

<http://www.granma.cu/todo-salud/2016-04-24/adicciones-tecnologicas-en-los-mas-jovenes-24-04-2016-23-04-04>

¿Adicciones tecnológicas en los más jóvenes?

Si en el siglo XX los comentaristas hablaban de una brecha digital, enfocada a la línea económica y que aún existe, la brecha digital del siglo XXI dicen los investigadores va más allá, pues separa a los padres de los niños

Autor: **Lisandra Fariñas Acosta** | lisandra@granma.cu

24 de abril de 2016 23:04:04 ISSN 0864-0424



El tema implica en sí mismo más de una re-flexión, pues en tanto hoy nuestros hijos son na-tivos digitales —ya que desde pequeños consumen y desarrollan formas de pensar y en-tender el mundo influidas por el entorno de las nuevas tecnologías— se trata de un asunto esencial.

Algunos de los estudios dirigidos en el mun-do a la interacción entre niños y adolescentes con las llamadas Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (TIC) reflejan que, por ejemplo, a los dos años el 40 % de los niños ya “trastea” con facilidad el móvil o la tableta para jugar o ver dibujos animados. A los ocho, el 72 % ya maneja las nuevas tecnologías y en el caso de los adolescentes entre 10-15 años, la cifra as-ciende al 80 %.

Son estas apenas algunas pinceladas de un fenómeno que más de un experto en el tema ha descrito como el peligro de “niños enganchados y padres desconectados”, y que nos muestra ese nuevo mundo del adolescente adicto a la tecnología, cuyas patologías cibernéticas, co-mo el au-mento de la agresividad o el aislamiento, se pueden prevenir desde la comunicación parental.

Si en el siglo XX los comentaristas hablaban de una brecha digital, enfocada a la línea económica y que aún existe, la brecha digital del siglo XXI dicen los investigadores va más allá, pues separa a los padres de los niños. Y es aquí donde enfocan el análisis.

Asimismo, alertan las investigaciones, está emergiendo un nuevo tipo de desadaptaciones conductuales producto de la generalización de las TIC. Si bien estas herramientas fueron creadas como tecnologías para informar y comunicar, su propio diseño es susceptible de afectar a la voluntad de control, lo cual junto con otros factores personales y ambientales, facilita la conducta adictiva.

Justamente sobre la adicción a las nuevas tecnologías, que si bien aún no ha sido reconocida como un problema psicopatológico, sí tiene cada vez mayor prevalencia y es públicamente considerada un problema potencial con muchos puntos en común con trastornos ya existentes, Granma conversó con la doctora Ovidia Rodríguez Méndez, especialista de 2do. Grado en Psiquiatría Infantil.

Para la entrevistada, y coincidiendo con los estudiosos de esta materia, es importante partir de que la sociedad actual no solo se encuentra en constante desarrollo sino en un periodo de transición a la adaptación a las tecnologías, donde internet, los móviles y los videojuegos ocupan un espacio importante en el proceso de socialización, con notable influencia en el comportamiento y las actitudes de las personas.

Se entiende, dijo, por adicciones tecnológicas aquellas que involucran la interacción hombre-máquina, y las divide entre pasivas (como la televisión) y activas (Internet, móvil y videojuegos); y como síntomas nucleares de las mismas se señalan la incapacidad de control e impotencia, la dependencia psicológica y los efectos perjudiciales graves en diferentes ámbitos para la persona (conflicto intrapersonal: experimentación subjetiva de malestar) y/o su ámbito familiar y social (conflicto interpersonal: trabajo, estudio, ocio, relaciones sociales, etc.).

En ese sentido, explica, el uso de las TIC requiere de un mayor estudio, sobre todo si causa problemas o interfiere en la vida diaria, especialmente durante la infancia y la adolescencia; una etapa que merece una atención especial sobre todo porque es un colectivo muy sensible al momento y al entorno social en el que vive y también porque las TIC están especialmente presentes en su vida, como elemento importante y hasta imprescindible. Los adolescentes, fascinados por Internet, el móvil y los videojuegos, han encontrado en esta tecnologías un medio extraordinario de relación, comunicación, aprendizaje, satisfacción de la curiosidad, ocio y diversión, comenta la especialista.

