

La escatología de la disociación del yo y de los otros El derecho a la identidad en manos del modelamiento conductual.

Dra. Aida del Carmen San Vicente Parada⁷

I. INTRODUCCIÓN

En los últimos 20 años, el frenesí por las pantallas ha modificado la arquitectura de las subjetividades. Los monitores, la IA, las redes sociales, los algoritmos auspiciados por el neoliberalismo promueven la idea de la auto regulación del mercado y la monetización de la propia persona, basta ver el fenómeno de Only Fans, la selfie, los arreglos estéticos promovidos por Instagram son una efigie de la valoración de uno

mismo, el espectáculo de la propia persona; en otras palabras somos el siglo del triunfo de la vanidad sobre la responsabilidad y el bienestar común.

Los efectos adversos de las pantallas han sido denunciados desde la introducción de la televisión en los hogares, es decir, desde la década de los 50's, los estudios siempre han denunciado el deterioro de las relaciones familiares, la memoria y la normalización de la violencia, lo mismo ha ocurrido

con los dispositivos actuales celulares, tablets, etc. pero esos estudios no se dan a conocer masivamente, quedan sepultados en opiniones y pseudo ciencia porque a las empresas no les conviene que el público se entere de los peligros de las pantallas; al capitalismo de la vigilancia (Zuboff, 2021) de Silicon Valley no le conviene que los usuarios abandonen el uso excesivo y hedonista de los dispositivos porque perdería millones de contratos por concepto de publicidad.

Sin embargo, los hechos no se pueden cambiar, los estudios que denuncian las alteraciones cognitivas derivadas de la dependencia de los dispositivos electrónicos así como los estudios que hablan sobre el proceso de desposesión de los datos y su relación con el bombardeo de publicidad personalizada que tiene como daño colateral que las personas vivan en el filtro burbuja (Pariser, 2017) lo que desemboca en el surgimiento del individuo tirano (Sadin, 2020) que se caracteriza por capitalizar la importancia de sí mismo en detrimento de la comunidad, están ahí, porque son hechos que no se pueden cambiar, estos sucesos los vivimos día a día, por ejemplo, la falta de habilidades sociales, el empobrecimiento del lenguaje, la "reivindicación egoísta de

derechos" que termina afectando a los más desprotegidos y la falta de empatía son manifiestos, esos son los nuevos conflictos a los que nos enfrentamos, es la problemática social actual, si no hacemos algo al respecto y seguimos idolatrando los avances tecnológicos sin asumir una postura crítica podemos sentarnos a presenciar el fin de la humanidad.

El trastocamiento de la humanidad, de la subjetividad y de los referentes comunes es un tema que incide directamente en los derechos humanos, no es un tema que se agote en lo político, lo económico, lo social o lo antropológico, es un tema que nos conmina a hablar de un derecho al futuro, de un derecho a desarrollarse plenamente, un derecho a la identidad libre fuera del filtro burbuja. Por tal razón el presente artículo abordará el tema desde el enfoque de los derechos humanos y la bioética personalista, cuyos fines atienden a la autonomía, libertad, dignidad, solidaridad y subsidiariedad. Consideramos que este es el marco teórico-conceptual adecuado, ya que, es necesario rescatar al individuo, a la comunidad y a la relación del individuo con la comunidad.

Para lograr tal cometido, el artículo abordará los peligros de las pantallas en la conformación de la identidad, esto con relación a la salud mental y al derecho a la intimidad que hoy en día se ve amenazado por el capitalismo de la vigilancia. En las conclusiones se abordarán posibles soluciones puesto que aún estamos a tiempo de revertir los efectos adversos de las pantallas.

II. LOS PELIGROS DE LAS PANTALLAS

a) El filtro burbuja y la minería de datos

La personalización es una experiencia que está de moda, queremos educación personalizada, accesorios, ropa y búsquedas personalizadas, como una forma de reforzar el hedonismo, es una manera de recrear una y otra vez la experiencia del yo, a través del consumo, por ejemplo 60% de las películas o contenidos que Netflix sugiere proviene de las conjeturas personalizadas que lleva a cabo el algoritmo (Pariser, 2017), ya que, si algo nos gusta es probable que lo consumamos una y otra vez, hasta ahí no hay problema, la idea parece un gran acierto de la mercadotecnia que busca ante todo cumplir con nuestras expectativas, pues al cliente lo que pida. Sin embargo, la situación no es tan inocua como parece.



Exploremos paso a paso lo anterior. La máquina de la predicción tiene el poder de personalizar las noticias que consumimos, los anuncios de los productos de acuerdo con nuestros intereses y necesidades. YouTube, Facebook, Instagram, Google, Amazon tienen el poder de personalizar lo que vemos, nos sugieren contenidos afines para engancharnos, entre más tiempo permanecemos en la pantalla más excedente conductual (Zuboff, 2021) extraen más posibilidades tienen de vender la información de los usuarios a los anunciantes, los anunciantes pagan para que sus anuncios se vean en las búsquedas, es por ello que a veces pensamos que los dispositivos nos escuchan, lo que los ingenieros en sistemas llaman “me atrapo el filtro”, porque si nos detenemos a ver una publicación o buscamos un tema en concreto los algoritmos asumen que estamos poniendo nuestra atención en ello porque deseamos consumirlo -aunque no siempre es así, a veces buscamos porque nos dejaron una tarea sobre el tema- por tal razón de inmediato comenzamos a ver publicaciones relacionadas con las búsquedas, lo que conduce a un bucle conductual, a eso le llama Zuboff el ciclo de la desposesión (2021).



En palabras de Catherine L'Ecluyer:

<<La industria de los medios no está en el negocio de entregar contenidos a sus clientes, sino en el de entregar clientes a los que patrocinan sus contenidos -sus proveedores de publicidad->>. Son precisamente esas empresas de publicidad las que tapizan las pantallas con sus marcas y sus animaciones publicitarias. En resumen, todas esas empresas están en el negocio de buscar consumidores y patrocinadores -las empresas de publicidad- de y para sus contenidos. Por lo tanto, Internet es principalmente una herramienta comercial. En 1996, en una entrevista con Wired, Steve Jobs señaló que los grandes ganadores en la web no serían los que <<comparten>>, sino los que venden (L'Ecluyer, 2015, pág. 58).

