

“El uso excesivo de las pantallas y su impacto en el aprendizaje de adolescentes entre 13 a 17 años de edad, en un colegio secundario de Los Polvorines”

Estudiante:

Nombre y apellido: Quaalia, María Esther

Firma:



Legajo: 27457

Director/a de TFI:

Nombre y apellido: Lic. Pérez Varela, María Cecilia

Firma:



Trabajo Final de Integración para acceder al título de Licenciada en Psicopedagogía

2025

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN
PARA LA PUBLICACIÓN DE OBRAS EN EL REPOSITORIO
DIGITAL INSTITUCIONAL DE LA UFLO UNIVERSIDAD

RIUFLO - *Repositorio Institucional de la Universidad de Flores* - fue creado para gestionar y mantener una plataforma digital de acceso libre y abierto para la difusión de la creación intelectual de la Universidad de Flores.

El autor cede a la Universidad de forma gratuita pero no exclusiva, los derechos de reproducción, de distribución y de comunicación pública de su obra, a través del RIUFLO. Por lo tanto, la Universidad adopta para los ítems allí depositados la Licencia Creative Commons atribución - no comercial - compartir igual 4-0 internacional y siempre requerirá que se cite la fuente y se reconozca la autoría. De solicitar otras limitaciones, el autor podrá detallarlas en forma expresa o a través de la elección de otro modelo de Licencia.

Autorizo la publicación de la obra en el RIUFLO (Seleccionar una opción):

A partir de la fecha de aprobación del TFI:

A partir de otra fecha, especificar: 10/03/2025 .

Lugar y fecha: San Miguel, 10 de marzo de 2025

Firma y aclaración del autor:



Quaglia María Esther

Índice

1. Resumen.....	Pág. 5
2. Palabras claves.....	Pág. 6
3. Introducción.....	Pág. 7
4. Planteamiento del Problema.....	Pág. 8
4.1. Preguntas de Investigación.....	Pág. 9
4.2. Objetivo General.....	Pág. 11
4.3. Objetivos específicos.....	Pág. 11
4.4. Supuestos básicos de la investigación.....	Pág. 11
5. Fundamentación.....	Pág. 12
6. Estado del Arte.....	Pág. 13
7. Marco Teórico.....	Pág. 21
7.1. Las pantallas.....	Pág. 21
7.2. Las pantallas en la vida diaria.....	Pág. 22
7.3. Uso excesivo de pantallas.....	Pág. 24
7.4. Aprendizaje.....	Pág. 26
7.5. Adolescencia.....	Pág. 32
7.6. La Psicopedagogía y la adolescencia.....	Pág. 37
8. Metodología.....	Pág. 42
8.1. Diseño.....	Pág. 43
8.2. Variables	Pág.43
9. Resultados.....	Pág. 45
10. Discusión.....	Pág. 53
11. Conclusión.....	Pág. 56
12. Aportes y contribuciones de la Investigación.....	Pág. 58
13. Limitaciones de la Investigación.....	Pág. 60
14. Líneas de Investigaciones futuras.....	Pág. 60

15. Propuestas de Intervención.....	Pág. 61
16. Referencias Bibliográficas.....	Pág. 64
17. Anexo.....	Pág. 72
18. Enlace a entrevistas.....	Pág. 75

Título

“El uso excesivo de las pantallas y su impacto en el aprendizaje de adolescentes de 13 a 17 años de edad de un colegio secundario de Los Polvorines”

Resumen

El eje central del presente trabajo es establecer una relación entre el uso excesivo de las pantallas en jóvenes adolescentes y el impacto en el aprendizaje que dicha utilización trae consigo, en un mundo de características predominantes digitales. Esta relación se establece a partir de la perspectiva de adolescentes y docentes, que son quienes acompañan mayormente y califican los procesos de aprendizaje de los jóvenes estudiantes. De este modo, conocer cómo se encuentran las funciones cognitivas, como la atención, la memoria, la concentración, la comprensión, entre otras, debido al uso en exceso de las pantallas en diferentes ámbitos, incluido el escolar, brinda una herramienta fundamental para describir el impacto que éste puede tener en el aprendizaje.

El presente trabajo investiga la relación del uso excesivo de las pantallas y su impacto en el aprendizaje en adolescentes de entre 13 y 17 años de un colegio secundario de Los Polvorines, Buenos Aires, Argentina. Se realiza una investigación empírica cualitativa, es decir, según Montero y León (2007), a través de la recolección y análisis de datos en el campo. Así mismo, el enfoque seleccionado para su desarrollo ha sido el cualitativo, construyendo un sustento teórico como resultado de lo investigado, con una base sobre investigaciones previas en los antecedentes citados.

En relación a los resultados, las encuestas realizadas a 16 adolescentes y 15 docentes de nivel secundario en Los Polvorines revelan diferencias en la percepción del impacto del uso excesivo de pantallas en el aprendizaje.

Todos los adolescentes utilizan pantallas diariamente, siendo el celular la más frecuente. El tiempo de uso varía entre 3.5 y 8 horas diarias, influyendo en su descanso y concentración escolar. La mayoría considera que el uso es adecuado al emplearlas para estudiar, socializar o entretenerse, aunque algunos reconocen que el tiempo destinado a redes sociales es excesivo. En cuanto al aprendizaje, las opiniones están divididas: algunos perciben un impacto positivo por la facilidad de acceso a información, mientras que otros mencionan distracciones o no ven efectos significativos.

Por otro lado, todos los docentes coinciden en que sus estudiantes utilizan pantallas en la escuela, frecuentemente con fines recreativos. La mayoría opina que el uso es excesivo y afecta la atención y concentración, aunque algunos valoran su potencial didáctico si se utiliza equilibradamente. En cuanto al aprendizaje, prevalece la percepción de un impacto negativo debido a la dispersión, la dependencia y la disminución de la curiosidad, aunque algunos reconocen que un uso regulado y educativo puede resultar positivo.

En conclusión, el uso excesivo de pantallas afecta el aprendizaje de los adolescentes, influyendo en su atención y concentración. Mientras ellos ven su uso positivo o neutral, los docentes perciben sus efectos negativos en mayor medida, por ello un uso equilibrado y educativo podría disminuir los impactos negativos en el aprendizaje. De este modo, la psicopedagogía encargada de abordar las distintas situaciones en relación al aprendizaje, acompaña dicho proceso creando e implementando estrategias que orienten y organicen, favoreciendo los procesos de enseñanza y aprendizaje, potenciando las habilidades cognitivas, en lugar de generar distracciones y/o dificultades en el mismo.

Palabras claves

Aprendizaje- adolescentes- uso de pantallas- Psicopedagogía

Introducción

En la actualidad es posible observar a niños, jóvenes, adultos, personas de todas las edades interactuar con las pantallas y eso no es un problema, su uso controlado puede ser incluso beneficioso, brindar información, ya que se trata de herramientas de conocimiento y en algunos casos de formación. Sin embargo, el problema radica cuando su uso se convierte potencialmente excesivo, superando el tiempo frente a éstas, según lo recomendado por diferentes organismos, como ser la Asociación Americana de Pediatría (2016) y la Organización Mundial de la Salud (2023).

El presente trabajo de investigación hace foco en el uso excesivo de las pantallas en la adolescencia y su impacto en el aprendizaje. Considerando a la adolescencia como un grupo etario al cual se los conoce hoy con el nombre de nativos digitales, en palabras de Gardner y Davis (2014), *la generación tecnológica/ digital/ web o generación App*, haciendo mención a la multiplicidad de aplicaciones mediadas por las pantallas en las cuales la juventud se encuentra inmersa permanentemente, utilizando éstas para cualquier aspecto de su vida, ya sea para informarse, relacionarse, jugar, usar redes sociales, apps educativas e infinidad de utilidades que se desconocen entre el público adulto, pero son comunes entre el grupo adolescente. En este sentido, considerando lo anterior, la investigación indaga si éste tipo de uso puede repercutir en cierto modo al aprendizaje de los adolescentes.

Dado que este trabajo intenta encontrar relaciones entre el uso en exceso de las pantallas y su impacto en el aprendizaje, se trata de una temática que convoca a la psicopedagogía, la cual se encarga de estudiar los procesos de aprendizaje de las personas en sus diferentes edades, en palabras de Castillo Bustos y Núñez Naranjo (2023), dicha disciplina aborda cualquier contexto que implique el aprendizaje en el ser humano. De este modo, la psicopedagogía como tal, será el eje transversal a la hora

de llevar a cabo dicha investigación, teniendo en cuenta los objetivos que se persiguen en éste trabajo.

Planteamiento de problema o delimitación del objeto de estudio

El motivo del tema a investigar se relaciona con el uso masivo de las pantallas en adolescentes en la actualidad y qué impacto causa éste con respecto al aprendizaje y consecuente rendimiento escolar. Al respecto, la AAP *Asociación Americana de Pediatría* (2016), afirma que los niños y adolescentes deben tener un control parental con respecto a la exposición y utilización de las pantallas sumado a que su uso debe intercalarse con diferentes actividades propias de cada edad.

De esta manera, aclara la AAP (2016), el problema se encuentra cuando se trata de una exposición a las pantallas de manera ininterrumpida, dejando de lado las diversas actividades en las que los niños y adolescentes deben ser parte, cuando dejan de hacer actividades de tipo físico, cuando dejan de explorar con su propio cuerpo, cuando la interacción entre pares se basa únicamente en el intercambio mediante una pantalla, corriéndose de la interacción en persona, en el buen descanso, en la cantidad y calidad del sueño, lo cual termina repercutiendo en el aprendizaje.

Así mismo, la OMS *Organización Mundial de la Salud* (2023), hace una distinción acerca del tiempo de exposición frente a las pantallas, la cual varía de acuerdo a la edad en la que los niños y adolescentes se encuentren, considerando a la adolescencia particularmente, el tiempo para dicha utilización corresponde a no más de 120 min.

Por otro lado, en relación a aquellas cuestiones que trae la utilización excesiva de las pantallas, la OMS (2023) aclara, que la misma trae aparejados, déficits de atención y retrasos en el desarrollo cognitivo, lo cual conduce al bajo rendimiento

escolar. Así mismo, también la OMS en contraposición a lo anterior, fomenta el uso medido y controlado, cuyo objetivo sea con fines de aprendizaje, es decir fines educativos.

Del mismo modo, la APA *Asociación de Psicología Estadounidense* citada por Nathional Geographic (2023), afirma que los efectos dados por el uso de las pantallas, guardarían relación con varios factores, entre estos el tiempo en que se utilicen, el motivo u objetivo de dicho uso y el control de los padres en el mismo.

Por otro lado, considerando los aspectos arriba mencionados, UNICEF (2020) afirma que las pantallas y su utilización en la adolescencia, forman parte de uno de los tipos de vinculación con otras personas en la actualidad, sin embargo, se debe tener en cuenta, qué relación tienen éstos adolescentes más allá de las pantallas, si cumplen o no con lo que está dentro de los parámetros normales y esperables para la etapa en la que se encuentran como ser, ir al colegio, estudiar, hacer actividad física, leer, asistir a reuniones con sus pares, tener vida social con éstos, compartir tiempo con la familia.

Preguntas de Investigación

En este sentido, la presente investigación intenta dar respuesta principalmente a:

- ¿Qué relación puede encontrarse entre el uso excesivo de las pantallas en el aprendizaje de adolescentes entre 14 y 17 años de edad?
Teniendo en cuenta diferentes variables a analizar mediadas por algunos interrogantes como ser:
- ¿Qué tiempo es destinado al uso de las pantallas?
- ¿Qué distribución del tiempo frente a las pantallas es con fines pedagógicos y cuál es por ocio?

- ¿Qué tiempo se le dedica al estudio y a la lectura?
- ¿Si han considerado que el tiempo frente a las pantallas es demasiado?
- ¿Qué tiempo le dedican al descanso? ¿Consideran tener un buen descanso?
- ¿Cómo es su rendimiento escolar? ¿Cuál es la relación que se guarda entre el uso de las pantallas y el rendimiento escolar?
- ¿Qué intervenciones psicopedagógicas suelen darse en el grupo etario adolescente en general?
- ¿Qué intervenciones psicopedagógicas pueden brindarse en relación al uso excesivo de las pantallas?

Considerando el rango etario en la problemática a investigar, se debe considerar que, la adolescencia es una etapa en el desarrollo de las personas, entre la cual se da fin a la niñez y se inicia la adultez, en donde el cerebro posee aún una gran plasticidad neuronal. Según menciona Arrimada (2021), en esta etapa se da el momento de mayor poda neuronal, es decir, el cerebro elimina de aquellas conexiones sinápticas que ya no utiliza, provocando un funcionamiento cerebral más eficiente. De este modo, es muy importante tener en cuenta aquellos procesos cognitivos ya desarrollados y en desarrollo en esta etapa, ya que a partir de ellos se irán fortaleciendo las sinapsis neuronales utilizadas con mayor frecuencia, mientras que aquellas que no son utilizadas son podadas o destruidas, marcando un camino en el desarrollo de la adultez.

Teniendo en cuenta lo mencionado recientemente, poder poner foco en los aprendizajes adquiridos, los cuales sentarán las bases de los nuevos saberes, permite pensar en qué tipo de aprendizajes son requeridos posteriormente, qué tipo de conexiones con los otros son requeridas, qué impactos causa en el aprendizaje el uso

desmedido de las pantallas, así tomar conciencia de ello, podría favorecer la regulación del tiempo frente a estas.

Objetivo general:

- Revelar qué impactos trae aparejado en el aprendizaje el uso excesivo de pantallas en los adolescentes de entre 13 y 17 años de edad en una escuela secundaria de la ciudad de Los Polvorines, Buenos Aires.

Objetivos específicos:

- Especificar qué tiempo frente a las pantallas corresponde al estudio y cuál al ocio.
- Detallar qué tipo de actividades se llevan a cabo durante el tiempo frente a las pantallas.
- Conocer algunos aspectos de abordaje Psicopedagógico en la adolescencia.
- Brindar posibles intervenciones psicopedagógicas con adolescentes de manera preventiva y postventiva ante el uso excesivo de pantallas.
- Analizar la relación posible entre el tiempo en las pantallas y el tiempo de estudio.

Supuestos básicos de Investigación:

Este trabajo se trata de una investigación de tipo cualitativo, con lo cual las hipótesis surgen a partir de las respuestas de los interrogados. Sin embargo, hay ciertos supuestos que se tienen de antemano, considerando el tema a investigar y la población a la cual se destina la misma. En este sentido los supuestos básicos a considerar son:

- Todos los adolescentes de 13 a 17 años de edad, hacen uso de algún tipo de pantalla, ya sea televisión, computadora, Tablet, celular, etc.
- Alguno de sus usos se relaciona a alguna finalidad pedagógica, ya sea para la búsqueda de información o la realización de algún trabajo.
- La mayoría de los adolescentes supera el tiempo frente a las pantallas recomendado por la OMS *Organización Mundial de la Salud*.

Fundamentación

El uso de las pantallas está presente en personas de todas las edades, las nuevas tecnologías digitales, en todos sus formatos, han venido para quedarse, aumentando a diario sus funcionalidades, lo cual hace que sean incorporadas en diferentes aspectos de la vida cotidiana con más frecuencia. Sin embargo, hay autores que focalizan en la adolescencia como el grupo etario que más consumo hace de ellas, como Gardner y Davis (2014) quienes denominan a la adolescencia como la *generación APP*, asumiendo al uso ilimitado de las pantallas y sus diferentes aplicaciones.

En este sentido, el presente trabajo de investigación se centra en el uso en exceso de las pantallas y su impacto en el aprendizaje en adolescentes de 13 a 17 años de edad que se encuentran cursando sus estudios secundarios, es decir, focaliza en el grupo etario que aún se encuentra cursando los estudios obligatorios y que mayor uso de las pantallas hace, e intenta conocer si el mismo genera algún impacto en sus aprendizajes.

De este modo, conociendo qué relación puede existir entre el uso excesivo de las pantallas y el aprendizaje, se llevan a cabo diferentes análisis desde el área psicopedagógica los cuales son beneficiosos para reflexionar, pensar y diseñar

diversos modos de conectarse con las pantallas que resulten más adecuados considerando el tiempo de consumo recomendado, tomando conocimiento de las repercusiones que su exceso podrían ocasionar. Para ello, es preciso investigar el tiempo de uso de las pantallas y qué relación puede establecerse con el aprendizaje.

