



La jornada, organizada por el Ministerio de Educación en el Auditorio del Polo Educativo Saavedra, estuvo dedicada a promover el bienestar socioemocional y la conciencia digital en los adolescentes.

Más de 400 estudiantes de nivel secundario, de escuelas estatales y privadas de la Ciudad, participaron del encuentro «Conectados», una iniciativa que forma parte de la Política de Bienestar Socioemocional del Plan Buenos Aires Aprende, que busca fortalecer los ecosistemas escolares como espacios seguros, confiables y afectivos, donde las emociones, las relaciones y la salud mental sean pilares fundamentales del aprendizaje.

Durante toda la mañana del martes 4 de noviembre, los estudiantes participaron de charlas, dinámicas y experiencias colectivas que los invitaron a dejar las pantallas de lado y reconectarse con sus emociones y con los otros.

El encuentro se estructuró en tres ejes principales de las Habilidades Socioemocionales (HSE):

- **SOY:** Autoconocimiento. ¿Qué es la salud mental? ¿Qué pienso y cómo me siento?
- **SOMOS:** Conciencia digital. ¿Cómo me vinculo con las redes? ¿Qué impacto tienen en mis vínculos?
- **ACTUAMOS:** Proyecto de vida. ¿Qué quiero para mi vida? ¿Cómo me acerco a mis metas?

Participaron de esta jornada 420 estudiantes pertenecientes a 11 escuelas de gestión estatal y privada, entre ellas la Escuela Técnica N.º 36, el Instituto Virgen de Caacupé, la Escuela de Comercio N.º 24 y el Colegio María Madre del Pueblo, entre otras.

Voces que inspiran: tres charlas para pensar y sentir

El evento contó con la participación de reconocidos profesionales y figuras públicas que abordaron distintas dimensiones del bienestar emocional desde sus propias experiencias:

- **Cayetano (Nicolás Cajg)** – periodista y conductor. En su charla «Apostar no es un juego», reflexionó sobre la salud mental adolescente y las adicciones a las apuestas en línea, un fenómeno que preocupa a muchas escuelas y familias.
- **Lucas Raspall** – médico psiquiatra y especialista en salud mental infantojuvenil. Con «Porque tu salud mental importa, te escuchamos», propuso un espacio de diálogo sobre las emociones y la importancia de pedir ayuda a tiempo.
- **Gastón Pauls** – actor y conductor. En su charla «Hablemos», compartió su testimonio personal sobre las adicciones y la recuperación, generando un clima de cercanía, empatía y reflexión entre los estudiantes.

Además, los participantes disfrutaron de una experiencia lúdica e interactiva titulada «Conexión con la materialidad», desarrollada por el Programa Habilidades para la Mejora de las Trayectorias Escolares y REMIDA. A través del juego y la exploración con materiales cotidianos, los estudiantes se reencontraron con su cuerpo y sus sentidos, fomentando la creatividad, la empatía y la atención plena.

Una política educativa centrada en el bienestar

El encuentro fue organizado en el marco de la campaña «Aprendé a Desconectar», que busca reforzar la medida de regulación del uso de celulares en las aulas, anunciada por el jefe de Gobierno, Jorge Macri, junto a la ministra Mercedes Miguel el año pasado.

De esta política se desprenden diversas acciones, como:

- La entrega de cajas para dejar el celular en todas las aulas de los establecimientos de gestión estatal
- Una campaña de concientización con afiches con memes, sitio web con guías y consejos para familias y jóvenes
- Oferta de talleres y cursos para aprender nuevas habilidades y generar un buen uso de la tecnología
- Entrega de kits de juegos para promover el encuentro, la oralidad y la mirada cara a cara durante los recreos
- Concurso de cortometrajes «Hacelo Corto: Aprendé a Desconectar», del que participaron más de 200 equipos de estudiantes de distintas escuelas y cuyos ganadores se conocerán el 19 de noviembre. A través de los cortos, los alumnos reflexionaron sobre los efectos del uso excesivo de las pantallas y el valor de recuperar el tiempo compartido.