4 Uso de pantallas, redes sociales e inteligencia artificial en niñas, niños y adolescentes de Educación Básica

Propósito

Acompañar el uso pedagógico, seguro, ético e inclusivo de las pantallas, las redes sociales y la inteligencia artificial (IA), promoviendo el aprendizaje, el pensamiento crítico, el bienestar y la participación de niñas, niños y adolescentes en los entornos digitales, como parte del ejercicio de su derecho a la educación y de una formación integral con sentido humanista y comunitario.

Aprender, convivir y participar en entornos digitales: desafíos y oportunidades para las escuelas de Educación Básica

Las tecnologías digitales, las redes sociales y la IA forman parte de la vida cotidiana de niñas, niños y adolescentes. Han transformado sus maneras de comunicarse, informarse, aprender y participar, y ofrecen oportunidades para diversificar el aprendizaje, favorecer la inclusión y enriquecer la práctica docente. Ante ello, la escuela debe contribuir al desarrollo de capacidades para interactuar en los entornos digitales de manera crítica, segura, ética, creativa y responsable, favoreciendo el ejercicio del derecho a la educación y la participación.

Desde la Nueva Escuela Mexicana (NEM), la ciudadanía digital es un ámbito para ejercer derechos, convivir y participar en la transformación de la realidad y la construcción del bien común. La formación no se limita al manejo técnico de herramientas: comprende capacidades para analizar, convivir y actuar responsablemente, cuidando el bienestar propio y el de las demás personas.

... la ciudadanía digital es un ámbito para ejercer derechos, convivir y participar en la transformación de la realidad y la construcción del bien común.

El *Plan de Estudio 2022* reconoce a niñas, niños y adolescentes como sujetos de derechos y a la comunidad como núcleo integrador. Por ello, las experiencias digitales pueden analizarse y problematizarse en la escuela. Los Ejes Articuladores permiten abordarlas desde la Inclusión, el Pensamiento crítico, la Igualdad de género, la Interculturalidad crítica y la Vida saludable; mientras que los Programas Sintéticos permiten vincularlas con Contenidos

y Procesos de Desarrollo de Aprendizaje (PDA) relacionados con el acceso y análisis de la información, la comunicación, la participación comunitaria, la prevención de riesgos y la toma de decisiones informadas y responsables.

Este planteamiento tiene sustento jurídico, en la *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos* se reconoce el derecho a la educación, los beneficios del desarrollo científico y tecnológico, el interés superior de la niñez y el acceso a las tecnologías de la información y la comunicación, incluido Internet (Arts. 3.º, 4.º y 6.º). La *Ley General de Educación* dispone que las Tecnologías de la Información, Comunicación, Conocimiento y Aprendizaje Digital (TICCAD) fortalezcan los procesos educativos, reduzcan brechas y promuevan saberes digitales, una Agenda Digital Educativa y la formación docente para su uso seguro y pertinente (Arts. 84-86 y 113, Fraccs. VII y XIII).

La *Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes* vincula el acceso a las tecnologías con la educación, la participación y la libertad de expresión y protege la privacidad y los datos personales frente a la violencia digital (Arts. 13, 46, 57, 64, 71, 76 y 77). En el mismo sentido, la Observación General núm. 25 establece que sus derechos deben respetarse y protegerse también en los entornos digitales (Comité de los Derechos del Niño, 2021).

Por su parte, el *ACUERDO número 09/09/26 para garantizar los derechos de niñas, niños, adolescentes y jóvenes en la interacción, uso responsable y seguro de los dispositivos digitales personales, así como de tecnologías de aprendizaje en las escuelas públicas y particulares del Sistema Educativo Nacional*, establece que, en los niveles de educación inicial, preescolar, primaria y secundaria, el uso de teléfonos celulares, dispositivos inteligentes y electrónicos personales queda restringido durante toda la jornada escolar, permitiéndose únicamente cuando exista una intención pedagógica previamente planificada y bajo la orientación docente, así como en situaciones de emergencia, salud, discapacidad, accesibilidad o inclusión. La medida se fundamenta en el interés superior de la niñez, el derecho a la educación, la salud y el bienestar integral, y busca fortalecer la atención, la convivencia, la actividad física, la lectura, el pensamiento crítico y los aprendizajes, promoviendo entornos escolares seguros, inclusivos y libres de distracciones.