Antecedentes o Estado del arte

A continuación, se exponen una serie de once investigaciones previas acerca de alguna/s de la/s variable/s que se desarrollarán en el presente proyecto, las mismas tienen como antigüedad de 0 a 5 años, exceptuando una de ellas que excede dicho tiempo, pero se ha incluido debido a que representa un trabajo en el cual coinciden mayor cantidad de variables a investigar.

Santos (2024), para la Universidad de Flores, en Buenos Aires, Argentina, ha realizado una investigación titulada “Relación entre el uso de pantallas y el desarrollo cognitivo de los niños y las niñas durante los primeros años de vida entre 2 y 5 años en un jardín de infantes de San Miguel, Bs. As”, cuyo objetivo fue investigar qué relación hay entre el uso de las pantallas y el desarrollo cognitivo en niños de 2 a 5 años. Como resultado de su investigación, se concluye que el 56,4 % de los niños comenzaron a utilizar las pantallas alrededor del año, con un promedio de entre 1 y 3 horas dentro del hogar. Al respecto del desarrollo cognitivo, según lo docentes, éste es bajo, el 73,3% ha observado una correlación directa entre el tiempo de pantalla y el rendimiento cognitivo en el jardín de infantes. Todos los niños utilizan pantallas en el hogar, principalmente televisión y celular, y este uso aumenta con la edad tanto en jardín como en la casa. Además, según los resultados arrojados por las docentes, el 57,9% de los chicos de 2 a 5 años, pasan más de 3 horas diarias utilizando pantallas fuera del jardín. Se evidencia una correlación significativa al respecto del tiempo en las

pantallas y el rendimiento cognitivo, lo que subraya la necesidad de promover un uso consciente de la tecnología desde edades tempranas.

Ruíz Olivares et. Al (2024), han realizado una investigación titulada “propiedades psicométricas de la escala de percepción del riesgo del uso de la tecnología para niños y adolescentes”, la misma se llevó a cabo para la Universidad de Córdoba en España. El objetivo de ella, ha sido la creación de un método que permita evaluar el riesgo de exposición de los niños y adolescentes frente a las pantallas, analizar las conductas de riesgo en relación a la percepción, al uso de la tecnología y a la edad. Para ello, 807 niños y adolescentes de España respondieron a una batería ad hoc relacionada a datos demográficos, el uso problemático del teléfono celular, navegar en la web y jugar videojuegos. Además, respondieron al EPRUT, una escala de percepción de riesgo del uso de tecnología para niños y adolescentes. Con dichas pruebas se llegó a la conclusión que existen diferencias al respecto de la edad y el riesgo en función del uso de las pantallas y que la evaluación de dicho riesgo, favorecerá la detección y el desarrollo de programas de prevención de uso de la tecnología en niños/as y adolescentes.

Otro antecedente, se trata de una investigación realizado por Urda Isla en el año 2024, llamada: “Impacto del uso excesivo de pantallas en niños y adolescentes: efectos colaterales” para la Universidad de Cantabria. Esta investigación se realizó mediante revisión bibliográfica de 37 artículos científicos y 9 resultados de sitios web, sociedades científicas y organizaciones nacionales e internacionales. El objetivo de dicha investigación, se basó en conocer las recomendaciones acerca del uso de las pantallas, el tiempo de uso real de las mismas y analizar la evidencia científica sobre los efectos colaterales en niños y adolescentes. A través de este trabajo, se concluye que el uso en exceso de pantallas tiene grandes consecuencias en la salud de niños y

adolescentes, además plantea que se necesita más evidencia para poder llegar a tener conclusiones claras en las que no se planteen controversias.

En 2024, Cuccioli et Al., realizaron una investigación para la Universidad del Salvador (USAL), cuyo título es “Contribuciones de pantallas y libros a la regulación emocional de niños/as de Argentina”, el objetivo de ésta era describir y asociar el uso de dispositivos electrónicos y libros con la regulación de niños en edad escolar con sus variabilidades sociodemográficas. Para ello, se llevaron a cabo diferentes cuestionarios a 150 niños/as argentinos/as, cuyas edades eran entre 8 y 12 años de edad. El mismo arrojó que el celular se encontraba como uno de los dispositivos más utilizados habitualmente durante más de una hora diaria, seguido por la televisión y por último la computadora, y que su lectura era de menos de una hora semanal. Así mismo, se hallaron relaciones de tipo directa e indirecta sobre el uso de pantallas y libros con el objetivo de regulación emocional. Por otro lado, el uso del teléfono móvil, se relacionó de manera inversa con el nivel educativo de los padres. Además, se agregó que el género femenino ha presentado un puntaje más elevado con respecto a la lectura. Para concluir, la investigación arrojó que la exposición y el uso de los medios electrónicos en los niños y adolescentes puede tener consecuencias negativas en el desarrollo cognitivo y afectivo.

En 2024, Quispe Ancco y Contreras Martínez, han realizado una investigación llamada “Revisión narrativa sobre el uso de la tecnología y la salud mental en adolescentes” para la Universidad Unión de Perú, la misma tenía como objetivo, recopilar evidencia científica sobre ciertos problemas de salud mental asociados al uso de la tecnología por parte de adolescentes. Para llevarlo a cabo, se utilizó bibliografía presente en diferentes bases de datos como PUBMED, SCIENCE DIRECT y SCOPUS. A través de ella se arribó que, en 5 de un total de 9 investigaciones, se reportan que la influencia del uso de la tecnología influye en la salud mental de los

adolescentes, pudiendo generar en ellos problemas de ansiedad, conductas de autodestrucción, tendencias al suicidio, estrés, autoestima bajo y aislamiento social. Con ello se concluye que existen una relación entre el uso de la tecnología y los problemas de salud mental, en factores tales como la depresión y el estrés, sin embargo, debido a la complejidad de sus efectos, sugiere la realización de más estudios de tipo longitudinal para la obtención de una mayor comprensión que ofrezca recomendaciones más específicas.

En 2022, González ha realizado una investigación denominada “Control parental percibido y uso de Internet en adolescentes de 12 a 18 años en el Departamento Federal, Entre Ríos, Argentina” cuyo objetivo fue describir el control parental y el uso que hacen de Internet los adolescentes, además examinar si existe relación entre las variables analizar si existen diferencias en cuanto a la percepción del control parental y el uso de Internet según la edad y el género. El método utilizado ha sido cuantitativo, de tipo descriptivo- correlacional y transversal, con cuestionarios de tipo voluntario y anónimo, con el consentimiento informado de sus padres, los mismos trataron acerca del control parental, uso de internet y sobre desarrollo de capacidades en tecnologías de la información y comunicación.

Se llevó a cabo mediante una muestra de 87 personas representativas de 7 escuelas de Gestión pública y Estatal del Departamento Federal, de los cuales 35 fueron de género masculino, 51 del género femenino y 1 no binario.

A través de dicha investigación, se llega a la conclusión que no existe una correlación que sea significativa entre el control parental y el uso de internet, su relación es baja y negativa. Considerando la percepción de los adolescentes, hay muy bajo control parental, ya que argumentaron que sus padres no miran las pantallas cuando navegan por internet, desconocen los contactos, no revisan sus perfiles y no imponen límites al respecto del uso de la WEB.

En cuanto al uso de internet, éste ha presentado grandes niveles, debido a que los adolescentes mencionaron conectarse todos los días por más de dos horas en la utilización de diferentes actividades con funciones educativas, del entretenimiento, para comunicarse o informarse.

Si bien se alcanzaron los objetivos propuestos no se pudo comprobar la totalidad de las hipótesis planteadas, no se encontró una relación entre las variables estudiadas, identificando en las mismas algunas limitaciones como ser que el control parental es solo uno de los aspectos que los aspectos analizados para ejercer influencia en los hijos para el uso de internet. En cuanto a la metodología escogida, considerando que se trató de una investigación puramente cuantitativa se han dejado de lado cuestiones del orden de lo subjetivo. Con respecto a los cuestionarios, no se incluyó en ellos el uso de internet para diferentes aplicaciones frecuentemente utilizadas en la actualidad como ser Netflix, Zoom y TikTok. Así mismo, hubo limitaciones en la implementación de los cuestionarios, lo cual no permitió poder aclarar dudas. Para finalizar, la muestra representa un tamaño reducido, con lo cual no puede generalizarse a una población.

González Sanmamed et. Al (2022), realizaron una investigación titulada “adolescencia y privacidad digital”, para una revista digital de investigación mexicana, cuyo objetivo fue realizar un análisis de los hábitos y las opiniones de los estudiantes del último curso de educación secundaria acerca de la privacidad en las redes sociales. Para llevarlo a cabo, participaron 1.144 estudiantes adolescentes, en el cual se preguntó acerca de los datos que brindan en las redes sociales y su comportamiento en relación a los términos en que utilizan las herramientas digitales y si sienten preocupación por la cantidad de datos brindados allí. Al respecto, en la conclusión se arribó que, las mujeres exponen más información en las redes que los hombres. A su vez, se evidenció que hay un descenso en el rendimiento académico lo cual provoca un descenso en el grado de preocupación, y esto suele verse en mayor proporción en estudiantes mujeres. Finalmente, se concluye que se necesita que se

forme a los estudiantes en lo que respecta a la privacidad y educar acerca de la intimidad como base del uso digital.

Morales Domínguez et. Al (2022), han realizado una investigación para la Universidad de La Rioja, en España. La misma se tituló “Validación de las escalas de uso problemático de medios con pantallas y su versión corta en población española”, su objetivo fue aportar evidencias de validez y de fiabilidad de la adaptación al español de las escalas del uso problemático de medios con pantallas. Para ello, participaron 230 padres (de alrededor de 39 y 40 años de edad) de estudiantes de entre 4 y 11 años de edad, que cursan en dos centros educativos primarios de España. Se concluyó que las diferentes escalas cuentan con valores de confiabilidad y que los dispositivos más utilizados son la televisión, el DVD, y los videos y además que su utilización genera preocupación en los padres.

Soto Torrez et. Al (2020) han realizado una investigación para la Universidad de Ciencias Médicas de las Tunas, en Cuba, cuyo título es “Uso de las pantallas digitales y su impacto en el ritmo circadiano de los adolescentes”. Así mismo, el objetivo de ésta fue describir el impacto del uso de las pantallas digitales en el ritmo circadiano de adolescente. Para llevar adelante la misma, se hicieron estudios observacionales descriptivos de corte transversal, por medio de la aplicación de cuestionario a estudiantes entre 16 y 18 años de edad de Bachiller, excluyendo de la muestra a aquellos que presentaran enfermedades neurodegenerativas, trastornos de tipo psiquiátrico, consumo de drogas para conciliar el sueño, embarazo, problemas relacionados con las tiroides, migraña y trastornos en el sueño. A partir de ello, se concluyó que el 97,5% de los adolescentes interactúa constantemente con pantallas, que todos ellos exceden el tiempo recomendado frente a ellas diariamente y que traen consigo dificultades en relación al sueño; que un 72,5% cumplen con los criterios de presentar una adicción y que un 40% excede las 12 horas

de su consumo; además que un 87, 5% solo suelta las pantallas cuando se duermen, afectando el ritmo circadiano, sobre todo el 65% de aquellos que consumen contenido de tipo más dinámico antes de dormir. Así mismo, se concluye que los trastornos asociados al sueño afectan a todos los adolescentes y que el 70% presenta cierto tipo de insomnio.

Murciano Hueso et. Al (2022) han realizado una investigación para la Universidad de Granada Valencia, España, llamada “Juventud onlife- estudio sobre el perfil de uso y comportamiento de los jóvenes a través de las pantallas”, el objetivo de la misma ha sido conocer el perfil, el comportamiento y los riesgos en relación al uso de las pantallas de adolescentes españoles entre los 12 y los 18 años de edad. Para poder llevarlo a cabo, se realizaron cuestionarios diseñados y validados, los datos se analizaron mediante la aplicación de pruebas estadísticas de tipo descriptivo inferencial. Dicha investigación, arrojó que los adolescentes utilizan los teléfonos móviles para comunicarse y relacionarse a través de las redes sociales como Whatsapp o Instagram, y a medida que van creciendo pasan más tiempo frente a los dispositivos compartiendo más información. A partir de aquí, se concluye que es preciso que haya una pedagogía encaminada a atender los procesos afectivos, de relaciones y comunicación que les permita utilizar las redes sociales gestionando de una manera correcta lo que exponen de su vida en ella.

Uno de los antecedentes fue llevado a cabo por Ramos Enríquez Manuel en el año 2016, el mismo se llamó: “Exposición a las pantallas en la actualidad” para la Universidad de Sevilla, si bien se trata de una investigación que supera los cinco años de antigüedad, la información recolectada resulta de importancia para poder analizar los datos obtenidos, ya que su abordaje explica en detalle la temática que se desarrollará en la investigación presente.

Dicha investigación se realizó mediante búsqueda bibliográfica, libros, artículos científicos nacionales e internacionales, en bases de datos como Scopus, MedLine, PubMed, Google Scholar; de revistas científicas como ScienceDirect; trabajos finales de máster; páginas webs de organismos oficiales como American Journal of Ophthalmology o American Academy of Ophthalmology, entre otros. Así mismo, se ha realizado una parte experimental a través del análisis de encuestas relacionadas a la exposición de pantallas electrónicas a 112 mujeres estudiantes de farmacia y óptica, las cuales se las dividió en dos grupos, uno de ellos de 18 a 30 años y el otro grupo conformado por mujeres mayores de 45 años, todos habiendo firmado consentimiento informado.

Para analizar los datos, se utilizó el programa de Excel y además se han realizado gráficos para ilustrar de mejor modo los resultados obtenidos.

El objetivo de esta investigación ha sido estudiar cuáles son los dispositivos de pantalla más utilizados de la actualidad con el fin de conocer el tipo de iluminación empleada en ellas y analizar el tiempo de exposición frente a ellas, considerando dos franjas etarias distintas.

Como resultado de la misma, se obtuvo que la utilización de diferentes dispositivos digitales como computadoras, teléfonos móviles, tablets, son de uso cotidiano y se encuentran ampliamente implementados en la sociedad actual. se obtuvo que solo 3 de las 112 personas entrevistadas pasan frente a las pantallas menos de tres horas como es lo recomendado y el 81,9% utiliza pantallas más de dos horas diarias.

Así mismo, el 49% de los encuestados, es decir prácticamente la mitad de ellos, utiliza la pantalla por más de 9 horas diarias, un 24%, es decir una cuarta parte, las utiliza entre 6 y 9 horas, un 20% de los encuestados, entre 3 y 6 horas, un 5% de 1 a 3 horas aproximadamente y sólo un 2% lo hace menos de 1 hora diaria.

En cuanto a la cantidad de horas de exposición a pantallas es superior en el grupo joven, superando las 9 horas diarias, en el mismo, el dispositivo más utilizado fue el

teléfono móvil. En cuanto al grupo de mayores de 45 años, el tiempo de exposición frente a ellas supera las 8 horas, siendo la computadora el dispositivo prioritario. Así mismo, se obtuvo que el teléfono móvil es el dispositivo electrónico más utilizado en nuestro análisis con una media de $3,23 \pm 2,24$ horas/día, seguido del ordenador con $3,20 \pm 2,77$ horas diarias, televisión con $2,02 \pm 1,39$, y en último lugar tablet y libro electrónico con $0,55 \pm 1,08$ y $0,02 \pm 0,13$ horas/día respectivamente.

Marco teórico

El desarrollo del siguiente marco teórico tiene como finalidad dar a conocer y describir las variables en las cuales se basa la presente investigación, considerando los efectos que trae consigo el uso desmedido de las pantallas, al aprendizaje de adolescentes. Para ello, se abordan dichas variables desde las diferentes conceptualizaciones, acompañando finalmente su conjunción.

Las Pantallas

Teniendo en cuenta a la RAE *Real Academia Española* (2024), la pantalla se trata de un foco luminoso artificial, un aparato electrónico sobre la cual se proyectan imágenes.

Al respecto, Alegsa (2023) hace una descripción de las mismas, aclarando que se tratan de dispositivos de visualización que a partir de píxeles pueden mostrar información de tipo gráfico o textual, así mismo agrega que estas pueden tratarse de televisores, monitores de computadoras, celulares, tablets, consolas de video juegos, entre otros.

