



contento con su vida y un 45% confía en lograr sus metas. Pero el dato más elocuente es que solo el 18% se siente cercano a sus profesores.

Demasiados adolescentes transitan esta etapa en soledad, desconectados de los adultos que los rodean. ¿Cuánto de esta desconexión influye en el deterioro de su salud mental?

El gran desafío no es solo aprender a regular el uso de redes sociales, sino reconstruir los vínculos entre adolescentes y adultos.

ALEJANDRA IBIETA

Fundación ama+ para el Desarrollo Socioemocional

“Adolescencia”

Señor Director:

La serie “Adolescencia”, ampliamente comentada en su edición de ayer, retrata con crudeza la brecha generacional entre adultos y adolescentes, como en su momento lo hizo “13 Reasons Why”. Ambas series son imprescindibles para padres y profesores.

Es posible que hoy esta brecha sea aún mayor, pues los jóvenes crecen rodeados de tecnologías y accesos a información sin precedentes. Los adultos, en cambio, luchamos por comprender sus códigos, sus comportamientos e incluso su sentido del humor.

El deterioro de la salud mental adolescente parece estar relacionado con la irrupción de las redes sociales, aunque el mecanismo exacto aún no está claro. Sin duda, la regulación es necesaria, pero ¿realmente podemos proteger a los jóvenes solo prohibiendo o regulando los celulares?

Supongamos que encontramos una tecnología hipersegura que nos permita regular por completo el uso de redes sociales en menores de edad. ¿Resolvería esto los problemas de la adolescencia?

Más que control, los adolescentes necesitan propósito. Cuando lo encuentran, florecen y desarrollan sus capacidades en función de metas a largo plazo. Para ello, requieren adultos que no se escandalicen por sus gustos y opiniones, sino que sepan guiar con afecto su intensa emocionalidad y su ansia de autonomía.

El año pasado, aplicamos el Barómetro Socioemocional a 1.273 adolescentes de séptimo básico a cuarto medio. Los resultados hablan por sí solos: solo el 51% se siente positivo frente a su futuro, apenas el 48% está