

## ESCUELA Y COVID

# Claes online y sus efectos negativos: ¿A esto lo llaman normalidad?

EDUCACIÓN

26\_11\_2020



**Roberto  
Marchesini**



Por fin tenemos algunos datos que nos permiten responder a una pregunta importante: ¿Cuáles son los efectos del encierro y de la educación online en los niños y jóvenes?

**Empecemos con una reciente investigación de Gaslini de Génova** realizada en

6.800 sujetos en toda Italia, de la que se desprende que “en el 65% de los menores de seis años y el 71% de los mayores de 6 años, respectivamente, han surgido problemas de comportamiento y síntomas de regresión. En lo que respecta a los niños menores de seis años, los trastornos más frecuentes fueron el aumento de la irritabilidad, los trastornos del sueño y los trastornos de ansiedad (inquietud, ansiedad por separación). En los niños y adolescentes (de 6 a 18 años de edad) los trastornos más frecuentes se refieren al ‘componente somático’ (trastornos de ansiedad y formas somáticas como la sensación de falta de aire) y a los trastornos del sueño (dificultad para dormirse, dificultad para despertarse para empezar las lecciones en casa)”.

**Es importante señalar que “dificultad para dormirse, dificultad para despertarse”** se asocian generalmente a tendencias depresivas, mientras que los “trastornos del sueño” se consideran ahora como tipos de exposición prolongada a las pantallas electrónicas. De hecho, el movimiento, los colores fuertes, la luz violenta y las ondas electromagnéticas alteran los ciclos circadianos, reactivando el cuerpo. Volviendo a los niños de 6 a 18 años, “se ha observado una alteración significativa del ritmo de sueño con una tendencia al ‘retraso de fase’ (adolescentes que se acuestan mucho más tarde y no pueden despertarse por la mañana), como en una especie de *jet-lag* doméstico. También se ha observado en esta población de edad avanzada una mayor inestabilidad emocional con irritabilidad y cambios en el tono del humor”.

**Se ha realizado un estudio a nivel mundial** que ha constatado la aparición de una serie de actitudes causadas por el encierro en niños de 6 a 18 años de edad: incertidumbre, miedo y aislamiento; trastornos del sueño, pesadillas, falta de apetito, agitación, inatención (no desatención, sino inatención) y ansiedad por la separación.

**En Escocia, el encierro parece haber causado** síntomas similares al TEPT (trastorno de estrés postraumático), generalmente causados por un acontecimiento traumático, catastrófico o violento. Típicamente, el TEPT es el síndrome que sufren los soldados involucrados en duros combates. Además de esto, se ha detectado estrés, preocupación, ansiedad y soledad. En Francia: estrés, depresión y ansiedad.

**A todo esto hay que añadir los daños**, no detectados experimentalmente, causados por la falta de deporte y movimiento, elementos fundamentales para un desarrollo psicofísico equilibrado de los niños; y la privación de sol y aire libre. También sabemos la importancia del grupo de iguales en el desarrollo de los menores; pero aún no podemos decir cuáles serán las consecuencias de su privación.

**Centrémonos ahora en la docencia online.** Tiene lugar a través de un dispositivo

(ordenador, *tablet* o teléfono móvil) y puede ser transmitido en directo o grabado. Yo mismo estoy experimentando con esta forma de enseñanza y puedo asegurar que el tiempo de atención, comparado con el modo presencial disminuye dramáticamente en la versión en directo (así que imaginémosnos con la grabada). Si añadimos las dificultades técnicas relacionadas con la conexión, el “aguante” de los programas y la funcionalidad de los dispositivos periféricos (*webcam*, micrófonos, auriculares...), podemos hacernos una idea del nivel de esta forma didáctica. Sin mencionar las bromas (“Profesor, ¿no se escucha!”) y la constante presencia de los padres.

**Como si todo esto no fuera suficiente**, tenemos que añadir a esta incomodidad también los efectos del uso de los dispositivos de medios de comunicación durante muchas horas al día (algo ya nos ha dicho la investigación de Gaslini). La revista *Italian Journal of Pediatrics* ha publicado un reportaje sobre la investigación relativa al uso de estos dispositivos en niños menores de seis años. El resultado es una importante reducción de las puntuaciones en matemáticas y atención, con una importante pérdida de eficiencia. También tenemos: obesidad, sedentarismo, conductas alimenticias dañinas, dolores de cabeza, problemas de cuello y hombros; trastornos del sueño (de los que ya hemos hablado); daños oculares (fatiga, irritación y sequedad de los ojos); y una interacción reducida entre los niños y los padres. Todo esto, como hemos dicho, concierne a los niños de preescolar; así que ¿por qué no deberían estos efectos afectar a los niños en edad escolar que usan la enseñanza online?

**Por lo que sé, muchos padres pueden confirmar** todo lo que la investigación ha detectado. En resumen: el panorama es preocupante, por no decir dramático. Los padres aceptan todo esto porque están convencidos de que es un sacrificio temporal, esperando volver a la normalidad: las clases presenciales, los juegos, las relaciones, el aire libre y el movimiento saludable. No quiero decepcionar a nadie, pero los medios de comunicación, al principio de este asunto, lanzaron una nueva consigna: “Nueva normalidad”. A nadie le gusta la conspiración, por lo que el uso contemporáneo y masivo de esta frase será seguramente una coincidencia: una idea que surgió de repente y simultáneamente a los políticos y periodistas. Incluso si lo fuera: ¿por qué no creerles? ¿Y si es realmente la “nueva normalidad”? ¿Y si realmente estamos experimentando la “nueva escuela” (además de la “nueva sanidad”)?

**Podría ser. Queridos padres:** ¿Habéis considerado alguna vez la posibilidad del *homeschooling*, o lo que es lo mismo, educar en casa?