Así mismo, Aceituno (2010), menciona que las pantallas son el soporte físico de las aplicaciones interactivas, en ellas se da el despliegue multimedia, la exploración, la manipulación y la interacción. Además, aclara que se encuentran en creciente expansión de tamaños, desde los pequeños Smartphones hasta las pantallas con resolución full HD.

Diaconú (2020), afirma que las pantallas son capaces de mostrar en simultáneo diferentes realidades, mensajes e imágenes, permitiendo tener una mirada multidimensional, que permite enterarse de todo.

L'Ecuyer (2015), denomina a las pantallas como NT (nuevas tecnologías) teniendo en cuenta que para adultos de cuarenta años aproximadamente, éstas sí resultaron serlo, teniendo que aprender a utilizarlas, sin embargo, los jóvenes y adolescentes de hoy, se han criado con ellas. Al respecto de ellas, afirma que, si bien su utilización resulta muy gratificante, esto es durante períodos muy cortos de tiempo y de forma muy reiterativa.

Así mismo, la AAP *Asociación Americana de Pediatría* (2016), aclara que las pantallas o dispositivos mediáticos, permiten crear contenido, difundirlo, transmitirlo, participar de videojuegos que provocan sedentarismo, que resultan ser cautivadores y los sumergen en una realidad virtual.

Teniendo en cuenta lo anterior, para el presente escrito, se tomará como sinónimo de pantalla a cualquier dispositivo electrónico capaz de reproducir texto, sonido, imágenes y videos, desde relojes inteligentes, celulares con internet, televisores, consolas de videojuegos y computadoras, a partir de los cuales se torne posible interactuar con otros, jugar, navegar en internet, utilizar redes sociales, leer libros, mensajear, ver series, videos, películas, entre otras actividades, todas posibles de hacerlas en un mismo dispositivo.

Las pantallas en la vida diaria

En un principio las pantallas, desde sus inicios, materializadas en televisiones captaron la atención de quienes estuvieran frente a éstas, hoy la gran mayoría de los hogares cuentan con ellos, formando parte de la rutina diaria. L' Ecuyer (2015), afirma que, a pesar de la incorporación de nuevas, diferentes y atractivas tecnologías, el uso

de la TV (Televisión) sigue reportándose como uno de los más frecuentes, registrando su consumo en alza. Además, la autora aclara que los jóvenes (población que se analizará en la presente investigación) al finalizar sus estudios primarios y secundarios podrían acumular 9.600 horas frente a éstos aparatos, casi lo mismo que la cantidad de horas escolares obligatorias, lo cual es preocupante, aún más, considerando que en esa suma no se tienen en cuenta la aparición y el uso de nuevos dispositivos electrónicos, nuevas tecnologías, en la presente investigación, denominadas pantallas.

De la misma forma, Diaconú (2020), afirma que hasta hace algunos años, la vida de las personas se encontraba dominada por la presencia de una única pantalla, la TV, y que esta no solo se encuentra dentro de cada hogar sino también en la mayoría de los espacios a los cuales se concurre, como ser, bares, restaurantes, estaciones de trenes, subtes, mostrando imágenes que resultan totalmente atractivas para quienes lo miren. Sin embargo, la autora también agrega que, a pesar de su omnipresencia, hoy la TV no representa la pantalla más vista o utilizada. Actualmente, es posible permanecer largas horas utilizando computadoras de escritorio o incluso aquellas portátiles, llamadas también Notebook/ netbook, que ofrecen una infinidad de funcionalidades; utilizar teléfonos celulares, pantallas diminutas que parecen haberse convertido en una extensión del cuerpo, siempre presentes, las cuales habilitan una constante interacción; y, además se encuentran los llamativos y novedosos videojuegos que captan cada vez más la atención de sus jugadores, generando experiencias inmersivas e increíblemente atractivas.

De este modo, es importante considerar que hoy el consumo de pantallas, no solo es dado por la televisión que sin duda ocupa un número importante de horas, sino que se encuentran disponibles en diferentes medios tecnológicos captando el interés de personas de todas las edades, desde bebés hasta adultos mayores, y que además invitan a realizar un número cada vez mayor de funciones.

Teniendo en cuenta lo anterior, es preciso conocer qué tiempo frente a la diversidad de pantallas resulta ser el adecuado, considerando las diferentes actividades que una persona debe llevar a cabo en sus rutinas diarias, dependiendo de la edad, de sus obligaciones, de su salud física y mental, etc.

Uso excesivo de pantallas

Como se mencionó recientemente, aquí se hace referencia a las pantallas como los dispositivos arriba descritos. En cuanto a la relación de estas y su uso excesivo, tomando éste como cualquiera que supere el tiempo máximo establecido por la OMS *Organización Mundial de la Salud* (2023), el cual indica 120 min diarios. Además, con el objetivo de conceptualizar más precisamente a qué hace referencia el uso de pantallas en exceso, se lleva a cabo una descripción desde las perspectivas de diversos autores.

Según la AAP *Asociación Americana de Pediatría* (2022), es posible percibir si se trata de un uso excesivo de pantallas, cuando hay problemas de sueño, de obesidad, retrasos en el aprendizaje y en las habilidades sociales, efectos negativos en el desempeño escolar, problemas de conducta, uso problemático de internet y exposición a conductas de riesgo como el envío de fotos de cuerpos desnudos o semidesnudos o incluso el ciberacoso.

Al respecto, Reiman (s/f), menciona que existen ciertos indicadores para establecer si se trata de un uso en exceso. Esto puede determinarse cuando son dadas situaciones como las siguientes:

- * Resulta imposible poder establecer el momento de conectarse y desconectarse;
- * Dificultad para dejar los dispositivos a la hora de descansar, de bañarse, de estudiar de realizar actividades recreativas al aire libre;
- * Hay discusiones con quienes le cuestionan el tiempo con el uso de las mismas;

*Desafíos para poder vincularse con otros, ya sean amistades o incluso la propia familia y buscan reconfortarse con las pantallas frente a sucesos diarios.

Así mismo, Cortés (2023), aclara que la utilización excesiva de las pantallas o también llamados dispositivos electrónicos pueden causar grandes problemas de salud mental, entre estos, ansiedad y depresión, como así también trastornos del sueño, lo cual terminan repercutiendo en el rendimiento académico. Sumado a ello, el autor menciona que éste podría traer consigo, un impacto negativo en la salud física, en la capacidad de poder socializar y en la propia seguridad, posibilitando en ésta última tener mayor probabilidad de ser víctimas de ciber acoso, por ejemplo.

L'Ecuyer (2015) afirma que el uso desmedido de las NT (*Nuevas Tecnologías*) desencadenan en aturdimiento, debilidad de atención, falta de motivación, pérdida de experiencias, de habilidades, sensibilidad, reflexión y comportamiento.

En relación a lo que menciona Reiman aquí arriba, el Ministerio de Justicia de la Nación Argentina (2024), también aborda la problemática de exposición masiva a las pantallas con el término de ciberdependencia, y menciona que la misma se caracteriza por:

- *Imposibilidad de controlar el tiempo frente a las pantallas;
- *Todas las actividades se realizan en presencia de las pantallas;
- *Cuando en los espacios compartidos con amigos o familia siempre está la presencia de algún dispositivo;
- *Cuando hay uso abusivo de internet o cualquiera de sus plataformas;
- *Cuando hay un exceso de tiempo en los videojuegos;
- *Cuando existe enojo ante el pedido de apagar los dispositivos.

Así mismo, la Sociedad Argentina de Pediatría (2020) menciona que se trata de consumo de pantallas excesivo, cuando se dan patrones de riesgo como los

descriptos recientemente, a los cuales les agrega, las afecciones de tipo psicológicas, la irritabilidad, la intolerancia a la frustración, las alteraciones cognitivas en la memoria, en la atención y problemas de hiperactividad.

Por otro lado, Maruguegui (2024) explica que la sobreexposición a las pantallas da como resultado una sobre estimulación, la cual puede afectar el cerebro, ya que la adolescencia se trata de una etapa dominada por las emociones.

Lutereau (2019), denomina hiperconexión, al uso excesivo de pantallas, y afirma que la misma conduce o causa ansiedad, provoca la baja tolerancia a la espera; sensación a la respuesta inmediata obligatoria; molestia ante la espera para la apertura de algún programa; dispersión y falta de atención general, debido a la multiplicidad de estímulos constantes.

Aprendizaje

Si bien de manera implícita se tiene cierto conocimiento acerca de la conceptualización de lo que implica el aprendizaje, desde la niñez, mediante la socialización primaria en la familia, se escucha el término de aprendizaje, sin necesidad de que éste fuera académico. El aprendizaje es dado de múltiples formas, puede estar relacionada con variados temas y en diversos contextos. De este modo, teniendo en cuenta el tema de la presente investigación, transversalizada por la Psicopedagogía, es preciso tomar conocimiento del significado específico, en términos técnicos del concepto de *aprendizaje*, considerando que dicha disciplina se ocupa de las personas en situación de aprendizaje.

Teniendo en cuenta a la RAE Real Academia Española (2023), el aprendizaje se relaciona con la acción de aprender algo, ya sea un oficio, algún arte u otra cosa.

Así mismo, Pérez Porto y Gardey (2023), mencionan que éste se trata de un proceso en el cual se adquieren conocimientos como habilidades, valores o actitudes dados mediante el estudio, la enseñanza y/ o la propia experiencia. Además, los autores afirman que existen múltiples teorías de numerosos autores al respecto del aprendizaje, y su significado o conceptualización varía según ellas, sin embargo, en todas se intenta explicar de qué manera se va estructurando el pensamiento para obtener aprendizaje. En las mismas, se menciona que el aprendizaje:

- * Se da en los cambios que se den en la conducta del sujeto, basándose en la imitación;
- * Es obtenido en la vida diaria, por medio de la experiencia, la instrucción y la observación;
- * Es dado mediante la interacción de uno con el medio y con otros. De esta forma, se modifica la propia experiencia, la forma de analizar y de apropiarse de la información, permitiendo la adaptación al mundo;
- * Se accede a partir de estímulos en simultáneo;
- * Se accede de acuerdo a las condiciones que haya tenido para poder imitar modelos;
- * Se accede mediante el desarrollo cognitivo;

Por otro lado, los autores recién mencionados, afirman que existen diferentes tipos de aprendizaje, entre los cuales se puede identificar el aprendizaje por descubrimiento, en el cual el sujeto actúa involucrándose con el medio, y ordenando lo nuevo con los esquemas previos; el aprendizaje receptivo, a partir de éste, el contenido nuevo se comprende, se repite, pero no se descubre nada nuevo; y el aprendizaje repetitivo, cuando se repite sin comprender ni vincular con conocimientos previos.

A su vez, los mismos agregan que el aprendizaje suele estar ligado a la educación, es decir una instrucción llevada a cabo por medio de la intervención de una persona instruida como ser un maestro, profesor, tutor u otro.

Gagné (1970), mediante una teoría de tipo antropológica, define al aprendizaje como el resultado de un complejo procesamiento de información, en el cual el ser humano es capaz de recibir información, procesarla y utilizarla. De este modo, deja expuesto que el mismo no se trata de una mera interacción con el medio que lo rodea, sino que se relaciona con una representación subjetiva que la persona tiene acerca de éste, asegurando que su adquisición estará sujeta a los procesos cognitivos de cada persona.

Teniendo en cuenta lo anterior, Gagné (1970), explica que para que el aprendizaje se dé, se requiere no solo de la *mediación con el exterior*, sino también, *el registro sensitivo*, a partir del cual se percibe la información tanto interna como externa; *la memoria a corto plazo*, en la cual por lapsos breves se guarda la información recolectada y la *memoria a largo plazo*, la cual organiza y retiene dicha información por más tiempo.

Así mismo, el autor aclara que el aprendizaje se obtiene cuando la información procesada pasa por diferentes categorías, las cuales se describen a continuación:

***Atención:** se basa en recibir, percibir, seleccionar y asimilar los estímulos / información del medio.

***Codificación:** basado en realizar simbolizaciones de los estímulos según sus propios procesos de cognición.

***Almacenamiento:** Guarda aquellos elementos ya codificados de forma organizada.

***Recuperación:** Utilización de la información que previamente se obtuvo, se codificó, y se guardó.

Por otro lado, el autor, menciona que existen múltiples tipos de aprendizaje, de acuerdo a las teorías de diferentes autores. Entre las diferentes concepciones de aprendizaje, el autor menciona las siguientes:

***Aprendizaje mediado por señales de Pavlov,** el cual consiste en la respuesta a señales;

- *Aprendizaje por estímulo y respuesta de Skinner y Thorndike;
- *Aprendizaje por encadenamiento de Skinner y Gilbert, el cual se basa en la conexión de varios estímulos y respuestas;
- *El aprendizaje por asociación verbal, dado por la variedad verbal en el encadenamiento;
- *El aprendizaje por discriminación múltiple de Mowrer y Postman, en donde se dan cadenas de identificación las cuales identifican los estímulos y las respuestas específicas;
- *Aprendizajes por conceptos de Bruner, Gagné y Kendler, el cual es la respuesta a estímulos de acuerdo a sus propiedades de abstracción;
- *Aprendizaje por principios de Berlyne, Gagné y Bruner, dado por las relaciones establecidas entre varios conceptos;
- *Aprendizaje mediado por la resolución de problemas de Bruner, el cual combina relaciona y manipula principio para poder comprender al medio.

Siguiendo en el significado del aprendizaje, Moreira (2019) toma las ideas de Ausubel (1963), quien menciona al aprendizaje significativo, relacionándolo con aquel que posee significado para quien lo aprende, que es comprendido y a través del cual le es posible poder explicar y ser transferido.

El autor aclara que para que éste se pueda dar, debe existir una interacción entre el conocimiento previo y el nuevo, existiendo además una intencionalidad por parte de quien debe aprender, una disposición para lograrlo. Menciona que se trata de la incorporación substantiva de un nuevo conocimiento a la estructura cognitiva, de manera superior y más inclusiva, y que hay diferentes cuestiones que favorecen a que el mismo resulte significativo, entre ellas, la práctica, la repetición y la replicación de manera reflexiva. Así mismo, destaca que en él existe la capacidad de otorgarle un significado que implica una comprensión, y una transferencia dada por la capacidad de explicar, describir y enfrentar a nuevas situaciones.

Al respecto, Ausubel (1983) afirma que el aprendizaje que una persona obtenga dependerá de su organización previa, que información y conceptos posea y quienes tengan la labor de enseñar, deben considerar que no se trata de comenzar de cero, sino de tener en cuenta que los saberes previos pueden resultar beneficiosos para sentar las bases de los nuevos conocimientos.

Moreira (2019) menciona que, para que un aprendizaje sea significativo, el material con el cual se trabaje debe ser potencialmente significativo, debe ser lógico. Además, los conocimientos previos deben estar disponibles en su estructura cognitiva y como se mencionó recientemente, la persona que aprende, debe manifestar el deseo de querer relacionar aquello conocido con lo nuevo, es decir, su estructura cognoscitiva debe tener una intencionalidad. Moreira (2019) citando a Ausubel (1963), afirma que la mejor manera para saber si este aprendizaje ha sido realmente aprendido es poniendo al aprendiz a prueba mediante una situación problema, en la cual deba utilizar lo aprendido para darle solución.

En relación a lo anterior, Ausubel (1983), hace una comparación entre dos tipos de aprendizaje, por un lado, el aprendizaje de tipo mecánico y por otro el significativo. El autor menciona que el primero, se adquiere sin tener en cuenta los conocimientos previos de la persona, sin relacionarlos, es decir de manera arbitraria, y que el segundo sí los contempla, sin embargo aclara que ambos tipos de aprendizaje pueden darse conjuntamente en ciertas situaciones como ser la aplicación de nuevas fórmulas en una materia como física y que luego al poder utilizar la misma, recién se pueda llegar a interpretar y relacionar con los conocimientos que se tienen previamente y pasar a ser significativo, de esta manera, Ausubel afirma que no son opuestas, sino que pueden llegar a ser, en ocasiones, complementarias.

Así mismo, Ausubel (1983) menciona que además existe el aprendizaje por recepción y por descubrimiento. En el primer caso, se le solicita al estudiante que internalice

algún concepto con la consigna de poder luego exteriorizarlo, en éste tipo no hay aprendizaje significativo en principio, pero puede relacionarse luego con los saberes previos, considerando su propia organización cognitiva convirtiéndolo en éste. El segundo caso, en el aprendizaje por descubrimiento, se requiere una reorganización e interacción entre los saberes de los conocimientos que el estudiante ya posea, ya que ello le permitirá la adquisición de nuevos saberes, sin embargo, aquí no necesariamente el aprendizaje es significativo.

