
“TECNOFAMILIAS: CRECER EN CAVERNAS DIGITALES”
“TECHNOFAMILIES: GROWING UP IN DIGITAL CAVES”

Autores: Micaela V. Potes & Guillermo J. Filet Larrea
Pontificia Universidad Católica, Argentina

CDID “Centro de Documentación, Investigación y Difusión de Psicología Científica”¹
Universidad Católica “Ntra. Sra. De la Asunción”

Recibido: 21 de Agosto de 2018

Aceptado: 30 de Octubre de 2018

Resumen

El presente es un artículo de revisión bibliográfica y análisis crítico de la influencia de la tecnología en las familias, en sus dinámicas y en la constitución del psiquismo de sus integrantes. El avance de las tecnociencias en la hipermodernidad, caracterizada por el hiperconsumo, el individualismo y el imperio de las imágenes, aumentan el riesgo de que el uso de los objetos tecnológicos se vuelva una adicción, afectando el funcionamiento y la comunicación familiar. A su vez, el estilo parental dominante en cada una de ellas será fundamental en la regulación del uso que se haga de dichos objetos tecnológicos. Si bien la tecnología aporta beneficios, su uso excesivo y desregulado causa múltiples efectos negativos. Se deberá concientizar sobre un uso adecuado de los objetos tecnológicos.

Palabras clave: Constitución del psiquismo, Estilos parentales, Familia, Hipermodernidad, Uso de la tecnología.

¹Correspondencia remitir a: Micaela Potes micaelapotes@hotmail.com o Guillermo Javier Filet Larrea guillermo.fila@gmail.com Pontificia Universidad Católica Argentina

¹Correspondencia remitir a: revistacientificaeureka@gmail.com, o norma@tigo.com.py “Centro de Documentación, Investigación y Difusión de Psicología Científica”, FFCH-Universidad Católica de Asunción-Paraguay.

Abstract

The following is an article of bibliographic review and critical analysis of the influence of technology on families, their dynamics and the constitution of the psyche of its members. The advance of techno-sciences in hypermodernity, characterized by hyper-consumption, individualism and the empire of images, increase the risk of becoming addicted to technological devices, affecting family functioning and communication. In turn, the dominant parenting style in each of them will be crucial in the regulation of the use made of those technological devices. While technology brings benefits, its excessive and deregulated use causes multiple negative effects. People should be aware of the proper use of technological devices.

Keywords: Constitution of the psyche, Family, Hypermodernity, Parenting styles, Technology use.

Imagínate, pues, a unos hombres en un abrigo subterráneo en forma de caverna (...) están allí desde su infancia y, encadenados de piernas y cuello, no pueden cambiar de sitio ni ver en otra dirección que hacia delante, porque las ligaduras les impiden volver la cabeza” (Platón, 380 a.C./ 2015, p.295)

¿Podría la Alegoría de la Caverna escrita hace más de XX siglos servir como metáfora para describir la sociedad actual? Es una pregunta que posiblemente no tenga una única respuesta. Se observa en los últimos años un avance sin precedentes en el campo de las tecnociencias que, hermanadas con el discurso capitalista y el hiperconsumismo que caracterizan a la hipermodernidad, han sido elevadas a la categoría de omnipresentes en la vida cotidiana de las personas.

Las pantallas se encuentran en todas partes: reinan en los hogares y ambientes laborales, no solo como elementos recreativos sino también como herramientas indispensables de trabajo; y los *smartphones*, en particular, se encuentran la mayor parte del día en las manos de sus usuarios y bajo la constante *super-visión* de los mismos.

No obstante, cabe preguntarse, qué efectos negativos se desprenden del hiperconsumo de las mismas, y cómo ello incide en las familias, en sus dinámicas y en la constitución del psiquismo de sus miembros. La imagen de una familia sentada alrededor de una mesa, compartiendo una comida y las anécdotas de la vida cotidiana, lentamente se fue haciendo difusa con la aparición de la televisión. Sin embargo, en las dos últimas décadas, el ritmo vertiginoso con que se desarrollan los aparatos tecnológicos y su consecuente demanda y consumo, han hecho de esta escena familiar casi una imagen del pasado. Hoy en día, si los integrantes de una familia se sientan a la mesa a comer, rara vez intercambian palabras.

Las pantallas se han apoderado del escenario familiar. Por lo general, cada integrante de la familia observa absorto su propia pantalla: el televisor, las *tablets* y los *smartphones* son los protagonistas. En esta situación, las palabras de los miembros de las familias se convierten en ruido que interfieren con los plácidos sonidos y las imágenes que emanan de las pantallas capturando la atención de los sujetos hasta abstraerlos de la realidad, en una peligrosa seducción que recuerda a la de los ratones del flautista de Hamelín.

Tal es la gravedad del asunto que diversas organizaciones han impulsado campañas para promover la conversación cara a cara durante la cena. En el año 2016 la ONG estadounidense *Common Sense Media* realizó una encuesta a más de 900 familias con niños de entre dos y diecisiete años de edad, descubriendo que, si bien el 93% manifestó que las conversaciones son importantes al momento de la cena, el 47% admitió que al menos un miembro de la familia había utilizado un dispositivo móvil durante la semana previa al estudio, mientras que el 34% reconoció tener la televisión prendida en todas o casi todas las cenas.