Subrayó que es necesario comprender que la adolescencia es un fenómeno psicológico, biológico, social y cultural; y ese periodo donde el individuo se desarrolla hacia la adquisición de la madurez psicológica, a partir de construir su identidad personal, donde se manifiestan

características como la omnipotencia, tendencia a buscar la causa de sus problemas en el otro (culpar al exterior), poca experiencia de vida, dificultad de reconocer adicciones sutiles y necesidad de normalizar conductas de riesgo.

Todo ello convierte esta etapa de la vida en un periodo sumamente susceptible de sufrir conductas adictivas u otros trastornos psicológicos relacionados con el uso de alguna de las aplicaciones de las TIC.

Los ejemplos son muchos y cotidianos, desde el uso problemático que el adolescente hace de la computadora, cuando el número de horas afecta el correcto desarrollo de la vida diaria, causándole estados de somnolencia, alteración del estado de ánimo, reducción de las horas dedicadas al estudio o a sus obligaciones hasta el uso compulsivo del “teléfono móvil”, convertido incluso en símbolo de iniciación a la adolescencia.

De acuerdo con estudios realizados a nivel mundial, mencionó la profesora, el móvil interviene significativamente en la socialización porque permite definir la identidad del adolescente tanto individualmente, a base de personalizar el aparato de varias formas, colores, tonos, etc., como colectivamente, creando un lenguaje especial de grupo, mensajes de texto y llamadas perdidas. Pero, al igual que se utiliza predominantemente para establecer contactos a corta distancia, actúa así mismo de barrera de seguridad frente a los padres desde el momento en que estos no pueden acceder a su teléfono personal.

El riesgo, señala, llega cuando no son capaces de desprenderse de su móvil incluso en situaciones técnicamente dificultosas, comprueban rápidamente la batería o la cobertura y además no se caracterizan tanto para la necesidad de llamar sino para sentirse receptores constantes de llamadas.

Muchos adolescentes no pueden evitar de-satender una conversación cara a cara por la irrupción de una llamada o de un sms; hecho que impacta en sus relaciones sociales de forma excesiva y provoca que estén más pendientes de las relaciones telefónicas que de las personales. Ello naturalmente, influye en los estilos de co-municación y podría ayudar a explicar por qué con el tiempo los usuarios más jóvenes que han-blan mucho por el móvil no saben qué decir cuando se encuentran cara a cara.

Otro ejemplo lo constituyen los videojuegos, una forma de entretenimiento que no deja de crecer y hoy en día representa un negocio millonario.

Advierten las investigaciones que las motivaciones por las cuales los más jóvenes los practican son variadas, en tanto les permiten vivir una aventura en primera persona donde el adolescente pone en práctica estrategias en un entorno virtual sin consecuencias en la vida real; influyen en

la autoestima, la confianza en uno mis-mo y la capacidad de superación y son emocionalmente estimulantes debido a su intensidad y rapidez, entre otras.

Las críticas en este aspecto, en relación con la adolescencia, vienen dadas porque el tiempo de juego es visto en detrimento de tiempo dedicado al estudio o a otras actividades de ocio más po-sitivas y educativas; favorecen una pauta de conducta impulsiva, agresiva y egoísta en los usuarios que más lo utilizan, sobre todo cuando se juega con juegos violentos; y en último término la conducta adictiva de estos jugadores inhibe el desarrollo de pautas de conducta más constructivas.

Sin embargo, señalan los expertos, no deben olvidarse los argumentos favorables a los videojuegos: entretienen y divierten; estimulan la coor-dinación óculo-manual; promueven procesos cognitivos complejos como atención, percepción visual, memoria y secuenciación de información; se adquieren estrategias para 'aprender a aprender' en entornos nuevos; refuerzan el sentido del dominio y control personal, reducción de otras conductas problemáticas, potencian la autoestima y facilitan las relaciones sociales entre jugadores.

Es este un tema abarcador y complejo, señala la entrevistada, pero que pone también en la mira de la reflexión la función educativa de las familias, que no deben quedar "desconectadas" ante ese reto que al interior del hogar impone la influencia de las tecnologías de la información y las comunicaciones.