Los filtros personalizados ordeñan las experiencias de vida, porque no somos el producto, somos la materia prima, que hace posible que los algoritmos cumplan con su función predictiva. Esta experiencia disuelve la autonomía individual e invade la intimidad de las personas:

En 2007, Facebook lanzó Beacon, que promocionó como <<una forma nueva de distribuir socialmente información>>. Beacon posibilitaba que los anunciantes de Facebook monitorizaran a los usuarios por toda internet y revelaran las compras de esos usuarios al resto de los miembros de sus redes personales sin su permiso [...] El fundador de Facebook, Marck Zuckerberg, clausuró el programa ante las presiones, pero en 2010 ya no tuvo reparos en declarar que la privacidad había dejado de ser una norma social y se congratuló por haber relajado las <<políticas de privacidad>> de la empresa para no desentonar con tan interesada proclamación de una nueva condición social (Zuboff, 2021, pág. 72).

La personalización de contenidos en línea no sólo se entromete con la vida privada y la intimidad de personas, sino que también estas máquinas de predicción engullen la experiencia humana y la convierten en un producto, pero más allá de eso, los algoritmos confeccionan un mundo hecho a la medida, donde se puede prescindir del otro, de la experiencia colectiva y de los referentes colectivos y "un mundo

construido sobre la base de lo que nos resulta familiar es un mundo en el que no hay nada que aprender" (Pariser, 2017, pág. 24). Esto es el génesis de la cultura de la cancelación, que es violatoria de derechos como humanos como de la libertad de expresión, el derecho de réplica y el debido proceso, por mencionar algunos. Puesto que nos limitamos a nuestra experiencia, es un bucle mental en derredor del yo.

Por ejemplo, en Facebook vemos solo a un número determinado de personas, en YouTube solo vemos videos relacionados con búsquedas anteriores, en Twitter los usuarios pueden piar y triar -en alusión a su anterior denominación pues Twitter significa trinar o gorgoritear- una y otra vez sobre un tema a través del retuit y el hashtag que da la impresión de convocar a multitudes en pos de una idea sin llevar a cabo una acción en concreto:

Ahora bien, por su profusión y su omnipresencia, ese ruido nos vuelve cada día más sordos y nos da a todos la sensación de que, si uno existe, es antes que nada por proferir perpetuamente sus propias opiniones. La pasión por la expresividad ocupa ahora una posición no solo preponderante, sino que tiene



también por efecto relegar a un segundo plano todo deber de implicación en los asuntos comunes (Sadin, 2020, pág. 157).

Cada día perdemos la experiencia de confrontarnos con verdades incómodas, de enfrentarnos a quienes no piensan igual que nosotros, el debate se extingue en las llamas de comentarios incendiarios, provocativos que sólo insultan a las voces disidentes, en el filtro burbuja no hay espacio para la alteralidad, para el diálogo o para la dialéctica, cada quien lucha por reafirmarse al compartir una selfie, una nota que a veces no ha leído, o algún meme. La experiencia del otro se disuelve, si acaso el otro sirve como contrincante, referente de comparación -alguien a quien admirar o envidiar-, como un objeto que se puede consumir, es el caso de Only Fans o Instagram o bien como público expectante de la escenificación del yo.

Cuando el mundo se disuelve y se transforma en un bucle del yo, surge lo que Éric Sadin llama el *individuo tirano*, que depende de sí mismo, de sus habilidades, capacidad y destrezas para que sus proyectos fructifiquen, ese individuo al que solo le interesa sacar provecho de su situación, por

ejemplo, Instagram es una feria de las vanidades, ni siquiera es importante agregar texto, ni interactuar, lo que vale es mercantilizar los segmentos de la vida y las experiencias propias, es así como se desarrollan poses, actitudes y opiniones que pretenden ser un modelo generacional, sin importar el contenido o la carga axiológica, es por eso que las juventudes aspiran a ser influencers, puesto que se pretende monetizar a las personas, para ser referentes culturales con quienes las personas pueden identificarse y compararse continuamente, las relaciones y la percepción personal se tornan frívolas y sin sentido:

Ahora, lo que está en marcha es un esquema totalmente diferente: cada cual ambiciona hacer triunfar, a la medida, de sus posibilidades, un estilo, casi un logotipo personal, llamado, durante un tiempo dado, a convertirse predominantemente con el único objetivo de monetizar el brillo con el cual haya llegado eventualmente a aureolarse (Sadin, 2020, pág. 172).

La personalización impregna al ambiente de superficialidad, impide contrastar ideas de manera sana, mudar de opinión después de meditar en torno

a una decisión y coarta la creatividad, porque limita las soluciones, además impide tener ratos de ocio, puesto que mantiene a la mente ocupada, ya que, consumimos video tras video y la mente no puede descansar, sin descanso el cerebro no puede hacer una libre asociación de ideas -serendipia-, aunado a que nos vuelve más pasivos, nos impide exponernos a ideas nuevas.

<<Todos nacemos originales y morimos copias>>. La estandarización y vulgarización es una siniestra tentación a la que se entregan las sociedades menos cultivadas. En ese reduccionismo pasamos de la singularidad del individuo a la previsibilidad de la masa, a la dilución de su identidad en el colectivismo tribal (L'Ecluyer, *Educación en el asombro*, 2017, pág. 7).

Otra consecuencia de la personalización es el moldeamiento de la conducta, basta ver el nuevo patrón de consumo de tratamientos y cirugías estéticas, en Instagram reinan los cánones de belleza inalcanzables, cuerpos que son obra de las manos de los cirujanos, la mayoría de los infantes y jóvenes son influenciados, quieren ser aceptados porque están conformando su identidad

en esas edades, quieren ser distintos a sus padres y necesitan modelos a seguir para tomar de aquí y allá porque se están construyendo a sí mismos, ello permite explicar porque en escuelas privadas las ausencias en clase se deben a cirugías estéticas, la belleza que se promueve es artificial y lleva a una relación agresiva con el propio cuerpo. Las imágenes que se consumen moldean el comportamiento, porque el mensaje es que sí tienes ese cuerpo y ese canon de belleza serás aceptado y accederás a una vida de lujos a diversión ilimitada.

Cabe agregar que los patrones de consumo hoy son una forma de autoexpresión:

La personalización es tanto una causa como un efecto del proceso de fragmentación de la marca. La burbuja de filtros no resultaría tan atractiva sino apelara a nuestro deseo posmaterial de maximizar la autoexpresión. No obstante, una vez que estamos dentro de ella, el proceso de adecuar quiénes somos con flujos de contenido puede conducir a la erosión de experiencias comunes y a estirar el liderazgo político hasta el límite (Pariser, 2017, pág. 161).

