



PROGRAMA PARA LA CAPACITACIÓN Y EL ASESORAMIENTO EN

GESTIÓN DE USOS TECNOLÓGICOS EN CENTROS EDUCATIVOS

I. Castro & M. Rodríguez



www.metodotouchbrain.es

Las bases científicas y teóricas que fundamentan el **Método Touch Brain** emanan principalmente de del currículum preventivo y de la regulación de las conductas adictivas, donde llevamos más de 20 años desarrollando nuestra praxis e investigaciones profesionales. A partir de aquí, el método ha desarrollado sus propios conceptos y aportaciones teóricas. Así, surgen elementos como la *pirámide digital*, el *índice de consumo tecnológico* o la *dieta digital* como instrumento de formulación de pautas de actuación. También indicadores enfocados a la clasificación de tecnología (saludable, basura y tóxica), la gestión de contenidos, horarios y usos adecuados al desarrollo psicoevolutivo de la persona o el grupo.

¿Qué ofrece este programa?

La tecnología ha desarrollado nuevos formatos pedagógicos e instrumentos didácticos donde el personal docente debe apostar y posicionarse como expertos **calificados para gestionar y regular sus usos en el aula**. Los profesionales del ámbito educativo han de identificar el valor de la tecnología en el aula, además son esenciales en el abordaje, la intervención y la implementación de estrategias asociadas a la prevención de las problemáticas por abuso y consumo tecnológico, tanto en infancia como en la adolescencia.

Facultar al profesorado sobre el valor tecnológico, a través de indicadores relacionados con la gestión saludable de los contenidos digitales, es uno de los retos, no sólo de la educación 2.0, sino de toda actividad docente. **El Método Touch Brain, además de ofrecer un modelo de capacitación profesional novedoso, singular, actualizado y empírico, implementa un modelo de gestión tecnológica saludable en cada uno de los ámbitos del centro educativo**. En definitiva, se ofrece un modelo definido de gestión de la tecnología.

El programa también fomenta las competencias del profesorado en un ámbito más amplio que la didáctica de aula, en **la orientación familiar**. Asesorar a las familias en un uso adecuado de gestión tecnológica en el hogar, puede ayudar a evitar comportamientos adictivos y trastornos por abuso como la Nomofobia, la Atención Parcial Continuada, el Síndrome Fomo, etc. que además repercuten de forma patológica tanto a nivel físico como emocional y afectando a la salud del alumnado.



¿Qué es el Método Touch Brain?

El sistema educativo estructura los aprendizajes por ciclos de edad y procesos madurativos. La tecnología es a día de hoy un instrumento didáctico esencial y habitual en el aula. La gran **diversidad de contenidos digitales** ofertados, junto con la **falta de formación de gran parte del personal docente** en educación tecnológica pueden provocar una mala combinación que genere problemas de gestión de pantallas en el alumnado.

Consideramos que la tecnología digital es un instrumento que mejora la calidad de la educación, que facilita el acceso a la información, que favorece el rendimiento productivo, que potencia la comunicación, etc. Pero tal y como pasa con la comida, a pesar de que alimentarse es necesario y vital, no significa que todo lo que ingerimos sea alimento, ni toda la tecnología digital sea beneficiosa.

En los últimos tiempos, con independencia del valor positivo de la tecnología, profesionales de diferentes ámbitos (sanitario, social, educativo, psicológico, judicial, etc) observan y denuncian cómo el uso de la tecnología por parte de menores y adultos aumenta exponencialmente hacia prácticas cada vez más problemáticas.

Touch Brain es un método, basado en criterios científicos y empíricos (médicos, clínicos, sociales y pedagógicos), que fomenta y ajusta el uso de la tecnología desde un estilo de vida saludable. Entendiendo que el consumo digital debe gestionarse de manera activa y regulada para facilitar el desarrollo psicoevolutivo y social del individuo, la familia y/o el grupo.

El Método Touch Brain propone un **modelo educativo tecnológico** que adecúa los contenidos digitales a las características psicoevolutivas del alumnado. Teniendo en cuenta como determinados contenidos, que inicialmente parecen inocuos, pueden ser perjudiciales, dado que activan determinadas conexiones neuronales que por un lado aún no están desarrolladas o por otro generarán una plasticidad neuronal que condicionará nuevos aprendizajes.