Siguiendo con lo expuesto por el autor, el mismo afirma que un aprendizaje significativo, es aquel en el cual el estudiante se encuentra dispuesto a aprender y el conocimiento adquirido puede ser relacionado con los saberes previos considerando sus propias estructuras organizativas.

Por otro lado, al respecto del aprendizaje, Guilar (2009) cita a Bruner (1963), y menciona el aprendizaje es logrado mediante un proceso en el cual se dé la interacción entre la realidad y los conceptos o acontecimientos, en este sentido quien aprende genera diferentes categorizaciones que se van transformando a medida que interactúa con el medio. El aprendizaje, según menciona, se trata de un proceso de construcción constante en el cual se requiere que se asocien y representen los diferentes conceptos y objetos.

Como se ha visto previamente, existen diferentes concepciones y representaciones acerca del aprendizaje qué implican, cómo se obtiene, cuándo se trata de un aprendizaje mecánico, cuándo éste resulta ser significativo, entre otras. Al respecto Pozo (2008), menciona que para que surja el aprendizaje no necesariamente debe haber una enseñanza, es decir, hay aprendizajes que son logrados u obtenidos sin la necesidad que haya un tercero que planifique actividades para lograr que otro aprenda y que pueden darse incluso sin estar consciente de que ello esté sucediendo, a este tipo de aprendizaje lo denomina como incidental o implícito. Los mismos

sucedan por medio de la observación de las regularidades del ambiente, formando parte de lo que se aprende a diario. Así mismo, Pozo aclara que también se encuentra el aprendizaje explícito, el cual es dado mediante actividades diseñadas para que éste sea logrado, en el cual interviene la enseñanza. Este último puede darse de manera informal o formal.

El autor hace una diferenciación entre el aprendizaje implícito y explícito, y menciona que éste último implica un mayor compromiso por parte de quien aprende y que resulta complicado poder lograrlo sin el acompañamiento de alguien que lo guíe y que en ocasiones ni siquiera es logrado con dicha guía. Por otro lado, afirma que es complicado dar una definición de lo que es el aprendizaje ya que toda conducta o actividad propia humana produce aprendizaje en mayor o menor medida. De este modo Pozo (2008) cita a Romero (1995), y aclara que, para tratarse de un aprendizaje, debe poseer tres características fundamentales:

- *Implicancia de un cambio a través del tiempo;
- *Posibilidad de ser transferido y aplicado a otras situaciones;
- *Ser consecuencia de la actividad que se llevó a cabo.

Adolescencia

Si bien se han descrito variables troncales del presente trabajo, es importante considerar y tener en cuenta que el mismo se basa en una etapa del desarrollo en específico, la adolescencia, con lo cual resulta preciso poder describirla, en qué edades comienza y finaliza, qué cuestiones suceden en ella y qué características principales presenta, para ello se abordará el concepto de adolescencia desde la mirada de diferentes organismos y autores.

La secretaría de Salud de México (2015), retoma lo expuesto por la OMS al respecto de la adolescencia, e indica que ésta corresponde a una etapa que inicia alrededor de los 10 años de edad finalizando a los 19 aproximadamente, dividiéndola

en dos fases, adolescencia temprana, desde los 12 a los 14 años y adolescencia tardía entre los 15 y los 19 años.

Unicef Uruguay (2020), menciona que la adolescencia se trata de una etapa muy difícil y llena de prejuicios, sin embargo, ésta es necesaria para llegar a la adultez, se trata de un momento en el desarrollo que posee valor en sí misma y que además brinda infinitas posibilidades de aprendizaje. La adolescencia desafía e interroga por los infinitos cambios que se dan en ella.

Al respecto de la misma, Unicef Uruguay (2020), hace una clasificación de ésta en diferentes etapas:

**Adolescencia temprana:* Desde los 10 a 13 años de edad. Aquí las hormonas comienzan a presentarse, provocando importantes cambios físicos, aparecen vello en diferentes zonas del cuerpo, se cambia la voz, hay un aumento en la capacidad de sudoración, aparece el acné y hay un aumento de la necesidad de recurrir a los amigos.

**Adolescencia media:* Dada entre los 14 y los 16 años de edad. Se comienzan a evidenciar cambios tanto a nivel de la psiquis como así también en la construcción de su propia identidad. En esta etapa, existe una notable necesidad de alejamiento de los padres, lo cual puede provocar que haya una caída en situaciones riesgosas.

**Adolescencia tardía:* Esta comienza a partir de los 17 años, pudiendo extenderse hasta los 21. Aquí comienzan a aceptar a su cuerpo definiendo su identidad. Hay una tendencia en aumento hacía pensar en el futuro y lo que hacen concuerda con ello. Empiezan a ser más selectivos con las amistades, eligiendo incluso relaciones de tipo individual.

Así mismo, siguiendo con lo mencionado por la Organización, en la adolescencia, existe cierta dicotomía, ya que los jóvenes se sienten niños y adultos al mismo tiempo, sin embargo, no se encuentran en ninguno de esos períodos de su

desarrollo. Se trata de una etapa de total transición, dejar de ser niño en total dependencia de sus padres, para comenzar a ser jóvenes y poder tomar responsabilidades que antes no tenía. En este momento del desarrollo, su cerebro se encuentra en pleno cambio, remodelándose y estableciendo nuevas conexiones, viviendo en una etapa de crecimiento y cambios dados de forma acelerada. Se encuentran atravesados por un proceso en el cual su maduración cerebral se encuentra en marcha, debiendo consolidarse para poder lograr ser capaces de autorregularse y tomar decisiones que reflejen responsabilidad.

Al respecto, la AAP *Asociación Americana de Pediatría* (2019), sumado a lo ya mencionado, aclara que esta etapa incluye cambios muy grandes, tanto en sus propios cuerpos como también en las formas de relacionarse con el mundo que los rodea. Además, afirma que todos los cambios dados como ser, los físicos, sexuales, de cognición, de tipo social y emocional, pueden llegar a causar ciertos problemas de ansiedad, en ellos mismos y en la familia que lo rodea.

Sumado a lo anterior, la AAP, aclara que, en la adolescencia, se presentan ideas más extremistas y concretas, se siente una mayor necesidad de privacidad, surge el interés por las relaciones románticas y sexuales.

Además, la AAP, asegura que, en la adolescencia los lóbulos frontales, encargados de coordinar en la toma de decisiones, el control de impulsos, la capacidad de revisar acciones y sus consecuencias, se encuentran en maduración aún, finalizando su proceso pasados los 21 años.

Guzmán Marín (2017), retoma diferentes corrientes teóricas para describir a la adolescencia, entre ellas destaca las siguientes:

* *Teoría Psicoanalítica de Ana Freud*, la misma menciona que esta etapa es atribuida a causas internas en las cuales surgen, la desvinculación con la familia, la transgresión

a las normas dadas, las relaciones con personas fuera del ámbito familiar, la construcción de la propia identidad.

**Teoría Piagetiana*, dicha etapa se encuentra dada mediante la interacción entre varios factores individuales y de tipo social, hay cambios en lo personal/ individual que inciden en lo social, sus cambios en lo vincular, se relacionan al cambio en sus pensamientos.

**Teoría sociológica*, esta etapa se trata de un constructo social, no biológico; se encuentra influenciado por lo cultural, ya que la formación humana no constituye a su conducta, es de este modo, el resultado de la sociedad.

Al respecto, la autora explica, teniendo en cuenta a la OMS que, la adolescencia presenta ciertos determinantes biológicos que son universales, sin embargo, hay algunas cuestiones que pueden tener variaciones de acuerdo a la época, la cultura, los contextos socioeconómicos, entre otros. Estos cambios pueden representar el inicio más temprano de la pubertad, la postergación de la edad al matrimonio, la urbanización, la globalización y la comunicación, la evolución en las actitudes y las prácticas sexuales.

Guzmán Marín (2017), afirma que dicha etapa se caracteriza por el crecimiento; el desarrollo sexual; la construcción de su identidad; la necesidad de independencia; la capacidad de pensamiento abstracto; la búsqueda de pertenencia con su grupo de pares; contradicciones en su conducta y en sus estados de ánimo; conflictos con sus padres; mayor análisis y formulación de hipótesis; interés en su propio prestigio; pensamiento más egocéntrico; desconsideración con la familia; sostenimiento en los ideales de los líderes de grupos de pertenencia; pensamientos ambiguos como amor y odio, dependencia y rebelión, respeto y admiración.

En relación a la adolescencia, Lutereau (2019), afirma que se trata de una etapa que comienza al final de la infancia hasta alcanzar la madurez. Aclara que es un período complicado en el cual se forja el pensamiento individual propio en el cual se

sientan las bases para la adultez, en donde dicho pensamiento adquiere una mayor abstracción. Además, surgen una gran variedad de sentimientos e intereses hasta el momento desconocidos.

El autor expresa que para el adolescente poder expresar su sentir o malestar, representa un real desafío ya que les da bastante trabajo poder reconocerlos, muchas veces permanecen en silencio por dificultad para identificar lo que les sucede. Su manera de expresarse se relaciona más con los actos impulsivos que por la oralidad. Por otro lado, el autor menciona que a pesar de que el término adolescencia, refiere a inmadurez, los adolescentes no son necesariamente inmaduros.

En referencia a lo previamente mencionado, Lutereau (2009) agrega que, en la actualidad, los adolescentes participan masivamente en el ámbito social a través de las redes, en ocasiones, con amplia convocatoria. La adolescencia se trata de una generación que se caracteriza por la hiperconectividad, nacida con múltiples pantallas en los hogares, computadoras, celulares, entre otros.

El autor identifica varias características en los adolescentes en la actualidad, entre las cuales menciona:

*El narcisismo, ya que pasan horas frente al espejo viendo qué vestimenta le queda mejor para mostrar lo que más les gusta de sí mismos o cuál les favorece para ocultar aquello de sus propios cuerpos que aún no se aceptan;

*El desafío, ya que intentan transgredir las normas del hogar, pero a ello agrega que es una edad en la cual se debe conocer a través de sus propios actos;

*La hiperconectividad, debido a que pasan horas conectados frente a las diferentes pantallas, computadoras, celulares, tablets, a lo cual agrega que lo problemático aquí no es el tiempo sino la relación que se establece con los aparatos. Además, destaca que para conocerse entre pares utilizan el stalkeo antes que la presencialidad, es decir que observan detenidamente sus redes.

Por otro lado, la UNSAM *Universidad de San Martín* (2022), afirma que, en este período se desarrolla la propia subjetividad, por ello el adolescente debe atravesar diferentes situaciones para las cuales es necesario la construcción de los recursos que faciliten luego poder llevarlas adelante.

La Psicopedagogía y la adolescencia

La psicopedagogía, disciplina que convoca y transversaliza la presente investigación, como se mencionó previamente, centra su objeto de atención en lo referido a procesos de enseñanza y aprendizaje, en la adquisición de nuevas técnicas de estudio en la orientación vocacional, en la organización, en la prevención de problemas de aprendizaje, en los desafíos en los aprendizajes, entre muchas otras intervenciones posibles más.

Al respecto, Henao López et al. (2006), mencionan que la psicopedagogía se ocupa de fortalecer las propias competencias de un sujeto, desarrollar las estrategias de aprendizaje que posea y profundizar sus motivaciones, centrándose en los procesos por los cuales aprende, en cómo es su desarrollo y en qué dificultades puede tener a la hora de adquirir nuevos aprendizajes. El propósito de ésta disciplina se basa en la superación de obstáculos para la vida, con la obtención de aprendizajes más complejos.

Henao López et al. (2006) citan a Solé (2002), y afirman que las intervenciones en dicha área se basan en orientar en la crianza, desarrollar esquemas representativos, educar de forma compensatoria, prevenir aquellas conductas que resulten disruptivas, favorecer la adquisición de habilidades para la vida, la organización y la administración de las acciones que se realicen a diario.

Así mismo, los autores citan a Coll (1996), y aclaran que la psicopedagogía trabaja en los procesos que favorecen el desarrollo y modificación de los procesos educativos. Además, ésta no se reduce al ámbito escolar, sino que se desarrolla en los diferentes ámbitos en los que se desenvuelve una persona, entre ellos, la familia, lo laboral, lo comunitario, lo recreativo, entre otros. A lo anterior, agregan que, para llevar a cabo la tarea psicopedagógica, es preciso que el profesional cuente con conocimientos al respecto de cómo se dan los diferentes procesos de enseñanza y aprendizaje, a qué refieren las dificultades en éste, los trastornos pueden devenir en relación a éstos, qué contenidos son específicos en lo escolar, las estrategias pueden aplicarse en los diferentes contextos de acuerdo a las necesidades de cada persona, cómo asesorar, aplicar técnicas de evaluación y atender a la diversidad.

En relación a la psicopedagogía específicamente en la adolescencia, etapa que convoca el presente trabajo, es posible destacar diferentes posibles intervenciones a nivel general. En principio en lo referido a la orientación, de acuerdo a lo desarrollado arriba acerca de los cambios significativos y representativos de dicha etapa, es preciso el acompañamiento a los adolescentes en este período, Henao López et al. (2006), afirman la importancia de interpretar y actuar de acuerdo a la realidad cambiante en los diferentes aspectos y circunstancias del ciclo vital colaborando en su evolución. El propósito de dicha orientación se relaciona con el apoyo de las personas con la intención de potenciar su desarrollo, de acuerdo al momento específico en el que se encuentran, pudiendo centrarse en la orientación en base a lo educativo, en los procesos de enseñanza y aprendizaje y en lo profesional, en este sentido, en lo referido a los adolescentes, podría relacionarse con la orientación vocacional en los últimos años del nivel secundario.

Así mismo, los autores agregan que, en la labor profesional psicopedagógica, es esencial poder enseñar estrategias para que los estudiantes tomen conciencia y puedan regular sus propios procesos cognitivos, llevando adelante sus procesos de

aprendizaje de la manera que ellos mismos reconozcan como la mejor. A este tipo de estrategias, se las conoce como metacognitivas y su propósito es que los jóvenes estudiantes puedan controlar y modificar las técnicas que posibilitan un aprendizaje más eficaz, es decir, habilitan el autoconocimiento en lo referido a las características personales en las que cada uno aprende, cómo lo hace, qué condiciones deben darse, cuándo y cuánto tiempo se requiere. Del mismo modo, conocer lo anterior, les permite a los estudiantes, planificar y evaluar cómo llevan a cabo sus estudios/ aprendizajes y diseñar si es necesario, nuevos métodos o estrategias.

Por otro lado, Henao López et al. (2006), mencionan a la motivación como herramienta fundamental en el aprendizaje, en este sentido, los profesionales de la psicopedagogía intervienen posibilitando diferentes situaciones que resulten motivadoras, que activen y regulen el interés por querer aprender.

Teniendo en cuenta lo anterior, los psicopedagogos, llevan a cabo diferentes procedimientos cuya finalidad son el crecimiento de las capacidades y desarrollo de las habilidades de los estudiantes, en las cuales éstos puedan ir estableciendo relaciones cada vez más significativas entre los conocimientos previos y los nuevos, pudiendo decidir la manera más apropiada de implementar las estrategias adquiridas para incorporar nuevos aprendizajes.

En relación a lo expuesto previamente, para llevar a cabo una intervención psicopedagógica en la adolescencia, es importante tener en cuenta qué problemáticas en el aprendizaje son frecuentes en la misma, al respecto, la UNSAM *Universidad de San Martín* (2022), afirma que en la actualidad existe cierta preocupación por conocer cómo aprenden los adolescentes, de qué forma socializan y cómo es su acceso a lo cultural. A su vez, menciona que no existe una única manera de aprender y que los jóvenes presentan características particulares a la hora de lograrlo, con lo cual es necesario pensar intervenciones específicas para ésta etapa.