Estas ideas deforman la realidad y la psique de las personas, basta ver cómo se manipularon las elecciones en Estados Unidos gracias a la intervención de Cambridge Analytica que también intervino en la decisión del Brexit, esto implica aseverar que el filtro burbuja se puede utilizar para manipular y de nuevo moldear el comportamiento, se asume una posición el Facebook o en Twitter al compartir y dar me gusta, compartir o retuitear eso da presencia entre la multitud, al menos, crea la ilusión de ser visto, lo que de nuevo incide en la deformación de la autopercepción. La ciudadanía se construye cuando conocemos las necesidades y deseos

de los otros y cuando asumimos una posición crítica más allá de nuestros intereses personales, pero con el filtro burbuja esa experiencia se distorsiona porque solo nuestros intereses son válidos.

La identidad se desdobra, somos una escenificación de nosotros mismos, no actuamos igual en redes sociales que en persona, la mayoría comparte información sin validarla y sin leerla previamente, porque se trata de reafirmar una imagen que se construye ante los otros, pero muchas veces esa imagen no coincide con la realidad de la persona.



Podríamos continuar con las consecuencias de la navegación en internet personalizada, pero no contamos con el espacio para hacerlo, ya que, el fin de este artículo es introducir al lector a las problemáticas actuales. Es menester señalar que la experiencia humana es por naturaleza improvisada, que nada justifica la supresión de la espontaneidad y la riqueza que surge del intercambio de ideas. Somos seres individuales que viven en una experiencia particular y colectiva, no es posible dar vueltas en derredor de sí mismos, la humanidad ha progresado y ha dado pie a diversas manifestaciones culturales que enriquecen la experiencia humana. La deformación del yo es patente, porque el individuo considera que solo su verdad es válida, que puede prescindir de los otros, que no existe otro mundo que el pensado por sí mismo. Las redes sociales promueven una vida hedonista que simplifica la experiencia de la subjetividad y difumina a la sociedad y a lo colectivo, puesto que se puede disfrutar egoístamente sin sentir las necesidades del otro.

Para concluir con este apartado me permito citar a Eli Pariser, ya que, consideramos que sus reflexiones

puntualizan la importancia de vivir fuera del filtro burbuja:

El mundo suele seguir normas previsibles y caer en pautas previsibles: las mareas suben y bajan, los eclipses vienen y van: incluso el clima es cada vez más previsible. Pero cuando esa lógica se aplica al comportamiento humano, puede resultar peligroso por el mero hecho de que nuestros mejores momentos a menudo son los más impredecibles. No merece la pena vivir una existencia totalmente predecible. Sin embargo, la inducción algorítmica puede conducirnos a una especie de determinismo informativo en el que nuestro pasado rastro de clics decida nuestro futuro por completo. En otras palabras, si no borramos nuestro historial en la red, podemos estar condenados a repetirlo (Pariser, 2017, pág. 137).

b) Las alteraciones cognitivas y sociales

Las pantallas no sirven para educar a los niños, los infantes y los adolescentes, quienes aprenden de la experiencia, de la demostración que el cuidador efectúa frente a sus ojos, imitan y también aprenden, a través, del descubrimiento guiado, pero no aprenden por medio



de las pantallas, basta ver el escándalo de los supuestos videos educativos de Baby Einstein que Disney lanzó al mercado bajo la premisa de que los infantes mejoran aprenden más y mejor, prácticamente Disney lanzó una campaña bajo el eslogan de que sus DVD educativos volvían a los niños genios, el resultado fue un chasco y la empresa, ante los reclamos, reembolsó el dinero a padres y madres que se sintieron timados. Porque como ya lo mencionamos las empresas no buscan generar contenidos de calidad, es lo que menos les importa abonar a la red.

El uso de pantallas deteriora habilidades como la atención sostenida, la

concentración, la capacidad analítica y la escucha activa, mientras se toman notas y la lectura por mencionar algunas. Las pantallas adormecen a los infantes porque los privan de experiencias vividas que les permiten generar una memoria explícita, lo que permite adquirir el sentido del tiempo y su secuencia, esas habilidades son imprescindibles para la adquisición de conocimiento y para la salud mental de las personas. La memoria biográfica -que no se genera a través de la experiencia virtual- le permite recordar a los niños lo sucedido, lo escuchado, lo dicho, lo actuado y ello permite desarrollar su capacidad de introspección, su interioridad, y desarrollar un sentido de identidad propia (L'Écluyer, 2015). "Dan Siegel, profesor de biología y psiquiatría de la UCLA, dice que la memoria explícita es necesaria para el desarrollo del sentido de identidad del niño, y que esa memoria explícita se apoya en experiencias interpersonales (L'Écluyer, 2015, pág. 79)".

El contacto con la realidad, o la relación con las demás personas en el colegio, el aula, el hogar o la familia, dejan huella y aumentan el sentido de identidad que tenemos de nosotros mismos. Nuestra

memoria biográfica personal (y familiar y cultural) se desarrolla a partir de las experiencias interpersonales de sintonía, empatía y compasión que hemos vivido con las personas que nos rodean. Con esas experiencias interpersonales, familiares, culturales y espirituales positivas echamos las raíces que nos permiten resistir más adelante los vientos fuertes, porque consolidan nuestra conciencia de identidad propia (L'Ecluyer, 2015, pág. 81).

Las personas necesitamos cosechar memorias, vivencias y vivir la realidad. El problema de los ambientes virtuales es que el tiempo transcurre de forma diferente, no va al compás de la realidad, todo es más rápido y ello no permite tomar conciencia sobre las acciones, a la par de ello, la navegación en internet y redes sociales es un acto solitario y asincrónico, puesto que no es posible apreciar el lenguaje corporal del otro, convivir cara a cara, de ahí la imposibilidad de cosechar memoria biográfica, lo que también imposibilita el intercambio de ideas y de emociones. Si no tenemos experiencias interpersonales es difícil entender y contextualizarse en la realidad, ello implica pérdida de habilidades psicomotrices, sociales, así como la imposibilidad de medir los

peligros y gestionar adecuadamente las emociones, estas carencias inciden en la conformación de la identidad, sobre todo, en los infantes:

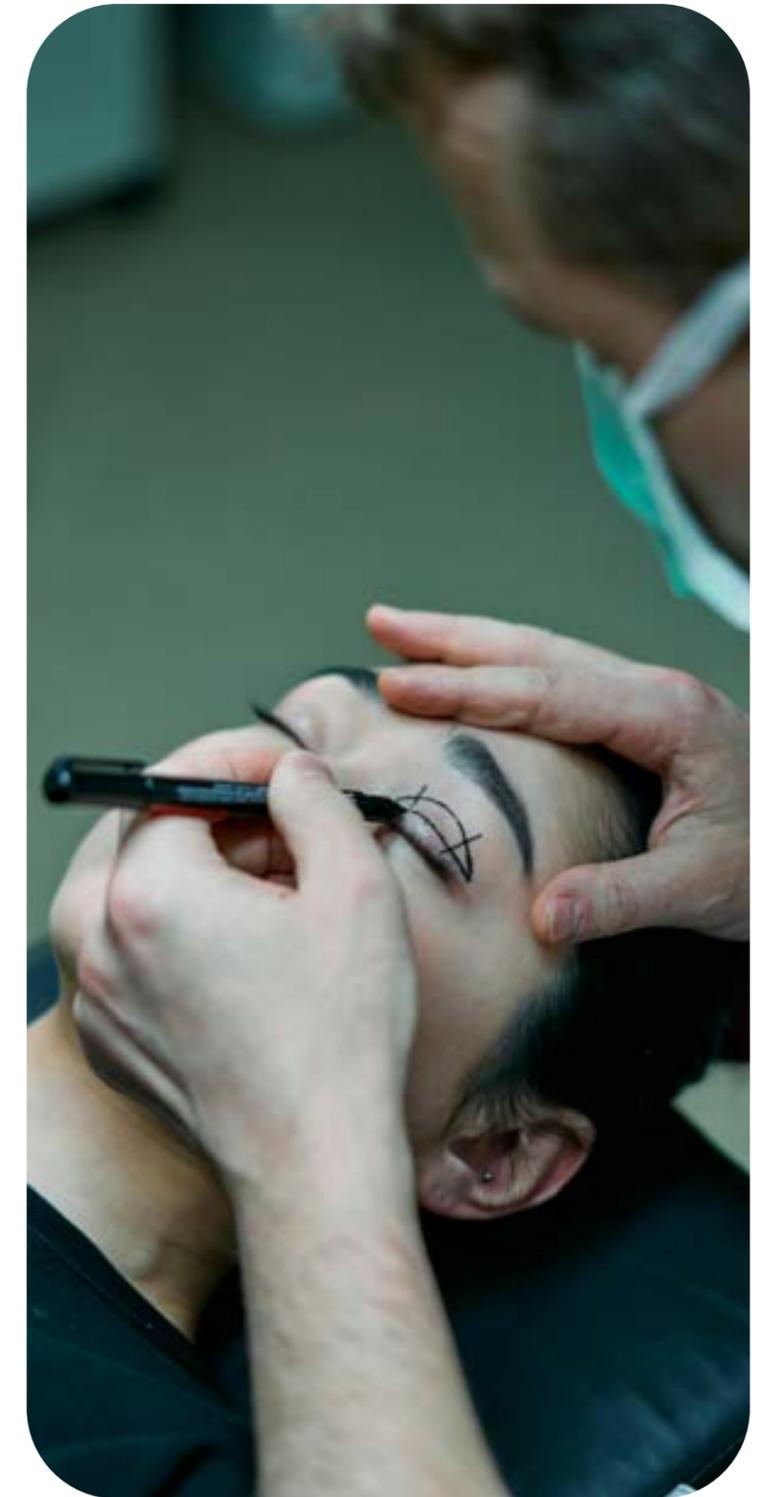
Si el niño no ha tenido una experiencia interpersonal que le permita, a través de su recuerdo, tomar conciencia de su propia identidad, ser auténtico consigo mismo, acabará haciendo suyo el comportamiento del personaje de turno de su serie favorita, las actitudes de los protagonistas de sus videojuegos violentos favoritos o el tono de los mensajes de WhatsApp que llenan la pantalla que lleva en su bolsillo.

[...] Estos niños o adolescentes copiarán y anhelarán ser copiados. A eso se reduce su sentido de identidad. Ese camino alejará, cada vez, a ese niño de la construcción de un sentido de identidad verdaderamente personal auténtico.

[...] <<Los adolescentes con bajo desarrollo de habilidades offline pueden experimentar un alto grado de capacitación o fortalecimiento a través de Internet y, por lo tanto, son más vulnerables al desarrollo de la "conducta disfuncional" en

Internet (como pueden ser, por ejemplo, las adicciones o el riesgo a ellas) (L'Ecluyer, 2015, pág. 82).

Además, es necesario resaltar que las redes sociales y los algoritmos moldean el comportamiento, saturando a los sentidos de productos. Recordemos que ahora, portar una marca es símbolo de autoexpresión y autovaloración, la sociedad del consumo ha llegado a la cúspide, porque hoy las marcas y la acumulación de mercancías a manos de los particulares es parte del estilo de vida y es símbolo de estatus social, las personas desean reconocimiento y aceptación, por tal motivo reproducen su vida en la pantalla, terminan escenificando una vida en redes sociales que, a veces, dista mucha mucho de la vida real, pero además tienen a copiar estilos de vida y patrones de belleza -que en la mayoría de los casos son artificiales e inalcanzables- para lograr tal cometido consumen y someten a su cuerpo a intervenciones quirúrgicas, dietas restrictivas, consumo de esteroides y hormonas, sin prescripción médica, todo lo anterior es modelamiento de la conducta en detrimento de la autopercepción, la autoestima y la integridad física y psíquica.



En esta nueva lógica, la experiencia humana queda subyugada por los mecanismos del mercado del capitalismo de la vigilancia y renace en forma de <<conducta>>. Estas conductas son rendidas-convertidas en forma de datos preparados para ocupar su lugar en una innumerable cola de ellos que alimenta las máquinas de fabricación de predicciones, unas predicciones que son los productos finales que se intercambian en los nuevos mercados de futuros conductuales (Zuboff, 2021, pág. 141).



El cuerpo de cada persona es concebido como un objeto que manifiesta un comportamiento que puede ser rastreado y calculado para indexaciones y búsquedas (Zuboff, 2021, pág. 328). La rendición de la experiencia humana incluye la conducta y el cuerpo, al analizar los patrones de vida y de consumo ayuda a los algoritmos a generar información de las pautas de conducta para predecir las conductas futuras, estamos hablando de un marketing del patrón de vida, que no solo captura y predice, sino que moldea la conducta para colocar más productos en el mercado, sin importar la salud física y mental de las personas. Estamos ante un problema complejo, porque el capitalismo de la vigilancia



y las redes sociales dejan una huella psicológica, es el escenario perfecto para consumir cirugías estéticas, hormonas, esteroides, dietas no recomendadas por expertos, pero también implica el consumo desmedido de alimentos ultraprocesados, aunado a que las redes sociales son como ya lo dijimos una actividad solitaria y sedentaria, enganchan al grado de anular la voluntad de las personas, eso también explica el sobre peso, la obesidad y otros trastornos alimenticios como bulimia y anorexia, que se ven maximizadas por los patrones de vida que se anuncian.

