NACIONAL

Alerta SEP por impacto de celulares en concentración y aprendizaje; jóvenes reciben 237 notificaciones al día

10 de agosto de 2026 · 3 min de lectura



El titular de la Secretaría de Educación Pública (SEP), Mario Delgado, informó que las y los jóvenes reciben en promedio 237 notificaciones al día en sus teléfonos celulares, es decir una alerta cada cuatro minutos durante el día, de acuerdo con un estudio realizado entre adolescentes de Estados Unidos.

Durante la Mañanera del Pueblo de este 10 de agosto, el funcionario explicó que esta cantidad de alertas representa una interrupción constante de la atención de niños y jóvenes, particularmente durante el horario escolar, y después de una distracción un estudiante puede tardar hasta 20 minutos en volver a concentrases en lo que estaba aprendiendo.

Asimismo, indicó que las y los docentes representan la primera línea de batalla por la atención frente a cuatro desafíos principales: sostener el enfoque en el aula, enseñar ante la inmediatez digital, gestionar conflictos que nacen en las redes e integrar la tecnología con sentido pedagógico.

Por su parte, la pedagoga y doctora por la UNAM, Yareni Annalie Domínguez Delgado, señaló que la inmediatez digital fragmenta los procesos cognitivos profundos, desplazando el pensamiento crítico hacia una hiperatención rápida, superficial y con baja tolerancia a la frustración.

Explicó que el desafío pedagógico de nuestro tiempo no consiste únicamente en enseñar, sino en utilizar sabiamente la tecnología y formar personas capaces de cuestionar, de debatir y de pensar con profundidad.

Para enfrentar esta problemática, propuso avanzar de una alfabetización instrumental hacia una competencia mediática crítica que devuelva a los estudiantes la autonomía sobre su atención. Entre las medidas planteadas destacan:

- **Recuperar la atención y la reflexión:** Crear estrategias activas frente a la inmediatez de pantallas y dispositivos.
- **Fortalecer los vínculos humanos:** Priorizar el diálogo, el cuidado mutuo y la pausa necesarios para el verdadero aprendizaje, más allá de solo apagar pantallas.
- **Desarrollar habilidades críticas:** Capacitar al estudiantado para navegar en la red, identificar la desinformación y detectar el sesgo algorítmico.
- **Transformar el aula:** Convertir el espacio escolar en un entorno armónico donde la pedagogía basada en la justicia social y el cuidado humano prevalezca sobre la métrica de datos.

En este mismo sentido, Sandra Ortega Rivero, licenciada en Educación Primaria, detalló el impacto del uso excesivo de pantallas e internet en la infancia desde la experiencia docente.

Advirtió que la sobreexposición digital afecta el descanso, la concentración y el desempeño escolar de los alumnos, al tiempo que incrementa la frustración, disminuye la tolerancia en las aulas y limita las habilidades de comunicación entre la niñez. Ortega Rivero alertó que esta dinámica suele sustituir la convivencia familiar, debilitando los vínculos afectivos entre madres, padres e hijos.

Finalmente, destacó que uno de los mayores retos de nuestra época es brindar a niñas y niños tiempo de calidad para mirar al otro, conversar, descubrir y aprender sin prisa, y señaló que la escuela debe seguir siendo ese lugar fundamental de encuentro, diálogo y desarrollo humano.

Publicado en Punto de Referencia. Dirección original: https://puntodereferencia.mx/nacional/alerta-sep-por-impacto-de-celulares-en-concentracion-y-aprendizaje-jovenes-reciben-237-notificaciones-al-dia
Descargado el 22 de noviembre de 2026.