Así mismo, la UNSAM aclara que los problemas de aprendizaje en dicha etapa, se dan dentro de las escuelas, por ello la labor psicopedagógica aquí se centra en conocer cómo las escuelas encaran los problemas en los aprendizajes de sus estudiantes, para poder acompañar en el proceso y ayudar a que deconstruyan y habiliten otras maneras de acompañar y apoyar a los jóvenes en sus procesos de aprendizaje. A ello agrega que el psiquismo se construye con otros, en la interacción con otros, por este motivo, menciona que es preciso crear verdaderos espacios de intercambio en las instituciones educativas, que habiliten la relación con los adultos a partir de los cuales los adolescentes puedan constituirse subjetivamente. Para lograrlo, afirma que es necesario que se brinden diferentes dinámicas en donde haya personas que les resulten referentes significativos. En este sentido, menciona que aquello que se transmite en las escuelas a los adolescentes mediante los docentes, excede cualquier currícula, con lo cual es preciso convocar y orientar a docentes ya que son ellos quienes llevan adelante una compleja labor que impacta en la construcción de la subjetividad de los jóvenes adolescentes.

Por otro lado, la UNSAM (2022) agrega que el aprendizaje no es dado por las particularidades de cada estudiante, sino que se debe considerar lo que aportan los docentes ya que en la etapa adolescente les resulta de mayor importancia aquello que es obtenido por fuera de la familia, de esta manera es fundamental aquello que las instituciones educativas pueden brindar en sus aprendizajes.

Siguiendo con las intervenciones psicopedagógicas en la adolescencia, Diéguez y Grunin (2015), afirman que los adolescentes requieren de estrategias que promuevan la autonomía a la hora de poder pensar, imaginar y reflexionar. Así mismo, citan a Schlemenson (2009) y mencionan que, aquellos jóvenes que presentan desafíos en sus aprendizajes, pueden ser percibidos mediante sus producciones escritas como así también en los discursos orales.

A su vez, los autores aclaran que, existen algunas características representativas al momento de que este grupo etario realice consultas a los profesionales de la psicopedagogía, entre éstas, se destaca la dificultad para relacionar los contenidos nuevos con aquellos previos y la imposibilidad de convertir éstos en significativos, llevando sus estudios de manera mecánica y repetitiva, solo para poder cumplir con lo asignado para ese momento, con lo cual esta forma de estudio o incorporación de información provoca en los jóvenes que poco a poco haya un empobrecimiento en la adquisición del aprendizaje.

Sumado a lo anterior, Diéguez y Grunin (2015), citan a Morín (2000) y agregan que se trata de una etapa en la que se dan procesos muy complejos, en los cuales los adolescentes comienzan a transitar diferentes modos de habitar, de conocer, de armar sus propias subjetividades. Los autores afirman que aquí, surgen los procesos identificadorios y como se mencionó previamente, se comienzan a gestar las nuevas representaciones con las cuales se van a identificar, aquellas que no se relacionan prácticamente en nada con aquellas primarias que fueron adquiridas en la familia. Al respecto, los autores citan a Winnicott (1979) y aclaran que, los adolescentes deben confrontar con lo instituido familiarmente. En este sentido, mencionan Diéguez y Grunin (2015), los jóvenes abren las puertas para la incorporación o adquisición de referencias externas, es decir por fuera de lo familiar, abriéndose de este modo al mundo social.

En relación a lo mencionado previamente, los autores, aclaran que la adolescencia, implica diferentes transformaciones que interpelan la manera en que interpretan sus propias trayectorias, de modo que las intervenciones profesionales deben iniciarse creando propuestas en las que se puedan vislumbrar las características de simbolización particulares de cada uno, mediante las diferentes evaluaciones destinadas a ello y luego aquellas destinadas más en específico a detectar desafíos en los aprendizajes, para finalmente obtener un diagnóstico que

tenga en cuenta los posibles abordajes destinados a las particularidades de cada adolescente.

Considerando el desarrollo de las variables expuestas en el presente trabajo, se sientan bases teóricas desde las diferentes corrientes que enriquecen el abordaje de la temática acerca del impacto que tiene en el aprendizaje el uso excesivo de pantallas en estudiantes adolescentes entre 14 y 17 años de edad. De este modo el análisis de investigación, de la recolección de información, se realiza teniendo en cuenta, la descripción de cada uno de los conceptos y la complejidad atravesada en la etapa adolescente. A continuación, se expone el método de investigación utilizado en el mismo.

Método

El presente proyecto de investigación sienta sus bases sobre la metodología empírica, Montero y León (2007), explican que esta se caracteriza por recolectar los datos en el campo para luego poder analizarlos. Así mismo, el enfoque seleccionado para su desarrollo es el cualitativo, por el cual se construye un sustento teórico como resultado de lo investigado, teniendo una base sobre investigaciones previas en los antecedentes citados.

El modo de exponer la información obtenida, es ilustrativo al momento de presentar lo expresado por los/as entrevistados/as y analítico al realizar un análisis de las respuestas obtenidas, organizando las mismas en diferentes categorías, agrupando las cuestiones que coinciden y aquellas que se oponen, como menciona Kornblit (2007) citando a Demazière y Dubar (1997).

Diseño

El diseño utilizado en esta investigación es el de teoría fundamentada, al respecto, Creswell y Guetterman (2019) retoman las ideas de Glaser y Strauss (1967)

y afirman que la misma es utilizada para poder generar teoría que permita explicar de un modo amplio diferentes procesos e interacciones. En este sentido la teoría es generada a partir de la investigación, brindando ejemplos acerca de la complejidad de lo estudiado.

El propósito de este enfoque es poder analizar, a partir de la teoría fundamentada, la relación entre el uso excesivo de las pantallas que tienen los adolescentes y el impacto en el aprendizaje, exponer qué tiempo pasan frente a éstas, qué actividades realizan cuando están utilizándolas, qué tiempo se dedica al estudio, entre otros datos más y poder realizar un análisis de ellos.

Variables a analizar

- Tiempo de exposición frente a las pantallas: Enunciar la cantidad de horas que pasan frente a éstas.
- Actividades que realizan con las diferentes pantallas: Describir la variedad de actividades que realizan con las pantallas.
- Tiempo de estudio: Enunciar la cantidad de horas dedican los entrevistados al estudio fuera del uso de las pantallas.
- Tiempo de descanso: Enunciar la cantidad de horas del día que dedican al descanso.
- Aprendizaje ligado al rendimiento académico/ escolar: Describir cómo se encuentra el desempeño escolar en base a las calificaciones de las diferentes

materias escolares y la participación escolar, según lo brindado por la información de los docentes y estudiantes.

1. Se seleccionaron para la presente investigación, una suma de casos tipos, buscando la calidad de la información recolectada no la estandarización de la misma. Al respecto de esta, Hernández Sampieri et. Al (2006) menciona que en el método cualitativo la muestra, no es necesariamente una representación del universo investigado, de este modo, se busca estudiar los casos tomados no realizar una generalización al respecto de los resultados obtenidos. Así mismo, se tomaron muestras de tipo homogéneas, los autores recién citados, toma las palabras de Miles y Huberman (1994), además de Creswell (1998 y 2005), quienes afirman que este tipo de muestras, poseen un mismo perfil o características, pudiendo tener además rasgos en común.
2. En este sentido, se entrevistaron a 16 jóvenes adolescentes entre 13 y 17 años de edad que cursan sus estudios en una escuela secundaria ubicada en la localidad de Los Polvorines, Partido de Malvinas Argentinas, Provincia de Buenos Aires. Así mismo, se entrevistaron a 15 docentes del mismo colegio, con el fin de obtener información desde el aprendizaje escolar basada en su perspectiva.
3. Para llevarlo a cabo, se realizaron entrevistas abiertas, Hernández Sampieri et. Al (2006) cita a Creswell (2005), afirman que este tipo de entrevistas permiten a los participantes expresarse sin ser influenciados por el entrevistador, generando diferentes categorías por medio de sus respuestas.
4. Se detallaron las actividades realizadas con las pantallas y la cantidad de horas distribuidas en las mismas. Se realizó un análisis considerando la relación entre el tiempo de uso de las pantallas y el aprendizaje en relación al

rendimiento académico, teniendo en cuenta ambas perspectivas, la del grupo etario analizado, los adolescentes y la de los docentes, ya que son quienes evalúan la adquisición de dichos aprendizajes.

Como anexo, se adjunta el modelo de entrevista realizado, como así también las copias de los consentimientos informados que firmaron los padres de los adolescentes y los docentes entrevistados. El tiempo estimado utilizado para responder las mismas ha sido de 10 a 15 minutos aproximadamente.

Resultados obtenidos

En base a las encuestas realizadas a 16 jóvenes adolescentes de 13 a 17 años que cursan el nivel secundario en una escuela de Los Polvorines y 15 docentes del mismo nivel, en relación al impacto del uso excesivo de las pantallas en el aprendizaje, y teniendo en cuenta los objetivos planteados estos han sido los resultados:

- Considerando las respuestas de adolescentes:

Considerando el uso de las pantallas, todos los adolescentes han respondido que a diario utilizan algún tipo de pantalla. En este sentido, se consultó acerca del tipo de pantalla utilizada a diario, entre las cuales mencionaron en primer lugar al teléfono celular como pantalla más utilizada, el cual fue nombrado por todos los entrevistados/as, luego la computadora y por último la televisión. (Figura 2)

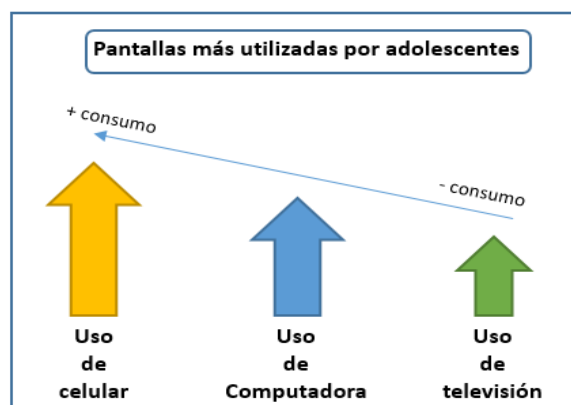


Figura 2

Teniendo en cuenta el tiempo frente a las pantallas, el total de entrevistados superan las 2 horas diarias. En cuanto a la cantidad de horas en específico, el promedio ronda entre 3,30 horas a 8 horas aproximadamente. En algunos casos, aclararon cuestiones como que el tiempo de uso de las pantallas cambia de acuerdo el día, las actividades planeadas en el mismo, si es época escolar o de vacaciones. Así mismo, otros especificaron las pantallas y la cantidad de horas destinada a cada una de éstas, en las cuales el teléfono celular sigue siendo el más utilizado por el grupo entrevistado. (Figura 3)

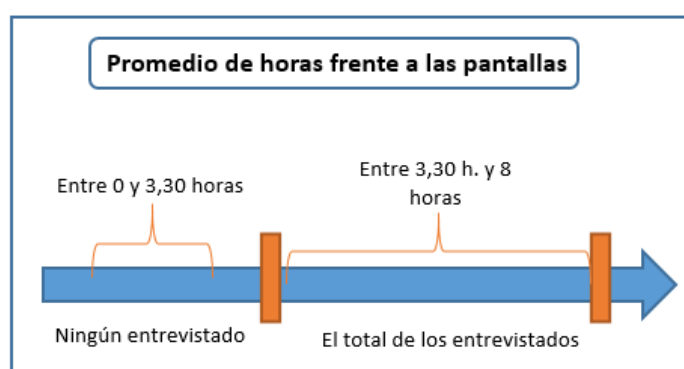


Figura 3

Al respecto de la utilidad de las pantallas en relación al estudio, la mayoría de los adolescentes entrevistados afirman utilizar la computadora para el estudio, la realización de tareas o trabajos prácticos, confeccionar presentaciones tipo Power Point o Canva. Además, sin especificar qué pantalla, aclaran que le dan diferentes utilidades, entre ellas, la búsqueda de información en internet, algunos aclararon que buscan para comprender diferentes temas, para la lectura de PDF, el ingreso a las plataformas educativas como ser Classroom o Santillana. En minoría, surgió el estudio de idiomas online, el uso de pantallas para temas relacionados al estudio solo si la materia lo solicita y excepcionalmente, en un solo caso, la no utilización de pantallas para el estudio.

En relación a las horas dedicadas al estudio o a la lectura, han surgido diferentes respuestas, entre las cuales se encuentran, aquellos que lo hacen solo

cuando tienen examen o la entrega de algún trabajo entre 1 y 3 horas, aquellos que lo hacen de forma regular dedicando aproximadamente 1 hora, los que leen por placer o antes de dormir, los que no le dedican horas al estudio y los que superan las 2 horas diarias en ello.

Teniendo en cuenta el tiempo de utilización diario de las pantallas, entre las respuestas, han afirmado que éste es adecuado, ya que aclaran que las mismas son utilizadas para investigar y aprender, para programar, socializar / hablar con amigos, ver series o películas o hacer cosas en relación a sus intereses. En oposición a ello, otros han mencionado que el tiempo utilizado es mucho, principalmente por el celular y el uso de las redes.

Considerando el tiempo de descanso, los adolescentes afirman dormir de 5 a 8 horas, otros unas 8 y algunos más de 8. En relación a ello opinan que tienen un buen descanso, opuestamente a aquellos que mencionaron que su descanso no es bueno ya que no se pueden dormir por la noche o no tienen un buen descanso por temas de salud.

En relación al uso de pantallas en la escuela y la función con la cual se utiliza, la totalidad de adolescentes afirmó utilizar pantallas durante la jornada escolar. Entre las finalidades de su uso mencionaron, la búsqueda de información, tareas escolares, utilización en materias específicas como NTiCX, lectura de novelas en PDF, actividades escolares que requieren su uso, entretenimiento, recreación, uso de redes, videojuegos, enviar mensajes y escuchar música. Así mismo, en cuanto al tiempo de uso durante la jornada, la mayoría aclaró que lo utiliza en los recreos y el almuerzo, otros especificaron el tiempo de uso menor a una hora, algunos mayor a una hora, y los restantes, el tiempo varía de 2 a 3 horas. Al respecto, los adolescentes mencionaron que el tiempo de uso depende del profesor. Algunos mencionaron que

éste resulta ser poco, ya que no cuentan con mucho tiempo disponible, contrariamente hay quienes aclararon que las pantallas en la escuela son utilizadas más de lo necesario.

En cuanto a la atención y concentración en la escuela, algunos de los entrevistados han mencionado que son adecuadas o buenas. Por otro lado, en oposición a ello, otros afirmaron que su atención se encuentra dispersa o que es poca, debido a factores como, actividades propuestas que requieren de la utilización de alguna pantalla, el mal comportamiento de los pares, el aburrimiento, la materia o las conversaciones con sus compañeros/as.

Al respecto del impacto del uso de las pantallas en el aprendizaje o rendimiento académico, surgieron diferentes perspectivas. Entre ellas, algunas opuestas, por un lado, la positiva, argumentada por los adolescentes con diferentes ideas, haciendo hincapié en el uso para estudio, la realización de tareas, la búsqueda de información, para la programación y como una herramienta. Al contrario, en la mirada negativa, surgieron aspectos como la cantidad de tiempo de uso, las distracciones en las materias por desinterés, por el envío de mensajes o mirar videos. Así mismo, hay quienes han afirmado que su uso no tiene ningún impacto en el aprendizaje, sino que el impacto es provocado por otras cuestiones como ser la IA (inteligencia artificial), el uso de las redes o de TIK TOK, ya que son las que reducen la concentración, o aquellos que han aclarado que su impacto va a depender de cada alumno, lo cual se ve modificado si les dan a éstas un uso adecuado y si el uso es equilibrado.