La adicción tecnológica

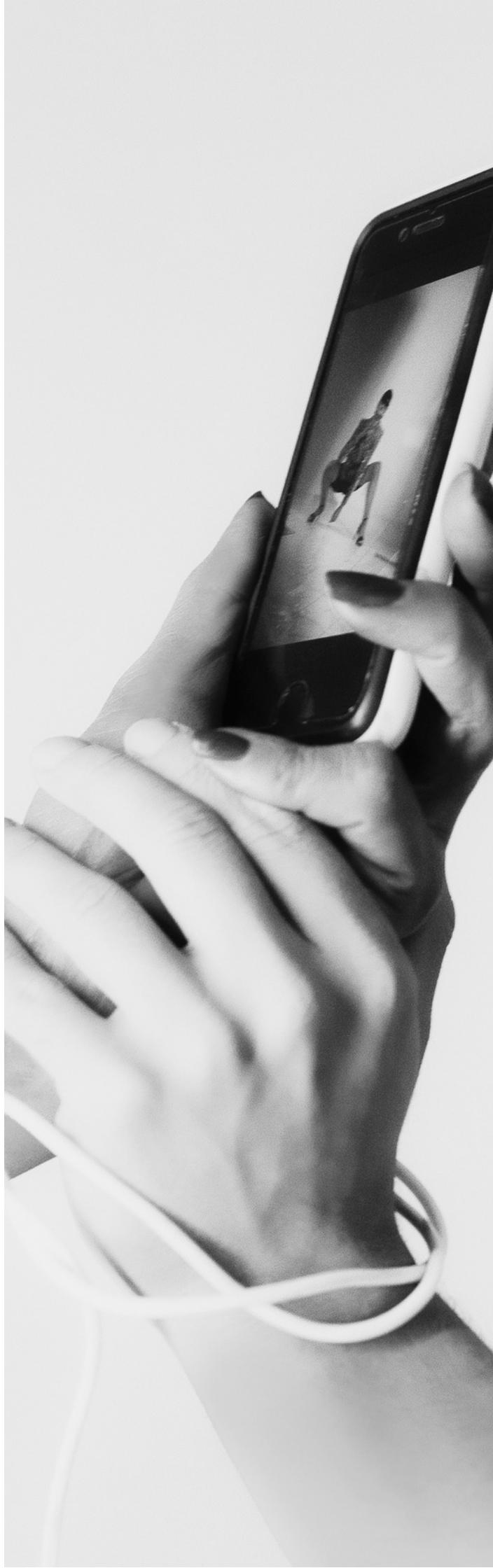
Las investigaciones han destacado las similitudes entre los mecanismos neuroquímicos de la dependencia a sustancias y las llamadas adicciones comportamentales o sin sustancias, como el juego patológico. En esta última categoría entran las adicciones a pantallas, internet o videojuegos.

La tecnología activa los circuitos dopaminérgicos, siendo la dopamina el neurotransmisor más importante en la adicción. La tecnología usada excesivamente o de manera inadecuada conlleva cambios neuroquímicos y neuroanatómicos adversos, desadaptativos y perdurables similares a los observados en la dependencia de sustancias y la adicción comportamental.

Exocerebro: tecnología y aprendizaje

El impacto de la era tecnológica sobre las personas ha sido inmenso, prácticamente en menos de 30 años la sociedad se ha digitalizado de manera global. Modificando el acceso a la información, nuestra forma de aprender e incluso la forma de relacionarnos. En un nivel menos visible se intuye que también está modificando nuestro cerebro y por este motivo, diversas investigaciones están estudiando cómo la tecnología afecta a la neuroplasticidad; que es la capacidad del cerebro de cambiar físicamente adaptándose a nuevas situaciones.

La facilidad y la limitación de esfuerzos que nos proporciona la tecnología provocan que nuestro cerebro tienda a economizar energía. Así aparece el término «exocerebro», de una manera sencilla podríamos entender el exocerebro como la tecnología de sustitución memorística, no solo reemplazando mecanismos cognitivos deteriorados, si no como un dispositivo de ahorro de esfuerzo. Este nuevo paradigma tecnológico nos obliga a comprender que muchos de los aprendizajes cognitivos que antes almacenamos en nuestro cerebro han sido relegados a dispositivos digitales a modo de exocerebro o memoria exógena. Por consiguiente, esto provoca un aumento de los niveles de dependencia digital del ser humano para poder ser “funcional”.



El alumnado y la alimentación digital

La Pirámide Digital

De la misma manera que existe la pirámide alimenticia para catalogar como los alimentos y sus nutrientes afectan al organismo, la tecnología también se puede clasificar de manera similar, a partir de la tipología y los efectos de su contenido digital sobre la persona y su conducta. Estos efectos se pueden ir desde aspectos fisiológicos hasta aspectos cognitivos.

