

E ENTREVISTA. MARCO FUENZALIDA, doctor en neurociencia y profesor de la Escuela de Fisiología UV sobre el uso de tecnología por parte de jóvenes:

“Las investigaciones apuntan a que ojalá un chico no tuviera redes sociales antes de los 16 años”

Daniel Esparza Salfate
 ciudades@mercuriovalpo.cl

El uso de las redes sociales y las consecuencias que tiene en la juventud de todo el mundo volvió al tapete con las reacciones encontradas que desató la serie “Adolescencia”, hecha por la plataforma de Netflix y publicada este año con gran éxito. La falta de supervisión en el uso del celular y los antecedentes que entrega la Radiografía Digital realizada por Critería, que muestra que un 70% de los menores de edad de la región de Valparaíso tiene acceso a un plan de datos, movilizan la preocupación de padres y autoridades educativas.

El doctor en neurociencia y profesor de la Escuela de Fisiología UV, Marco Fuenzalida, afirma que demonizar las redes sociales es un error.

- ¿Cómo pueden afectar las redes sociales al desarrollo cerebral de los jóvenes?

- La verdad es que los efectos pueden ser muchos. Se ha determinado, con trabajos científicos, que el uso de pantallas en niños y adolescente puede reducir la materia gris del cerebro, sobre todo en las áreas que están relacionadas con el lenguaje y la empatía. Son bien interesantes las publicaciones que hay al respecto. También sabemos que lo que los jóvenes que aún no desarrollan por completo por la región del cerebro de la corteza frontal, tienden a caer más fácil en adicciones, y obviamente dentro de las adicciones que se pueden adquirir durante este período están las redes sociales.

- ¿Existen cosas que se puedan rescatar de este tipo de redes?

- Se ha tendido, algunos investigadores que estudian a los adolescentes, como a demonizar las redes sociales, y eso yo creo que no es lo correcto. El problema es el control, el control que se hace a través de los educadores, los padres, quien sea. Se tiene que tratar de utilizar esta tecnología en favor de

355095



EL ESPECIALISTA DESTACA LO POSITIVO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS.

un buen desarrollo de los estudiantes. Por ejemplo, podríamos hablar de lo que está pasando ahora con la inteligencia artificial, que se utiliza bastante por los niños y jóvenes para resolver problemas y para resolver tareas. Es darle un buen uso a lo que uno tiene como herramientas. Conozco mucha gente que trabaja en educación media y nosotros en la universidad también hemos tenido que adaptarnos precisamente al uso de estas de herramientas, que por lo demás son muy buenas. Y en cuanto a redes sociales, lo que obviamente hay que hacer es establecer un control, que tiene que ver netamente con el juicio de los propios jóvenes que puede ser un poco inmaduro, para poder restringir y hacer un buen uso tanto las redes sociales como los juegos, etcétera.

- Al hablar de control, ¿se refiere a un control parental o legal?

- Hace poco salió una noticia sobre que en Australia prohibieron el uso de las redes

sociales a niños menores de 12 años. Y si era un poquito más grande, no me acuerdo si es entre 13 y 16 años, tenía que haber un control parental al respecto y que las empresas telefónicas tenían que dar herramientas suficientes para restringir el uso de esas redes sociales que pueden eventualmente ser perjudiciales si son mal usadas. Hay estudios que se han hecho, desde el punto de vista del meta análisis, donde se ha visto que los adolescentes que pasan más de 3 horas al día en las redes sociales, por ejemplo, aumentan ostensiblemente el porcentaje del riesgo de depresión en los en los en los chicos, porque para algunos se transforma en adicción.

ADOLESCENCIA

- En un reel en el que usted habla sobre este tema, menciona la serie Adolescencia de Netflix, en donde uno de los temas que aborda es el desconocimiento de los padres sobre lo que hacen sus hijos en internet.

- Exactamente. Creo que hay

“El problema es cuando falta control, control que se hace a través de (...) los padres. Se tiene que tratar de utilizar esta tecnología en favor de un buen desarrollo de los estudiantes”.

que educar para los dos lados. Yo no estoy demonizando ni a las redes sociales ni a los teléfonos y menos a los adolescentes. Entonces, creo que hay que educar para los dos lados. Yo no estoy demonizando ni a las redes sociales ni a los teléfonos y menos a los adolescentes. Yo creo que aquí hay una cuestión compartida. Los adolescentes son una máquina de aprender cosas nuevas y hay que acompañarlos, ayudarlos y entenderlos también.

- ¿A qué edad sería pertinente que los jóvenes tengan su propio celular con cuentas en redes sociales?

- Recuerdo haber leído que se hizo un estudio de cuándo accedían los jóvenes a estas tecnologías. Y para mí me pareció muy alarmante que los niños de menos de nueve u ocho años tuvieran celular con plan de datos. O sea, eso quiere decir que pueden estar funcionando todo el día con las redes sociales sin ningún problema o impedimento. Entonces, eso ya es un problema más o menos social, porque al final es un problema de los padres. Los padres le pasan el celular, y lo he visto mucho, que le pasan el celular para que el niño se quede tranquilo. Desde el punto de vista del desarrollo, hay investigaciones que apuntan que ojalá un chico no tuviera acceso a redes sociales antes de los 16 años. Tiene que ver con el desarrollo cerebral también, con el desarrollo de estructuras cerebrales que están relacionadas con el control del resto del cerebro. En este caso es la corteza prefrontal, como contaba hace un rato. <3