

Déficit atencional y las pantallas

Impacto en los jóvenes

Presentado por: Elena Espinoza, Rafael, Agustin Reyes





Introducción

Definiciones y conceptos clave

Trastorno por Déficit Atencional e Hiperactividad (TDAH): Es un trastorno mental que implica una combinación de problemas persistentes, principalmente dificultad para prestar atención, hiperactividad y una conducta impulsiva, y puede llevar a problemas sociales, estudiantiles o laborales, de autoestima, entre otros.

Abuso de pantallas: Sobreexposición a dispositivos electrónicos, en este caso desde temprana edad.

Contexto e importancia

Tras la cuarentena por COVID-19, es cada vez más frecuente ver a niños o jóvenes pasar tiempo frente a una pantalla, y algunas dificultades, como puede ser el aislamiento social o problemas de atención, provocados por esta sobreexposición se hacen cada vez más visibles.

Hoy en día es muy importante hablar de este tema, ya que podemos analizar y hacer una detección temprana de estos problemas, y así evitar que la tecnología se convierta en un factor negativo para nosotros.



Perfil de usuario

Valentina Torres

Quién es?

- Es una niña de 8 años.
- Vive con sus padres en Santiago, Chile.
- Tiene un hermano menor.
- Cursa 2° básico en un colegio privado.

Cómo es?

- Es más bien introvertida en el colegio, pero es extrovertida por mensajes.
- Suele distraerse fácilmente, especialmente en el colegio.
- Tiende a frustrarse cuando algo no le resulta.

Momentos de Quiebre

- Cuando sus padres le quitan el teléfono/tablet.
- Cuando recibe una mala calificación.

Estados de ánimo

- Aburrimiento
- Confusión
- Frustración
- Determinación
- Resignación

Entrevista

AFIRMACIONES

1. Se llama Esperanza (1)
2. Tiene 10 años (1)
3. Va en 4° medio (2)
4. Ha ido a una protesta estudiantil (2)
5. tiene 18 años (2)

JUICIOS

1. Le gusta el verde (1)
2. Le encanta historia (1)
3. No le gustan los olores fuertes (1)
4. Detesta las injusticias (2)
5. Se considera alguien gruñón (2)

Se realizarón multiples entrevistas a alumnos y profesores, donde se escogieron dos para usarlas de ejemplos.

Entrevistado (1)

Entrevistado (2)

Hallazgos

Conclusiones Entrevistas

Tiempo en pantalla

La mayoría de nosotros, incluyendo a nuestros entrevistados, tenemos un promedio diario de cerca de 3 horas diarias, o mas; lo que podría considerarse criterio de adicción, de acuerdo a algunos psiquiatras.

Impacto Escolar

El impacto en la vida escolar varía entre personas, algunas afirmaron tener mayor dificultad de aprendizaje, y otras mayor dificultad en el área social.

Percepción de Familia

Algunas familias de los entrevistados comentaron tener dificultad para relacionarse con ellos, ya sea por falta de atención del menor, o falta de interés por interactuar sin una pantalla.

Nuestra propuesta

Nuestra propuesta consiste en la realización de talleres a cargo de profesionales de cada recinto educacional, dirigidos tanto a los alumnos (especialmente entre los 7 y 12 años), a los miembros del profesorado y los apoderados de dichos alumnos.

Se implementó que este programa sea para adultos también

Objetivos de Aprendizaje

Alumnos

- Peligros del Internet.
- Maneras seguras de navegar por la web.
- No buscar eliminar las pantallas, más bien enseñarles a ocuparlas correctamente

Profesores

- Enseñanza en épocas digitales.
- Cómo incorporar la tecnología al aprendizaje.
- Cómo abordar problemas digitales (Ej.: Cyberbullying)

Apoderados

- Peligros y prevención de estos.
- Métodos de Control Parental.
- Incorporación de forma activa a la crianza digital.

REFERENTES

1. **Singapur** = Implementó un programa nacional llamado “Screen Smart From The Start”.
2. **Suecia** = Implementó guías oficiales de tiempo de pantalla por edad .
3. **Australia** = Implementó guías nacionales y campañas educativas .
4. **China** = Implementó límites legales al uso de videojuegos .

Nuestro proyecto se inspiró principalmente en Australia, ya que consideramos que una forma mas precisa de regulación podría partir desde el colegio.

Opiniones / Recomendaciones:

Opinión 1

"Me parece una propuesta bastante decente, ya que últimamente se ha diagnosticado a mucha gente con ese tipo de condiciones y si este fuera un proyecto real yo creo que tendría un muy buen resultado".

Opinión 2

"Lo encuentro un proyecto interesante y capaz de ayudar bastante a la sociedad, pero también creo que sería mucho mas eficiente si no solo fuera para los colegios".

Recomendaciones

- Que este programa sea para toda edad

"Porqué los adultos también necesitan regulación"

- Que sea un proyecto a nivel nacional
- Que el proyecto no sea solo para el colegio

Conclusión

Nuestro proyecto consiste en un apoyo y regulación de pantallas en personas de todo tipo de edad para poder controlar y mejorar la calidad de aprendizaje de las personas.