

El retroceso de México en la Prueba Pisa es en rendimiento escolar.



- Es necesario evitar la descompensación horaria que generan los dispositivos electrónicos y digitales: Carlos Lara G¹.
- Regular la Pulsión Escópica para evitar el Insomnio Digital Juvenil.
- Ajustar el Reparto Vital del Tiempo mediante la Regla de los Tres Ochos.

La descompensación horaria comienza a ser un tema preocupante en el rendimiento escolar. Un fenómeno corporal que cambia el uso de los horarios. Los alumnos enfrentan un trastorno del sueño, ya no temporal, como el de regreso a clases después de vacaciones, sino estructural que afecta su rendimiento. **Es necesario dejar de manipular dispositivos electrónicos 30 minutos antes de dormir. Aquí, el Reparto Vital de las Horas es importante para mejorar dicho rendimiento.** Es importante habituarse a la **Regla de los Tres Ochos**: Ocho horas de escuela, ocho horas de ocio y ocho horas de descanso. Particularmente ahora que la neurofisiología ha demostrado que durante el sueño el cerebro sigue trabajando para regular el funcionamiento del cuerpo (véase el Sistema Glinfático). Esto nos lleva a hacer una revisión a fondo de las calorías digitales de los estudiantes, a partir de las horas que tienen de escuela, las horas que navegan en plataformas y aplicaciones digitales o manipulando dispositivos electrónicos, y las horas que duermen y descansan.

Especial recomendación de la Tribu del Pulgar: Desconectar a los chicos 30 minutos antes de ir a dormir, con el propósito de regular la *Pulsión Escópica* a la que están expuestos y evitar así el *Insomnio Digital Juvenil*². Un estudio realizado por la **agencia de análisis de mercado Askids**, señala que los niños y adolescentes mexicanos pasan 60% de su tiempo libre en actividades con pantallas.

En el terreno de la lectura, los jóvenes están dejando de tener experiencias lectoras debido a las experiencias digitales. Difícilmente se lee por placer y las aplicaciones actuales poco ayudan: Aplicaciones como *Hooked*, por ejemplo, que ha tenido una gran aceptación entre los jóvenes desde

¹ **Carlos Lara G.** Es doctor en Derecho de la Cultura por la Universidad Carlos III de Madrid, maestro en Difusión de la Ciencia y la Cultura por el ITESO y licenciado en Ciencias y Técnicas de la Comunicación por la UNIVA. Experto en el análisis de la condición tecnológica y su impacto en los hábitos de consumo y en los códigos de conducta de las personas, ha impartido numerosas conferencias y talleres nacionales e internacionales. Entre sus temáticas más demandadas figuran *Taylorismo digital en el consumo de bienes y servicios; Padecimientos digitales en el rendimiento escolar y laboral; el estudio de Los límites sociales de la velocidad y su repersusión en nuestras vidas; El libro y la lectura en tiempos del Phonosapiens; La necesidad de contar con una Zona Wi-Fi para alumñijos; El papel de los marcatenientes de la red y los numerati de los contenidos en el contexto del nuevo feudalismo virtual; El nuevo consumo algorítmico de bienes y servicios, Ciudadanía digital y comunicracia.*

² Sobre estos padecimientos y comportamientos digitales véase: latribudelpulgar.com.mx y el podcast La Tribu del Pulgar en Spotify, music.amazon.com.mx, podcast.apple.com y iheart.com

2014, ofrece textos, historias, cuentos, novelas etc., en formato de mensaje de textos. Ahí reside la novedad de la aplicación. Promueve una forma distinta de leer. Es verdad que modifica el acto lector, pero sigue existiendo el acto lector. La segunda de nombre *Spichify* no promueve la lectura, convierte en audio el texto fotografiado, además de ofrecer diversos idiomas, acentos y veocidades, lo único que tienes que hacer es escuchar. Aquí ya no hay acto lector. Es importante señalar que fue pensada como soporte digital para personas con dislexia. El problema lo tenemos si se utiliza en el ámbito educativo, en los procesos de enseñanza aprendizaje, donde de hecho se está promoviendo.

La tercera es *Headaway*, Sus promotores la presentan como una forma infalible de cambiar la mentalidad apalancándose de los libros que, a través de la IA son resumidos y adaptados a 15 minutos y en formato de audio. Es decir, un atajo para no leer. Tampoco es una aplicación para el universo estudiantil, no fomenta la lectura, todo lo contrario.

El colapso narrativo generado por esta explosión tecnológica favorece expresiones como el microteatro, los cortoteatros, la twitteratura, las microseries, el arte efímero etcétera. Es decir, una cultura de corte. Una forma telegramática de escribir, que nos hace incapaces de hilar ideas, construir argumentos, o simplemente mantener un hilo conductor. Frases inconexas y ausencia de conectores son ya una constante en los ecosistemas educativos por parte de quienes utilizan estos atajos tecnológicos.

