

Celulares: Un diagnóstico errado

Señor Director:

Este miércoles recién pasado, la psiquiatra Viviana Herskovic y la oftalmóloga Ximena Katz se sumaron a las personas que culpan a los celulares de afectar negativamente la salud mental, a pesar de que, como lo he dicho en anteriores cartas, la literatura especializada concluye que no es posible afirmar tal cosa (Odgers y Jensen, 2020; Vuorre y Przybylski, 2023).

Estas profesionales, adicionalmente, avanzan un paso más en el ataque a los celulares: los vinculan con el aumento de la miopía en niños y jóvenes.

Respecto de pantallas y miopía se han realizado centenares de estudios y recientemente se publicaron dos revisiones sistemáticas (Khalaf *et al.*, 2024; Chen y Yao, 2024) y un metaanálisis (Zong *et al.*, 2024) que concluyen que no es posible atribuir a los celulares la epidemia de miopía. De hecho, esta comenzó bastante antes del uso a gran escala de los celulares.

Los autores plantean que el verdadero factor de riesgo para la miopía sería la cantidad de tiempo y frecuencia con que se realiza trabajo visual de corta distancia (Huang *et al.*, 2015), independientemente de si se trata de lectura, escritura, ver televisión o de trabajo frente a pantallas de computadores, tabletas o celulares. Y algo muy relevante para el tema en cuestión: el análisis estratificado por tipo de pantalla (computadores, televisores y celulares) muestra que los celulares no se

vinculan con la miopía.

En consecuencia, los argumentos de la psiquiatra Viviana Herskovic y la oftalmóloga Ximena Katz para restringir los celulares se basan en un diagnóstico errado, sin fundamento en la ciencia.

Las intervenciones basadas en un diagnóstico errado no solo son ineficaces, sino que pueden resultar perjudiciales. ¿No se ha pensado, por ejemplo, en las negativas consecuencias para el desarrollo de la inteligencia digital de niños y jóvenes, sobre todo en un mundo cada vez más digitalizado, el prohibirles que usen, en palabras de Pedro Gandolfo, "el más útil de los útiles que el hombre ha inventado"?

CLAUDIO IBÁÑEZ S.

Psicólogo

Director Instituto Chileno de Psicología Positiva