Otro fenómeno que va de la mano con lo anterior es el déficit de humanidad, que se traduce no solo en la falta de empatía y la normalización de los contenidos violentos, ya que, este fenómeno se refleja en la falta de desarrollo de auto control, porque debido a la sobre exposición a las redes sociales el sistema de recompensa del cerebro siempre está activo, situación que deteriora la capacidad de retrasar la gratificación, como consecuencia es imposible inhibir los comportamientos inadecuados, medir el peligro, tener saciedad -este aspecto se manifiesta en la ingesta de comida con exceso de saborizantes y grasas- y en la conducta conocida como

cutting como forma de aliviar la ansiedad y el dolor emocional que no puede ser expresado de otra manera, esto sucede porque una persona sobre estimulada no puede gestionar sus emociones de manera adecuada a la par de que el sistema de recompensa necesita la gratificación, pero desarrolla tolerancia, entonces cada vez se necesitan emociones y sensaciones más fuertes para producir la dopamina que produce la sensación de agrado.

En el tema del *cutting*, nos permitimos señalar que una forma de aliviar la sensación de desapego, soledad y ahogar emociones como la tristeza, la ansiedad, patologías mentales que derivan de la ausencia de una relación sólida y profunda con el cuidador primario, los hijos de padres ausentes sufren en algunos casos inseguridad porque no existe un vínculo de confianza, cuando descuidamos a un niño el mensaje que recibe es que no vale la pena como persona, que no es valioso y que el mundo exterior es una amenaza, es un lugar hostil del cual desconfiar, en cambio un niño atendido recibe el mensaje de que vale la pena, que es valioso y que el mundo que lo rodea es un lugar para ser explorado en compañía del cuidador con quien tiene un vínculo estrecho; la figura del

cuidador primario es imprescindible para la estabilidad de las personas. Pero hoy esa figura se difumina ante un mundo ajetreado, con trabajos absorbentes y mal pagados, los niños son abandonados ante las pantallas, éstas son sus niñeras, empero el costo a nivel de integridad física y psíquica es oneroso, porque privamos a los infantes de experiencias ricas, de un vínculo amoroso, de una persona que sirve de intermediario y de filtro entre la realidad y el niño quien tiene una mente en desarrollo que no puede asimilar muchos sucesos y conceptos sino es con ayuda, he ahí el ocaso del otro en la era de la posmodernidad que ha sido también llamado el siglo de la soledad.

Cabe agregar que, ante las pantallas, los infantes no aprenden a gestionar sus emociones, por tal motivo no aprenden a verbalizar sus penas y sus sufrimientos, los adormecen consumiendo más contenido en redes sociales y divagando; esto también impide que no experimenten otras emociones, porque no conviven con nadie más para aprender a leer expresiones faciales que denoten empatía, alegría, compasión, ternura, amabilidad, fortaleza.

Lo que ocurre es que, poco a poco, el niño deja de sentir. Se

convierte en un insensible. Ese niño, eventualmente, no sabe describir sus estados emocionales, no tiene capacidad de introspección, no siente culpa, no se conoce a sí mismo. Y, con respecto a los demás, no sabe mirar a los ojos, interpretar las expresiones faciales, anticipar las respuestas humanas y no sabe ponerse en la piel del otro.

Cuando los niños dejan de sentir, se encuentran en una situación en la que buscan emociones como mendigos. Y entonces caen en todos aquellos comportamientos que hemos descrito anteriormente, como la búsqueda de emociones fuertes a través de la pantalla, ya sea a través de los videojuegos, la pornografía, las redes sociales o las películas violentas (L'Ecluyer, 2015, pág. 153).

Aunado a lo anterior, la sobre estimulación y sobre exposición a la pantalla afecta el sueño, lo que provoca desórdenes del sueño como insomnio, sueño poco profundo, el problema de no dormir o de dormir mal es que el cerebro no puede limpiar las toxinas, ni desalojar la memoria de trabajo del hipotálamo este hecho tampoco permite consolidar el aprendizaje, por

ello muchas personas tienen problemas de aprendizaje, no pueden memorizar ni retener, a ello se suma que tener problemas del sueño afecta en niños y adolescentes la segregación nocturna de la hormona del crecimiento, además de problemas de hipertensión y el aumento de riesgos cardiovasculares.

Recientes estudios asocian la carencia de sueño en los niños con hiperactividad, falta de flexibilidad mental, dificultad en controlar la impulsividad, problemas de comportamiento y una reducción de las habilidades cognitivas, además de dificultades para gestionar sus emociones y adaptarse a ciertos contextos. También sabemos que el sueño es necesario para la consolidación del aprendizaje que hemos hecho a lo largo del día (L'Ecluyer, Educar en el asombro, 2017, pág. 77).

No debemos dejar de lado que la sobre estimulación también hace proclives a los jóvenes a desarrollar adicciones, pues el sistema de recompensa necesita una y otra vez el reforzamiento para segregar los estimulantes, pero al desarrollar tolerancia el nivel de estímulo aumenta, la persona entra en un bucle de búsqueda de estímulos

más y más fuertes para obtener el resultado deseado, por tal motivo los niños expuestos a pantallas y sobre estimulados serán adolescentes proclives a engancharse con sustancias psicoactivas o el consumo desmedido de pornografía, lo que también daña la percepción de la sexualidad.

Para describir más a fondo lo anterior nos permitimos citar a L'Ecluyer:

Un estudio reciente efectuado por trece investigadores reporta <<cambios estructurales múltiples>> en el cerebro de adolescentes que sufren adicción a Internet, lo que podría llevar a la reducción de la capacidad de inhibir comportamientos inapropiados y a una disminución de la capacidad de tener una meta.

La Academia Americana de Psiquiatría para Niños y Adolescentes dice que <<la habilidad de hacer clic en Internet es muy atractiva para un niño, dada su curiosidad y su impulsividad natural, así como su necesidad de gratificación inmediata>>. Todos sabemos hasta qué punto esos dispositivos enganchan a los niños.

En niños de entre 10 y 14 años ocurre una maduración cerebral que reconfigura su sistema de motivación. Se ha mostrado que, debido a una mayor producción de dopamina en el cerebro, los niños de esa edad tienden a buscar sensaciones nuevas de forma especial y creciente. Por lo tanto, durante ese periodo, la búsqueda de lo nuevo, lo gratificante o lo atrayente llevan al joven a valorar más las recompensas que los riesgos (Educar en la realidad, 2015, pág. 112). [...]

De hecho hay estudios que confirman que los cambios cerebrales que hemos descrito anteriormente convierten la adolescencia en un periodo crítico para la vulnerabilidad a las adicciones (Educar en la realidad, 2015, pág. 113).

Dado lo anterior, entre las personas que solo desean la experiencia gratificante hoy tenemos niños, jóvenes y adultos caprichosos, que no toleran la frustración, situación que los vuelve frágiles y vulnerables, porque no pueden comprender que los hechos no se pueden cambiar, que es parte de la vida lidiar con la dureza de la



vida y que la fortaleza radica en saber cómo reaccionamos antes los hechos sobre los que no tenemos control, lo que sí se puede controlar en la manera en la que nuestras emociones se expresan con respecto al hecho. Esta situación también provoca infelicidad y conmina a la persona a buscar de manera imparable la felicidad, ignorando que en la vida real hay tristeza, sufrimiento y dificultades, desafortunadamente hoy vemos un incremento de personas que no saben lidiar con la frustración y que saltan de un estímulo a otro, de una relación a otra, porque no pueden vivir sin el subidón de la alegría y el enamoramiento.

Como consecuencia ahora a las personas les cuesta tolerar más al prójimo, lidiar con los problemas de una relación, los roces cotidianos son

una molestia, de ahí la cultura de la cancelación que es violatoria de derechos humanos y es una proclama egoísta de derechos que no abona al bienestar común, por tal razón, las relaciones se vuelven efímeras, situación que disuelve al otro, puesto que el otro es visto como un objeto para cubrir las necesidades propias, no como una persona con la que debo convivir y tener empatía, esto torna imposible la sana convivencia.

Para explicar lo anterior, hablaremos de un estudio desarrollado en Stanford entre 1968 y 1970 con 653 niños de cuatro años. A los niños los dejaron solos en una sala con un chocolate y les dijeron que sí esperaban para comerse el chocolate les darían otro. En el estudio encontraron que la capacidad de controlar la atención, es decir,



la atención sostenida, era clave para retrasar la gratificación.

Años después encontraron que los niños que habían esperado para comerse el chocolate y así obtener otro, en su vida adulta tenían mejores resultados académicos, de gestión de frustración y del estrés y tenían mejor capacidad de enfocar estratégicamente su atención. En el colectivo de adultos que de niños habían sido capaces de retrasar la gratificación había menos uso de drogas ilegales, especialmente en niños vulnerables desde un punto de vista psicológico (L'Ecluyer, 2015, pág. 115).

Esto nos lleva a abordar el mito de la capacidad multitarea, que lo único que hace es dispersar la atención provocando más errores al momento de ejecutar una tarea y desgasta más al cerebro porque gasta mucha energía en enfocar y desenfocar, ir de una cosa a otra sin poner atención no ayuda al aprendizaje ni a la memoria y a largo plazo las personas pierden materia gris. Finalmente, esto también incide en una actitud que lleva a las personas a valorar más la gratificación que el riesgo, de ahí las conductas autodestructivas.

Como una última parte del análisis, es necesario hablar de los datos fragmentados sobre la realidad, esto se debe a que un tema se busca de manera superficial y se lee sin comprender los alcances del mismo, ejemplo de lo anterior es X (antes Twitter) que pretende que una realidad muy compleja se resume en unos cuantos caracteres, esto provoca confusión e ignorancia. Hoy tenemos personas que no pueden distinguir entre Estado de México y Ciudad de México. Otro ejemplo son los terraplanistas y demás ocurrencias porque el conocimiento está fragmentado, debido a que el bucle sobre mí mismo me lleva a pensar que el mundo es como yo creo, no como en realidad es, además la capacidad de comprensión y razonamiento se ha deteriorado considerablemente porque la información no se filtra adecuadamente ni hay una guía para acceder a ella, antes el profesor mediaba entre el conocimiento y el alumno, pero hoy el exceso de información permite prescindir del experto o coleccionar datos sin sentido, viéndolos de forma aislada.

Esta triste comprobación se ha visto corroborada por las conclusiones de otra amplia investigación de varios profesores de la Universidad

de Stanford, en Estados Unidos, que concluyen que, <<en general, la capacidad de los jóvenes [estudiantes de secundaria y universitarios] para razonar acerca de la información disponible en Internet puede describir con una sola palabra: desconsoladora. Nuestros "nativos digitales" tal vez consigan saltar entre Facebook y Twitter al mismo tiempo que suben una selfie a Instagram y envían un mensaje de texto. Pero cuando se trata de evaluar la información que circula por las redes sociales, resulta que son fáciles de engañar. [...] En todos los casos, a todos los niveles, la falta de preparación de los estudiantes nos ha desconcertado. [...] Son muchos los que piensan que, como los jóvenes se mueven fácilmente por las redes sociales, también son competentes para procesar lo que encuentran en ellas. Nuestro estudio demuestra lo contrario (Desmurget, 2020).

Complementa lo anterior L'Ecluyer:

Se dice, que cada dos días se genera ahora la misma cantidad de información que la humanidad había generado en 5.000 años antes de la introducción de las

nuevas tecnologías. Sin embargo, constatamos que, muy a pesar de la mayor asequibilidad de tanta información, los niños no aprenden al ritmo esperado (L'Ecluyer, Educar en el asombro, 2017, pág. 93).

El ordenador impide el pensamiento crítico, deshumaniza el aprendizaje, la interacción humana y acorta el tiempo de atención de los alumnos (L'Ecluyer, Educar en el asombro, 2017, pág. 97).

Ahora Internet es el disco duro de la humanidad, ya no es necesario memorizar, ni aprender porque todo está en línea solo es cuestión de dar un click, copiar y pegar para entregar



una tarea. En una ocasión solicité un ensayo a mis alumnos, uno de los ensayos era incoherente, no tenía sentido, era un copy page, por lo tanto, le asigné la calificación de 0, el alumno amablemente me solicitó una revisión porque me dijo que siempre entregaba ensayos así y le ponían 10 que él no entendía que era lo que estaba mal, procedí a sentarme con él y leer el voz alta su ensayo, en cada párrafo le preguntaba qué sentido tiene esto, cómo se conecta con lo anteriormente escrito, qué quiere decir este párrafo, cuál es la idea principal, al final él me dijo ahora entiendo, una disculpa jamás me habían corregido así, gracias. Al final también comprendí que mi alumno era víctima de la indiferencia docente y que gracias a ello no tienen guía para asimilar el conocimiento y construirlo. Por eso la educación cara a cara, es esencial, el acto educativo es un acto profundamente humano que no debe estar a cargo de las pantallas, ni de la IA, ni sus algoritmos.

<<La educación de las personas no consiste en saber mucho o en tener acceso a mucha información, sino en haber sido expuestos a acontecimientos que nos comprometen humanamente y, por lo tanto, que nos transforma>>.

Pensar es calibrar la realidad, reflexionar críticamente, tener capacidad de introspección, capacidad de empatía, creatividad, sensibilidad para lo bello, lo que implica un proceso inevitable de búsqueda del sentido, que es la verdadera motivación de las personas (L'Ecluyer, 2015, pág. 166).

[...]

El entretenimiento y la diversión -películas, videojuegos, pantallas de ordenador, etc.-, aunque sea con fines educativos, hacen que el niño se vuelva más pasivo, apalancado, distraído, puesto que se le exige poco esfuerzo mental, por lo



que la mente se vuelve vaga y se acostumbra a no pensar (L'Ecluyer, Educar en el asombro, 2017, pág. 57).

Finalmente hemos de hablar sobre la percepción de la violencia en un mundo digital que atiborra los sentidos de acuerdo con la Academia American de Psiquiatría Infantil los contenidos violentos:

- Hacen inmunes e insensibles a los niños al horror de la violencia.
- Aceptan cada vez más la violencia como una manera de resolver los problemas.
- Imitan la violencia que observan.
- Se identifican con ciertos personajes de los contenidos violentos, ya sean las víctimas de los actos violentos o los que los cometen (American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 1999).

La violencia y la sobre estimulación insensibilizan impiden acercarse a la realidad con asombro, apreciar la belleza y despreciar la vulgaridad, la sobre estimulación satura los sentidos.

CONCLUSIÓN

La lista de nuevos conflictos o problemas derivados del uso de pantallas, redes sociales, algoritmos e IA es interminable. En este artículo quisimos enfatizar las consecuencias de vivir en la virtualidad, porque el discurso de Silicon Valley es que la tecnología es neutral y que, si no aceptamos a la tecnocracia, somos unos retrógrados que no entendemos a los nativos digitales. Lo cierto es que la tecnología no puede cambiar los hechos y el hecho es que somos criaturas sociales, que nos relacionamos con nuestro entorno para explicarlo y comprenderlo a la par de relacionarnos con los otros, pues por medio de ellos adquirimos conocimientos y aprendemos a gestionar nuestras emociones.

Los nativos digitales no existen, lo que existen son personas que necesitan lidiar con la alegría, la tristeza, la soledad, la frustración, el sufrimiento, la inestabilidad económica y laboral, esas personas necesitan de la interacción humana para aprende a gestionar la realidad, para construir una realidad que nos abrace, una realidad compasiva, una realidad abierta a los otros y a la creatividad.

Las infancias sobre estimuladas por estímulos externos pierden el

asombro, su capacidad de motivarse intrínsecamente es nula, por eso cada día tenemos más niños sedentarios y aumenta la obesidad infantil, a la postre tenemos adultos deprimidos que se enganchan a adicciones para sentir sensaciones porque su mundo interior está vacío, adultos que están aburridos porque no tienen voluntad para buscar la maravilla que es la naturaleza y el acto de vivir, esos niños y esos adultos no toman iniciativa y se dejan manipular por las predicciones de las redes sociales.

Los niños sobre estimulados pierden el asombro, se aburren fácilmente, son apáticos, se vuelven hiperactivos, nerviosos, ansiosos, no están a gusto consigo mismos, no se aceptan, son adictos a las emociones fuertes por lo que gastan su tiempo en buscar sensaciones intensas esos niños se convierten en adultos que quieren llamar la atención violando las normas, esos niños sobre estimulados son los adolescentes que no tienen motivación porque lo han visto todo y su deseo está bloqueado, por lo que buscan entretenerse con actos de vandalismo, violencia escolar, drogas.

No deseamos satanizar a las redes sociales, a la IA y ni la tecnología,

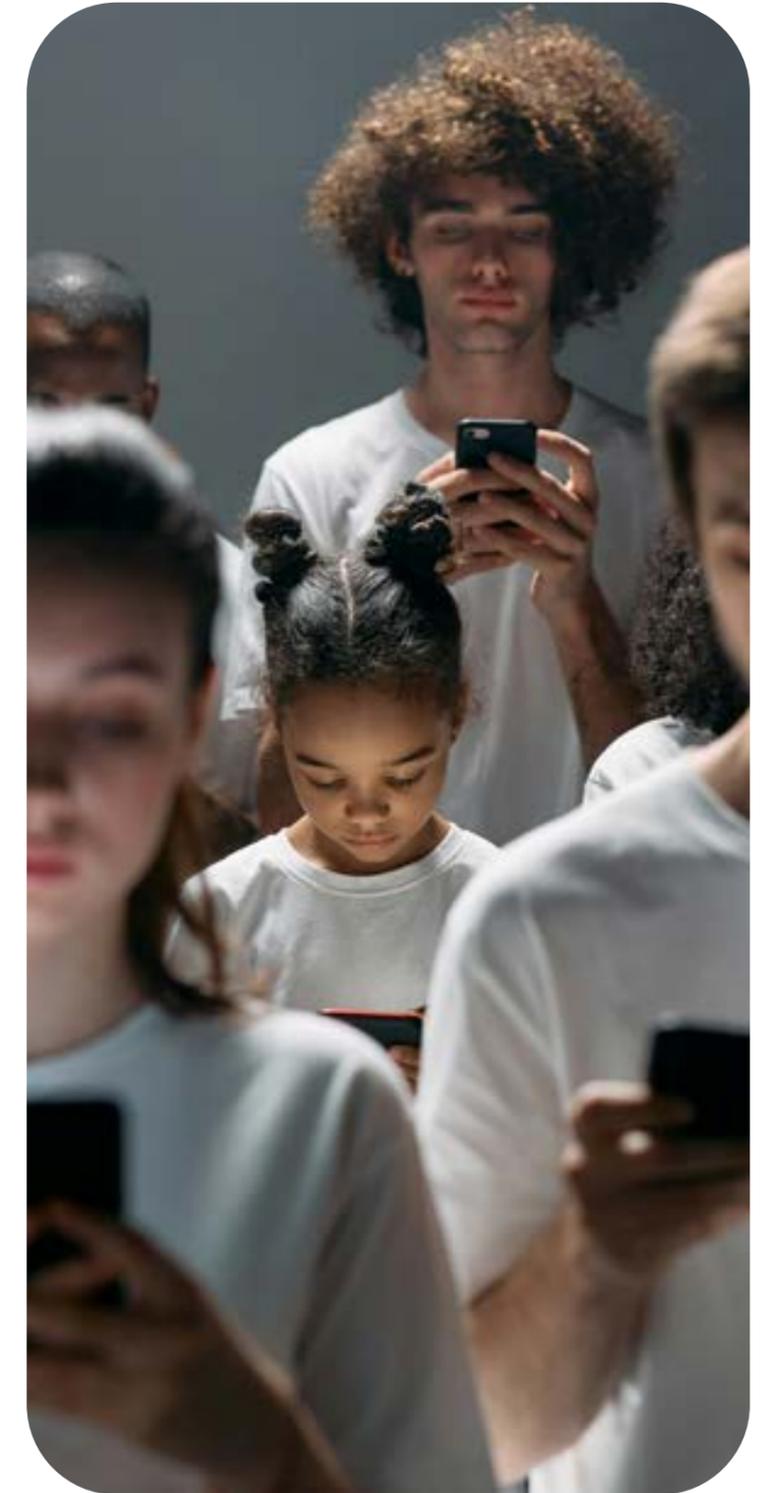
lo que deseamos es evidenciar la situación actual de las personas que han quedado atrapadas en las maravillas de la tecnocracia, lo que deseamos es visibilizar la pérdida de humanidad y finalmente lo que deseamos es que un uso racional de las pantallas y un acercamiento crítico hacia la tecnocracia emergente que nos pide entregar nuestras experiencias humanas para moldear nuestra conducta -en detrimento de la creatividad y lo genuino- y apartarnos de nuestra identidad, de los lazos humanos que nos aportan empatía y fortaleza.

Cabe señalar que las pantallas no pueden sustituir a los otros. De acuerdo con varios estudios, los bebés, infantes y adultos aprenden mejor cuando lo hacen de manera personal, porque se forma una memoria vivencial que es más efectiva para recuperar recuerdos, además se aprende a interpretar mejor las emociones cuando éstas son apreciadas de manera directa, sin que medie la pantalla.

Finalmente, el uso de las pantallas es una actividad solitaria que disloca a las personas de la convivencia, porque la atención se centra en la pantalla, pero sin el contacto con el otro la identidad se disocia, el intercambio de subjetividades ayuda a delimitar

donde empieza la identidad de uno y donde acaba, cuáles son los límites en la convivencia -introyección de normas. Los ordenadores y las pantallas, llenas de contenido frívolo o de ideas sin contexto, sin que medie alguien entre el conocimiento y la capacidad de quien lo recibe, no pueden enseñar a pensar con profundidad o a ser críticos, necesitamos de los otros, necesitamos su guía, así es como logramos destacar en la selección natural.

De acuerdo con la ciencia médica, las funciones mentales, aunque innatas, deben ser desarrolladas a través del intercambio con los otros. Algunas de estas funciones mentales son el lenguaje, la manera en la que nos comunicamos, reconocer el mundo que nos rodea, la capacidad de adaptación, crear, desarrollar el concepto que tenemos de nosotros mismos, darnos un valor, recordar, anhelar, comprender las necesidades de los otros, sentir como los otros sienten y la necesidad de ser escuchados, comprendidos y abrazados. Como seres sociales necesitamos de un grupo, de una comunidad, del contacto con los otros para dar sentido a la realidad y dignificarnos (Velasco, 2023). El uso excesivo, abusivo y vicioso de las pantallas trastoca todo lo anterior.



BIBLIOGRAFÍA

American Academy of Child & Adolescent Psychiatry. (abril de 1999). *Los Niños y la Violencia en la Televisión*. Obtenido de https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Spanish/Los-Ninos-y-la-Violencia-en-la-Television-013.aspx

Centro Especializado en Diabetes y en Criminología. (2023). *¿Cuáles son las consecuencias del abuso de los esteroides a la salud?* Recuperado el 11 de julio de 2024, de <https://diabetesyendocrinologia.com.mx/cuales-son-las-consecuencias-del-abuso-de-los-esteroides-a-la-salud/>

Desmurget, M. (2020). *La fábrica de cretinos digitales*. Los peligros de las pantallas para nuestros hijos. España: Planeta.

DW Documental. (s.f.). *Zona Docu*. Recuperado el 11 de julio de 2024, de https://youtu.be/TK_oVT0csgc

Kertz, N. (2021). *El siglo de la soledad: Recuperar los vínculos humanos en un mundo dividido*. Madrid: Paidós.

L'Ecluyer, C. (2015). *Educar en la realidad*. Barcelona: Plataforma editorial.

L'Ecluyer, C. (2017). *Educar en el asombro*. Barcelona: Plataforma Editorial.

Medline Plus. (15 de diciembre de 2018). *Estrógeno y Progestina (Terapia de reemplazo hormonal)*. Recuperado el 11 de julio de 2024, de <https://medlineplus.gov/spanish/druginfo/meds/a601041-es.html>

Morgado Bernal, I. (s.f.). *El País*. Recuperado el 11 de julio de 2024, de https://elpais.com/ciencia/materia-gris/2022-12-19/como-afecta-al-cerebro-el-exceso-de-horas-ante-el-ordenador-y-dispositivos-electronicos.html?event_log=go

National Institute of Drug Abuse. (enero de 2024). *Esteroides anabólicos y otras drogas para mejorar la apariencia y el rendimiento*. Recuperado el 11 de julio de 2024, de <https://nida.nih.gov/es/areas-de-investigacion/esteroides-anabolicos-y-otras-drogas-para-mejorar-la-apariencia-y-el-rendimiento-aped#:~:text=Pueden%20provocar%20ataques%20card%C3%ADacos%20pre-maturos,provocar%20la%20reanudaci%C3%B3n%20del%20consumo.>

Pariser, E. (2017). *El filtro burbuja. Cómo la red decide lo que leemos y lo que pensamos*. México: Taurus.

Público. (26 de octubre de 2010). *Disney devolverá el dinero de "Baby Einstein" por no ser vídeos educativos*. Recuperado el 2024 de julio de 8, de <https://www.publico.es/actualidad/disney-devolvera-dinero-baby-einstein.html>

Sadin, É. (2020). *La era del individuo tirano*. El fin del mundo común. Argentina: Caja Negra.

Velasco, M. (2023). *Criar con salud mental. Lo que tus hijos necesitan y lo que tú les puedes dar*. Barcelona: Paidós.

Zuboff, S. (2021). *La era del capitalismo de la vigilancia. La lucha por un futuro humano frente a las nuevas fronteras del poder*. México: Paidós.