



EL DEBATE SOBRE EL ACCESO DE LOS NIÑOS A LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS DE LA COMUNICACIÓN

El móvil es cosa de niños... y de padres

Ocho de cada 10 niños extremeños de 9 a 15 años tienen móvil ≡ Los expertos aconsejan no apartarles de las nuevas tecnologías, pero instan a los padres a ejercer un control exhaustivo para evitar malos usos y prevenir posibles adicciones

A. F.
region@extremadura.elperiodico.com
CÁCERES

Cada vez es más usual ver a niños con teléfono móvil, incluso con los modernos *smartphones*. En casa, en la calle, en los centros educativos o en los lugares de ocio, la telefonía sin cables ha prendido entre los menores. De hecho, ocho de cada 10 niños de entre nueve y 15 años de Extremadura tienen móvil y solo en el País Vasco esta tecnología está más extendida entre los más pequeños del hogar. Sin embargo, la decisión de dar o no dar (un teléfono al hijo) se ha convertido en uno de los grandes dilemas de los padres actuales. Los riesgos asociados a su utilización (acceso a contenidos indebidos, abusos, posibles adicciones) despierta dudas. Los psicólogos y los psiquiatras sí lo tienen claro: hay que dar acceso a los niños a las nuevas tecnologías, pero siempre bajo control.

La extensión de la telefonía móvil no ha parado de crecer en los últimos años. Es un fenómeno social al que no escapan los niños. Según la última Encuesta sobre Equipamiento y uso de las Tecnologías de la Información en los Hogares, realizada por el Instituto Nacional de Estadística (INE), el 78% de los menores extremeño dispone de uno de estos aparatos para comunicarse con sus padres, con el resto de su familia o con sus amigos. Pero las preguntas siguen angustiando a los progenitores: ¿Es conveniente que tengan móvil? ¿Cómo les puede afectar en su desarrollo? ¿Qué riesgos entraña?

Es esta última cuestión la que más atemoriza a los padres. Porque un teléfono, sobre todo los que cuentan con conexión a internet, facilita el acceso a contenidos inapropiados (pornografía, violencia, racismo, acoso, abusos, que incitan a la violencia, que inducen a enfermedades como la anorexia) o puede suponer la pérdida de intimidad por la publicación inocente de datos personales. Pero además hay otro peligro: "Un abuso excesivo del móvil, de internet, de los juegos virtuales o de la televisión podría degenerar en una adicción hacia esos soportes tecnológicos y, consecuentemente, una dependencia de los mismos". Es el aviso que hace el psicólogo Celedonio Pérez de la Vaca. Según este profesor de la Universidad de Extremadura (Uex), hay que tener en cuenta que estos riesgos son mayores entre los menores: "Son personas más influenciadas y el con-



► ¿Conectados o enganchados? ► Una niña consulta el teléfono móvil en la avenida de Cánovas, en Cáceres.

texto social facilita que pudieran surgir problemas por el uso de estas tecnologías, ya que está generalizado entre los niños el uso cotidiano de videojuegos, internet, redes sociales, móviles o chats".

¿Hay 'movildependencia'?

Expertos y administración aseguran que la incidencia de este tipo de problemas —la adicción o la dependencia tecnológica entre los menores— es actualmente muy baja. "Nos encontramos con algún caso particular, con comportamientos muy próximos a la adicción, pero tienen que ver más con los videojuegos, no tanto con los teléfonos móviles", señala el doctor Agustín Béjar, psiquiatra y psicoterapeuta pacense especializado en niños y adolescen-

"Un niño es más influenciado y su contexto social facilita que puedan surgir problemas con el uso de las tecnologías"

tes. "En la actualidad es muy escasa la incidencia de las nuevas adicciones comportamentales a nuevas tecnologías en los centros de tratamientos, tanto públicos como de onegés", constatan desde la Consejería de Salud de la Junta de Extremadura. Pese a ello, la preocupación existe entre los padres, tal y como se observa en las charlas que imparten en centros educativos algunos de los profesionales consultados.