El sistema educativo debe identificar y clasificar los contenidos tecnológicos para poder introducirlos en el alumnado de acuerdo a sus capacidades y sus procesos psicoevolutivos. El Método Touch Brain ha desarrollado **La Pirámide Digital** que **agrupa los contenidos tecnológicos en 5 niveles** y los divide por **recomendaciones de uso**. Se incluye el análisis de indicadores de estimulación gráfica, de activación sonora y de interacción con el alumno, para clasificar a la tecnología digital en tres grupos: **Saludable, Basura y Tóxica**. (Siendo esta clasificación similar a la de los alimentos).



Clasificación tecnológica para el aula

- **Algunos indicadores de tecnología saludable:** La finalidad es generadora de contenidos, no interfieren mediante reclamos (notificaciones), aportan contenidos y soporte con una finalidad productiva, aportan información contrastada y fiable, etc. Los procesos de atención no producen potencialmente una hiperactivación de los circuitos de recompensa. Recomendadas a partir de los 6 años,
- **Algunos indicadores de tecnología basura:** Facilitan y difunden contenidos de manera pasiva o gratificante, ocupación ociosa y prolongada del tiempo, fomentan la socialización desvirtuada y autoestima vacía, generan atención parcial continuada, etc. La estimulación neuroquímica sí conllevan una activación de tres circuitos neuronales relevantes. No recomendable para menores de 13 años, etc.
- **Algunos indicadores de tecnología tóxica:** No tiene finalidad educativa, interfieren mediante reclamos, alteran las obligaciones y hábitos diarios, fomentan el aislamiento y el consumo compulsivo. A nivel de estimulación neuroquímica predomina el circuito de recompensa sobre las vías prefrontales a nivel dopaminérgico, debilitando el control voluntario sobre la tendencia automática a seguir usando la tecnología. Prohibidas para menores de 18 años.



Acciones del Programa

01

Formación del profesorado

El valor tecnológico.
Fundamentos teóricos y bases del efecto de la tecnología en el alumnado. Neuroeducación. Clasificación de contenidos. Dieta Digital, Conectar Mente. Etc.

02

Formación de las familias

La familia es primordial en la educación tecnológica. El centro educativo debe orientar sobre el modelo más saludable de gestión de pantallas en el hogar. Escuela de Familias.

03

Asesoramiento al equipo directivo

Espacio de trabajo directo con el equipo del Método Touch Brain. El equipo directivo del centro dispondrá de tutorías individualizadas para resolver sus dudas y/o adaptar el método a su ámbito pedagógico.

04

Plan de usos tecnológico del Centro

La finalidad del programa es que los centros educativos elaboren su modelo de gestión saludable de usos tecnológicos, adecuados a la idiosincrasia del alumnado y al modelo pedagógico.

05

Proyecto digital de Aula

Implementación del Plan de usos tecnológico en el aula

1 Paso

Valoración Individual: Identificar las características psicoevolutivas, las competencias y habilidades individuales y sociales, del alumno/a.

Valoración Grupal: Identificar los contenidos curriculares y las competencias que ha de adquirir el grupo durante el desarrollo del curso y el nivel escolar.



2 Paso

Analizar los medios y contenidos digitales que se utilizan en el aula (saludable, basura y tóxicos) en combinación con los tiempos de usos.

Clasificación tecnológica por medio de la Pirámide Digital.



3 Paso

Definir el ICT (Índice de Consumo Tecnológico) obtenido mediante la valoración de las características del grupo clase y el uso/consumo digital de la persona/grupo.



4 Paso

Propuesta profesional/terapéutica (Dieta Digital). La formulación de pautas adecuadas al grupo clase que tienen en cuenta los procesos de neurotransmisión (inmediatos) y neuromodulación (de mayor alcance).



Equipo Método Touch Brain



Iván Castro

Educador Social. Postgrado en Educación para la Salud. Máster en Prevención y Tratamiento de las Conductas Adictivas. Jefe de Servicio de Educación (2005-2021). Director de Servicios Sociales y Responsable del Plan de Adicciones de la Ciudad de Ibiza .



Manuel Rodríguez

Médico Psiquiatra. Postgrado en Trastornos Afectivos. Máster en Prevención y Tratamiento de las Conductas Adictivas. Director Médico Clínica de Rehabilitación de Adicciones Conductuales - Ibiza Calm.

Presupuesto

El programa formativo completo, incluyendo las 5 acciones, tiene un coste de xxxxxx€

Información & Contacto

✉ info@metodotouchbrain.es

☎ +34 606 02 39 77

Información sobre el Método Touch Brain:

www.metodotouchbrain.es

