

	Tirada: 206.991	Sección: -	
	Difusión: 148.276 (O.J.D.)	Espacio (Cm_2): 602	
Nacional	Audiencia: 518.966	Ocupación (%): 74%	
Diaria	13/01/2012	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 desórdenes 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 dañar el cerebro. Eso 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 adolescentes 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 procesamos.

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-

La sustancia blanca está formada por un conjunto de fibras nerviosas que contienen axones, parte de las neuronas que facilitan la transmisión de información.

Los daños: La información fluye más lentamente, menos capacidad de razonar y problemas motores.

EXPERIMENTO

Los científicos estudiaron a adolescentes con trastorno de adicción a internet

do arrojó que los primeros sufrían daños en la fibras 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

Sustancia blanca

IAD causó reducciones generalizadas de las vías de la materia blanca. Y la anomalía 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. Y es 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^a 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 nuestro cerebro, que conducen a la información de una región a otra. La información se procesa 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 fluye más lentamente, el individuo tiene menos capacidad de razonar y de recordar... Las neuronas tienen dos partes, por un lado el núcleo —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 sustancia 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.

