

Las nuevas tecnologías en niños y adolescentes: dispositivos electrónicos e influencia de las redes sociales

Autora: Elena Cruz Ortega

Categoría profesional y lugar de trabajo: Enfermera. Centro de Salud Ángela Uriarte (Madrid, España).

Sr Director:

Algo no va bien en una sociedad que va al gimnasio en coche para hacer bicicleta estática, que compra ropa por internet sin ni siquiera probársela, y que permite que los niños pasen horas y horas con dispositivos electrónicos.

En esta era de la inmediatez, las nuevas tecnologías tienen una gran influencia: el acceso a un click a la ingente cantidad de información, permiten la comunicación con gente en la otra parte del mundo, rapidez en las compras sin salir de casa, potente publicidad que aparece al acceder a cualquier página web... sin ser conscientes de las consecuencias de todo esto.

Como dice Yuval Noah Harari en su libro "Sapiens. De animales a dioses" es fruto de la imaginación del hombre, no existe, existe porque creemos que existe. Es fruto de la imaginación del hombre, el cual no necesitamos para nuestra supervivencia (entendido como algo primitivo de la especie humana). Sin embargo, muchos son los que "no podrían vivir" sin consultar el móvil o sus redes sociales.

Queda por ver cómo el uso de las nuevas tecnologías influye en nuestras capacidades cognitivas. De ser un lujo, han pasado a ser una necesidad. Se está perdiendo el vínculo con la gente, estamos todos conectados pero a la vez solos. Le invito a observar un día cualquiera en el metro y contar las personas que van absortas mirando el teléfono

móvil; observar un restaurante y darnos cuenta de la gente que mira el móvil sin mantener una conversación con los demás sentados en la mesa; comunicarse con familiares por WhatsApp® desde habitaciones de la misma casa; en definitiva, nos acercamos a gente que está lejos pero nos separamos de los que están cerca.

Si hablamos del poder de las redes sociales, podríamos decir que cuentan con una publicidad "inconsciente", que por lo general la gente muestra solo lo mejor, sus viajes, su ropa nueva, los kilómetros que ha corrido, etc. Sin embargo, su día a día, muchas veces no coincide con esa realidad inventada, pudiendo ser fruto de las frustraciones, sobretodo, si hablamos de la etapa de la adolescencia. Además, muchas aplicaciones están diseñadas para ser adictivas, produciendo gratificaciones instantáneas y fomentando dicha frustración en los más jóvenes.

Debemos tener en cuenta que las tecnologías son un invento del hombre; son instrumentos a nuestra disposición los cuales nos pueden facilitar conocimientos, funciones, comunicación, etc. y que han demostrado ser fundamentales para la comunicación y entretenimiento durante la pandemia del virus COVID-19, pero todo depende de cómo lo utilizemos. Las aplicaciones están diseñadas para pasar el mayor tiempo posible ante la pantalla. Su objetivo es que el usuario pase más tiempo para recoger más datos y poner más publicidad.

En cuanto a los jóvenes (niños y adolescentes) no solo nos tiene que preocupar el contenido al cual acceden (didáctico, violento, educativo, sexual, etc.), también el tiempo que dedican a su uso.

Ellos pueden hacer varias actividades a la vez, escuchar música, ver vídeos en YouTube®, chatear por WhatsApp®, subir una foto a Instagram®. Sin embargo, no son estas aplicaciones el problema, sino el tiempo que no comparten con sus amigos, realizando actividades de ocio o extraescolares, estudiando, jugando en el parque o haciendo deporte. Lo dice Pedro Pedrero, de *Proyecto Hombre* "la adicción no tiene que ver con el número de horas, sino con las consecuencias".

En la nueva década que comienza, ya no es algo novedoso que una persona esté conectada a uno o dos dispositivos, sino que ahora, los objetos también se conectan entre sí. (Google Chromecast®, Amazon Echo Dot®, Bluetooth®, etc.).

Vivimos en una sociedad a contrarreloj, todo son prisas, no tenemos tiempo para quedar con nuestros amigos de toda la vida o con nuestros familiares, lo asociamos al mundo laboral y a la rutina diaria, pero ¿se ha parado a pensar el tiempo que le dedica al móvil y cuántas veces desbloquea la pantalla a lo largo del día?

BIBLIOGRAFÍA

1. L'Ecuyer C. Educar en el asombro. Ed. Plataforma Actual; 2012.
2. Elpais.com [Internet]. Empantallados: la adicción sin sustancia que empieza a los 14 años. Crecer conectados. [Actualizado 6 abril 2019; Acceso 19 enero 2021]. Disponible en: https://elpais.com/sociedad/2019/03/23/actualidad/1553363424_494890.html
3. Sahu M, Gandhi S, Sharma MK. Mobile phone addiction among children and adolescents: a systematic review. *J Addict Nurs*. 2019. 30(4):261-268.
4. Bernete F. Usos de las TIC, Relaciones sociales y cambios en la socialización de las y los jóvenes. *Revista de estudios de juventud*. 2010. 88: 97-114.
5. Cornejo M, Tapia ML. Redes sociales y relaciones interpersonales en internet. *Fundamentos en Humanidades*. 2011. 2(24): 219-229.