



Nacional

General

Diaria

Tirada: **206.991** 

Difusión: 148.276

(O.J.D)

Audiencia: 518.966

13/01/2012

Sección:

Espacio (Cm\_2): **602** 

Ocupación (%): **74%** Valor (€): **13.079,74** 

Valor Pág. (€): **17.661,00** 

Página: 40



Imagen: Si

## La «ciberadicción» daña el cerebro

El abuso de internet puede reducir la atención y el control cognitivo

J. V. Echagüe

MADRID- Que el trastorno de adicción a internet -IAD en sus siglas en inglés-es una realidad ya se sabía, pese a que aún no ha sido incluido en los manuales de des órdenes mentales. Y tampoco es un secreto que el abuso de las redes va asociado a otros trastornos como la ansiedad y la depresión. Sin embargo, lo que se desconocía hasta la fecha es que pudiera da-ñar el cerebro. Éso parecen haber demostrado científicos de la Academia de Ciencias de China, en Wuhan, cuya investigación se publica en la revista «PLoS One». ¿Su objetivo? Investigar en adoles-centes con IAD la integridad de la sustancia blanca cerebral, una parte del sistema nervioso central cuyas fibras trasladan de una región a otra la información que

## Menos habilidades

El equipo, liderado por Hao Lei, comparó una muestra de casi veinte adolescentes con adicción a internet y otros tantos sin el trastorno. Tras practicarles una resonancia magnética, el resulta-



EXPERIMENTO

Los científicos estudiaron a adolescentes con trastorno de adicción a internet

capacidad de razonar y problemas motores

do arrojó que los primeros sufrían daños en la libras de la sustancia blanca. Así, la atención ejecutiva, la toma de decisiones, el control cognitivo y el procesamiento emocional se vieron afectados. «Los resultados sugieren que el IAD causó reducciones generalizadas de las vías de la materia blanca. Yla anormalidad de esta materia puede estar ligada a varios trastornos de conducta», afirman los responsables del estudio. Con todo, los científicos creen que, tras el hallazgo, sería posible llegar a obtener un tratamiento para luchar contra el trastorno.

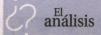
La adicción a internet ha llegado tarde a España, pero ha llegado. Y las previsiones apuntan a que podría crecer. Algunos expertos estiman que entre el 10 y el 15 por ciento de los españoles está enganchado a la red. La cifra se dispara si nos centramos en los menores. Según datos de la Comisión Europea, el 41 por ciento de los niños de entre 11 y 16 años muestra síntomas de la adicción.

«Los psicólogos en España cada vez tienen a más chavales con problemas de adicción a la tecnología», afirma a este diario Juanma Romero, responsable del portal web Adicciones Digitales. Pero, ¿cuántas horas al día se tienen que emplear en la red para asegurar que alguien es adicto? «Hay que diferenciar entre uso, abuso y adicción. Dos horas todos los días puede ser un abuso. Y, si durante el fin de semana se tiene la necesidad de conectarse sí o sí, eso es una adicción», asegura.

## Los niños, 77 minutos al día

El dato no anda desencaminado de la realidad. Según el informe «EU Kids Online» organizado por la Unión Europea, los menores españoles de entre 9 y 16 años pasan 71 minutos diarios inmersos en la red, mientras que en Europa la media es de 88 minutos Los 9 años suponen, precisamente, la edad de inicio en el ciberespacio.

El daño cerebral no es el único que puede darse en el plano físico. «El principal es la obesidad», apunta Romero. Yes que el hecho de estar inertes ante el teclado, sin apenas moverse, y consumiendo bebidas ricas en azúcares es algo que se lleva a cabo «con el total desconocimiento de los padres».



Josep M<sup>a</sup> Serra-Grabulosa Neuropsicólogo

## ¿Autopistas de nuestra mente?

• ¿Qué función cumple esa sustancia blanca que, según el estudio, resultaría dañada por la adicción a internet?

-La sustancia blanca la formarían las vías de comunicación del cerebro. Sería como la red de carreteras y autopistas de estro cerebro, que conducen a la información de una región a otra. La información se pro-cesa en diferentes partes. Y los recuerdos fluyen de un lugar a otro con más o menos rapidez. Si estas vías no son eficientes, la información fluve más lentamente, el individuo tiene me nos capacidad de razonar y de recordar... Las neuronas tienen dos partes, por un lado el nú-cleo –su cuerpo– y, por otro, el axón, o sustancia blanca, la vía por la cual una neurona envía información a otras

¿La zona se deteriora de manera natural?

-Entre las personas mayores, hay algunas que cognitivamente envejecen bien, mientras que en otras es peor. Aquél que está fabuloso, es gracias a la eficiencia de la sustan-

cia blanca.

¿Cree posible que la adicción a internet pueda dañar esas vías y autopistas de nuestro cerebro?

-En principio no me consta. Pero, de producirse algún daño, sería difícilmente perceptible por un radiólogo. Debería ser algo microscópico.