

¿Educar o prohibir?

Jesús Amaya

El Norte

(10 agosto 2025)

He tenido la oportunidad de ser maestro universitario por cerca de 45 años en México y Estados Unidos y nunca había tenido dificultad para enganchar y comprometer en el aprendizaje a mis alumnos, excepto en estos últimos cinco años.

Observo, con gran preocupación, que el uso del celular sin fines académicos se ha convertido en una práctica constante en los salones de clase. No me refiero al mal uso de la tecnología en niños o adolescentes, sino en adultos que, siguiendo su vocación, eligieron voluntariamente una carrera profesional que les apasiona y da sentido a su vida.

Sin embargo, nos enfrentamos a una generación de estudiantes universitarios que,

en muchos casos, son incapaces de autorregularse y tomar buenas decisiones en el uso saludable de la tecnología. Este fenómeno, aparentemente inofensivo, está generando un silencioso pero profundo deterioro en los procesos de atención, comprensión, memoria y rendimiento académico.

En un estudio exploratorio que realicé el semestre pasado con estudiantes universitarios, encontré que el 93 por ciento usa su celular con fines no académicos durante las clases, y más del 50 por ciento lo hace entre seis y 10 veces por sesión, dedicando entre 10 y 20 minutos por clase a redes sociales, mensajes o juegos.

Pero el dato más preocupante no es sólo la frecuencia, sino la naturalización del comportamiento: los alumnos lo hacen por costumbre, aburrimiento o ansiedad, y no son plenamente conscientes de su impacto.

Estos hallazgos se presentan en mi libro más reciente: Desconectados de clase.

¿Educarlos o prohibirlos?, que analiza el uso recreativo de la tecnología en clases universitarias. Este patrón no es exclusivo de México: en países como Corea del Sur, Canadá o Finlandia, las estadísticas coinciden: el uso de celulares con fines no académicos en el aula es una práctica generalizada y perjudicial.

Desde la neurociencia, sabemos que el cerebro humano no está diseñado para realizar dos tareas cognitivas complejas al mismo tiempo. Cada vez que un estudiante salta de la explicación del maestro a una notificación en su celular, incurre en un "costo atencional" que daña su comprensión y le hace perder el hilo de la clase.

¿Y qué ocurre con el docente? El impacto no es menor. Profesores de todo el mundo reportan sentirse ignorados, frustrados y desmotivados cuando sus estudiantes están

más atentos al celular que a la clase. Esta desatención no sólo daña el clima del aula, sino que erosiona la vocación docente y acelera la renuncia profesional.

La solución no es únicamente prohibir. Aunque las políticas de restricción parcial han demostrado mejoras en el rendimiento académico, lo esencial es educar en autorregulación.

El libro Desconectados de clase. ¿Educarlos o prohibirlos? invita a abrir este debate. No se trata de satanizar la tecnología, sino de comprender sus efectos reales sobre el aprendizaje y formar jóvenes capaces de gobernarse a sí mismos en una era de hiperconectividad digital. Porque, como lo demuestra la evidencia, quien no controla su atención, no controla su mente. Y sin mente atenta, no hay educación posible.

familia21@elnorte.com

DERECHOS RESERVADOS

