

Las nuevas dolencias por la adicción al móvil, whatsapp, internet... Realidades y mitos sobre los efectos del móvil y la red en el comportamiento humano.

Javier Ricou, La Vanguardia 25/04/2015

"Todo esto recuerda a lo que ya pasó en la época de la colonización", afirma Ferran Lalueza, profesor de Comunicación de la Universitat Oberta de Catalunya (UOC). "En este asunto hay una parte de literatura fantástica y preocupa que desde algunos medios se esté dando una visión casi apocalíptica del tema, como si todos fuésemos a engancharnos a una nueva tecnología", indica Facund Fora, psiquiatra del Centro Médico Teknon. "Estamos en la era del etiquetado masivo de síndromes y trastornos. Todo se convierte en patológico y todo es susceptible de ser medicado", afirma Sara Velasco Ortuño, psicóloga de la Universidad de Granada, experta en el tratamiento de adicciones.

Para estos expertos es, sin embargo, un error hablar de "enfermedades" cuando uno se refiere a estas nuevas conductas propiciadas por las nuevas tecnologías.

Facund Fora lanza un mensaje tranquilizador: "No deberíamos llegar a preocuparnos, porque no va a haber una epidemia de problemas, pero eso no quita que debemos de tener muy presente que la forma en que nos relacionamos con las nuevas tecnologías es un tema al que hay que prestar cada día más atención".

Sara Velasco considera "que lo importante es recalcar el hecho de que la mera existencia de estos adelantos, que tanto nos favorecen, nos facilitan la vida y derriban barreras, no son sinónimo de peligro, pero sí puede generar problemas en la conducta de las personas si se hace un uso inadecuado de los mismos".

Los trastornos severos raras veces llegarán, por lo tanto, por el impulso de mirar constantemente el teléfono aunque no se espere ninguna llamada ni mensaje importante, ni por la ansiedad momentánea que puede generar olvidar coger el aparato cuando se sale de casa... "se constatan cuando hablamos de tecnoadicciones, que van en dos sentidos. Uno es la adicción a videojuegos en adolescentes y adultos jóvenes, que sí es una realidad nueva. Y el otro es el trasvase a la red de adicciones de toda la vida, las llamadas "adicciones sin sustancias": a los juegos de apuestas, al sexo o compras compulsivas. Internet las fomenta porque disminuye las barreras y facilita estos comportamientos al no existir por ejemplo límites de tiempo o distancias que recorrer para conseguir algo", alerta José María Martínez-Selva, catedrático de Psicobiología de Murcia.

El psiquiatra Facund Fora revela, por su parte, que "en las consultas vemos cada vez más jóvenes que están sustituyendo la vida social real (salir, pasear, tomar algo, hablar, practicar alguna actividad) por una vida virtual: se pasan horas en las redes sociales o jugando o viendo series, en detrimento de una vida familiar y social saludable". Recuerda que "las obsesiones y las adicciones ya se daban en tiempos prehistóricos. Con las nuevas tecnologías cambian, simplemente, los medios y las formas. Por tanto, vamos a ir viendo nuevos problemas o trastornos en relación al uso de las nuevas tecnologías que vayan surgiendo pero, en el fondo, nada ha cambiado desde hace miles de años, cuando alguien descubrió que la necesidad de estar mascando o fumando hojas le impedía salir a cazar con el resto del grupo o vigilar la cueva en la que vivían."