LITORALPRESS

Fecha: 22-07-2025
Medio: Hoy x Hoy Concepción
Supl. : Hoy x Hoy Concepción
Tipo: Noticia general
Título: Tener celular antes de los 13 años puede provocar desconexión de la realidad y baja autoestima

Pág. : 8
Cm2: 669,8
VPE: $ 411.270

Tiraje: Sin Datos
Lectoría: Sin Datos
Favorabilidad: No Definida

Tener celular antes de los 13 años puede provocar desconexión de la realidad y baja autoestima

Científicos analizaron los datos en línea de más de 100.000 jóvenes. Solicitaron a las autoridades avanzar en elevar los límites para el acceso a teléfonos móviles y redes sociales, debido a los efectos en las relaciones interpersonales.

V.B.V / Agencia EFE

Tener un teléfono móvil antes de los 13 años de edad compromete la salud mental en la juventud, indicó un estudio realizado con los datos de más de 100.000 jóvenes, publicó ayer la revista científica Journal of Human Development and Capabilities.

El análisis reveló que los jóvenes de entre 18 y 24 años que recibieron su primer teléfono inteligente a los 12 años o antes son más propensos a presentar pensamientos suicidas, agresividad, desconexión de la realidad, mala estabilidad emocional o baja autoestima.

La propiedad de un celular antes de los 13 años también se asoció a una disminución de la autoestima y la resiliencia emocional (capacidad de adaptación frente a una situación adversa) entre las mujeres; y con una menor estabilidad, tranquilidad, confianza en sí mismos y empatía entre los hombres; cuando unas y otros ya se han vuelto adultos.

REDES SOCIALES

Un análisis más detallado indicó que el acceso temprano a las redes sociales explica alrededor del 40% de la relación entre la propiedad de un teléfono móvil en la primera infancia (hasta los seis años) y la mala salud mental posterior.

Este indicador se repite en el 13% de las malas relaciones familiares, 10% en el ciberacoso y 12% de los trastornos del sueño.

La implicancia de las redes sociales en la mala salud mental de los jóvenes que accedieron a ellas cuando eran niños tiene mucho que ver, según los académicos, con el fomento a las comparaciones entre personas, además de que acaparan mucho tiempo y horas de sueño, y sus algoritmos amplifican los contenidos nocivos.

Esto último porque al hacer clic en una publicación o pasar mucho tiempo en ella, ya sea observando el video o la imagen, así como leyendo el texto, el usuario "explica" al sistema que eso es lo que le gusta y, al tratarse de una "fábrica de dopamina", la red social responde mostrando más de aquel contenido.

Los efectos negativos de las redes sociales son "especialmente perjudiciales para los niños, dada su vulnerabilidad y su falta de experiencia en el mundo", agregó la investigación realizada por Sapien Labs, organización científica fundada y dirigida por la neurocientífica de la Universidad de Stanford (Estados Unidos), Tara Thiagarajan, que alberga una de las mayores base de datos del mundo sobre salud mental.