Acuerdo número 09/09/26... se fundamenta en el interés superior de la niñez, el derecho a la educación, la salud y el bienestar integral, y busca fortalecer la atención, la convivencia, la actividad física, la lectura, el pensamiento crítico y los aprendizajes, promoviendo entornos escolares seguros, inclusivos y libres de distracciones.

Asimismo, el acuerdo impulsa la formación de una ciudadanía digital crítica, ética y responsable, mediante la corresponsabilidad de autoridades educativas, docentes, familias y niñas, niños y adolescentes, privilegiando un enfoque preventivo y formativo acorde con los principios de la NEM, que implica buscar, analizar y evaluar información; reconocer contenidos falsos o manipulados; proteger la identidad y los datos personales; comunicarse con respeto; prevenir la violencia digital, y comprender críticamente tecnologías emergentes como la IA.

Favorecer el bienestar, el aprendizaje y la participación de niñas, niños y adolescentes en entornos digitales

El uso de pantallas por parte de niñas, niños y adolescentes requiere atender además del tiempo, la calidad de las actividades y su equilibrio con el juego, la convivencia, el movimiento, el descanso y otras experiencias esenciales para el desarrollo integral.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Academia Americana de Pediatría (AAP) destacan la calidad de los contenidos, el acompañamiento adulto y el equilibrio con otras actividades para el desarrollo y el aprendizaje.

Nivel	Recomendación
Educación Preescolar	• Limitar el uso recreativo de pantallas a no más de una hora al día; menos es mejor. • Priorizar el juego, la actividad física, la exploración, los lenguajes, la convivencia y el descanso. • Acompañar el uso de dispositivos, elegir contenidos adecuados a la edad y conversar sobre ellos. • Evitar que las pantallas sustituyan la interacción con otras personas y las experiencias esenciales para aprender.
Educación Primaria	• Establecer acuerdos familiares y escolares que equilibren las actividades digitales y no digitales, pues no existe un límite universal de horas. • Evitar que las pantallas interfieran con el sueño, la actividad física, las tareas, la convivencia y el juego. • Fortalecer las habilidades digitales, el pensamiento crítico y la seguridad en línea. • Acompañar progresivamente, de acuerdo con la madurez, para favorecer la autonomía y la toma de decisiones.
Educación Secundaria	• Promover un uso autónomo y acompañado, basado en el diálogo, la confianza y la corresponsabilidad. • Acordar horarios y criterios para redes sociales, privacidad y dispositivos. • Reflexionar sobre contenidos, desinformación, violencia digital, ciberacoso y protección de datos personales. • Garantizar que la tecnología no desplace el descanso, las relaciones presenciales, la actividad física y otras experiencias formativas.

Espacio de reflexión

Más que considerar solo las horas frente a la pantalla, los especialistas de la OMS y AAP recomiendan atender tres aspectos, derecho al acceso, equilibrio y acompañamiento.



En binas o equipos, analicen los aspectos y propongan una acción para cada uno que puedan llevar a cabo en el aula.

El derecho a acceder a las tecnologías digitales y beneficiarse de ellas.	El equilibrio para que su uso no sustituya actividades esenciales del desarrollo integral.	El acompañamiento adulto mediante diálogo, orientación, confianza y construcción de acuerdos.
Acción	Acción	Acción

Acompañar significa escuchar, dialogar, orientar y acordar, no solo vigilar o prohibir.

Así se favorece el aprovechamiento de las tecnologías y la prevención de riesgos como la exposición de datos personales, los contenidos inadecuados, el ciberacoso y el uso excesivo.

La colaboración entre escuela y familias fortalece hábitos digitales saludables y genera confianza para compartir experiencias, dudas y preocupaciones.

