)
2. *La formación en competencias digitales es crucial tanto para estudiantes como para docentes.* Desarrollar estas competencias implica no solo enseñar el manejo técnico de las herramientas digitales, sino también fomentar la capacidad de discernir información, mantener la privacidad y protegerse de los riesgos en línea. La alfabetización digital debe ir más allá de la mera habilidad técnica y tiene que integrar aspectos sociales, emocionales y cognitivos del uso de la tecnología. (Magro, 2024)
3. *Implementar metodologías efectivas como la evocación y la práctica espaciada puede mejorar el rendimiento académico de los y las estudiantes.* Evitar la simple digitalización de libros de texto y enfocarse en un uso interactivo y significativo de la tecnología ayuda a crear un entorno de aprendizaje más dinámico y comprometido. Las estrategias pedagógicas deben adaptarse a las características de la era digital, promoviendo un aprendizaje activo y colaborativo. (Ruiz, 2024)
4. *Es fundamental que profesionales de la educación y familias trabajen conjuntamente para establecer un “código de circulación” que regule el uso de dispositivos móviles en la escuela.* Este código debe ser el resultado de un consenso entre todas las partes involucradas y debe enfocarse en garantizar un uso seguro, responsable y beneficioso de la tecnología. La colaboración entre todos los actores educativos es esencial para desarrollar competencias digitales sólidas y preparar a los y las estudiantes para los desafíos del mundo digital. (Graó, 2024)

# Regulación y uso responsable de la tecnología en el ámbito escolar y doméstico

- 1. La regulación del tiempo de pantalla es un aspecto crucial para garantizar un uso saludable de la tecnología. Es importante evitar el uso excesivo de dispositivos móviles y fomentar la mediación parental positiva, en lugar de enfoques autoritarios que prohíban sin más. La supervisión y el acompañamiento de las personas adultas pueden ayudar a los niños, niñas y adolescentes a desarrollar hábitos de uso responsables y a equilibrar su tiempo entre actividades digitales y físicas. (Profuturo, 2024)*
- 2. Promover un equilibrio entre las actividades digitales y físicas es esencial para el desarrollo integral de los y las jóvenes. Las actividades físicas, sociales y al aire libre no deben ser reemplazadas por el tiempo que se pasa con pantallas. Asegurarse de que los niños, niñas y adolescentes participen en interacciones y experiencias vitales presenciales es crucial para su desarrollo físico y mental, así como para fortalecer sus habilidades sociales y emocionales. (Ghai, 2024)*
- 3. La educación sobre los riesgos y beneficios del uso de la tecnología es fundamental. Informar a la juventud sobre los posibles peligros, como la dependencia, el ciberacoso y la afectación de la salud mental, es tan importante como enseñarles a aprovechar las oportunidades que ofrece la tecnología. (Ghai, 2024)*
- 4. Promover un uso crítico y consciente de las redes sociales y otras herramientas digitales ayuda a los y las estudiantes a navegar en el entorno digital de manera segura y responsable. (Prats, 2022)*
- 5. Desarrollar un enfoque colaborativo y consensuado en torno al uso de la tecnología es vital para evitar la brecha digital y asegurar el acceso equitativo a las herramientas digitales. Las políticas educativas deben enfocarse en integrar la tecnología de manera que todos los estudiantes tengan oportunidades igualitarias de aprendizaje digital. Además, la creación de entornos seguros y saludables, con códigos de conducta claros y estrategias preventivas, contribuye a un uso positivo y enriquecedor de la tecnología en la vida diaria de los y las jóvenes. (Prats, 2022)*

# Promoción de un entorno seguro y ético en el uso de la tecnología

1. *Crear entornos seguros y saludables para el uso de dispositivos móviles en la escuela es fundamental para prevenir problemas como el ciberacoso y la dependencia digital.* Las escuelas deben establecer códigos de conducta claros que regulen el uso de la tecnología y promuevan comportamientos responsables y respetuosos entre los y las estudiantes. (*La opinión de Murcia, 2024*)
2. *Es esencial educar a los y las estudiantes sobre la privacidad y la protección de datos personales.* Enseñarles a manejar su información de manera segura y a ser conscientes de los riesgos asociados al compartir datos en línea es una parte crucial de la alfabetización digital. La educación sobre la privacidad ayuda a los y las jóvenes a desarrollar una presencia en línea segura y responsable. (EPE, 2024)
3. *Fomentar un uso crítico y consciente de las redes sociales es vital para que los y las estudiantes puedan navegar en el entorno digital de manera segura.* Los y las jóvenes deben aprender a evaluar la información que encuentran en línea, identificar noticias falsas y ser escépticos ante contenidos dudosos. Este enfoque crítico les permitirá tomar decisiones informadas y les evitará caer en trampas digitales. (Prats, 2022)
4. *La colaboración entre escuelas y familias es crucial para promover un uso saludable y seguro de la tecnología.* Progenitores y profesionales de la educación deben trabajar conjuntamente para establecer normas coherentes y proporcionar orientación continua sobre el uso responsable de los dispositivos móviles. Este enfoque colaborativo asegura que los y las estudiantes reciban mensajes consistentes y apoyo tanto en el hogar como en la escuela. (Graó, 2024)