Los dispositivos electrónicos son herramientas de apoyo educativo, pero también ventanas de socialización, apoyo, compra, intercambio, entretenimiento y diversión. **El problema viene cuando cuando no somos capaces ponderar su utilidad. Esta incapacidad anula el contexto, la imaginación, las experiencias, historias, universos, palabras y todo eso que ofrece la lectura.** El acto lector requiere concentración para que el paso por el intelecto de lo que se leemos, desate emociones y genere conocimiento a partir de una o varias experiencias. Entendemos que el mundo de las aplicaciones pueda resultar convocante y *cool*, pero al paso que vamos la lectura y la cultura no volverán a ser los estimulantes que siempre han sido y nos han ayudado a ser mejores ciudadanos³. Por lo tanto, **si las aplicaciones digitales en el ámbito educativo no cuentan con un acompañamiento y mediación para enseñar a ponderar su utilidad, terminan empobreciendo el desempeño lingüístico y la comunicación verbal, así como normalizando errores y carencias⁴. Esto es importante porque de acuerdo con el criterio de la Prueba Pisa los estudiantes que cumplen con los estándares óptimos son los que pueden comprender textos extensos, manejar conceptos abstractos o contrarios a la intuición y establecer distinciones entre hechos y opiniones, con base en ideas implícitas relacionadas con el contenido o la fuente de la información⁵.**

³ Existen técnicas de lectura que se promueven como nuevas formas de acercarse a la lectura y no es lo correcto, no en ambientes educativos. Es el caso del *Skimming*: la práctica de “hojear”, en este caso, un libro³. No son pocos los estudiantes que ahora no hacen más que “hojear” los libros buscando los términos que consideran interesantes para pasar pronto a otra cosa. Esta conducta tiene un punto inicial, cuando se hace por cumplir con una tarea, así como un punto extremo, cuando se vuelve una práctica habitual que desemboca en otras como el *Tsundoku* en este caso, esa suerte de bibliomanía que consiste en comprar y acumular libros sin siquiera leerlos. Esto se debe en parte, a la falta de hábito lector, y por ende, a la escasa experiencia con los géneros formales de la lectura. **Es necesario hacer consciencia de que la lectura aumento de la concentración, ejercita el cerebro y el desarrollo de habilidades lingüísticas.** Otra de las técnicas es el *Scanning*. Otra técnica de lectura rápida no recomendada para ámbitos educativos. Se utiliza para localizar una información concreta en un texto que ya se conoce y que de esta manera, se evita leer su totalidad. El lector sabe qué busca. Se trata de identificar en qué lugar puede estar la respuesta.

⁴ Carlos Lara G. Revista Opinión política, No. 747 06 de noviembre de 2023.

⁵ Prueba Pisa 2022 Country Notes disponible en: https://www.oecd.org/pisa/publications/Countrynote_MEX_Spanish.pdf



FUENTES COMPLEMENTARIAS:

Business Insider, MedlinePlus, Electronics Hub, Agencia Askids, Common Sense Media, la Organización Mundial de la Salud, el portal Quinto Poder y Fundación Gasol.

MedlinePlus, sobre el tiempo de pantalla y los niños.

Common Sense Media sobre la identificación de las cuatro categorías principales del tiempo frente a la pantalla.

Fundación Gasol sobre su reporte acerca de cómo los jóvenes dedican a las pantallas más del doble del tiempo recomendado por la OMS.

Electronics Hub y su reporte sobre el tiempo que pasan los **mexicanos (27.15 %)** frente a sus smartphones. **Un promedio de 6 horas y 37 minutos mirando pantallas cada día.**

Business Insider México y un estudio realizado por la **agencia de análisis de mercado Askids**, en el que señala que los niños y adolescentes mexicanos pasan 60% de su tiempo libre en actividades con pantallas.

El reporte de la **Organización Mundial de la Salud** en el que recomienda evitar exponer a niños menores de dos años de vida a pantallas y dispositivos electrónicos, así como el establecimiento de una a dos horas en otros grupos de edades.

Zoom

-España ha anunciado el primer acuerdo social para un Pacto de Estado orientado a proteger a los menores de las pantallas⁶. Participan fiscales, expertos y organizaciones de la sociedad civil, quienes están de acuerdo en limitar el uso de los teléfonos en colegios, verificar la edad de los usuarios y responsabilizar a empresas tecnológicas sobre los daños causados en el sector infantojuvenil⁷. Lo anterior a través de la Fiscalía de Menores y la Agencia Española de protección de Datos, con el apoyo de la Asociación Europea de Transición Digital, quienes lograron un consenso con 131 entidades en un documento con 15 medidas, que presentarán a los grupos parlamentarios para alcanzar el grado de Pacto de Estado.

-Los cinco países que destacan en la prueba PISA son Singapur, Japón, Corea del Sur, Estonia y Suiza. Las cuatro primeras naciones superaron los 500 puntos en las tres materias. **Japón, es uno de los países con un alto desarrollo tecnológico, pero sus ciudadanos tienen la tasa de tiempo en pantalla más baja del mundo (debido a una medida legislativa).**

-Francia y España han comenzado a legislar el derecho a la desconexión.



CARLOS LARA

Analista de la
Comunicación y la Cultura

554 880 7112
latribudelpulgar.com.mx

⁶ Cabe señalar que España es de los países, junto con Francia que han legislado el derecho a la desconexión, o reglamentado el derecho a la conexión.

⁷ Primer gran acuerdo social para un pacto de Estado que "proteja" a los menores de las pantallas. Olga R. Sanmartín, diario ABC 27-11-23. Disponible en: <https://www.elmundo.es/espana/2023/11/27/65608476e9cf4a3e7338b456d.html>