



Una Estratègia Digital dels centres docents per a prevenir, formar i protegir l'aprenentatge des de les aules 2026



Què és l'Estratègia Digital en un centre educatiu?

L'Estratègia Digital és un document intern en el qual els centres educatius plasmen tots els aspectes relacionats amb l'ús, l'ensenyament i l'aprenentatge en l'entorn digital. Cada centre estableix la seva pròpia Estratègia que ha de contemplar, almenys, les disposicions legals vigents en matèria educativa. L'Estratègia es materialitza en un **Pla Digital de Centre** que s'inclou en la programació general anual (PGA).

Què és l'Estratègia Digital ZETA?

- ◆ L'Estratègia Digital ZETA és un model d'Estratègia elaborat per un equip de docents i subscrit per societats i entitats estatals relacionades amb la salut, l'educació i l'atenció a la infància i l'adolescència. Reformula el paper de l'entorn digital en l'educació bàsica (Infantil, Primària i/o Secundària), amb criteris de protecció de l'aprenentatge, la privacitat, l'adequat neurodesenvolupament, la salut física i emocional, i el medi ambient.
- ◆ L'Estratègia Digital ZETA posa en valor l'aportació de la tecnologia digital com a eina per a afavorir el benestar humà, el seu coneixement per part de l'alumnat i el seu progressiu accés a l'entorn digital, en les etapes maduratives propícies, posant èmfasis en la formació per a l'ús adequat i segur de l'entorn digital.
- ◆ L'Estratègia Digital ZETA prevé els problemes de sedentarisme, trastorns posturals, i de visió, afecció a la capacitat de concentració, aprenentatge, memòria de treball, raonament, desenvolupament del llenguatge, habilitats per a la relació, TDAH, etc., prioritzant **protectors** a través de l'entorn educatiu: vivència real, relacions directes entre les persones, i experimentació i integració de les capacitats físiques, cognitives i emocionals en els processos d'aprenentatge.
- ◆ L'Estratègia Digital ZETA és editable, adaptable per cada centre segons l'etapa de l'alumnat. Incorpora nombroses referències que fonamenten la necessitat de

desescalada digital i reformulació d'objectius, i que serveixen com a base explicativa. Aquests textos poden incloure o no en el document final.

- ◆ **L'Estratègia Digital ZETA** incorpora les recomanacions més recents que s'han formulat des d'instàncies científiques, comitès de persones expertes, societats sanitàries (de la pediatria, medicina de l'adolescència, neurociència, psicologia, psiquiatria, salut ambiental...), de protecció de dades, protecció radiològica o entitats de la societat civil compromeses amb la infància i l'adolescència, totes elles exemptes d'interessos corporatius o de mercat.
- ◆ **L'Estratègia Digital ZETA**, tal com determina l'Observació núm. 25 (2021) de la Convenció de Drets del Nen de Nacions Unides, en els seus articles 12, 15 i 19, garanteix **superior** dels nens en qualsevol aspecte relacionat amb l'ús de l'entorn digital que col·lideixi amb els seus interessos i drets bàsics (dret a la salut, a la seguretat, al desenvolupament sa i equilibrat, i a l'aprenentatge) .
- ◆ **L'Estratègia Digital ZETA** contempla el compliment de les disposicions legals contingudes en la llei **LOMLOE** quant al Perfil de Sortida en les etapes de Primària i Secundària obligatòria (conjunt d'objectius finals mínims), interpretant i adaptant les seves determinacions des de l'autonomia concedida als centres docents.

Com a concreció pràctica, **L'Estratègia Digital ZETA** es materialitza en el **Pla Digital ZETA de Centre**. **Digital ZETA de Centre** ofereix un format i uns continguts també editables, que faciliten el treball de programació d'objectius relacionats amb l'àmbit digital.

Quin valor aporta l'Estratègia Digital ZETA a la protecció de la salut?

- ✓ La **salut física i emocional com a valor prioritari** en tota decisió pedagògica.
- ✓ El **criteri científic** com a element de referència pedagògic.
- ✓ Els principals **dictàmens internacionals** emesos com a documents en els quals se substancien les línies principals de l'Estratègia.
- ✓ La **desestimació de suposicions i mites** que sobre salut i desenvolupament han fonamentat part de les polítiques digitalitzadores fins a temps recents.
- ✓ El **qüestionament de conceptes com a “ús segur”, “ús crític” o “ús saludable”**, redefinint-los a partir de la realitat psicoevolutiva dels menors d'edat i de l'evidència sobre l'impacte de les pantalles en la salut i el neurodesenvolupament.
- ✓ La incorporació de les recomanacions sobre ús de dispositius, segons **l'Associació Espanyola de Pediatria**.
- ✓ La concreció **de protecció de la salut** a l'aula.

Què planteja l'Estratègia Digital ZETA?

- ◆ Que l'alumnat conegui, des de les capacitats psicoevolutives de comprensió i interessos en cada edat, què és l'entorn digital, les seves **possibilitats** (dispositius, programes, xarxes socials, IA, eines educatives, videojocs, etc.) i quins són **no desitjats** lligats a la digitalització, que tenen a veure amb la salut física i emocional, les relacions socials entre iguals i l'impacte ambiental.
- ◆ Que l'alumnat desenvolupi una **competència digital** basada en la construcció de les **capacitats** necessàries per a un ús responsable, eficient, conscient i crític de les tecnologies digitals quan la seva maduresa li ho permeti, adquirint els fonaments en els aprenentatges bàsics corresponents a cada edat i sense necessitat de convertir-ho en **usuari escolar** de programes, xarxes o plataformes per a poder aprendre.
- ◆ Que s'adeqüi el grau d'exposició a pantalles en l'entorn escolar, circumscriuint-lo a moments puntuals, utilitats que aportin valor pedagògic contrastat o assignatures específiques, fent **compatibles** objectius de la legislació educativa amb les recomanacions sanitàries i científiques.