## Un código de circulación para transitar con los dispositivos móviles en nuestra vida diaria

Reducir los centros educativos a espacios libres de móviles o dispositivos digitales no soluciona la raíz del problema, solo lo traslada al ámbito extraescolar. Con el riesgo, además, de que nos podríamos quedar sin el espacio formativo necesario para tratar de forma educativa temas actuales que son de alto riesgo para ellos: desinformación, sesgos de la inteligencia artificial, papel de los *influencers* en las redes sociales... Y personalmente creo que no hay más riesgo que el que se desconoce. Por no hablar del Far West digital familiar. Y eso también es un problema. Las familias también se encuentran muy perdidas. Y muchas de ellas ya han abdicado de su rol. Es por ello por lo que esta tarea debe ser completamente transversal y tener en cuenta los diferentes agentes implicados de la comunidad educativa:

1. En primer lugar, la Administración pública educativa, que debe crear estas pautas mínimas de circulación de los dispositivos móviles en la escuela. En este sentido, y consecuentemente, debe dotar de más recursos a los centros para desarrollar acciones integrales con alumnado, docentes/PAS y familias en el ámbito de la seguridad, la privacidad y el bienestar digital.
2. En segundo lugar, el centro educativo, que debe tener clara su estrategia digital de centro y qué papel tienen las tecnologías digitales en su proyecto pedagógico. Cuáles son los “momentos” en que hay que “circular” con tecnología y cuáles son los “momentos” en que habrá que “barrar el paso” a los dispositivos digitales. Véase <https://educacio.gencat.cat/ca/actualitat/novetats/us-mobil-centres-educatius>
3. En tercer lugar, los y las docentes, que debemos conocer cuándo podemos o no implementar en el aula dispositivos digitales que impliquen tratamiento de datos personales del alumnado, por ejemplo. O bien, conocer a fondo aquellas evidencias científicas de cuáles son las metodologías didácticas más eficientes que con el apoyo de las tecnologías procuran un mejor aprendizaje al alumnado. O, por último y en definitiva, disponer de un buen nivel de competencia digital docente para saber aplicar la tecnología cuando sea necesaria con criterio pedagógico, fomentando las seis C de Michael Fullan del aprendizaje profundo (creatividad, comunicación, colaboración, pensamiento crítico, civismo y carácter). Véase <https://fundaciobofill.cat/uploads/docs/e/s/o/k/r/v/q/o/s/informebreu58.pdf> y <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000385723> ([https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000386147\\_spa](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000386147_spa))
4. En cuarto lugar, el alumnado, que debe conocer los riesgos y las limitaciones de un mal uso de las tecnologías digitales, así como las ventajas y las oportunidades de su uso en diferentes ámbitos de su vida (el aprendizaje, la creatividad, la comunicación, la gestión personal...).
5. En quinto lugar, las familias, que debemos esforzarnos en aprender cómo acompañar a nuestros niños, niñas y adolescentes para que puedan desarrollar un proceso gradual, proporcional y adaptado del uso de los dispositivos digitales. Regular y aprender a establecer normas es necesario. Conocer qué consumen mediáticamente también y, sobre todo, ser ejemplares y promover en familia otras actividades más allá de las pantallas es esencial. Véase <https://internetsegura.cat/wp-content/uploads/2022/05/LesTecnologiesDigitalsInfanciaAdolescenciaJoventut-.pdf> y [https://www.sindic.cat/site/unitFiles/9018/Informe%20xarxes%20digitals\\_cat\\_def.pdf](https://www.sindic.cat/site/unitFiles/9018/Informe%20xarxes%20digitals_cat_def.pdf)
6. Y, en sexto lugar, el sector edTech o la industria tecnológica, que debe establecer mecanismos más eficaces para que los y las menores no puedan saltarse tan alegremente los sistemas de verificación de edad y acceder a contenidos o entornos que aún no les corresponden.

En conclusión, debemos aprender a conducir bien los dispositivos digitales. Y no es solo una cuestión básicamente instrumental como saber cuatro botones. También nos equivocamos si pensamos eso. Nuestros dedos llevan a menudo a consecuencias más allá de la pantalla. Estos aparatos y dispositivos digitales hacen de amplificadores de una gran cantidad de actitudes personales que tenemos ante el ser humano, la vida y la sociedad. Y eso hay que educarlo. Como maestros, educadoras, padres o madres nos atañe. Es nuestra responsabilidad.

Como dijo Yuval Noah Harari (2019), para sobrevivir y prosperar en un mundo así, necesitaremos mucha flexibilidad mental y grandes reservas de equilibrio emocional. ¡Bienvenidos al siglo XXI!

