LITORALPRESS

Fecha: 30-07-2025
Medio: El Mercurio
Supl. : El Mercurio - Cuerpo A
Tipo: Opinión - Cartas
Título: **CARTAS: Sobre las pantallas antes de los 13 años**

Pág. : 2
Cm2: 77,0

Tiraje: 126.654
Lectoría: 320.543
Favorabilidad: No Definida

Sobre las pantallas antes de los 13 años

Señor Director:

Sobre las pantallas y sus efectos negativos según edad, muchas veces se dice: "El problema no es la tecnología en sí, sino cómo se usa". Pero más allá de aquello, pienso que debemos centrarnos en otras dos preguntas fundamentales, ¿por qué surgen?, ¿por qué las hemos desarrollado como sociedad? y ¿qué nos motiva personalmente a usarlas?

Si nos respondemos esto, como sociedad y cada uno en su propia responsabilidad, podremos prevenir de mejor forma el daño que están haciendo a nuestra salud mental, a cualquier edad.

Ante la primera, me cuestiono en qué medida la eficiencia ha sido el motor de un supuesto progreso sin mesura, sin equilibrio, el que —si sigue presente, con o sin pantallas— seguirá dañando nuestra convivencia. Ante la segunda pregunta, lo mismo: si somos conscientes de que la usamos por desidia, por satisfacción momentánea, por impaciencia o por alienación, es la única forma de generar un cambio y ser buenos modelos para la generación que nos sigue.

El análisis masivo de datos por parte de sistemas de estadística avanzada ("inteligencia artificial") ofrece una gran eficiencia, pero ¿es eso lo que queremos privilegiar? ¿Es eso lo que nos enseñará a valorar a los porcentualmente cada vez más adultos mayores de 90 años? ¿Cómo se relacionarán los que se crean más "competentes" con los demás, en un mundo donde solo se valore la utilidad, la rapidez, la actividad, la inmediatez y el poder?

Cuidemos lo que queremos, cuidemos lo gratuito: el juego, el arte, el silencio, la espera, el mirarnos a los ojos y el caminar de la mano.

DR. ALFONSO CORREA DEL RÍO
Psiquiatra infantil y del adolescente
Presidente Sopnia (Sociedad de Psiquiatra y Neurología de la Infancia y Adolescencia)