



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación del Distrito especial de Ciencia, Tecnología e Innovación de Medellín
DANE: 105001001716 NIT 900707080 - 1

CIRCULAR INFORMATIVA N°7

Fecha: 01 de junio de 2026
De: Equipo Directivo
Para: Comunidad Educativa

ASUNTO: Inicio de la estrategia institucional "Límite Saludable del Uso de Celulares". Acompañamiento de Secretaría de Educación Distrital (Jornada Pedagógica 03 de junio).

Cordial saludo.

La Institución Educativa Santa Catalina de Siena informa a toda la comunidad educativa que, a partir de la presente semana se realizará un tránsito armónico mediante procesos pedagógicos preventivos y formativos orientados a fortalecer hábitos saludables, la convivencia escolar, la atención en clase y el bienestar integral de nuestros estudiantes mediante la implementación de la estrategia institucional denominada "Límite Saludable del Uso de Celulares".

Esta medida surge como respuesta a las dinámicas actuales relacionadas al impacto negativo del uso inadecuado de los dispositivos electrónicos y el acceso cada vez más frecuente a redes sociales y sitios web inapropiados, por parte de niños, niñas y adolescentes; situación que ha generado preocupaciones a nivel educativo, social y de salud mental en diferentes países y organismos internacionales.

La UNESCO, en el Informe de Seguimiento de la Educación en el Mundo (GEM 2023), advirtió que el uso excesivo o inadecuado de tecnologías como los teléfonos inteligentes puede afectar los procesos de aprendizaje, la concentración y el rendimiento académico de los estudiantes, señalando además la necesidad de regular su uso dentro de los entornos escolares y garantizar que la tecnología se utilice bajo orientación pedagógica y no en detrimento de las experiencias educativas.

De igual manera, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha manifestado su preocupación frente al aumento de problemáticas relacionadas con la salud mental de niños, niñas y adolescentes, destacando que la exposición excesiva a pantallas, redes sociales y entornos digitales puede asociarse con dificultades de atención, alteraciones en los hábitos de sueño, ansiedad, aislamiento social y otros factores que impactan negativamente el bienestar emocional y el desarrollo integral de los jóvenes.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación del Distrito especial de Ciencia, Tecnología e Innovación de Medellín
DANE: 105001001716 NIT 900707080 - 1

Adicionalmente, la experiencia institucional y el seguimiento realizado a las situaciones de convivencia escolar durante los últimos años han permitido identificar que una proporción importante de los casos atendidos por docentes, directivos docentes y profesionales de apoyo se encuentra relacionada con el uso inadecuado de teléfonos celulares y redes sociales. Entre las situaciones más recurrentes se evidencian la toma, difusión y publicación de fotografías, videos o audios sin autorización de las personas involucradas; la creación de contenidos destinados a ridiculizar, desacreditar o exponer públicamente a compañeros o miembros de la comunidad educativa; la participación en las denominadas "funas" digitales; la divulgación de mensajes ofensivos o de odio (hate); las prácticas de provocación, hostigamiento o intimidación a través de medios digitales (troll); la difusión de rumores y otras manifestaciones de ciberacoso que afectan la dignidad humana, la convivencia escolar y la salud emocional de las víctimas.

Estas conductas, además de derivar en responsabilidades disciplinarias y legales de conformidad con la normatividad colombiana relacionada con la protección de los derechos de niños, niñas y adolescentes, la convivencia escolar, la protección de datos personales y los delitos informáticos genera especialmente consecuencias escolares, sociales, emocionales y psicológicas.

En atención a estas orientaciones y a las necesidades identificadas en el contexto escolar, la institución implementará de manera gradual y pedagógica esta estrategia, promoviendo una cultura de autorregulación, autocuidado y uso responsable de la tecnología, así como el fortalecimiento de la ciudadanía digital responsable.