L'Estratègia Digital ZETA com a garant de la salut escolar i un adequat neurodesenvolupament

Els drets a la salut, l'aprenentatge i el desenvolupament han de tenir prioritat sobre els processos de digitalització de l'ensenyament. L'extensió de l'ús de tecnologia digital en els centres educatius només seria abordable quan es garantissin aquells drets. Els indicis, alertes, correlacions i evidències, assenyalades en [científic](#)¹, demostren que no es compleix aquesta condició essencial.

En l'article 111 bis de la Llei orgànica 2/2006, de 3 de maig d'Educació (**LOMLOE**), s'indica que les administracions educatives *han d'establir les condicions que facin possible l'eliminació en l'àmbit escolar de les **situacions de risc** derivades de la inadequada utilització de les tecnologies de la informació i la comunicació.*

general núm. 25 (2021)² de la Convenció de Drets del Nen, sobre els drets de la infància en relació amb l'entorn digital, insta a prioritzar **superior** dels nens i nenes en qualsevol aspecte relacionat amb l'entorn digital que col·lideixi amb interessos i drets bàsics dels menors (dret a la salut, a la seguretat, al desenvolupament sa i equilibrat, i a l'aprenentatge). En els seus articles 12, 15 i 19 estableix:

*Article 12. L'ús de dispositius digitals no ha de ser perjudicial, **ni substituir les interaccions personals entre els nens o entre aquests i els seus pares o cuidadors.***

*Article 15. S'hauria d'impartir formació i assessorament sobre la utilització adequada dels dispositius digitals als pares, cuidadors, educadors i altres agents pertinents, **tenint en compte les recerques sobre els efectes de les tecnologies digitals en el desenvolupament del nen, especialment durant els trams crítics de creixement neurològic en la primera infància i en l'adolescència.***

¹ <https://escuelasaludable.org/wp-content/uploads/2025/02/Referencias-estudios-e-investigaciones.pdf>

² <https://documents.un.org/doc/undoc/gen/g21/053/46/pdf/g2105346.pdf>

Article 19. *L'elaboració de mesures apropiades en funció de l'edat ha de basar en les recerques millors i més actualitzades disponibles en les diverses disciplines.*

Alfabetització i competència digitals sense immersió en l'entorn digital

Digital **ZETA** aborda una veritable **alfabetització digital** que, **estar vinculada a un ús precoç o intensiu** dels entorns digitals (programes, plataformes, aplicacions, etc.), promou una educació preventiva, protegeix la salut física i emocional de l'alumnat, la seva capacitat per a aprendre sense interferències i la consecució d'una armadura cognitiva sòlida que li permeti ser competent i desenvolupar el màxim de les seves potencialitats en cada edat.

Digital **ZETA** planteja el foment d'una **competència digital** basada en:

- Desenvolupar cognitives, físiques, socials i emocionals bàsiques per a garantir una relació segura, eficient, sòbria i crítica amb l'entorn digital, quan la persona hagi aconseguit la maduresa suficient.
- Assegurar de l'entorn digital, les seves potencialitats, beneficis, aplicacions, riscos, i usos i efectes no desitjats. Tot això al nivell que cada etapa psicoevolutiva precisi.

Com garanteix la protecció de la salut l'Estratègia Digital **ZETA**

- Adoptant les recomanacions de l'Associació Espanyola de Pediatria (AEP) sobre temps màxim d'exposició segons edats (zero pantalles abans dels 6 anys; 1 hora diària entre els 7 i els 12; i 2 hores diàries entre els 13 i els 16. Tot això comptant el temps d'exposició a l'aula i fora de la mateixa), pautes recolzades per altres societats sanitàries del camp de la psiquiatria, la psicologia i la neurologia.
- Incorporant les recomanacions sobre protecció de la salut, aprenentatge i el medi ambient dels tres principals dictàmens d'experts a Europa (suec, francès i espanyol).
- Minimitzant l'exposició de l'alumnat a pantalles i fent un ús racional amb criteri pedagògic.
- Circumscriuint la utilització de dispositius, per part de l'alumnat, a:
 - **Cursos i períodes** de temps concrets per a complir la legislació vigent.
 - **Assignatures específiques** (Tecnologia, Computació i Digitalització, en Secundària).
 - Usos **puntuals**, a manera d'exemplificació, il·lustració, aplicació de l'aprenentatge i accés a recursos que suposin un valor afegit i no substitueixin a la vivència real i les relacions personals directes.

- Utilització dels **equips del centre**, prioritzant la connexió per cable i atenent criteris de sobrietat per a reduir els efectes sobre el medi ambient.

Tant l'Estratègia Digital **ZETA** com el Pla Digital **ZETA** de Centre es poden descarregar en format editable en aquest [enllaç](#).

Veure entitats que la subscriuen i avalen:

A) Entitats que subscriuen l'Estratègia Digital **ZETA i el Pla Digital **ZETA** de Centre:**



B) Entitats científic-sanitàries que avalen les directrius de l'Estratègia Digital ZETA per a un desenvolupament físic, social, intel·lectual i emocional sans [PROVISIONAL a 11/06/2026]:

