

Opinión

La pandemia del "escroleo"

Hace pocos días se publicó un interesante artículo relacionado con el peligro existente por la alta exposición a las pantallas. Se trata de un estudio realizado por la Universidad de Northwestern donde se expone cómo el sedentarismo digital está atrofiando el pensamiento profundo de las nuevas generaciones.

No debemos perder de vista que este tipo de pensamiento se relaciona directamente con la capacidad de analizar ideas complejas, con la creatividad y con la solución de problemas, lo que puede ser un punto a considerar de vital importancia, sobre todo atendiendo a diversas problemáticas de salud mental en jóvenes.

Cada vez se hace más complejo mantener una conversación en la que el celular no sea el protagonista. Resulta evidente que el foco de atención se ha desplazado y que las pantallas parecen imponerse una vez más. ¿Habrá alguna forma de combatir esta problemática? ¿Son las pantallas tan peligrosas como parece?

Para profundizar esta interrogante, abordaré un ejemplo bastante curioso que se menciona en el estudio. Cada vez es más común ver a personas en los gimnasios utilizando sus teléfonos celulares. Las acciones realizadas pueden ser diversas y pueden ir desde fotografiar a otros, postear imágenes o revisar sus redes sociales de manera compulsiva. El problema en este caso sería el contexto y la cantidad de tiempo que se emplea en estas tareas. ¿A qué se va al gimnasio? ¿Será prudente perder tiempo de entrenamiento por una distracción tecnológica? El artículo pone el énfasis en que estas personas se mantienen ancladas a la misma inmovilidad que intentan combatir a través del entrenamiento, lo que se convierte en un hecho absolutamente paradójico.

Es común escuchar que el siglo XX estuvo marcado por un sostenido aumento del rendimiento en pruebas de inteligencia, lo que se describe habitualmente como el efecto Flynn (donde cada generación su-

peraba a la anterior en términos de inteligencia). Por su parte, el siglo XXI parece estar dominado por un fenómeno radicalmente diferente, el del "escroleo infinito", deslizar, deslizar y deslizar sin mayor reflexión. No es que las pantallas "vuelvan menos inteligentes a las personas", más bien lo que hacen es modificar su foco de atención. Hoy no se premia la reflexión consciente, la abstracción sostenida o la concentración prolongada, más bien se promueve un diseño algorítmico de cambios rápidos de foco, recompensas inmediatas y un procesamiento superficial de la información.

Con todos estos antecedentes sobre la mesa, se hace mucho más sencillo reflexionar sobre la regulación en el uso de teléfonos celulares en recintos educacionales, sobre todo atendiendo a la finalidad que estos espacios educativos tienen. Se trata de promover el aprendizaje consciente y de lograr que nuestros estudiantes adquieran herramientas para enfrentar la vida profesional futura, además de fortalecer el carácter, haciéndolos conscientes de los riesgos a los que se exponen cotidianamente.

Vivir conectados sin descanso, responder rápidamente frente a un mensaje o una notificación, son algunos de los problemas del sedentarismo digital. Hoy, sin que nos demos cuenta, se pueden estar gestando enfermedades que van más allá de lo físico. Nuestro cerebro se está adaptando de manera inadecuada, todo por una miserable gratificación instantánea que nos aleja minuto a minuto de la vida real.



PATRICIO SCHWANER SALDÍAS

Docente de Filosofía
Magister en Educación Superior