

Umeak teknologia berriekin harremanetan jartzen ditugu pentsamendu kritikoan hezi aurretik/

"Exponemos a los niños y niñas a las nuevas tecnologías antes de educarles en el pensamiento crítico" José Carlos Ruiz

Las nuevas tecnologías forman parte de nuestro día a día, y del de nuestros hijos. Por mucho que intentemos escapar de ellas, están ahí. La clave parece estar en el uso que hagamos de ellas. Para el neuropsicólogo Álvaro Bilbao, una regla importante es que "hasta los seis años de edad, los niños deberían desarrollar su cerebro lejos de las pantallas (tablets, smartphones, PCs)". El motivo es que existen estudios que ligan la exposición a estos dispositivos durante los primeros años de vida, con mayores problemas de conducta y desarrollo de déficit de atención. "Al cerebro del niño no le hacen falta más estímulos que la vida real" concluye Álvaro.

Nuevas tecnologías, sobreestimulación y aprendizaje

La investigadora y divulgadora, Catherine L'Ecuyer preguntaba al público en uno de nuestros eventos cuál creían que era **el mayor obstáculo para el aprendizaje**. Para después contestar que "aunque en épocas pasadas el problema principal y más estudiado fue la carencia de estímulos, en 2018 sabemos que si bien es verdad que la carencia es un problema para el aprendizaje, **la sobreestimulación es igual de perjudicial**. Hay estudios que lo confirman, uno de ellos, realizado en 2011, consistió en dar bebidas gaseosas azucaradas a un grupo de personas durante un mes. Una vez finalizado dicho estudio se dieron cuenta de que esas personas tenían más dificultad para percibir sabores, porque habían sido expuestas a una altísima dosis de azúcar". Catherine aterriza estos hallazgos en nuestra realidad diaria y nos habla de "cuando llevamos el bollo azucarado o las chuches de merienda a los niños, o cuando añadimos en las papillas azúcar o sal para ayudar a que coman mejor. Ese es el motivo por el que a los niños les cuesta tanto comerse una manzana, unas espinacas o unos garbanzos". Esto ocurre porque "**cuando el gusto está sobreestimulado baja la sensibilidad**, sube el umbral de sentir y ese niño necesita cada vez más estímulos artificiales para poder percibir las cualidades de los alimentos".

Lo mismo ocurre con las nuevas tecnologías. De hecho, existen **estudios que relacionan "el consumo de pantalla en la infancia con la inatención más adelante"**. Catherine cita a [Dimitri Christakis, experto en el efecto pantalla](#), que dice

que “una exposición prolongada a cambios rápidos de imágenes durante los primeros años de vida condicionaría la mente a niveles de estímulos más altos, lo que llevaría a una falta de atención más adelante en la vida”. Digamos que **los niños se aburren leyendo un libro, o atendiendo a una profesora hablar en clase porque su cerebro necesita estímulos más agresivos.**

El peligro de los ideales virtuales

Pero el problema va más allá de la sobreestimulación, como nos recuerda el profesor y filósofo José Carlos Ruiz. “las nuevas tecnologías no son buenas, ni tampoco malas. Yo las dejo en un ámbito neutro. Para mí las redes sociales, Internet, todo lo que gira en torno a las nuevas tecnologías es muy interesante si se utilizan bien. **El problema es que los niños llegan a las nuevas tecnologías antes de ser educados en el pensamiento crítico, y antes de ser educados en el análisis visual de lo que van a consumir.** Están llegando a las nuevas tecnologías sin tener el armazón intelectual puesto previamente, por lo que la tecnología se empieza a filtrar sin tener aparato crítico, y es dónde **empiezan a dejarse influir por un mundo virtual, que está por encima del real”.**

El caso de Bután

José Carlos Ruiz nos lo explica perfectamente con un ejemplo en su libro ‘El Arte de pensar’.

Para entenderlo bien tendríamos que irnos a Bután, país que durante mucho tiempo ha ocupado los primeros puestos en el ranking mundial de ciudadanos felices, pero que la llegada de la televisión hizo que sus ciudadanos empezaran a sentirse desgraciados e infelices.

Para explicarlo extraeré un fragmento de lo que José Carlos Ruiz cuenta en su libro:

“La mujer de Bután tenía el rol de mujer fuerte, capaz de colaborar con las tareas de agricultura y ganadería, salía de su hogar para ayudar, al mismo tiempo que sacaba a la familia adelante. Los hombres de Bután se enamoraban de ese perfil de mujer. De repente empiezan a consumir televisión. Una invasión de pantallas para la que sus ciudadanos no estaban preparados. A los hombres de Bután dejaron de gustarles sus mujeres, y el modelo estético y social de mujer que tenía se quedó desfasado. Las mujeres también dejaron de sentirse guapas al compararse con las modelos y actrices que emergían de las pantallas”.

¿Qué ocurrió en Bután? Que sus ciudadanos no fueron educados críticamente para el consumo de pantallas, no les formaron para que se acercaran a ellas con lo que José Carlos Ruiz llama “el interruptor del pensamiento crítico activado”. Y esto no solo pasa en Bután. Pasa en todas las sociedades. Las consecuencias son cada vez más evidentes, **“aumentan enfermedades como la anorexia o la bulimia porque, entre otros factores, no tenemos la capacidad de analizar debidamente las imágenes. Aumentan las depresiones y el estado de insatisfacción cuando consumimos imágenes virtuales retocadas con programas de ordenador, donde todo el mundo es perfecto y aparenta llevar una vida idílica”**.

Y aquí es dónde José Carlos Ruiz nos insta a **educar a nuestros hijos en el pensamiento crítico, a dotarles del “armazón intelectual” antes de dejarles ante una pantalla**. De esta forma, nuestros hijos serán mucho menos vulnerables a ellas.

ARTIKULOAREN ITURRIA: “Gestionando hijos-as” web orrialdea.