

el sistema aún no comprende.

**Mónica Retamal**

Directora ejecutiva de Kodea

## SALUD MENTAL DE ADOLESCENTES

SEÑOR DIRECTOR:

La reveladora serie Adolescencia ha generado un intenso debate sobre el uso y abuso de las redes sociales y su impacto en la salud mental de los y las adolescentes.

La serie se centra en un escolar de 13 años que pertenece a la Generación Alpha (2010-2024), la que ha crecido utilizando las redes sociales y las pantallas táctiles tanto para aprender y como para entretenerse y socializar. Esta generación maduró más rápido que las anteriores y sus miembros se sienten cómodos creando contenidos y habitando este mundo que contiene casi todo lo que les resulta estimulante.

Muchos de ellos tienen un consumo digital descontrolado, y pese a que de a poco vemos avances en los acuerdos sociales de regulación entre apoderados y comunidades educativas, como reacción evidente frente a la evidencia científica del efecto nocivo que produce en el desarrollo cerebral ("más ansiosos, deprimidos o propensos a dañarse", Jonathan Haidt, 2024), estamos lejos de realmente hacer cargo del gigante desafío que tiene la educación frente a estos seres humanos hiperdigitales.

Restringir y regular el acceso es sin duda uno de los caminos evidentes, sobre todo a edades más tempranas, pero la dificultad para los padres y docentes que luchan por limitar el uso de pantallas es inabordable cuando además es evidente que los formatos escolares tradicionales están completamente alejados de la realidad que habitan estos hijos de la Inteligencia Artificial.

La respuesta es compleja y multifactorial, pero una parte significativa es repensar radicalmente la educación. Necesitamos formatos escolares que no le den la espalda al mundo digital, sino que lo integren con sentido, propósito y humanidad. Si no lo hacemos, seguiremos perdiendo a generaciones que habitan un presente que