Diversos estudios científicos y organismos internacionales han alertado sobre el impacto que puede tener el uso excesivo y desregulado de pantallas, redes sociales y plataformas digitales en la salud mental de niños, niñas, adolescentes y jóvenes. Muchos de estos entornos digitales están diseñados para captar y mantener la atención mediante mecanismos de recompensa inmediata que pueden estimular la liberación de dopamina, generando patrones de uso compulsivo o dependencia comportamental en algunas personas. Cuando esta situación se combina con factores como el aislamiento social, la baja autoestima, la exposición permanente a comparaciones sociales, el ciberacoso, la alteración de los hábitos de sueño o la falta de acompañamiento familiar, pueden incrementarse los riesgos de presentar ansiedad, estrés, síntomas depresivos, dificultades en la regulación emocional y otras afectaciones a la salud mental. Los especialistas en salud mental advierten que, en casos de especial vulnerabilidad, estas situaciones pueden contribuir al agravamiento de problemas emocionales preexistentes e incluso relacionarse con conductas autolesivas o ideaciones suicidas, razón por la cual resulta fundamental promover hábitos digitales saludables,



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación del Distrito especial de Ciencia, Tecnología e Innovación de Medellín
DANE: 105001001716 NIT 900707080 - 1

fortalecer los factores de protección y mantener una comunicación permanente entre la familia, la escuela y los profesionales de apoyo.

Por lo anterior, durante la presente semana, los docentes desarrollarán desde sus clases diversas actividades pedagógicas y formativas que permitan sensibilizar a los estudiantes sobre la importancia de establecer límites saludables frente al uso de los dispositivos móviles. A través de conversatorios, talleres, reflexiones, análisis de casos y estrategias de aula, se buscará fortalecer la ciudadanía digital responsable, la concentración, la participación activa, la interacción social positiva y las relaciones interpersonales dentro de los espacios educativos; así mismo, el próximo miércoles 03 de junio contaremos con el acompañamiento de especialistas de la Secretaría de Educación Distrital para la formación docente con especialistas en el campo para detectar situaciones de riesgo y el direccionamiento de acciones preventivas. (habrá Jornada Pedagógica de Formación acompañada por programas de la Secretaría de Educación).

Con base en lo expuesto, como acuerdo institucional, durante el desarrollo de las actividades académicas dentro del aula de clase, los teléfonos celulares y demás dispositivos móviles deberán permanecer guardados en los organizadores o espacios dispuestos para tal fin por los estudiantes y sus respectivos docentes.

Es importante precisar que esta medida no corresponde a una prohibición absoluta del uso de celulares dentro de la institución. Los estudiantes podrán disponer de sus dispositivos durante los tiempos de descanso, siempre que su uso se realice de manera respetuosa, responsable y acorde con las normas de convivencia institucional.

La institución invita de manera especial a los padres de familia, acudientes y cuidadores a acompañar este proceso mediante el diálogo permanente con los estudiantes sobre el uso adecuado de la tecnología y las redes sociales. Asimismo, se recomienda fortalecer en el hogar estrategias preventivas que permitan reducir riesgos asociados al ciberacoso, la exposición a contenidos inapropiados, el contacto con personas desconocidas, la dependencia tecnológica, la sobreexposición en redes sociales y otras situaciones que pueden afectar la salud emocional, social y académica de niños, niñas y adolescentes.

Igualmente, se invita a las familias a establecer límites saludables frente al uso de los dispositivos electrónicos en casa, promoviendo espacios de convivencia familiar, lectura, actividad física, descanso, comunicación asertiva y acompañamiento parental. La formación de hábitos digitales saludables constituye una responsabilidad compartida entre la familia y la escuela.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SANTA CATALINA DE SIENA


Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación del Distrito especial de Ciencia, Tecnología e Innovación de Medellín
DANE: 105001001716 NIT 900707080 - 1

Confiamos en que esta estrategia contribuirá significativamente al fortalecimiento de la convivencia escolar, la calidad de los aprendizajes, el bienestar emocional y la formación integral de nuestros estudiantes. Agradecemos el compromiso y apoyo de toda la comunidad educativa para avanzar juntos en este proceso de construcción de ambientes escolares más saludables, participativos y favorables para el aprendizaje.


Atentamente,

Equipo Directivo

Institución Educativa Santa Catalina de Siena



Marco Tulio Morales Orozco
Rector



David Hernando Alzate Arango
Coordinador