



La tecnología afecta el coeficiente intelectual de los niños

* Por Marco Paz Pellat

Las actividades relacionadas con la escuela, el trabajo intelectual, la lectura, la música, el arte, los deportes, y otros tienen un poder estructurador y nutritivo del cerebro mucho mayor que las pantallas recreativas

Hoy en día es intenso el debate sobre los beneficios y perjuicios del uso de la tecnología. Los beneficios están a la vista en materia de comunicación, colaboración, acceso al conocimiento, comercio e innovación sin fronteras, entre otros. El mundo es uno antes y después de Internet. También hay cada vez más evidencia de los perjuicios del uso de la tecnología, como el caso del creciente tiempo que permanecen los niños y jóvenes, los "nativos digitales", frente a una pantalla, ya sea una televisión, una computadora, una tableta o un celular, o la combinación de todos ellos, viendo una serie o película, jugando un videojuego o participando en alguna de las redes sociales que existen. Hay recientes hallazgos que afirman que debido a ello la presente generación de nativos digitales será la primera generación que tendrá un coeficiente intelectual menor al de sus padres por el uso excesivo e inadecuado de la tecnología, según lo afirma el neurocientífico Michel Desmurget en su entrevista para la BBC (<https://bbc.in/39sqoME>). Desmurget, el reconocido director de Investigación del Instituto Nacional de la Salud de Francia, afirma que la actual generación está expuesta a una "orgía digital" que los afecta severamente frente a sus padres que, por desconocimiento o manipulación, no alcanzan a identificar el grave riesgo que representa para sus hijos la exposición creciente y no supervisada a

la tecnología. Hasta hace unos años, basado en el denominado efecto Flynn, los investigadores habían observado un crecimiento del coeficiente intelectual generación tras generación, pero ello dejó de ser así hace pocos años, en países como Noruega, Dinamarca, Finlandia, Países Bajos, Francia, entre otros. Si bien Desmurget menciona que el uso de la tecnología no es el único factor en la disminución del coeficiente intelectual, concluye que sí hay evidencia suficiente que apunta a que es determinante. Asegura que "varios estudios han demostrado que cuando aumenta el uso de la televisión o los videojuegos, el coeficiente intelectual y el desarrollo cognitivo disminuyen porque los principales fundamentos de nuestra inteligencia se ven afectados: el lenguaje, la concentración, la memoria, la cultura (definida como el cuerpo de conocimiento que nos ayuda a organizar y comprender el mundo)". La exposición prolongada a los dispositivos digitales tiene consecuencias en los cerebros: "Disminución en la calidad y cantidad de interacciones intrafamiliares, que son fundamentales para el desarrollo del lenguaje y el desarrollo emocional; disminución del tiempo dedicado a otras actividades más enriquecedoras (tareas, música, arte, lectura, etc.), interrupción del sueño, que se acorta cuantitativamente y se degrada

cualitativamente; sobreestimulación de la atención, lo que provoca trastornos de concentración, aprendizaje e impulsividad; subestimulación intelectual, que impide que el cerebro despliegue todo su potencial; y un estilo de vida sedentario excesivo que, además del desarrollo corporal, influye en la maduración cerebral". Y agrega, "el cerebro no es un órgano 'estable'. Sus características 'finales' dependen de la experiencia. Las actividades relacionadas con la escuela, el trabajo intelectual, la lectura, la música, el arte, los deportes, y otros tienen un poder estructurador y nutritivo del cerebro mucho mayor que las pantallas recreativas. Pero nada dura para siempre. El potencial de la plasticidad cerebral es extremo durante la infancia y la adolescencia. Después, comienza a desvanecerse. No desaparece, pero se vuelve mucho menos eficiente". Desmurget dice que el daño empieza con la prevalencia de los usos recreativos más empobrecedores. Y cada vez se le dedica más tiempo. Actualmente en promedio en los países desarrollados un niño de 2 años interactúa 2 horas al día con dispositivo digital, 5 horas un niño de 8 años y 7 horas un joven. Esto quiere decir, afirma, que "antes de llegar a los 18 años, nuestros hijos habrán pasado el equivalente a 30 años escolares frente a pantallas recreativas o, si lo prefiere ¡16 años de trabajo a tiempo completo! Como respuesta a este terrible

problema de nuestros tiempos propone involucrar a los niños y jóvenes en el tema y darles información para que tomen conciencia de la gravedad del problema que enfrentan, limitar el uso recreativo de los dispositivos a media hora o una hora diaria, y formarlos en el uso productivo de la tecnología y sus usos. "Necesitan que se les diga que los usos recreativos dañan el cerebro, perjudican el sueño, interfieren con la adquisición del lenguaje, debilitan el rendimiento académico, perjudican la concentración, aumentan el riesgo de obesidad, entre otros". Algunos países están legislando sobre este tema. Taiwán, por ejemplo, considera el uso excesivo de las pantallas digitales como una forma de abuso infantil y ha establecido fuertes multas para los padres que exponen a niños menores de 24 meses a cualquier aplicación digital y que no limitan el tiempo de pantalla de los 2 y 18 años. Interesantes y preocupantes hallazgos que urge investigar en el caso de nuestro país, y más en tiempos de pandemia, donde nuestros hijos y jóvenes se han volcado al uso de dispositivos digitales para seguir en clases y para compensar el ocio al aire libre.

* **Contacto:** www.marcopaz.mx, alfil3000@gmail.com, [Twitter @marcopazpellat](https://twitter.com/marcopazpellat), www.facebook.com/MarcoPazMX, www.ForoCuatro.tv y www.ruizhealytimes.com