Las y los docentes desempeñan un papel fundamental en la **prevención de riesgos digitales**, no solo como transmisores de conocimientos, sino como personas adultas de referencia que orientan, acompañan y favorecen el desarrollo de una ciudadanía digital responsable.



Comenten en colectivo qué responsabilidades docentes tienen para:

- Promover el uso seguro y responsable de las tecnologías.
- Fortalecer el pensamiento crítico.
- Fomentar hábitos digitales saludables.
- Generar diálogo y confianza.
- Detectar y atender señales de riesgo.
- Colaborar con las familias.

El papel docente consiste en acompañar y educar para que niñas, niños y adolescentes ejerzan sus derechos digitales de manera segura, crítica y responsable, en armonía con su bienestar integral.



Construyan acciones prioritarias para la escuela a partir de estas preguntas:



- ¿Qué acciones de acompañamiento efectivo pueden aplicar en el aula y la escuela?
- ¿Qué acciones se pueden impulsar desde la escuela para que las familias se reconozcan como aliadas fundamentales en el acompañamiento digital de niñas, niños y adolescentes?

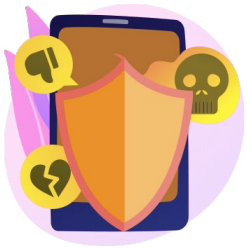
Ciudadanía digital y riesgos del uso de las redes sociales



Formar para la ciudadanía digital. Participar en entornos digitales ofrece oportunidades para aprender, expresarse, crear y relacionarse. La tarea educativa consiste en desarrollar criterios para proteger la información personal, convivir con respeto, evaluar contenidos e interacciones, anticipar consecuencias, pedir ayuda y decidir de manera crítica, segura, ética e inclusiva.



Comprender la huella digital. Búsquedas, reacciones, fotografías, videos, mensajes y datos recopilados por las plataformas forman una huella que puede copiarse, modificarse o circular fuera de su contexto, incluso después de borrar el contenido. Antes de compartir, conviene analizar qué revela la imagen: el uniforme, la ubicación, los horarios, la voz o el nombre de la escuela; quién accederá a esos datos; con qué finalidad, y si existe consentimiento de las personas involucradas.



Reconocer la violencia digital y sus efectos. El ciberacoso incluye amenazas, burlas reiteradas, rumores, exclusión, suplantación de identidad, contenido manipulado o imágenes difundidas sin consentimiento. Llamarlo «broma» no elimina el daño ni la responsabilidad de quienes lo crean, comparten o amplifican. Aunque ocurra fuera del horario escolar, requiere atención si afecta la seguridad, la integridad, la convivencia, la participación, la asistencia o el aprendizaje. Al respecto en el *Acuerdo 14/12/23 por el que se emiten los Lineamientos para el protocolo de erradicación del acoso escolar en educación básica (preescolar, primaria y secundaria)* se incorpora el ciberacoso entre las situaciones que exigen prevención, atención y seguimiento.



Cuidar sin vigilar ni culpabilizar. Niñas, niños y adolescentes son sujetos de derechos, capaces de participar y tomar decisiones, así que requieren protección acorde con su edad y contexto. La responsabilidad es compartida por familias, escuela, autoridades y plataformas. Acompañar supone escuchar sin juzgar, construir confianza, establecer acuerdos, revisar la privacidad y ofrecer rutas claras de ayuda. El criterio central es detener el daño, proteger a la persona afectada y evitar su culpabilización.



Revisen la Infografía Conceptos esenciales de Ciudanía Digital que se presenta en el Anexo 1 y, de acuerdo con la Fase en la que trabajan (2, 3, 4, 5 o 6), diseñen estrategias vinculadas con los Contenidos y PDA para promover la ciudadanía digital y prevenir riesgos. Cuando sea pertinente, intégrenlas a su Programa Analítico.

Inteligencia artificial

La IA amplía las posibilidades para aprender, comunicarse, crear, organizar información, generar ideas y explorar alternativas. Sin embargo, no sustituye las capacidades humanas para interpretar el contexto, valorar implicaciones, considerar perspectivas y decidir. Por ello, niñas, niños y adolescentes necesitan aprender a usarla como apoyo sin dejar de ejercer su pensamiento crítico, autónomo y responsable.

