

Siete de cada diez menores de 15 años tienen móvil y los expertos aconsejan no retirárselo

EL NÚMERO DE NIÑOS CON TELÉFONO AUMENTA EN NAVARRA UN 24% EN SIETE AÑOS

Los expertos aplauden que la adicción a tecnologías se incorpore al Plan de Drogodependencias pero piden que no "se demonicen"

M. GONZÁLEZ

PAMPLONA. El teléfono móvil, y más desde que permite el acceso a Internet, continúa su carrera imparable, sobre todo entre los niños y las niñas de entre 10 y 15 años. Los menores con móvil han aumentado un 24% desde 2004 y siete de cada diez menores dispone de un aparato, al igual que el 96,5% de los hogares navarros. Unas cifras que han llevado a los expertos a felicitar por la probable inclusión de las adicciones a las nuevas tecnologías en el próximo Plan de Drogodependencias, pero también a pedir que no se demonice esta herramienta de comunicación. "El móvil se ha convertido, sobre todo en los niños y adolescentes, en el elemento estrella, en un principio por los sms y ahora por el uso de las redes sociales. Su objetivo fundamental es estar permanentemente conectados con su círculo de amistades y es su principal medio de obtención de información", señala el director general de Gobierno Abierto y Nuevas Tecnologías, Guzmán Garmendia, quien, al igual que otros especialistas, no obvia los peligros de un mal uso de los móviles pero destaca sus aspectos positivos. "La valoración creo que es muy positiva, ya que al contrario de lo que algunos piensan sobre que puede producir aislamiento, con ellos ha aumentado la socialización de las personas por estar en continuo contacto con los amigos. Aunque como todo, el uso excesivo se puede convertir en patológico y producir casos de dependencia", explica.

TIPOS Las autoridades sanitarias trabajan ahora en la clasificación de las adicciones. Estas pueden ser de dos tipos: a sustancias, como alcohol y drogas, y de conducta, donde se incluiría la adicción al móvil y a Internet. La prevalencia de la dependencia del teléfono cambia según el rango de edad y es más frecuente entre jóvenes. "Las nuevas tecnologías han entrado de su mano, por eso la prevalencia de estas adicciones es mayor entre ellos", aclara la psiquiatra infantil y general del Servicio Navarro de Salud-Osasunbidea, Migdyrai Martín Reyes, que desarrolla su labor en la Clínica de Rehabilitación de Salud Mental.

La frontera que separa un uso patológico del que no lo es está marcada, entre otros, por dos síntomas: ansiedad y una dedicación de tiempo excesiva. "La persona adicta sufre un nivel de ansiedad muy grande si olvida el móvil en casa o no lo tiene dis-

LOS DATOS

98%

● **98% de cobertura.** Navarra tiene en telefonía móvil entorno al 98% de cobertura poblacional y en regiones con una orografía difícil, las zonas montañosas o los núcleos de población muy pequeños presentan niveles de cobertura menor. Las operadoras están intentando completarla, así como desplegar redes de nueva generación como la 4G.

● **Voz y datos.** En 2000, el número de líneas por cada 100 habitantes era de 59,9 solamente usadas para servicios exclusivos de voz, en el año 2010 ya eran 109,7 con usos tanto de servicios de voz como servicios de transmisión de datos.

● **Servicio estrella.** En los últimos años ha sido espectacular el aumento del acceso a Internet por móvil. En Navarra, según el ONTSI, los hogares con acceso a Internet vía teléfono móvil han pasado del 1,7% (2006) al 15,9% (2011), por lo tanto está claro que el acceso a Internet es el servicio estrella de los teléfonos móviles.

ponible, se siente insegura, sufre palpitaciones, inquietud, desconcierto, inseguridad, vuelve a buscarlo por lejos que esté. Todos lamentamos olvidar el teléfono porque nuestra vida está montada en función de la tecnología, pero no llegamos a la crisis de ansiedad", explica. En cuanto al tiempo, este apunta a un trastorno si el usuario, "mira constantemente el teléfono y el uso interfiere en su vida cotidiana y relaciones sociales", dice la experta, quien rechaza, no obstante, crear el falso concepto de que al niño o adulto aficionado a la tecnología es un enfermo. "El trastorno se da cuando la persona no puede llevar una vida normal", insiste.

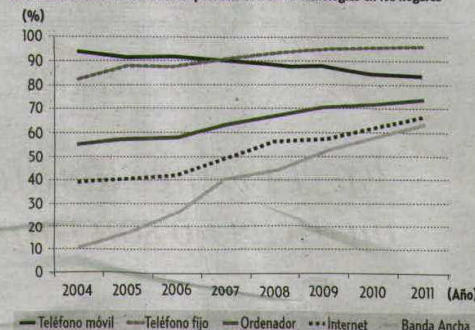
Los expertos, sin embargo, subrayan cómo la existencia de estos problemas no debe llevar a temer las nuevas tecnologías. "No se deben satanizar como algo malo que causa enfermedades. No provocan adicción en todo el mundo sino en un pequeño porcentaje y no es la tecnología la que genera el problema sino la existencia de un grupo de personas vulnerables a las adicciones. Satanizar la tecnología es tan absurdo como lo fue la ley seca para el alcohol", señala. "Por miedo a la



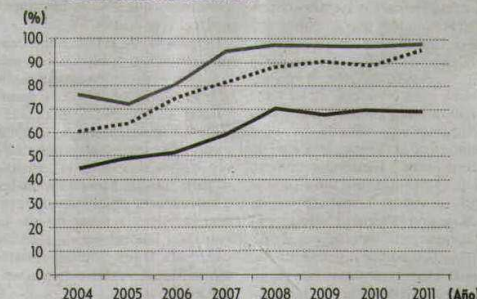
Una madre consulta su teléfono en compañía de su hija. FOTO: D.N.

EQUIPAMIENTO Y USO DE NUEVAS TECNOLOGÍAS

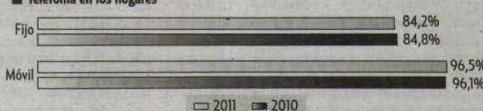
■ Evolución desde 2004 de la disposición de nuevas tecnologías en los hogares (%)



■ Evolución del uso del ordenador, Internet y tenencia de móvil entre los niños de 10 a 15 años desde el año 2004 al 2011 (%)



■ Telefonía en los hogares



Fuente: TIC-H 2011. INE

INFOGRAFÍA: MAITANE BERNABEU

adicción, no podemos privar a los niños y adolescentes de las tecnologías, que les aportan, enriquecen y facilitan la vida", defiende.

"El móvil es una maravillosa herramienta salvo cuando produce una pérdida de control. Para evitarla es mejor educar y prevenir que tratar después el trastorno", coincide Juan Carlos Oria, psicólogo clínico y director del Hospital de Drogodependencias Zuria, dedicado en exclusiva a tratar adicciones. "Lo adecuado es hacer intervención psicológica y educativa dirigida, entre otros fines, al control de los estímulos, haciendo, por ejemplo, que los alumnos no utilicen el móvil en el aula, pero también debe haber una actuación en el ámbito familiar con el fin de que los niños dediquen un tiempo a cada cosa", apunta.

COMPRA "Los niños tienen móviles porque se los compramos y pagamos los padres. La responsabilidad educativa es nuestra. Como cualquier otra situación, la utilización de teléfonos requiere aprendizaje, pero la brecha tecnológica dificulta la labor de los padres, sin embargo, deben esforzarse para estar al día y conocer los riesgos de las nuevas tecnologías", dice. "Los casos en que el móvil es utilizado para paliar déficits personales, como ansiedad o timidez, hay que afrontarlos y buscar una solución. Hay que encontrar el equilibrio entre el deber y el deseo", defiende.

Migdyrai Martín aconseja que los niños tengan tiempo "para jugar al aire libre y en grupo, leer... ofertas diversas que les enriquezcan". "Lo que les pone en situación de vulnerabilidad es olvidarlos con un móvil en la mano porque eso crea carencias en las relaciones sociales y afectivas. El niño que se engancha es aquel al que no se le habla, con el que se no interactúa, al que no se besa, al que no se dedica tiempo", alerta.