

Deslizando hasta el cansancio: una experiencia para pensar el uso de redes sociales

Eje temático: Soberanía tecnológica y educación

Guerrero Matías Eugenio, Profesor de geografía y facilitador de educación digital.

Mail: meg271@abc.gob.ar

Distrito y región: Baradero, región 12

Instituciones involucradas: ES N°1, ES N°8, ES N°9

Resumen: Esta experiencia nació junto a mi equipo territorial, ante la preocupación por el impacto de las redes sociales en la vida de los jóvenes. Diseñamos una actividad de sensibilización para estudiantes secundarios, abordando los efectos emocionales y conductuales del uso excesivo del celular. En una primera intervención con un curso de 4º año, inicié la dinámica sin saludar y simulando estar concentrado con mi celular, generando desconcierto. Luego, fingí ser un neurólogo exalumno, y comenzamos una charla sobre síntomas comunes vinculados al uso intensivo de redes. A través de una dinámica de envío de fotos al azar, visibilicé cómo compartimos información personal sin cuestionarlo. Esto sirvió de base para reflexionar sobre los intereses detrás de las plataformas digitales, la ingeniería social, la seguridad en internet y la huella digital. Finalmente, revelé mi verdadera identidad como docente, lo que generó sorpresa y conciencia sobre la confianza depositada en desconocidos. Cerré relacionando su reacción inicial con lo que vivimos los docentes al ser ignorados por el uso del celular en clase. La propuesta impactó profundamente, fue valorada por la institución y replicada en otras escuelas, reafirmando el valor de promover el pensamiento crítico y la responsabilidad digital.

Palabras clave: sensibilización, sobre exposición digital, pensamiento crítico, ciberseguridad.

Descripción general

La experiencia se desarrolló en el marco de una iniciativa del equipo territorial ante una problemática cada vez más presente en las aulas: la sobreexposición de nuestras juventudes (y los no tan jóvenes) a redes sociales y dispositivos móviles, y su impacto en la vida emocional, social y cognitiva de los y las estudiantes. La propuesta apuntó a generar un espacio de sensibilización, cuestionamiento y reflexión crítica sobre el uso cotidiano del celular, los mecanismos que operan detrás de las plataformas digitales y la forma en que afectan nuestras decisiones, relaciones y autoestima. Dirigida a estudiantes de nivel secundario, la experiencia buscó no solo transmitir información, sino interpelar, provocar y movilizar. Todo estuvo orientado desde una lógica pedagógica que pone en el centro el pensamiento crítico, la responsabilidad digital y el autocuidado como competencias claves para el presente.

Desarrollo y análisis

La experiencia fue ideada colectivamente, en diálogo con docentes, equipos de orientación y directivos, a partir de un diagnóstico común: el uso excesivo del celular durante la jornada escolar dificulta los procesos de enseñanza-aprendizaje y tiene efectos visibles en el bienestar emocional de los estudiantes. Se advertía, además, una fuerte normalización del vínculo con las redes, con escaso cuestionamiento sobre los contenidos que consumen y el tiempo que les dedican. Frente a este panorama, buscamos una estrategia que no apelara a la simple llamada de atención, sino a una vivencia directa que generara impacto. Diseñamos una dinámica con un enfoque experimental, disruptiva en su planteo, pero profundamente pedagógica en su intencionalidad. El ingreso al aula fue deliberadamente extraño: sin saludar, me senté con el celular en la mano y pasé cinco minutos ignorando al grupo. Durante ese tiempo, observé con atención cómo se generaba un clima de incomodidad y desconcierto. Fue una manera de hacerles sentir, en carne propia, el efecto de ser ignorados por una pantalla, algo que vivimos a diario los docentes en clase. Al romper el silencio, me presenté —intencionadamente— como un médico neurólogo y exalumno de la institución. Este recurso no fue un engaño gratuito: tuvo un propósito claro dentro del enfoque experimental. Queríamos mostrar cuán fácilmente podemos depositar confianza y compartir datos personales con alguien cuya identidad no verificamos, y cómo esto puede suceder incluso en un entorno que percibimos como seguro. A los pocos minutos, los y las estudiantes comenzaron a enviarme fotos desde sus celulares, sin dudar.

Con ese insumo iniciamos un trabajo de análisis: cómo las imágenes digitales contienen metadatos, cómo revelan no solo lo que mostramos, sino también lo que dejamos ver sin querer —ubicaciones, vínculos familiares, pertenencias, horarios, etc.—. Mientras hablábamos, iba describiendo detalles de las fotos que me permitían "deducir" información personal. El aula se volvió un silencio total: estaban impactados. Fue entonces cuando revelé mi verdadera identidad como docente y les expliqué que todo había sido parte de una experiencia de aprendizaje. De inmediato dejé en claro que la intención no era ridiculizar ni exponer, sino enseñarles a protegerse. Les dije: "Esto fue una simulación. Les mostré lo fácil que es obtener información de ustedes, para que puedan estar más alerta, más conscientes, más cuidadosos." También conectamos esta experiencia con otras prácticas cotidianas: el "scroll infinito" nocturno, la comparación constante con modelos irreales de éxito y felicidad, el desgaste emocional que todo eso genera sin que lo notemos. En paralelo, introdujimos nociones de

infraestructura digital: cómo funciona internet, qué es realmente "la nube", qué hay detrás de una simple app de mensajería (ingeniería social). Buscamos desmitificar la idea de lo digital como algo inofensivo o mágico, y mostrarlo como un sistema complejo con intereses económicos, comerciales y tecnológicos muy definidos. La clase cerró con una última pregunta: "¿Qué sintieron cuando entré al aula y los ignoré con el celular?" Sus respuestas ("raro", "molesto", "desconcertante") permitieron trazar el puente final: "Eso mismo sentimos nosotros, los docentes, cada vez que intentamos dar clase y ustedes están distraídos con el celular."

Reflexiones finales

Lo que sucedió después confirmó el valor de este tipo de intervenciones. Al salir del aula, los estudiantes seguían murmurando, riendo nerviosamente, comentando entre ellos. El directivo de la institución se acercó a felicitarme, y poco tiempo después, otras escuelas comenzaron a solicitar esta misma actividad. El mayor logro fue haber generado una experiencia transformadora, que no solo transmitió contenidos, sino que sembró una semilla de cuestionamiento. El aprendizaje no se dio desde el discurso, sino desde la vivencia. Muchos estudiantes expresaron haberse sentido sorprendidos, incluso incómodos, pero comprendieron que el fin último era protegerlos, no vigilarlos ni controlarlos. En tiempos en los que el aula compite con las pantallas por la atención de los y las estudiantes, estas estrategias permiten recuperar algo esencial: el vínculo pedagógico, basado en la confianza, la sorpresa y el diálogo. Uno de los desafíos fue ético: jugar con una identidad falsa, aunque por un fin pedagógico, implicó una responsabilidad. Por eso, el diseño de la experiencia incluyó siempre un momento de explicación y contención, donde se aclaró que no se trataba de un experimento con fines evaluativos, sino de una herramienta de aprendizaje para su cuidado personal. Hoy más que nunca, como docentes, debemos animarnos a explorar nuevas formas de educación digital, que no se limiten al uso instrumental de la tecnología, sino que promuevan el **pensamiento crítico, el autocuidado, la conciencia sobre la huella digital y la construcción de ciudadanía digital**. Esta experiencia fue una muestra de que es posible hacerlo, y que vale la pena intentarlo.