La IA... no sustituye las capacidades humanas para interpretar el contexto, valorar implicaciones, considerar perspectivas y decidir.

Para explorar esta idea, se sugiere lo siguiente:

Tomen una fotografía de la lista de su grupo y compártanla con una herramienta de IA.

Soliciten a la IA que distribuya los lugares del aula, indicando solo el número de filas y asientos.

Analicen el resultado:

- ¿Lo aceptarían?, ¿qué cambiarían y por qué?, ¿qué información y capacidades emplearon para decidir?

Compartan una experiencia en la que hayan cuestionado, modificado o descartado una propuesta de la IA.

Analizar, comparar, recuperar experiencias, reconocer particularidades, anticipar consecuencias, cuestionar y decidir permiten usar la información críticamente.

Analizar, comparar, recuperar experiencias, reconocer particularidades, anticipar consecuencias, cuestionar y decidir permiten usar la información críticamente. La IA puede ampliar las alternativas, pero corresponde a las personas valorarlas según el contexto.

Aceptar habitualmente las respuestas de la IA sin realizar esos procesos puede generar **deuda cognitiva**: el posible costo de delegar de manera reiterada capacidades que necesitamos ejercitar. Esto no supone que la IA deteriore inevitablemente nuestras capacidades ni que deba evitarse, sino que exige decidir qué delegar, qué seguir haciendo y cómo ampliar nuestras posibilidades sin sustituir su ejercicio.

El reto educativo es aprovechar la IA sin dejar de pensar, crear, cuestionar y decidir.

El reto educativo es aprovechar la IA sin dejar de pensar, crear, cuestionar y decidir. Las propuestas deben partir de las características, necesidades e intereses de cada escuela y vincularse con su Programa Analítico.

Pueden comenzar con experiencias sencillas: analizar una imagen generada por IA para detectar errores o elementos improbables; solicitar una explicación sobre un tema conocido y distinguir aciertos, imprecisiones y ausencias; o comparar respuestas de varias herramientas para decidir qué conservar, cuestionar o investigar antes de formular conclusiones propias.

Así, el aprendizaje no se limita a obtener información: implica cuestionarla, contrastarla, corregirla, relacionarla con otros saberes y construir ideas. La IA puede ser una fuente de preguntas como ¿qué es correcto?, ¿qué resulta impreciso?, ¿qué información falta?, ¿qué modificarían o agregarían a partir de lo que saben? y un recurso para confrontar perspectivas mientras niñas, niños y adolescentes ejercitan sus propias capacidades.



Con base en lo anterior, reflexionen acerca del uso de la IA en su práctica docente, considerando las siguientes preguntas:



- ¿Cómo utilizan la IA en su labor docente y qué beneficios o riesgos reconocen?
- ¿Qué cambiarían en su práctica para aprovecharla sin sustituir procesos importantes para aprender?
- ¿Qué necesidades o intereses de su escuela podrían abordarse mediante el uso crítico de la IA en el Programa Analítico?
- ¿Qué experiencias ayudarían a cuestionar y contrastar las respuestas de la IA y a construir nuevas ideas?

Para finalizar les invitamos a revisar el Programa Sintético de la Fase que les corresponde, para identificar los Contenidos y PDA que contribuyan a la Ciudadanía Digital, generen estrategias que permitan modificar o incorporar en el Programa Analítico la temática, así como acciones que pueden incorporarse al Programa de mejora continua para fortalecer las prácticas docentes, la gestión directiva y la participación de las familias y la comunidad. Definan una persona responsable, un plazo y un indicador sencillo para cada acción.

