

## ESPACIO ABIERTO

### Era digital ¿bienvenida?

**Jaime Mañalich**  
Médico



**D**entro de los efectos que produjo la pandemia del Covid, está la penetración acelerada del uso de Internet y redes sociales. En el grupo que más creció este fenómeno es en niñas, niños y adolescentes (NNA). Si antes de 2019, el acceso a un celular ocurría a los 12 años, ahora es a los 8, 9, con casi el 90% de los encuestados señalando que tienen un dispositivo propio. Solo uno de cada dos establecimientos escolares dice que hay acceso a Internet en el recinto, siendo las escuelas de segmentos más vulnerables aquellas con menor disponibilidad, poniendo a sus estudiantes en una crisis de edu-

cación ya documentada, de difícil solución en tiempos en que ni siquiera la asistencia universal a la educación básica está garantizada.

El uso de teléfonos “inteligentes” puede haber contribuido a algún nivel de continuidad educacional; considerando que el 87% de los adolescentes tienen un celular propio con acceso a Internet y casi todos se conectan todos los días. Un estudio de Unicef informa que esta facilidad de acceso individual no ha traído solo beneficios, sino que ha abierto un enorme riesgo de daños que alarman a profesores y padres. Por ejemplo, incluyendo solo a niñas, señala que el 45% tuvo acceso a imágenes de violencia de alta crueldad, 40% a información de personas que usan drogas, 22% a páginas con instrucciones para cometer suicidio, 28% a maneras de producirse daño a sí misma, 34% a mensajes discriminatorios y 33% a indicaciones para lucir muy delgada (anorexia o bulimia). También entre niñas, en todos los estudios siempre más agredidas que los niños, dos de cada tres indican que ha recibido un trato ofensivo de parte de alguien de la comunidad escolar, y cuatro de cada 10 son contactadas por desconocidos. Uno de cada cuatro menores de 10 años es contactado por personas que no conoce, y uno de cada tres de los contactados por personas que

no conocen tienen luego un encuentro presencial.

Ya existen múltiples estudios que correlacionan la mayor exposición al celular con menos rendimiento educacional y más trastornos de conducta.

Un reciente artículo de la prestigiosa revista Lancet trata de responder a la pregunta, ¿qué hacer? Propone algunas medidas: retrasar la edad de inicio de la exposición a celulares al menos hasta los 13 años (en el comentario llegan a sugerir 16); agregar mensajes de advertencia a los contenidos digitales, empezando por los productos que se ofrecen a través de redes no sujetos a regulación. El mejor ejemplo es la inducción al vapeo. Luego, hacer uso de mecanismos que ya existen en los dispositivos, como el bloqueo de horarios, o a algunas redes específicas. Se sugiere también el uso de impuestos correctivos; o definir espacios libres de celulares, como la escuela, iniciativa que ya se está tomando en muchos países. Por último, se hace imprescindible una educación para la era digital desde los primeros niveles, que ayude a discernir y familiarizar con los riesgos.

El celular produce adicción. Para NNA puede ser una droga que marque toda la vida. Repitamos: ¿Qué se puede hacer?