



# Estimados(as) Apoderados(as) del Colegio Andes de Talca.

Saludos cordiales a todos a ustedes, me presento soy María Alicia Bravo, psicóloga con más de 10 años de experiencia en el área educativa e infanto-juvenil y este año 2024 me incorporo al grupo de profesionales del colegio al servicio del proceso de aprendizaje de sus hijos(as).

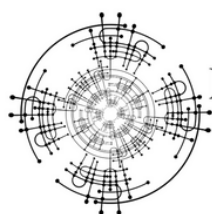
En esta ocasión, vengo a compartir junto a ustedes información con respecto a la oportunidad de dar a los niños, niñas y adolescentes un espacio libre de pantallas durante el horario escolar. El colegio ha considerado relevante implementar una iniciativa para generar un espacio libre de pantallas durante la jornada escolar, frente a evidencia sobre los efectos de su excesivo uso. Investigaciones señalan que el celular capta la atención de forma automática, requiriendo un esfuerzo adicional para controlar el impulso de revisarlo (Ward et al., 2017). Su sobreexposición también afecta negativamente dimensiones claves del proceso formativo, como la sociabilización (CNTV, 2017), la atención sostenida y el rendimiento académico (Zapata et al., 2021). Según un estudio local, los escolares pasan un promedio de 5 a 6 horas diarias ante pantallas, existiendo diferencias de género en el tipo de uso. Quienes exhiben mayor exposición presentan notas más bajas en ramos claves y dificultades atencionales en clases (Zapata et al., 2021).

Es en este contexto que el colegio ha dispuesto la presente estrategia, buscando entregar a sus hijos un espacio de aprendizaje saludable, que equilibre los beneficios tecnológicos con el fortalecimiento de habilidades socioemocionales y cognitivas fundamentales.

Por lo anterior, los invito cordialmente a considerar y respaldar esta iniciativa, que vela por la formación integral y bienestar de todos los estudiantes.

Agradeciendo desde ya su apoyo y compromiso con esta causa.

Me despido Atentamente,



**M. Alicia Bravo Gaete**

Psicóloga