Para profundizar

Estefanell, L. (2021). *Pantallas en casa*: *Orientaciones para acompañar una navegación segura en internet. Guía para las familias*. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), Plan Ceibal y Administración Nacional de Educación Pública. https://www.unicef.org/lac/media/41866/file/Pantallas-en-casa.pdf

Secretaría de Educación Pública. (7 de diciembre de 2023). *Acuerdo número 14/12/23 por el que se emiten los Lineamientos para el protocolo de erradicación del acoso escolar en educación básica (preescolar, primaria y secundaria)*. Diario Oficial de la Federación. https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5710684&fecha=07/12/2023#gsc.tab=0

Secretaría de Educación Pública. (6 de febrero de 2025). *Uso de IA Generativa en el aula para el desarrollo del pensamiento crítico*. [Serie]. Nueva Escuela Mexicana Digital. https://nuevaescuelamexicana.sep.gob.mx/contenido/coleccion/uso-de-ia-generativa-en-el-aula-para-el-desarrollo-del-pensamiento-critico/

Referencias

Comité de los Derechos del Niño. (2021). *Observación general núm. 25 (2021), relativa a los derechos de los niños en relación con el entorno digital* (CRC/C/GC/25). Naciones Unidas. https://tbinternet.ohchr.org/_layouts/15/treatybodyexternal/Download.aspx?Lang=es&symbolno=CRC%2FC%2FGC%2F25

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. (2026). https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/CPEUM.pdf

Council on Communications and Media. (2016a). Media and Young Minds. *Pediatrics Official Journal of the American Academy of Pediatrics, 138*(5). https://publications.aap.org/pediatrics/issue/138/5

Council on Communications and Media. (2016b). Media Use in School-Aged Children and Adolescents. *Pediatrics Official Journal of the American Academy of Pediatrics, 138*(5). https://publications.aap.org/pediatrics/issue/138/5

Ley General de Educación. (30 de septiembre de 2019; última reforma publicada el 15 de enero de 2026). *Diario Oficial de la Federación*. https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGE.pdf

Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes. (4 de diciembre de 2014; última reforma publicada el 15 de enero de 2026). *Diario Oficial de la Federación*. https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGDNNA.pdf

Secretaría de Educación Pública. (2025). *Plan de Estudio para la Educación Preescolar, Primaria y Secundaria 2022* (2.ª ed.). https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2025/Plan_y_programas_de_estudio_2025/Plan%20de%20Estudio%202025%20-WEB-.pdf

Secretaría de Educación Pública. (22 de septiembre de 2026). *Acuerdo número 09/09/26 para garantizar los derechos de niñas, niños, adolescentes y jóvenes en la interacción, uso responsable y seguro de los dispositivos digitales personales, así como de tecnologías de aprendizaje en las escuelas públicas y particulares del Sistema Educativo Nacional*. Diario Oficial de la Federación. https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5799247&fecha=22/09/2026#gsc.tab=0

World Health Organization. (2019). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*. https://www.who.int/publications/i/item/9789241550536

Anexo 1.

CONCEPTOS ESENCIALES DE CIUDADANÍA DIGITAL

Comprender • Prevenir • Proteger • Actuar

1



Ciudadanía digital

Participar con pensamiento crítico, seguridad, ética, respeto e inclusión.

2



Huella digital, privacidad y consentimiento

Cuidar datos, identidad e imagen; pensar y pedir permiso antes de publicar.

3



Ciberacoso y violencia digital

Reconocer amenazas, burlas, rumores, exclusión y difusión sin consentimiento.

4



Riesgos en redes y videojuegos

Valorar contactos, contenidos, datos, compras, tiempo e impacto.

5



Señales que requieren atención

Observar cambios persistentes, miedo, amenazas, accesos o cargos no reconocidos.

6



Prevención y acompañamiento

Dialogar, acordar y enseñar a pedir ayuda sin vigilar ni culpabilizar.

7



Secuencia de actuación

Escuchar, proteger, bloquear, reportar, conservar evidencias y dar seguimiento.

8



Corresponsabilidad

Estudiantes, familias, escuela, autoridades y plataformas comparten tareas de cuidado.

9



Articulación curricular y mejora escolar

Vincular aprendizajes, acciones, responsables, plazos e indicadores.

IDEA CLAVE: acompañar para desarrollar capacidades, no solo prohibir.