En relación al resultado que creen que tiene el uso de pantallas en la jornada escolar, hubo respuestas opuestas, por un lado, quienes afirman que se trata de un impacto positivo y por otro aquellos que lo ven como negativo, así mismo algunos

aclararon que no hay un resultado ni positivo ni negativo en sus aprendizajes ligado al uso de las pantallas. En el siguiente cuadro se especifica más en detalle: (Figura 4)

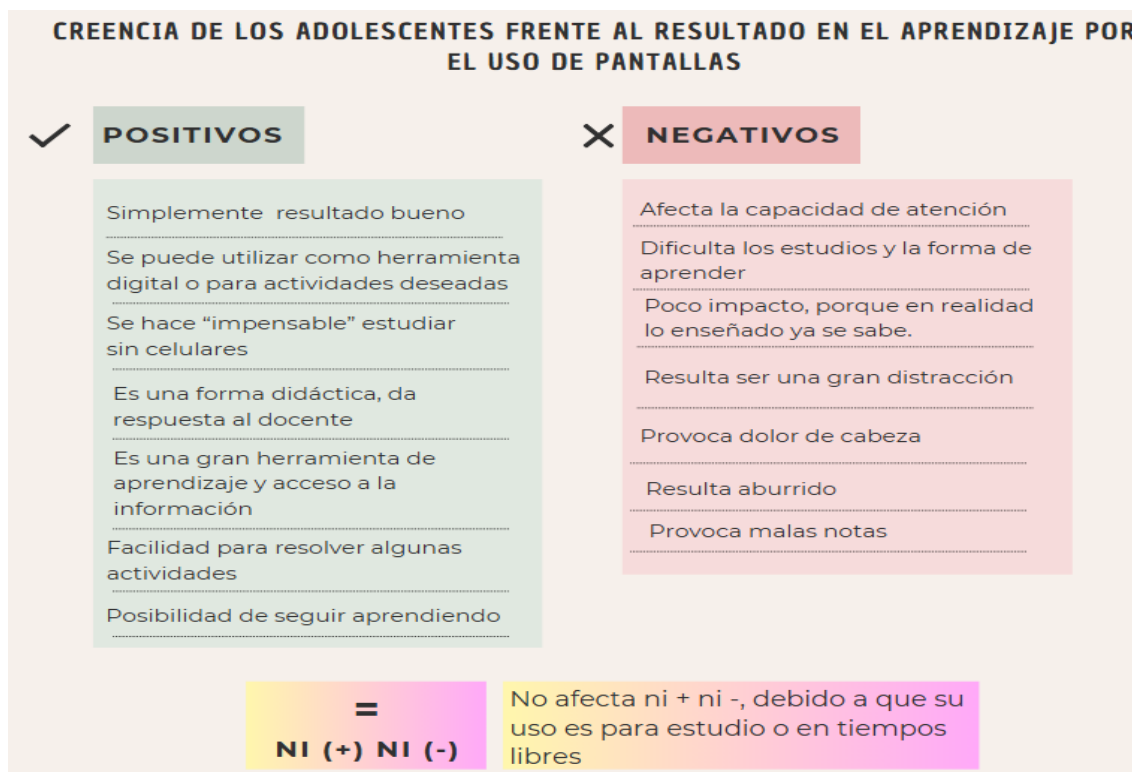


Figura 4

- Considerando las respuestas de docentes del nivel secundario:

Teniendo en cuenta la utilización de pantallas dentro de la jornada escolar, la totalidad de docentes han contestado que sus estudiantes hacen uso de las pantallas durante la jornada. Algunos han especificado que lo hacen todo el tiempo, que depende de la institución o que solo lo utilizan en los recreos y tiempos libres.

Al respecto del conocimiento de fines con que las pantallas son utilizadas durante la jornada escolar, a excepción de un docente, han afirmado estar al tanto de ello. Entre los fines mencionados se encuentran: las redes sociales, los juegos en línea, videos de YouTube o Tik Tok, búsqueda de información necesaria para alguna actividad escolar, uso de aplicaciones, chequeo de correo, proyección de pantalla y

mensajes de WhatsApp. Algunos han aclarado que no utilizan las pantallas con fines didácticos o que ello resulta poco usual. En otros casos, mencionaron que el uso de pantallas, en este caso celulares, no está permitido en una de las escuelas en las cuales trabaja.

En cuanto al uso de pantallas como recurso, la mayoría de los docentes han confirmado la utilización de éstas a la hora de sus prácticas diarias, algunos han especificado que lo hacen porque enriquecen el aprendizaje. Mencionan el uso del proyector como herramienta para mostrar videos, juegos, compartir libros y abrir el Classroom (plataforma escolar online). Otros docentes han aclarado que, si bien proponen el uso de pantallas, esto es en casos excepcionales y depende del curso y de los contenidos a dar, ya que ello puede desviar la atención hacia el uso de las redes. En sentido contrario, ha surgido también que, en un principio se utilizaban las mismas como recurso, ya que éstas resultaban ser innovadoras, pero que ello ha cambiado, lo cual se ve reflejado en los resultados finales, por lo que se ha resuelto “volver a los recursos tradicionales” y de esta forma estimular la comprensión y el aprendizaje.

En cuanto a la solicitud de uso de pantallas en tareas extra escolares, la totalidad de los docentes afirma solicitarlo, aclararon que lo hacen dependiendo del curso y contenido; para investigar; crear contenido; para llevar a cabo tareas o trabajos domiciliarios; complementar el aprendizaje; para compartir material o actividades en Classroom; para confeccionar trabajos colaborativos hechos en sus hogares que luego serán expuestos a sus pares en la escuela. Así mismo, surgió que en ocasiones se precisa de videos que faciliten el aprendizaje, como ser en el área de inglés, ya que su uso resulta necesario para poder profundizar el vocabulario, pronunciación. También se recurre a plataformas como recursos online con el mismo propósito, sumando el refuerzo de lectura, escritura, comprensión, entre otros.

En relación a cómo se considera el tiempo de uso de pantallas durante la jornada escolar, a excepción de un/a entrevistado/a que respondió que sus alumnos no utilizan las pantallas en la escuela, sino que se provee la proyección de la misma desde la propuesta docente, la mayoría de los entrevistados han expresado considerar su uso como excesivo, mucho o constante, argumentando dicha percepción por diferentes motivos. En la figura 5 puede visualizarse con mayor claridad.

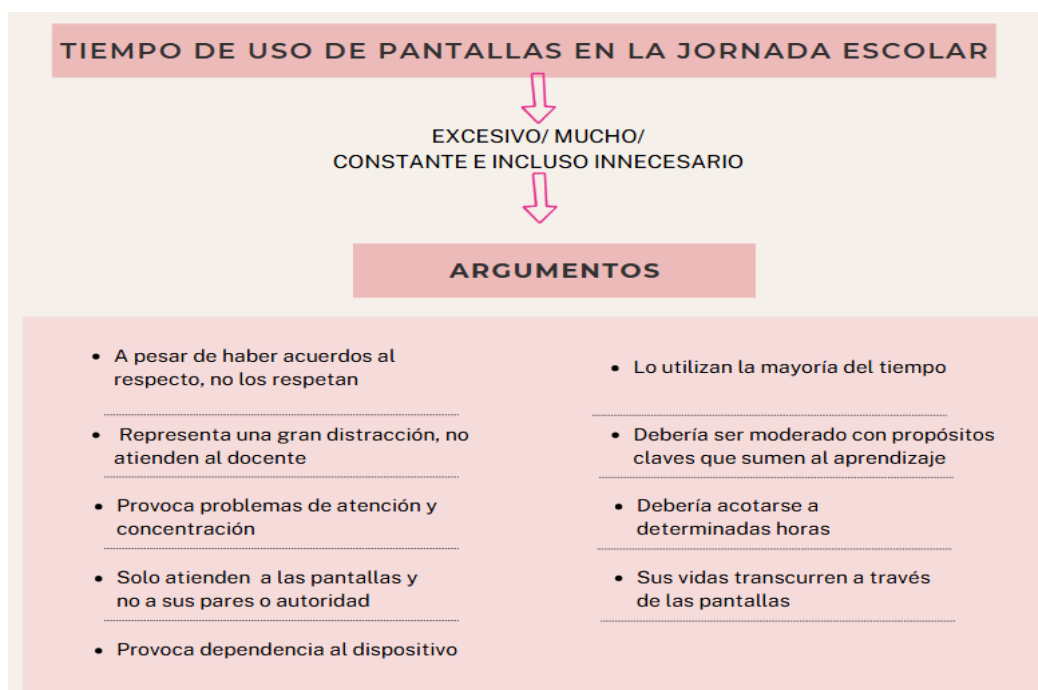


Figura 5

Teniendo en cuenta el uso de las pantallas durante la jornada escolar habitual y su efecto en la atención y la concentración, la mayoría describió la misma en adolescentes como muy baja, lábil, dificultosa, corta, frágil, mínima o nula. Argumentaron que, se encuentran al pendiente de los teléfonos y notificaciones, presentando problemas para “soltar las pantallas” y que incluso parecieran “tener síntomas de abstinencia”. Así mismo, que su uso afecta negativamente a la concentración y al compromiso con las actividades. Otros docentes en cambio, han mencionado que, si las pantallas son utilizadas de manera pedagógica, ayudan a concentrarse en las actividades, habilitando distintas dinámicas. Siguiendo esta línea, hay quienes aclararon que en principio la atención es buena, que hay pocos momentos de distracción y que la mayoría son trabajos realizados “conscientemente”.

Por otro lado, hay quienes sumaron que la atención/ concentración suele variar, ya que las pantallas captan su interés, sin embargo, esto no sucede si su uso es equilibrado.

En cuanto a la relación entre el uso de las pantallas y el aprendizaje de los jóvenes estudiantes, hay diferentes puntos de vista al respecto, por un lado, quienes creen que la utilización de éstas incide de manera negativa en el aprendizaje, ya que genera adicción; se dispersan; satura la atención; entre otras, por otro, aquellos que piensan que se trata de una herramienta que favorece y enriquece el aprendizaje por lo tanto la describen como un recurso sumamente positivo.

Así mismo, algunos mencionaron que si se sabe utilizar podría llegar a ser una herramienta que acompañe el aprendizaje, pero para ello se requiere del compromiso de los docentes, estudiante y del Estado. (Mayor detalle en figura 6)

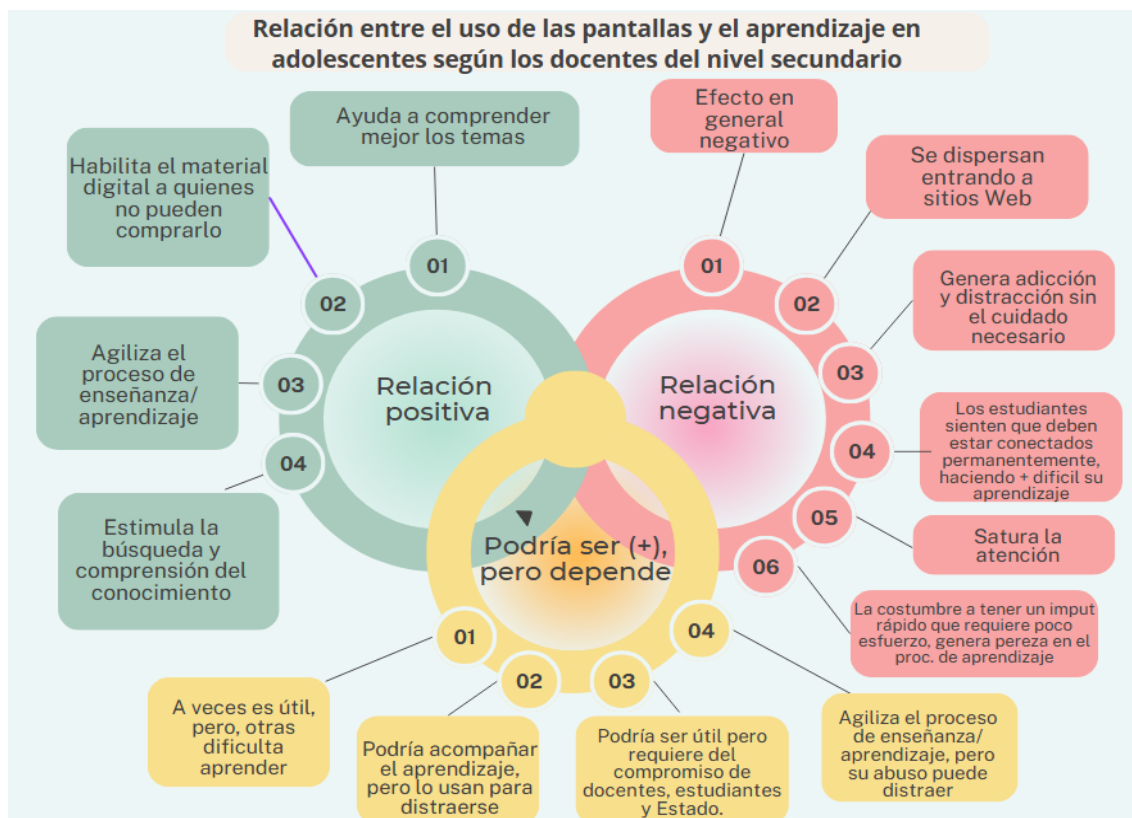


Figura 6

Al respecto del uso en exceso de las pantallas y el impacto en el aprendizaje de los adolescentes, la gran mayoría de los docentes ha afirmado que dicha utilización genera un impacto en éste, además de ello, algunos agregaron que el impacto es negativo, brindando varias justificaciones, entre ellas, que genera dispersión y no se pueden concentrar; limita el tiempo a otras actividades, generando dependencia; genera pereza, poca curiosidad e iniciativa, además de complicaciones físicas en la cervical y tendones; no logran utilizarlo para investigar. Otros docentes argumentaron que se trata de un impacto negativo solo si su uso no es el adecuado, sino se trata de un buen recurso, constructivo, positivo y reflexivo, agregando que, si el uso se regula, puede reducirse el impacto negativo.

Discusión

En este trabajo de investigación se han presentado diferentes estudios en relación al uso de las pantallas en niños y adolescentes y las consecuencias del mismo de acuerdo al tiempo de exposición y edades en las que son utilizadas. Al comparar los resultados obtenidos en el presente trabajo con aquellos hallados en las diferentes investigaciones, se pueden identificar algunas similitudes y diferencias.

En relación a la investigación de Santos (2024), la cantidad de horas frente a la exposición de pantallas a partir de 2 años de edad supera las 3 horas diarias, en cambio en adolescentes, como aquí se expone, el promedio de horas ronda entre 3 y 8 horas aproximadamente. Así mismo, si bien la investigación de Santos data acerca de los primeros años de vida hay una semejanza con los adolescentes en cuanto a las capacidades que se ponen en juego frente a la extensa exposición a las pantallas, ésta guarda relación con el rendimiento en las funciones cognitivas, las cuales se ven también perjudicadas. Ello pudo verse reflejado en el relato de algunos adolescentes y sus docentes, quienes argumentaron la falta de atención y concentración debido al uso de pantallas.

Al respecto de lo investigado por Urda Isla (2024), en relación a las grandes consecuencias en la salud de niños y adolescentes por el uso en exceso de las pantallas, no es posible conocer a qué tipo de consecuencias en la salud hace referencia, por lo tanto, se puede agregar aquí lo obtenido en el trabajo de investigación presente, en el cual los docentes han argumentado dificultades a nivel cognitivo sumado a ciertas complicaciones de índole físico como problemas de cervical y en los tendones.

En relación a lo obtenido por Cuccioli et. Al (2024), el celular es la pantalla más utilizada, superando la hora, seguida por la televisión y por último la computadora. Del mismo modo, en la presente investigación, el celular también resultó ser la pantalla más utilizada, en segundo lugar, la computadora y finalmente la televisión, superando en todos los casos las 3 horas diarias sin especificar el tipo de pantalla. Así mismo, existe coincidencia al respecto de las consecuencias en el desarrollo cognitivo de los jóvenes.

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos por González Sanmamed et. Al (2022), hay similitudes en relación al bajo rendimiento académico, lo cual fue expuesto aquí por la información brindada por los docentes del nivel.

A partir de lo investigado por Morales Domínguez et. Al (2022), al respecto del uso de las pantallas en los niños de 4 a 11 años, se evidencia cómo estos cambian en relación a la edad, siendo a diferencia de los adolescentes, las más frecuentes la televisión y los videos. Por otro lado, en dicha investigación menciona que el uso de las pantallas genera una gran preocupación en los padres de estos pequeños/as, lo cual no fue tenido en cuenta a la hora de evaluar el impacto del uso en exceso de las pantallas en el aprendizaje de los adolescentes.

Comparando lo investigado por Soto Torrez et. Al (2020), con la presente investigación en relación al uso de las pantallas en adolescentes, en ambas se ha obtenido como resultado que los adolescentes superan el máximo tiempo recomendado frente a éstas, considerando a la OMS (2023), este no debe superar los 120 min diarios. Sin embargo, el tiempo de exposición a las pantallas en ambas investigaciones difiere, siendo en la primera, superior a las 12 horas, mientras que en la segunda no supera las 8.30horas.

Así mismo, Soto Torrez et. Al (2020), concluye que su uso trae aparejadas dificultades en el sueño, lo cual pudo verse en algunos casos expuestos por los adolescentes, en la presente investigación, quienes habían expresado no tener un buen descanso.

Por otro lado, Soto Torrez et. Al (2020), aclara que los adolescentes cumplen varios criterios para presentar una adicción en relación al uso de las pantallas. Teniendo en cuenta lo anterior, con lo obtenido en el presente trabajo, cuando se indagó al respecto del impacto que provoca dicho uso, solo uno de los docentes entrevistados, argumentó que, en ocasiones, algunos adolescentes, parecen tener síntomas de abstinencia y que les representan mucho trabajo poder soltar las pantallas.

Conclusión

La presente investigación ha evidenciado que, a pesar de las recomendaciones de la OMS (2023) sobre el tiempo de exposición a las pantallas, los adolescentes de entre 13 y 17 años de una escuela secundaria de Los Polvorines presentan un uso excesivo de estos dispositivos. Aunque la mayoría de los jóvenes considera adecuado el tiempo que dedican a las pantallas, la percepción de los docentes indica lo contrario,

señalando que esta sobreexposición interfiere con el aprendizaje, la concentración y la capacidad de autorregulación en el aula.

Así mismo, algunos estudios, como los de Reiman (s/f) y las disposiciones del Ministerio de Justicia de la Nación Argentina (2024), refuerzan la idea de que el uso excesivo de pantallas, se caracteriza por la dificultad para establecer límites, permaneciendo constantemente conectados. Esta falta de autocontrol impacta negativamente en funciones cognitivas esenciales para el aprendizaje, generando dificultades en la atención, la concentración y la velocidad de procesamiento de la información. A su vez, la Asociación Americana de Pediatría (2022) advierte que la sobreexposición a pantallas puede provocar retrasos en el aprendizaje y afectar el rendimiento escolar.

Considerando lo anterior, no solo es necesario regular el tiempo de exposición, sino también fomentar un uso adecuado y educativo de las pantallas. En este sentido, la UNSAM (2024) destaca la importancia de la escuela, en particular los docentes, se conviertan en referentes externos, ejerciendo un rol activo en la formación de las subjetividades de los jóvenes. Para ello, es esencial diseñar planes estratégicos que permitan a los adolescentes comprender el impacto del uso excesivo de pantallas y promover su utilización como un recurso valioso, pero dentro de límites adecuados.

Del mismo modo, Diéguez y Grunin (2015) hacen hincapié en la necesidad de idear y llevar a cabo estrategias que fomenten la autonomía de los jóvenes en su capacidad de pensar, imaginar y reflexionar aspectos fundamentales para su desarrollo integral.

Así mismo, es necesario poder considerar los desafíos que les representa a los jóvenes, poder organizarse y tener un autocontrol en relación a las decisiones tomadas, en este caso decidir cuándo es apropiado utilizar las pantallas, dejarlas a un

lado y dedicarse a prestar atención, a escuchar a los docentes, a cumplir con las actividades, en fin, a darle prioridad a los estudios.

Por lo tanto, teniendo en cuenta que los adolescentes requieren de una guía constante, que los acompañe en la construcción de sus subjetividades, en la toma de decisiones, en la organización, entre otras, resulta imprescindible que las instituciones educativas, los docentes, los profesionales psicopedagogos dentro del equipo de orientación o de manera externa, en conjunto con las familias, implementen medidas que orienten a los adolescentes hacia un uso consciente y equilibrado de la tecnología, ya que solo a través de ello, será posible contrarrestar los efectos negativos del uso excesivo de pantallas y potenciar su impacto positivo en el aprendizaje y la formación de los jóvenes.

Aportes y Contribuciones a la Investigación

El presente trabajo de investigación, titulado: “El uso excesivo de las pantallas y su impacto en el aprendizaje de adolescentes de 13 a 17 años de edad de un colegio secundario de Los Polvorines” ha aportado información en base a las apreciaciones subjetivas de adolescentes como también de docentes del nivel secundario, las cuales se detallan a continuación:

- El tiempo de utilización de las pantallas supera el tiempo recomendado por las OMS (2023), siendo en los jóvenes entrevistados de 13 a 17 años un promedio de horas de 3.30 horas a 8.30horas aproximadamente.
- El tiempo de utilización de las pantallas es considerado en la mayoría de los casos por los adolescentes como “adecuado”, exceptuando algunos pocos casos que lo consideran como “mucho”. Opuestamente, los docentes en su

mayoría, afirmaron que éste es excesivo, exceptuando quienes no permiten su uso en la escuela.

- Las pantallas son utilizadas con varios propósitos entre los cuales es posible diferenciar, por un lado, aquellos relacionados al aprendizaje, y por otro, los que se relacionan con el entretenimiento o socialización. Al respecto de los ligados al aprendizaje, se destacan la búsqueda de información/ investigación, el estudio, la realización de trabajos prácticos o presentaciones, la lectura de material y utilización de pantallas en materias específicas como NTIXC. En cambio, en relación al entretenimiento o socialización, las pantallas son utilizadas para hablar con amigos, mirar series, películas, ver videos, navegar por internet, usar las redes sociales, jugar videos juegos, enviar mensajes y escuchar música.
- El tiempo de estudio varía, presentando un lapso de tiempo que va de 1 a 3 horas dependiendo si hay pendientes, como tareas que realizar, presentaciones de trabajos o preparación para exámenes. Sin embargo, también están quienes no dedican horas de estudio extraescolares.
- El descanso en la mayoría de los adolescentes entrevistados ronda entre las 5 y 8 horas y en algunos casos, esta cantidad de tiempo es superada, con lo cual ha sido descrito por ellos como “buen descanso”. En otros casos existe dificultad para conciliar el sueño, en ese caso se describió como “no bueno”.
- El rendimiento escolar en general presenta ciertos desafíos en cuanto a la atención y concentración debido a que las pantallas funcionan como distractor permanente en la mayoría de los casos. Sin embargo, se presentan diferencias en cuanto a las concepciones e importancia del uso de las pantallas como

herramienta para el estudio /aprendizaje y su correcta utilización. Esta cuestión puede ser vista de forma más objetiva por sus docentes, ya que son muy pocos los adolescentes que lo han reconocido.

Estos aportes, brindan nuevos enfoques a la psicopedagogía desde las perspectivas de adolescentes y docentes del nivel secundario, en donde es posible observar mediante el diálogo de ambas miradas cómo el uso en exceso de las pantallas puede causar desafíos en la atención, concentración entre otros, y cómo a su vez, en contraposición a lo anterior, las pantallas forman parte de un recurso muy valioso en el aprendizaje de los jóvenes en la actualidad, el cual, si no es bien utilizado termina causando las dificultades antes mencionadas, sumadas a otras.

Limitaciones de la investigación:

Durante el desarrollo de esta investigación se han presentado ciertos obstáculos que han dificultado el progreso del mismo. Entre éstos, se puede mencionar, en primer lugar, la dificultad para conseguir los consentimientos informados de los jóvenes adolescentes, los cuales han demorado en ser entregados.

En segundo lugar, ha sido difícil encontrar docentes del nivel secundario que desearan participar en la investigación, ya que se encontraban en receso escolar.

En tercer lugar, otra de las limitaciones de este estudio fue que, en un primer momento, solo se contó con las respuestas de los adolescentes. La mayoría de ellos percibía como adecuada la cantidad de horas de uso de pantallas, así como su nivel de atención, concentración y rendimiento académico. Sin embargo, para obtener una visión más objetiva y enriquecedora, se decidió incorporar la perspectiva de los docentes, quienes aportaron información adicional y permitieron contrastar las percepciones de los estudiantes con observaciones externas.

Líneas de investigación futuras

Sería interesante poder seguir investigando en base a las respuestas de adolescentes y docentes de diferentes colegios y zonas de la provincia de Buenos Aires y de este modo, poder crear estrategias que sean convenientes considerando la población y comunidad propia de cada una.

Así mismo, poder llevar a cabo investigaciones en las que se ponga en juego el aprendizaje con y sin pantallas de manera en que se pueda realizar comparaciones que den una demostración de tipo más empírica y objetiva al respecto de la relación de su uso e impacto, teniendo en cuenta las particularidades propias a cada grupo de estudiantes.

Contemplar la posibilidad de investigaciones futuras en cuanto al uso de las pantallas en los adolescentes, ya habiéndose informado acerca del impacto en el aprendizaje, en la socialización de forma presencial y problemas físicos. Es decir, establecer relaciones y/o comparaciones antes y después de tomar conocimiento del impacto que puede traer.

Propuestas de intervención

A continuación, se propondrán diferentes propuestas de intervención del campo disciplinar de la Psicopedagogía en los diversos ámbitos, los cuales serán de utilidad para el abordaje con los adolescentes en relación al uso excesivo de pantallas y su impacto en el aprendizaje. En el ámbito educacional (Figura 7)

PROPUESTAS DE INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA

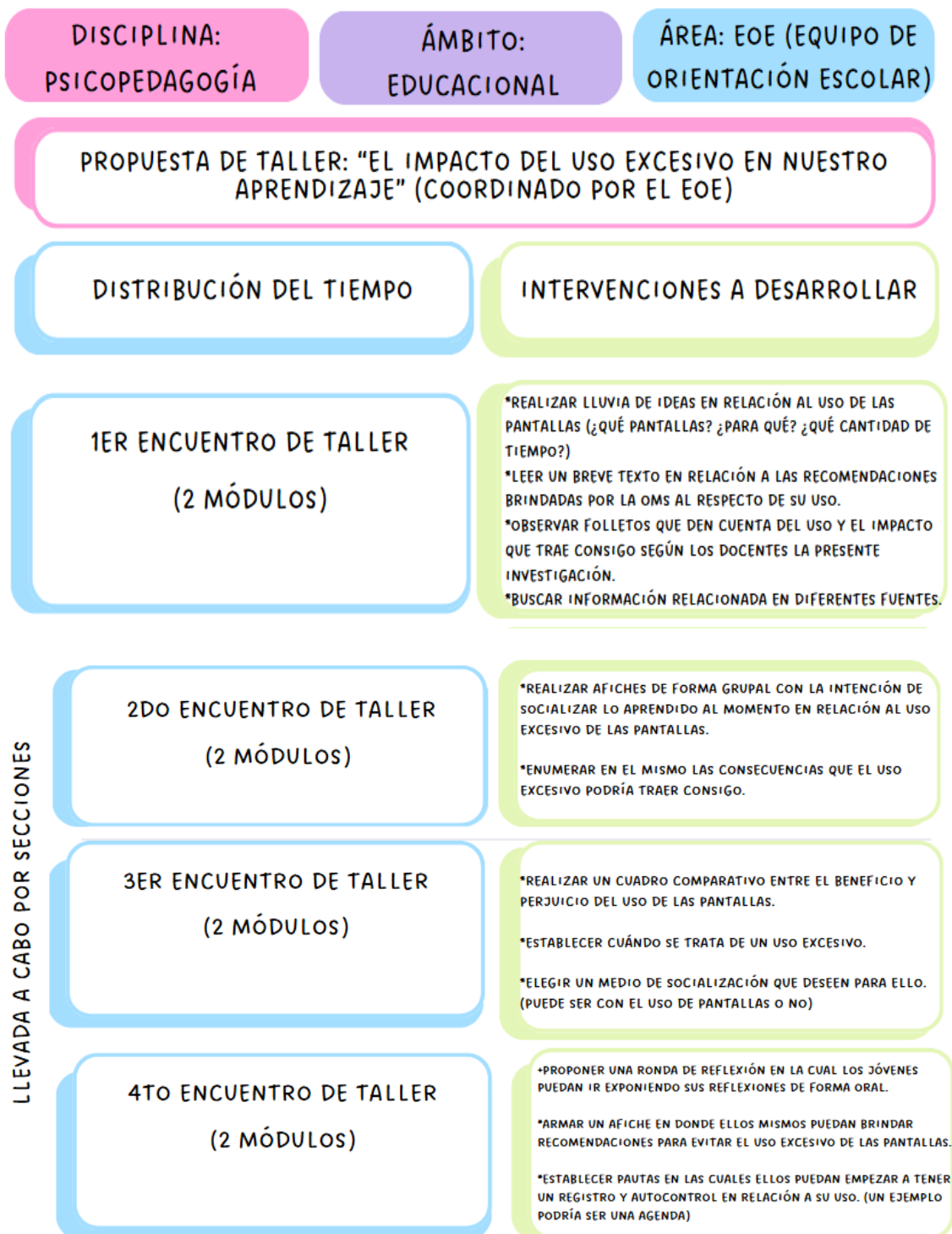


Figura 7

En el ámbito clínico con los adolescentes (Figura 8)

PROPUESTAS DE INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA

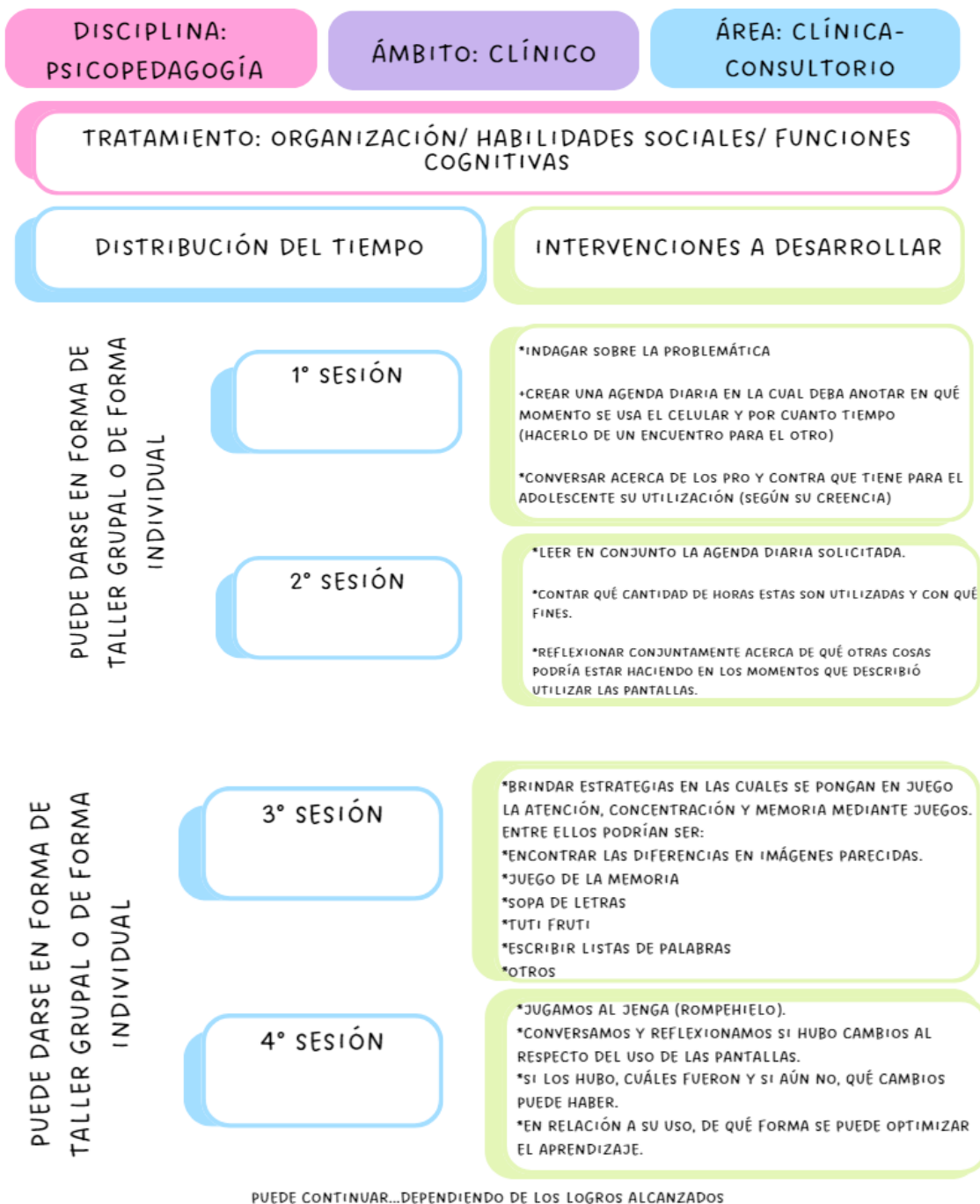


Figura 8

En el ámbito clínico con los padres: (Figura 9)

