

Uso excesivo de redes sociales y plataformas, un asunto de salud pública

El gobierno de México, encabezado por la presidenta Claudia Sheinbaum, presentará a finales de agosto una propuesta para proteger a niñas, niños y adolescentes de los efectos del uso excesivo de plataformas digitales y redes sociales. La iniciativa, construida a partir de foros regionales, consultas públicas y evidencia científica, busca generar conciencia sobre los riesgos y definir medidas regulatorias, comenzando por el ámbito escolar y avanzando hacia regulaciones sobre mecanismos adictivos de las plataformas. Durante la conferencia matutina del pasado 3 de agosto, Sheinbaum subrayó que se trata de un asunto de salud pública. “El problema es un asunto de salud pública. Es como las drogas: si el asunto de las drogas lo vemos exclusivamente como el tema de la comercialización, la distribución y la producción, se vuelve un asunto solamente de seguridad nacional; si no vemos la parte del consumo, pues entonces nos está faltando una parte. En este caso es lo mismo, es un tema que tiene que ver con la salud de las niñas y los niños de México, de las y los adolescentes”, afirmó. La propuesta se sustenta en

Por el Staff de El Inversionista

Hoy en día existe una fuerte discusión en el sentido del reemplazo de una infancia basada en el juego por una “infancia basada en el teléfono”, lo que ha provocado un incremento de problemas de salud mental

opiniones de especialistas y estudios. El psicólogo social Jonathan Haidt, profesor de la Universidad de Nueva York y autor del libro La generación ansiosa, participó en la discusión y alertó que el reemplazo de una infancia basada en el juego por una “infancia basada en el teléfono” ha provocado un incremento de problemas de salud mental. Según Haidt, entre 2010 y 2015 el uso masivo de smartphones y redes sociales coincidió con aumentos en depresión, ansiedad, trastornos alimentarios, problemas de atención y aprendizaje, además de mayor exposición a riesgos. Recomendó dos medidas ya aplicadas en varios países: prohibir teléfonos

inteligentes durante toda la jornada escolar y elevar a 16 años la edad mínima para abrir cuentas en redes sociales. “Las redes sociales son totalmente inapropiadas para los niños. Hablar con desconocidos es una actividad para adultos... por eso les recomiendo a ustedes proteger a los niños de México contra productos diseñados para crear adicción”, señaló, citando el ejemplo de Australia.

Arturo Béjar, especialista en seguridad digital, presentó datos de una investigación con más de 240,000 personas: uno de cada cinco adolescentes reportó haber visto contenido que afectó

negativamente la percepción de su cuerpo; una de cada ocho recibió acoso sexual de desconocidos; y una de cada once estuvo expuesta repetidamente a publicaciones sobre autolesiones o suicidio. Explicó que mecanismos como el scroll infinito, la reproducción automática, notificaciones constantes y algoritmos personalizados favorecen el uso compulsivo y exponen a menores a contenidos dañinos, incluso en aplicaciones infantiles. Cifras oficiales indican que el 70% de madres y padres apoya la restricción total de celulares durante la jornada escolar. Los foros continúan (próximo el 19 de agosto en Nuevo León) y se espera que la propuesta inicial se centre en escuelas antes del ciclo escolar que inicia a finales de agosto, mientras se debate una regulación más amplia de las plataformas para limitar diseños adictivos y priorizar el interés superior de la niñez. Esta medida busca equilibrar el acceso a la tecnología con la protección del desarrollo integral, la salud mental y el bienestar de las infancias y juventudes mexicanas, a partir de un consenso social y evidencia científica.