Actualmente no hay un consenso total sobre si se puede hablar o no de dependencia y adicción a la tecnología. Mientras Pérez de la Vaca advierte del riesgo de estas patologías, el también docente de la Uex y psicólogo del Equipo de Atención Temprana de la Consejería de Educación de Extremadura, Carlos Pajuelo, matiza: "Una

adicción es una patología, una enfermedad. El teléfono no te hace adicto, no es intrínsecamente bueno o malo. Lo que le puede hacer malo es el mal uso y el abuso". Según Pajuelo, la patología se desarrolla solo en personas —sean menores o adultos— con unos factores de riesgo previos de carácter genético y psicosocial. "Tienen propensión a desarrollar una adicción, ya sea al móvil o a cualquier otro instrumento, actividad o sustancia", apunta.

La frontera entre el uso patológico y el que no lo es está marcada por síntomas como la ansiedad o la dedicación excesiva. Pérez de las Vacas explica que detrás del simple abuso o mal uso de las tecnologías hay indicadores como el uso muy frecuente, el malestar ante la imposibilidad de utilizar el móvil u ordenador, la aparición de ansiedad o la dificultad para concentrarse en otras actividades. La adicción, por su parte, "se manifiesta mediante conductas repetitivas que inicialmente proporcionan placer y son gratificantes,

pero que con el tiempo y tras su abuso terminan controlando a las personas hasta convertirse en una necesidad. Todo ello puede causar aislamiento, bajo rendimiento, desinterés por otros temas, trastornos de conducta o sedentarismo". Entre sus manifestaciones estarían los cambios de humor, el síndrome de abstinencia, la saliencia (consideración de ser lo más importante) o el surgimiento de conflictos con su entorno.

¿Qué hacer?

Los expertos apuntan que un padre puede sospechar que su hijo empieza a tener problemas con el uso de las tecnologías cuando detecta una utilización excesiva del teléfono o el ordenador, incluso dejando de realizar otras actividades como ver la televisión; también si hay cierto aislamiento respecto a la familia en momentos como la comida o actividades en grupo; o cuando el menor adopta una actitud defensiva o se irrita si se le plantea el tema.



los consejos de los expertos

- 1 ¿A QUÉ EDAD ES APROPIADO QUE EL NIÑO DISPONGA DE TELÉFONO MÓVIL?**
¿A los siete, a los nueve, a los 11 o a partir de los 15 años? Los expertos apuntan que no hay una edad determinada para aconsejar el uso de teléfono móvil para los menores. Depende—según apuntan—de aspectos individuales y sociales, pero sobre todo que exista “un control por parte de los padres y que estos les enseñen a utilizarlos y comunicarse con ellos”, señala Agustín Béjar. El psiquiatra, psicoterapeuta y vocal de la Sociedad Española de Psiquiatría del niño y del Adolescente aconseja un acceso paulatino a las aplicaciones, establecer restricciones y fijar un sistema de control.
- 2 ¿QUÉ RIESGOS TIENE LA TELEFONÍA MÓVIL EN MANOS DE LOS MENORES?**
Depende del tipo de teléfono y de las aplicaciones que tiene. No hace falta que el móvil tenga acceso a internet para que un niño grave, envíe o reciba contenidos inapropiados (pornografía, violencia, racismo, abusos, conductas delictivas). El facilitar información personal puede suponer la pérdida de intimidad y quedar expuesto a situaciones de acoso. “El anonimato propicia el uso de identidades falsas o ficticias, así como un imaginario virtual lleno de fantasías que puede fomentar conductas inapropiadas (narcisista, egocéntricas o vanidosas)”, explica el psicólogo Celedonio Pérez de la Vaca.
- 3 ¿INFLUYEN LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS EN LA CONDUCTA DE LOS NIÑOS?**
El profesor de la Universidad de Extremadura Carlos Pajuelo explica que las nuevas tecnologías sí influyen en la conducta de las personas, pero lo que determina si la influencia es negativa o positiva es el uso que se le da, no la tecnología en sí. Por este motivo asegura que la clave está en la tutela que hagan los padres. “La televisión, la imprenta o internet influyeron. Pero no creo que por sí solas puedan causar problemas o trastornos de personalidad, salvo que tenga alguna patología previa”.
- 4 ¿CÓMO DETECTAR QUE SU HIJO PUEDE ESTAR HACIENDO UN MAL USO DEL MÓVIL?**
El psiquiatra extremeño Agustín Béjar menciona una pauta simple de seguir: “Cuando se ve al niño gastando mucho tiempo en esa tecnología (móvil, ordenador, videojuego), dejando de lado otras actividades comunes (juegos, relación con otros niños, estudios, tiempo con la familia...) se puede pensar que el uso no está siendo el adecuado”. En casos graves y próximos al desarrollo de adicciones, aparecen síntomas como el síndrome de abstinencia, la irritabilidad y el conflicto”.
- 5 ¿CÓMO MÉDIDAS PUEDEN ADOPTAR LOS PADRES AL DAR UN MÓVIL A UN NIÑO?**
Las recomendaciones de los expertos se basan en que el acceso a estas tecnologías sea paulatino, bajo control de los padres, educando a los hijos en los usos correctos y previniendo sobre los riesgos que pueden tener. Además se aconseja limitar el tiempo de uso y delimitar en qué contexto y situaciones se puede utilizar esta tecnología. “Ningún niño debería tener teléfono de contrato, solo de tarjeta y que lo pagasen con su paga”, añade el psicólogo Carlos Pajuelo.
- 6 ¿QUÉ ACTITUD DEBEN ADOPTAR LOS PROPIOS PADRES ANTE LAS TECNOLOGÍAS?**
“Uno de los grandes problemas a los que se enfrentan los padres a la hora de educar a sus hijos en las nuevas tecnologías es que éstos saben más que ellos”, explica Carlos Pajuelo. Por ello recomienda a los progenitores formarse en su utilización, “aunque con el tiempo, los nuevos padres, ya educados y alfabetizados tecnológicamente, deberían tener menos problemas”. También recomienda “dar ejemplo” y evitar el abuso de las tecnologías.

