

RAÚL CAAMAÑO MATAMALA,  
PROFESOR UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TEMUCO

## ¿Appducidos?

No es la pretensión confundir. El título propuesto es un neologismo, muy propio de la modernidad del siglo de las comunicaciones, en tanto supone el empleo, de parte de un usuario, de un programa o una herramienta informática que le permite efectuar diversos trabajos, operaciones o funciones. Se trata de las ya hiperconocidas apps o aplicaciones móviles. ¿Appducido se parece a abducido? Hum, sí, se funden sus formas y sus significados se intrincarán, pero no.

¿Appducidos? ¿Se han sentido appducidos alguna vez? Es probable que muchos no se sientan reconocidos en esta calificación. Porque en este caso, más bien, entendemos o entenderemos por appducidos, a quienes son, somos atrapados, arrebatados o apartados por el indiscriminado uso de las aplicaciones móviles ya presentes en nuestros teléfonos móviles, además del sinnúmero de aplicaciones que añadimos por recomendación o propia decisión.

Añado una consulta decidora. ¿Saben cuánto tiempo usamos semanalmente el teléfono móvil? En esta cuenta no se consigna el número de llamadas telefónicas realizadas o recibidas ni el tiempo de ellas; eso es la base, para eso es destinado el uso del teléfono móvil; no, el uso del aparato en cuestión se utiliza de modo incremental según el número de aplicaciones móviles disponibles en él. ¿Nombro algunas? Whatsapp, Facebook, Instagram, X (ex Twitter), YouTube, Gmail, Amazon, Google maps, Telegram, Spotify,... solo para comenzar, entre las más utilizadas el último tiempo. ¿Las reconocen, cierto? ¡Ah!, la aplicación que yo sí sugiero a mis alumnos es. DLE, ni más ni menos, el Diccionario de la Lengua Española. ¡Añádanla, sin ningún tipo de remordimiento!

Es posible que no apreciemos a simple vista cuánto tiempo nos consume el portar el teléfono móvil, o derechamente el grado de dependencia de su uso, más allá de llamar o recibir llamadas, de enviar mensajes y contestarlos, o como es el caso que comentamos, el uso de mil y una aplicaciones de diverso tipo preinstaladas, o que hemos ido añadiendo por un u otro azar. En este último caso, quizás no lo advertimos todos, se trata de una verdadera adicción; entonces, vale la pregunta, ¿estamos appducidos? O, ya con reconocimiento por medio, ¿hemos sido appducidos y ya venimos de regreso? Pero,... ¿estamos curados? ¿Cuántas horas promedio semanal acusa nuestro propio teléfono móvil?

Este grado de dependencia asumido o no, ¿quién o quiénes lo padecen más? ¿Los usuarios directos o las personas que nos rodean? ¿Por qué quienes nos rodean? Porque si en situación de presencialidad, en grupo, algunos si no están conectados con sus propias aplicaciones móviles, otros lo que esperan es interactuar, conversar, platicar con sus amistades, quizás después de qué tiempo que no se encontraban. La acción más reprochable es que mientras están juntos alguien dedique ese tiempo o parte de él a estar revisando su móvil, en realidad revisando sus aplicaciones móviles.

¿Appducidos? No lo duden, por angas o por mangas, sí. Como parece que no es posible contener tal avalancha, debemos adoptar algunas medidas de contención. Sugiero revisar cuál o cuáles sí son esenciales, caso contrario desestimarlas, suspenderlas, y mantener las más necesarias en función de la actividad profesional, académica o laboral del usuario.

Hay que comenzar. Tomen el toro por las astas. Esta semana desechen, sin remordimientos, entre cinco y diez aplicaciones (por ejemplo, aquellas de divertimento, de juegos). En quince días más, otras cinco. Y si es necesario desestimar otras, ¡bien! Y notarán diferencias. De ahí, me cuentan.

¡No se aparten! Vuelvan a la comunicación personal o interpersonal. Que disminuya el tiempo de uso del teléfono móvil. ¡Salud! Que se convierta en mucha salud en nuestras vidas.