

Uso de teléfonos "inteligentes"

Señor Director:

El proyecto de ley en trámite en el Congreso, que prohíbe el uso de teléfonos "inteligentes" hasta el sexto año básico, es un avance significativo, pero aún insuficiente. El impacto de las pantallas en el desarrollo es un tema de relevancia, que afecta a millones de personas. A medida que la tecnología penetra, también lo hace su influencia en el desarrollo neurocognitivo, la salud mental y el bienestar de las generaciones jóvenes.

El uso excesivo de teléfonos inteligentes pasó a ser un problema global, con efectos más graves en comunidades vulnerables. En áreas con acceso limitado a recursos educa-

tivos y de salud mental, el uso desmedido de pantallas puede agravar desigualdades, aumentando el riesgo de adicción a la tecnología y trastornos de salud mental.

La Unesco (2020) señala que en países con sistemas educativos débiles los teléfonos inteligentes han fragmentado el aprendizaje. En comunidades vulnerables se observa un aumento en la dependencia de redes sociales como sustituto de relaciones humanas saludables, una situación que veo diariamente en mi práctica clínica.

El uso excesivo de estos dispositivos puede tener repercusiones profundas en la sociedad. Los trastornos emocionales en la infancia y adolescencia están vinculados a problemas sociales más amplios, impactando negativamente, incluso, el crecimiento económico.

La OMS advierte que la falta de intervención temprana perpetúa ciclos de pobreza y exclusión social, limitando oportunidades de desarrollo de individuos y comunidades

Es crucial que el proyecto de ley amplíe la prohibición del uso de teléfonos "inteligentes" más allá del sexto año básico para proteger a todos los estudiantes y prevenir problemas de salud mental infantil y adolescente.

DR. ELÍAS ARAB

Psiquiatra de niños y adolescentes Cooperativa Médica Las Condes