



“DESCONECTATE PARA CONECTAR”

Dpto. Psicopedagógico

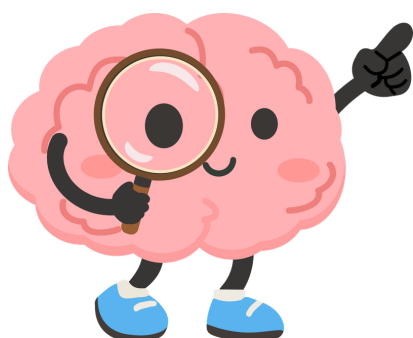


El desarrollo de la primera infancia es un viaje maravilloso y complejo. Como equipo educativo, nuestra meta es acompañarles en este proceso, brindándoles información de valor que fortalezca el crecimiento integral de sus hijos.

Sabemos que, en la dinámica diaria, gestionar el tiempo y las responsabilidades puede ser un reto. En ocasiones, el uso de dispositivos digitales puede parecer una solución inmediata para obtener momentos de calma necesarios para otras tareas.

Por eso queremos compartir información relevante sobre cómo el entorno digital impacta el desarrollo neurológico de nuestros niños, y por qué fomentar espacios de "desconexión" es uno de los mejores regalos que podemos ofrecerles.

A esta edad, el cerebro de su hijo se está cableando a una velocidad asombrosa. Las pantallas ofrecen una estimulación visual y auditiva extremadamente rápida e intensa que "inunda" el cerebro de dopamina, la hormona asociada al placer inmediato.





“DESCONECTATE PARA CONECTAR”

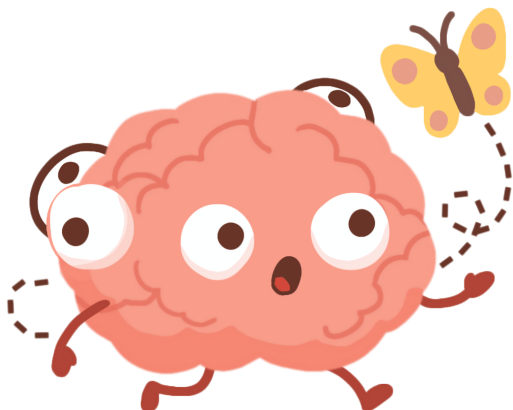
Dpto. Psicopedagógico



¿Cuál es la repercusión de esto?

Cuando un cerebro en desarrollo se acostumbra a esta alta velocidad y gratificación digital, el mundo real puede empezar a parecerle monótono y lento. A largo plazo, esto puede generar:

Menor tolerancia a la frustración: Les resulta mucho más difícil esperar su turno o aceptar un "no".



Dificultad para concentrarse: El cerebro se adapta a estímulos que cambian cada dos segundos, reduciendo la capacidad de prestar atención sostenida en la escuela o en actividades físicas

Retrasos en el lenguaje: El cerebro aprende a hablar y comunicarse a través de la interacción directa con personas, no escuchando pasivamente una pantalla.





“DESCONECTATE PARA CONECTAR”

Dpto. Psicopedagógico



Mamá, papá... ¡me aburro!

La reacción automática de muchos adultos ante el aburrimiento de los niños es proporcionarles una pantalla para mantenerlos ocupados. Sin embargo, la neurociencia nos indica algo fundamental: el aburrimiento es la semilla de la creatividad.



Cuando un niño se aburre y no tiene acceso inmediato a una pantalla, su cerebro entra en un "modo de reposo activo". Para salir de ese estado, se ve motivado a:

:Imaginar y crear: Un objeto simple se transforma en un juguete lleno de posibilidades.

Resolver problemas: Aprende a buscar soluciones por sí mismo para entretenerse, desarrollando su autonomía.

Regular sus emociones: Aprende a tolerar la incomodidad de no tener una actividad externa, una habilidad vital para su futuro.



“DESCONECTATE PARA CONECTAR”

Dpto. Psicopedagógico



Lo mejor que puedes darle es tu presencia...

El uso adecuado de la tecnología no solo aplica a los niños; también es un reto para nosotros como adultos. Los niños de esta edad aprenden a interpretar el mundo observando nuestros ojos y rostros.

Cuando estamos físicamente presentes con ellos, pero nuestra atención está en el celular, el niño puede recibir el mensaje silencioso de que lo que ocurre en el dispositivo es más importante que él.

Compartir tiempo de calidad sin el celular cerca les ofrece beneficios invaluables:

1. Mirada atenta: Sentirse mirados les brinda seguridad emocional, y calma su sistema nervioso.
2. Conversación real: El diálogo cara a cara y la interacción verbal son los verdaderos activadores de las áreas cerebrales responsables del lenguaje y la empatía.
3. Un modelo a seguir: Si observan que nosotros podemos priorizar la conexión humana sobre el teléfono, ellos aprenderán a integrar este hábito en sus vidas.

"La tecnología es una herramienta poderosa, pero no debe reemplazar la conexión humana. Te invitamos a reflexionar sobre el uso que le das a las pantallas en tu hogar y a buscar un equilibrio que priorice el bienestar de tu familia. ¡Pequeños cambios pueden marcar una gran diferencia en el desarrollo y la felicidad de tu hijo!"