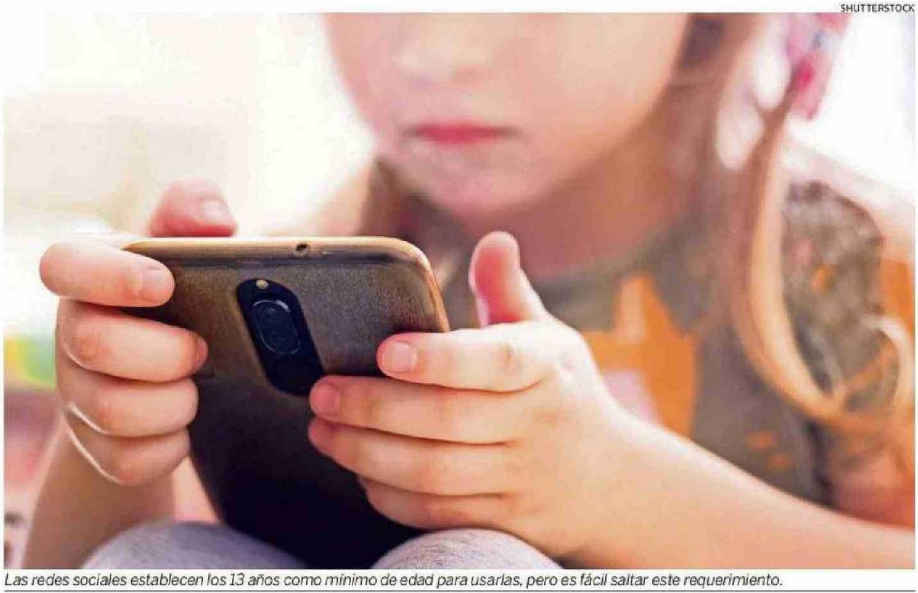
Thiagarajan, autora principal del estudio, y su equipo usaron el Mind Health Quotient, herramienta de autoevaluación psiquiátrica que mide el bienestar social, emocional, cognitivo y físico, para generar una puntuación global de salud mental.

MEDIDAS PREVENTIVAS

La incidencia de estas patologías (especialmente la agresividad, el distanciamiento de la realidad y los pensamientos suicidas) está aumentando en adultos jóvenes.

"Basándonos en estos hallazgos, y dado que la edad de los primeros teléfonos inteligentes (otorgados por los adultos a los niños) es ahora muy inferior a los 13 años en todo el mundo, instamos a los responsables políticos a que adopten un enfoque preventivo, similar a las regulaciones sobre el alcohol y el tabaco, restringiendo el acceso a los teléfonos inteligentes a los menores", señaló Thiagarajan.

SHUTTERSTOCK



Las redes sociales establecen los 13 años como mínimo de edad para usarlas, pero es fácil saltar este requerimiento.

SHUTTERSTOCK

Elon Musk trabaja en Baby Grok xAI.

> "(Pedimos) adoptar un enfoque preventivo, similar a las regulaciones sobre el alcohol y el tabaco."
>
> **TARA THIAGARAJAN**
> **NEUROCIENTÍFICA**

El promedio de edad en que se accede al primer teléfono inteligente sigue disminuyendo. Y, a pesar de que la edad mínima para usar las redes sociales es 13 años (según solicitan los mismos sistemas), la aplicación de esta norma es inconsistente y hay formas de evadirla, recordaron los investigadores.

Aunque los autores reconocen la limitación de que su estudio esté basado sólo en el análisis de datos, sostuvieron que "la magnitud del daño potencial es demasiado grande como para ignorarla, y justifica una respuesta preventiva".

10%
de los jóvenes investigados fueron vinculados a casos de ciberacoso.

12%
de trastornos del sueño fueron atribuidos a tener celular desde niño.

IA PARA NIÑOS

Pese a todas las medidas preventivas sobre el contenido, los niños están en internet, ya que también los beneficia en su proceso académico. En esta línea, donde los adultos ya usan inteligencias artificiales (IA) para las cosas más insólitas, y con miras a un futuro no tan lejano, el dueño de la red social X, Elon Musk, anunció que "vamos a crear Baby Grok xAI, una aplicación dedicada a contenido para niños".

El empresario publicó esto días después de lanzar la última versión del modelo de lenguaje Grok4 en medio de una polémica, porque previamente el sistema realizó comentarios antisemitas frente a preguntas de los usuarios.

Grok4 es el producto estrella de la empresa xAI, un proyecto milmillonario de desarrollo de inteligencia artificial, y está disponible para los usuarios premium de X y para aquellos que paguen US$30 mensuales por la suscripción.

Su propietario y exfuncionario de la Casa Blanca prometió que Grok será la IA "más inteligente" del mundo. Musk, aparte de sistema informáticos, es dueño de Tesla y la firma de viajes aeroespaciales SpaceX.