# Decálogo de principios para el uso de móviles y pantallas en la escuela y el ámbito doméstico en cinco dimensiones básicas: educativa, saludable, ética y crítica, colaborativa y preventiva

## **DIMENSIÓN EDUCATIVA**

1. *Uso pedagógico y planificado:*
  - Integrar la tecnología con un propósito educativo claro.
  - Utilizar herramientas digitales como medio para mejorar el aprendizaje, no como un fin en sí mismas.
2. *Formación en competencias digitales:*
  - Desarrollar competencias digitales en estudiantes y docentes.
  - Promover la alfabetización digital para un uso seguro y efectivo de la tecnología.
3. *Metodologías eficaces:*
  - Implementar metodologías como la evocación y la práctica espaciada.
  - Evitar la simple digitalización de libros de texto y enfocarse en un uso interactivo y significativo de la tecnología.

## **DIMENSIÓN SALUDABLE**

4. *Uso moderado y supervisado:*
  - Regular el tiempo de pantalla para frenar usos excesivos.
  - Fomentar la mediación parental positiva en el uso de dispositivos evitando enfoques autoritarios.
5. *Equilibrio entre actividades digitales y físicas:*
  - Promover actividades físicas y sociales fuera del ámbito digital.
  - Hay que asegurar que el tiempo que se pasa con pantallas no reemplace interacciones y experiencias vitales presenciales.



## **DIMENSIÓN ÉTICA Y CRÍTICA**

### *6. Educación sobre riesgos y beneficios:*

- Informar sobre los riesgos de la tecnología, como la dependencia y la afectación de la salud mental.
- Promover un uso crítico y consciente de las redes sociales y otras tecnologías.

### *7. Protección de datos y privacidad:*

- Enseñar la importancia de la privacidad y la protección de datos personales.
- Fomentar prácticas seguras en el uso de internet y redes sociales.

## **DIMENSIÓN COLABORATIVA**

### *8. Consenso y colaboración:*

- Involucrar a docentes, estudiantes y familias en la creación de normativas para el uso de dispositivos.
- Promover un enfoque comunitario para asegurar un uso responsable y seguro de la tecnología.

### *9. Acceso equitativo y brecha digital:*

- Asegurar el acceso equitativo a la tecnología para evitar aumentar la brecha digital.
- Integrar la tecnología de manera que todos los estudiantes tengan oportunidades igualitarias de aprendizaje digital.

## **DIMENSIÓN PREVENTIVA**

### *10. Creación de entornos seguros y saludables:*

- Establecer códigos de conducta claros para el uso de dispositivos móviles en las escuelas.
- Implementar estrategias para prevenir el ciberacoso y promover el bienestar digital de los y las estudiantes.

# Referencias

*El Periódico*. (2023, 10 de junio). “Las pantallas afectan a la comprensión lectora de los niños”. <https://www.elperiodico.com/es/sociedad/20230610/pantallas-comprension-lectora-88486141>

EPE. (2024, 4 de abril). “Debate sobre la tecnología en el aula: Cómo utilizarla”. <https://www.epe.es/es/sociedad/20240404/debate-tecnologia-aula-como-utilizarla-100616723>

Ghai, S. (2024, 17 de junio). “No hay ninguna evidencia sólida que eliminar las pantallas mejore los resultados educativos”. *Ara*. [https://es.ara.cat/sociedad/educacion/no-hay-evidencia-solida-eliminar-pantallas-mejore-resultados-educativos\\_128\\_5062303.html](https://es.ara.cat/sociedad/educacion/no-hay-evidencia-solida-eliminar-pantallas-mejore-resultados-educativos_128_5062303.html)

Graó. (2024). “Hacia un código de circulación de los dispositivos móviles en la escuela”. <https://www.grao.com/blog/hacia-un-codigo-de-circulacion-de-los-dispositivos-moviles-en-la-escuela>

Harari, Y. N. (2019). *21 lecciones para el siglo XXI*. Debate.

*La Opinión de Murcia*. (2024, 12 de abril). “Meter el libro de texto en el portátil no es bueno”. <https://www.laopiniondemurcia.es/comunidad/2024/04/12/meter-libro-texto-portatil-buen-100940263.html>

Magro, C. (2024). “Pantallas en las aulas”. Nobbot. <https://www.nobbot.com/pantallas-en-las-aulas-carlos-magro/>

Prats, M. A. (2022). *Viure en digital*. Eumo.

Profuturo. (2024, 6 de junio). “Estudiantes y pantallas: ¿Qué dice PISA? Observatorio”. [https://profuturo.education/observatorio/tendencias/estudiantes-y-pantallas-que-dice-pisa/?utm\\_source=comunicacion&utm\\_campaign=segundajunio06112024&utm\\_medium=boletin](https://profuturo.education/observatorio/tendencias/estudiantes-y-pantallas-que-dice-pisa/?utm_source=comunicacion&utm_campaign=segundajunio06112024&utm_medium=boletin)

Ruiz, H. (2024, 10 de abril). “Si tu móvil no es una herramienta para aprender mejor, fuera”. *elDiario.es*. [https://www.eldiario.es/cultura/hector-ruiz-si-movil-no-herramienta-aprender-mejor-fuera-cat\\_1\\_10473176.html](https://www.eldiario.es/cultura/hector-ruiz-si-movil-no-herramienta-aprender-mejor-fuera-cat_1_10473176.html)

