

Riesgos y beneficios asociados al uso de las nuevas tecnologías de la información

Alfred Oliva Delgado

Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación
Universidad de Sevilla

El enorme impacto que las nuevas tecnologías de la información han tenido en nuestra sociedad, especialmente en las generaciones más jóvenes, ha llevado a que aumente la preocupación social sobre las consecuencias negativas que se pueden derivar de su uso. Por una parte, hay datos que indican claros efectos beneficiosos sobre el desarrollo de niños y adolescentes, como las mejoras en la percepción visual, en la planificación y desarrollo de estrategias, en el fácil acceso a la información o en el desarrollo de la creatividad. En otros aspectos, como la influencia del uso de redes sociales en internet sobre la constitución y mantenimiento de las relaciones sociales, la evidencia disponible es más controvertida y compleja, ya que de su uso se derivan riesgos y beneficios.

Pero hay que reconocer que cada vez son más los estudios que apuntan al enorme poder adictivo de estas nuevas tecnologías y los efectos negativos que pueden derivarse de un uso intensivo de las mismas. Una primera preocupación se deriva de la cantidad de tiempo que adolescentes y jóvenes, aunque también adultos, dedican al uso de estas tecnologías, que según algunos estudios podría superar las seis horas diarias. Ello supone una menor dedicación a otro tipo de actividades cotidianas que hasta hace poco eran muy habituales, tales como hacer deporte, leer libros o conversar con los amigos.

Pero lo que parece ser el mayor riesgo derivado del uso de las nuevas tecnologías es su capacidad para crear adicciones que representen una verdadera dependencia y falta de control sobre su comportamiento. El hecho de que algunos de los mecanismos cerebrales relacionados con el autocontrol están aún inmaduros en chicos y chicas adolescentes les sitúa en una posición de mayor vulnerabilidad para el desarrollo de estas adicciones. En un estudio realizado sobre una muestra de adolescentes y jóvenes españoles, el alto autocontrol fue la variable que protegió a los usuarios intensivos del desarrollo de la adicción a internet.