Desde su perspectiva de orientador educativo, Carlos Pajuelo opina que el uso adecuado o inadecuado está determinado por la función que el niño atribuye al teléfono y el control que ejercen los padres. Es en esta última cuestión donde psicólogos y psiquiatras ponen el acento. “El uso debe ser responsable y adaptado a la edad. Para ello, los adultos deben estar encimados”, opina Agustín Béjar. “Es necesario que los padres tengan claro que son ellos los que tienen que educar a los niños en el buen uso de las tecnologías, con la colaboración de los docentes. Los padres deben saber dar los pasos para que tengan acceso al teléfono: a qué edad, en qué momento, con qué función, cómo controlarles, qué problemas pueden surgir”,

“Podría ser contraproducente cerrar las puertas de las tecnologías a los niños. Supondría un riesgo educativo”

añade Pajuelo. Los expertos recomiendan pautas como limitar el uso del teléfono y el ordenador, establecer cuándo y para qué se pueden utilizar, potenciar aficiones como el deporte y la lectura y fomentar las relaciones dentro de la familia y con los amigos. Lo que desaconsejan totalmente es cerrar el grifo totalmente. “Podría ser contraproducente cerrar las puertas de las tecnologías a los niños. Sería un riesgo educativo. Manejadas con responsabilidad, son una ayuda para abrirse al mundo y saber moverse por él”, observa el psiquiatra Adolfo Béjar. Por su parte, el profesor Pérez de las Vacas considera que las TIC pueden considerarse “neutras”, porque los beneficios o perjuicios dependen de su uso. Él recomienda su uso

desde edades tempranas, “de forma paulatina y accediendo a las diferentes tecnologías en función de la edad, y siempre con la supervisión y complicidad de los padres o personas adultas”.

Beneficios educativos

Actualmente hay estudios que han constatado una relación directa entre abuso de tecnologías y fracaso escolar, apuntando a la vez que un uso moderado mejora el rendimiento académico. Otras investigaciones apuntan que las tecnologías proporcionan mayor bienestar psicológico, reducción del cinismo, incremento de la autoconfianza y mayor motivación. “No se puede estigmatizar de forma negativa el uso de las TIC. De todos es sabido que hacen magníficas aportaciones en el ámbito personal, profesional y educativo de las personas, sean mayores o adultos”, concluye Celedonio Pérez de la Vaca a través de un correo electrónico notificado mediante teléfono móvil. ■