PROPUESTAS DE INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA



Figura 9

Referencias Bibliográficas:

- Academia Americana de Pediatría (2016). *La American Academy of Pediatrics publica nuevas recomendaciones para el consumo mediático de los niños*. Recuperado de <https://www.healthychildren.org/Spanish/news/Paginas/aap-announces-new-recommendations-for-childrens-media-use.aspx>
- Academia Americana de Pediatría (2019). *Etapas de la adolescencia*. Recuperado de https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/Paginas/Stages-of-Adolescence.aspx?gad_source=1&qclid=CjwKCAjwmaO4BhAhEiwA5p4YL5PRBH6C7YDeVxKqRw9icnFjzLV0E9OT8b9T3UENs-Wd5MTBhGvi4BoCXfgQAvD_BwE
- Academia Americana de Pediatría (2022). *Estar constantemente conectado: beneficios y efectos nocivos del consumo digital en niños y adolescentes*. Recuperado de <https://www.healthychildren.org/Spanish/family-life/Media/Paginas/adverse-effects-of-television-commercials.aspx>
- Aceituno, M. (2010). *Seminario de producción multimedia*. Secretaría de Posgrado. Universidad Nacional de Quilmes. Bernal. Recuperado de https://libros.uvq.edu.ar/spm/541_caractersticas_de_la_pantalla.html
- Alegsa, L. (2023). *Definición de Pantalla (tecnología)*. Recuperado de <https://www.alegsa.com.ar/Dic/pantalla.php#gsc.tab=0>
- Arrimada, M. (2021). *Poda neuronal: qué es, características y enfermedades asociadas*. Recuperado de <https://psicologiaymente.com/neurociencias/poda-neuronal>

- Ausubel, D. (1983). *Psicología Educativa: Un punto de vista cognoscitivo*. 2° Ed. Trillas México.
- Castillo Bustos, M. y Núñez Naranjo, A. (2023). *La psicopedagogía y los ámbitos de acción de los psicopedagogos*. Revista científica Retos de la Ciencia. Recuperado de <https://www.retosdelacienciaec.com/Revistas/index.php/retos/article/view/473>
- Cortés, A. (2023). *Adicción y uso de pantallas. Estar alerta es el primer paso para prevenirla*. Recuperado de <https://itasaludmental.com/blog/link/387#>
- Creswell, J. & Guetterman, T. (2019). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research* (6th ed.). Pearson Education Inc.
- Cuccioli, M., Gago- Galvagno, L., Elgier, A. y Azzollini, S. (2023). *Contribuciones de pantallas y libros a la regulación emocional de niños/as de Argentina*. Recuperado de https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/241646/CONICET_Digital_Nro.cd2225d8-3aee-4c0a-a65b-db1f630cdd52_B.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Diaconú, A. (2020). *Las pantallas de nuestra vida*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/opinion/las-pantallas-de-nuestra-vida-nid758116/>
- Dieguez, A. & Grunin, J. (2015). *Adolescencia y modalidades del discurso parental. encuadre e intervenciones en psicopedagogía clínica*. Revista

Pilquén. Sección Psicopedagogía, 12 (1). 42- 52. Recuperado de <https://revele.uncoma.edu.ar/index.php/psico/article/view/1521>

Gagné, R. (1970). *Las condiciones del aprendizaje*. (pp. 6-11). Prólogo Aura Luz Duffé Montalván Aguilar. Madrid. Recuperado de <https://www.calameo.com/read/004865847e433f942ba8e>

Gardner, H. y Davis, K. (2014). *La generación APP. Cómo los jóvenes gestionan su identidad, su privacidad y su imaginación en el mundo digital*. Editorial Paidós.

González Sanmamed, M., Dáns Álvarez de Sotomayor, I., Muñoz Carril, P. y Estevez Blanco, I. (2022). *Adolescencia y privacidad digital*. *Revista digital*. Recuperado de https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1405-66662022000200583&script=sci_arttext

González, J. (2022). *Control parental percibido y uso de Internet en adolescentes de 12 a 18 años en el Departamento Federal, Entre Ríos, Argentina*. Tesis de grado. Pontificia Universidad Católica Argentina. Facultad "Teresa de Ávila", 2022. Recuperado de <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/15828>

Guilar, M. (2009). *Las ideas de Bruner: "de la revolución cognitiva" a la "revolución cultural"*. *Educere*, vol. 13, núm. 44, enero-marzo, 2009, pp. 235-241 Universidad de los Andes Mérida, Venezuela. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35614571028>

Guzmán Marín. L. (2017). *La adolescencia, principales características*. Recuperado de <https://www.cch.unam.mx/padres/sites/www.cch.unam.mx.padres/files/archivos/07-Adolescencia2.pdf>

- Henao López, G., Ramírez Nieto, L. & Ramírez Palacio, C. (2006). *Qué es la intervención psicopedagógica: definición, principios y componentes*. AGO. USB, 6(2), 215-226. Recuperado de <https://www.studocu.com/es-mx/document/universidad-bicentenario-de-aragua/medicina-legal/intervencion-psicopedagogica-definicion-principios-y-componentes/65296886?origin=home-recent-1>
- Hurda Isla, H. (2024). *Impacto del uso excesivo de pantallas en niños y adolescentes: efectos colaterales*. Universidad de Cantabria. Facultad de Enfermería. Recuperado de https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/33130/2024_UrdalIslaH.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Kornblit, A. L. (2007). *Metodologías cualitativas en ciencias sociales*. Buenos Aires: Editorial Biblos. Pp. 9- 33
- L'Ecuyer, C. (2015). *Educación en la realidad*. Plataforma Editorial. Barcelona.
- Lutereau, L. (2009). *Esos raros adolescentes nuevos*. Narcisitas, desafiantes, hiperconectados. Editorial Paidós.
- Maguregui, C. (2024). *Adolescentes, permanencia en pantallas y bienestar digital*. Recuperado de <https://www.educ.ar/recursos/159111/adolescentes-permanencia-en-pantallas-y-bienestar-digital>
- Ministerio de Justicia de la República Argentina (s/f). *¿Es sano estar tanto tiempo mirando pantallas?* Recuperado de <https://www.argentina.gob.ar/justicia/convosenlaweb/situaciones/es-sano-estar-tanto-tiempo-mirando-pantallas>

- Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social de Paraguay (2023). *OMS recomienda evitar exponer a niños menores de dos años de vida a pantallas*. Recuperado de <https://www.mspbs.gov.py/portal/27094/oms-recomienda-evitar-exponer-a-nintildeos-menores-de-dos-antildeos-de-vida-a-pantallas.html>
- Montero, I. & León, O. (2007). *A guide for naming research studies in Psychology*. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7, 847-862.
- Morales Domínguez, Z., Raposo Clavijo, B., Pérez Moreno, P. & Torrico Linares, E. (2022). *Validación de las Escalas Uso Problemático de Medios con Pantallas y su versión corta en población española*. *Revista digital*. Universidad de La Rioja, España. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8453559>
- Moreira, M. (2019). *Aprendizaje significativo III*. Recuperado de https://www.if.ufrgs.br/public/tapf/tapf_v30n3.pdf
- Murciano Hueso, A., Gutiérrez Pérez, M., Martín Lucas, J. & Huete García, A. (2022). *Estudio sobre el perfil de uso y comportamiento de los jóvenes a través de las pantallas*. *Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa*, vol. 28, núm. 2. Universidad de Granada Valencia, España. Recuperado de <https://www.redalyc.org/journal/916/91673802005/91673802005.pdf>
- National Geographic (2023). *Cuántas horas diarias se aconseja que los niños pasen frente a una pantalla*. Recuperado de <https://www.nationalgeographicla.com/ciencia/2023/03/cuantas-horas-diarias-se-aconseja-que-los-ninos-pasen-frente-a-una-pantalla>

Pérez Porto, J. & Gardey, A. (2023). *Definición de aprendizaje*. Recuperado de <https://definicion.de/aprendizaje/>

Pozo, J. (2008). *Aprendices y maestros: La Psicología cognitiva del aprendizaje*. Cap 3. Los rasgos de un buen aprendizaje. Editorial Alianza.

Quispe Ancco, M. & Contreras Martínez, D. (2020). *Revisión narrativa sobre uso de la tecnología y salud mental en adolescentes*. Recuperado de <https://repositorio.upeu.edu.pe/items/d5099eee-0d0e-4cbb-9cf2-3025d3d67770>

Ramos Enriquez, M. (2016). *Exposición a pantallas en la actualidad*. Trabajo de fin de grado. Universidad de Sevilla. Facultad de Farmacia. Recuperado de <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/50470/Ramos%20Enr%C3%A1quez%2C%20Manuel.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Real Academia Española (2023). Diccionario de la lengua española. *Significado de aprendizaje*. Recuperado de <https://dle.rae.es/aprendizaje>

Real Academia Española (2023). Diccionario de la lengua española. *Significado de pantalla*. Recuperado de <https://dle.rae.es/pantalla>

Reiman, M. (s/f). *Tiempo en pantallas*. Recuperado de <https://www.chicos.net/wiki/tiempo-en-pantallas>

Ruíz Olivares, R., Casas, J., Lucena, V. & Aguilar Yamuza, B. (2024). *Propiedades Psicométricas de la “escala de percepción del riesgo del uso de la tecnología para niños y adolescentes”*. Recuperado de

https://helvia.uco.es/bitstream/handle/10396/27842/10.Ruiz_32-1Es.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Santos, A. (2024). *Relación entre el uso de pantallas y el desarrollo cognitivo de los niños y las niñas durante los primeros años de vida entre 2 y 5 años en un jardín de infantes de San Miguel, Bs. As.* Trabajo de investigación. Universidad de Flores, Buenos Aires, Argentina.

Recuperado de

<https://repositorio.uflo.edu.ar/entities/trabajo%20final%20integrador/dbb6890c-f6d5-4c99-80f4-b64bd4ffca6f>

Secretaría de Salud (2015). *¿Qué es la adolescencia?* Gobierno de México.

Recuperado de <https://www.gob.mx/salud/articulos/que-es-la-adolescencia#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20es%20la%20adolescencia%3F,-Centro%20Nacional%20para&text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la,de%2015%20a%2019%20a%C3%B1os>.

Sociedad Argentina de Pediatría. (2020). *Guía de uso de pantallas para las familias*. Recuperado de <https://www.sap.org.ar/comunidad-novedad.php?codigo=302>

Soto Torres, R., Escalona Ramírez, B., Torres Hernandez, L., Pardo Caballero, D. y Caballero Laguna, R. (2020). *Uso de pantallas digitales y su impacto en el ritmo circadiano de los adolescentes*. Recuperado de <https://revestusalud.sld.cu/index.php/estusalud/article/view/17/27>

Unicef (2020). *Pantallas en casa: Guía para acompañar a las familias en el uso de internet*. Recuperado de

[https://www.unicef.org/panama/media/4386/file/Pantallas%20en%20Cas
a.pdf](https://www.unicef.org/panama/media/4386/file/Pantallas%20en%20Cas
a.pdf)

Unicef Uruguay (2020). *¿Qué es la adolescencia?* Recuperado de

[https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/que-es-la-
adolescencia?utm_term=&utm_campaign=Comunicaci%C3%B3n+Instit
ucional+-
+Search&utm_source=adwords&utm_medium=ppc&hsa_acc=91693315
21&hsa_cam=1581333085&hsa_grp=114392993211&hsa_ad=4746963
13375&hsa_src=g&hsa_tgt=dsa-
542920456729&hsa_kw=&hsa_mt=&hsa_net=adwords&hsa_ver=3&qad
_source=1&qclid=CjwKCAjwmaO4BhAhEiwA5p4YLYc53n4h4MqDZnYtc
Gt71iRAcqEVfVAiNbKTo4QtKUE3bKbSv4vemhoC3gQQAvd_BwE](https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/que-es-la-
adolescencia?utm_term=&utm_campaign=Comunicaci%C3%B3n+Instit
ucional+-
+Search&utm_source=adwords&utm_medium=ppc&hsa_acc=91693315
21&hsa_cam=1581333085&hsa_grp=114392993211&hsa_ad=4746963
13375&hsa_src=g&hsa_tgt=dsa-
542920456729&hsa_kw=&hsa_mt=&hsa_net=adwords&hsa_ver=3&qad
_source=1&qclid=CjwKCAjwmaO4BhAhEiwA5p4YLYc53n4h4MqDZnYtc
Gt71iRAcqEVfVAiNbKTo4QtKUE3bKbSv4vemhoC3gQQAvd_BwE)

Universidad de San Martín. Escuela de Humanidades. (2022). *Intervenciones*

psicopedagógicas en adolescentes II: abordajes con instituciones

educativas. Curso de posgrado. Presentación del curso. Recuperado de

[https://www.unsam.edu.ar/escuelas/eh/688/humanidades/intervenciones
-psicopedagogicas-adolescentes](https://www.unsam.edu.ar/escuelas/eh/688/humanidades/intervenciones
-psicopedagogicas-adolescentes)

Anexo

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Formulario de consentimiento informado (a padres de adolescentes entrevistados)



<u>FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO</u>	
<p>Nos ha sido explicado que los miembros de la Facultad de Psicología de UFLO Universidad, desean conocer información para su tema de investigación, cuya finalidad es conocer e indagar sobre <i>“El impacto del uso excesivo de las pantallas en el aprendizaje de adolescentes de 13 a 17 años en un colegio secundario de Los Polvorines”</i></p> <p>Autorizo la participación de mi hijo/a..... en la investigación, la cual consiste en responder con sinceridad a la administración de los cuestionarios que se le entregarán en el marco de la investigación.</p> <p>La participación es voluntaria y en cualquier momento puede dejar sin efecto la presente autorización, retirándose del presente acto.</p> <p>Se me ha dicho que sus respuestas u opiniones serán confidenciales y sólo de conocimiento para el equipo de investigación, resguardando nuestra privacidad y los resultados no serán ligados a nuestra información que se coloca al pie del presente consentimiento.</p> <p>Asimismo, se me ha explicado que los resultados globales de la investigación serán presentados en la Facultad de Psicología de UFLO Universidad y que podrán ser expuestos también en congresos y/o publicados en revistas científicas preservándose siempre mi identidad, conforme a la ley 25.326.</p> <p>Entiendo que los resultados de la investigación nos serán proporcionados si los solicitamos y que en caso de que se tenga alguna pregunta acerca del estudio o sobre sus derechos a participar en el mismo, podemos contactar a la Secretaría de Investigación y Desarrollo UFLO, a sinvestydes@uflo.edu.ar.</p>	
<p>Habiendo comprendido lo que se me ha explicado, acepto su participación en este trabajo de investigación.</p>	
Firma:	Firma Profesional Informante:
Aclaración:	Aclaración:
DNI:	DNI:
Fecha:	Protocolo N°:

Arq. Ruth
Fische
Rectora
UFLO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Formulario de consentimiento informado (a docentes)



FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Me ha sido explicado que los miembros de la Facultad de Psicología de UFLO Universidad, desean conocer información para su tema de investigación, cuya finalidad es conocer e indagar sobre *“El impacto del uso excesivo de las pantallas en el aprendizaje de adolescentes de 13 a 17 años en un colegio secundario de Los Polvorines”*

Mi participación en la investigación consiste en responder con sinceridad a la administración de los cuestionarios que se me entregarán en el marco de la investigación.

La participación es voluntaria y en cualquier momento puedo dejar sin efecto la presente autorización, retirándome del presente acto.

Se me ha dicho que mis respuestas u opiniones serán confidenciales y sólo de conocimiento para el equipo de investigación, resguardando mi privacidad y los resultados no serán ligados a mi información que se coloca al pie del presente consentimiento.

Asimismo, se me ha explicado que los resultados globales de la investigación serán presentados en la Facultad de Psicología de UFLO Universidad y que podrán ser expuestos también en congresos y/o publicados en revistas científicas preservándose siempre mi identidad, conforme a la ley 25.326.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que en caso de que se tenga alguna pregunta acerca del estudio o sobre sus derechos a participar en el mismo, podemos contactar a la Secretaría de Investigación y Desarrollo UFLO, a sinvestydes@uflo.edu.ar.

Habiendo comprendido lo que se me ha explicado, acepto su participación en este trabajo de investigación.

Firma:

Firma Profesional Informante:

Aclaración:

Aclaración:

DNI:

DNI:

Fecha:

Protocolo N°:

Arq. Ruth
Fische
Rectora
UFLO