Como consecuencia de los resultados obtenidos, ese mismo año lanzó la campaña *#Device Free Dinner* afirmando que compartir la cena en familia sin aparatos tecnológicos conlleva al óptimo desarrollo social e intelectual de los niños, además de fomentar la conexión y la interacción entre sus miembros. Siguiendo esta iniciativa, pocos meses después, la ONG *Chicos.net* lanzó la campaña *#Cena Sin Pantallas* argumentando que la conversación sin interferencias del mundo exterior, promueve la intimidad y el acercamiento entre los miembros de la familia.

Constitución del psiquismo en las familias hipermodernas

Múltiples filósofos, sociólogos y psicoanalistas concuerdan en que una de las principales características de la época actual es el carácter imperante de las imágenes, presentándose las pantallas como una puerta de salida que permiten huir de una realidad percibida como imperfecta, hacia un mundo de belleza y perfección (Bassols, 2014; Han, 2014; Lipovetsky, 2016).

Las imágenes se erigen como modelos a seguir, mientras que los valores e ideales tradicionales, que pertenecen al orden simbólico y son pilares en la construcción de la identidad, se debilitan y son sustituidos por aquellas. Estas modificaciones ya están produciendo efectos en el psiquismo de los sujetos, quienes cada vez más presentan identidades frágiles y endebles.

Una de las principales funciones de toda organización familiar es la constitución del psiquismo, y ello implica vínculos, el contacto directo y corporal. Como sostiene Rojas: la presencia de los otros ejerce sobre cada sujeto exigencias de trabajo psíquico: reconocimiento, tolerancia la frustración, ruptura del espejo narcisista, alteración de la imagen de sí, renuncia pulsional y la ajenidad inasible (...) no hay familia sin la presencia efectiva de los otros, al menos, en momentos iniciales (...). No puede darse (...) construcción del sujeto en la virtualidad (2007, pp.5-6).

Si bien existen otros sectores de la trama social que simultáneamente inciden en la producción de la subjetividad, la familia, en tanto grupo primario, es el lugar por excelencia. El niño, al nacer, depende absolutamente de un otro para sobrevivir. En la mayoría de los casos, los padres resultan ser el principal medio con el que el niño se relaciona para ir desarrollando y afirmando su modo de ser y de pensar, con respecto a sí mismo, y a los demás. Hoy en día se observa que, inmediatamente después de este primer contacto con el entorno parental, el niño está expuesto a otro entorno: el mundo de las pantallas.

Así lo demuestra un estudio realizado a principios de 2018 por la Organización de los Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI) que afirma que el consumo digital ha avanzado fuertemente en edades muy tempranas arrojando como resultado que el 58% de los infantes menores de dos años están expuestos a *tablets* y *smartphones* todos los días, mientras que este número se incrementa al 75% en la franja etaria de cero a cinco años.

Lacan en “Los complejos familiares en la formación del individuo” sostiene que: entre todos los grupos humanos, la familia desempeña un papel primordial en la transmisión de la cultura (...). La familia predomina en la educación inicial, la represión de los instintos, la adquisición de la lengua a la que justificadamente se designa como materna. De ese modo, gobierna los procesos fundamentales del desarrollo psíquico (1938/2016, pp. 33-96).

Se ha considerado a la familia como lugar del Otro por excelencia, pues allí el ser hablante adviene como tal para un discurso, el viviente se hace un sujeto de deseo, con un lugar simbólico, una posición en las generaciones y un lazo de parentesco, “con un goce relativamente ordenado y provisto de identificaciones fundamentales que lo irían a sostener durante toda su vida” (Suárez, 2017, p. 3). Cabe preguntarse, entonces, qué sucede cuando las pantallas invaden el entorno familiar. Estas saturan a los niños de estímulos e informaciones que no pueden procesar, y les permiten prescindir de una figura respetable e idealizada que detenta un saber y a la que pueden consultar, pues en su lugar, *Google* se torna omnisciente.

En este sentido, Seldes se cuestiona cuánto afecta este hecho a la familia y, sobre todo, a la función paterna...hablamos de la declinación del padre, es decir de los ideales, de aquello que orientaba. (...) una de las funciones que le era eminente al padre ha sido degradada por el discurso de la ciencia. (...) hizo que muchos dispositivos tecnológicos escapen a la voz del padre (2016, p. 2).

Se ha modificado la relación de niños y adolescentes con el saber, el cual ya no es depositado en los adultos ni está mediado por seres hablantes (padres, educadores). Mientras que antes el saber estaba en el campo del Otro, actualmente está en el bolsillo. De modo autodidacta, cada quien puede escribir lo que desea saber en el motor de búsquedas y obtendrá una o varias respuestas. Sin embargo, como sostiene Han, “en un determinado punto la información ya no es informativa sino deformativa” (2014, p. 89). En 1996, el psicólogo David Lewis acuñó el término *Information Fatigue Syndrom* (IFS) para referirse a una patología producida por un exceso de información, y quienes la padecían presentaban una parálisis de la capacidad crítica, alteraciones de la atención, inquietud general e incapacidad para asumir responsabilidades.

Hoy todos estamos afectados por el IFS. Y la razón es que todos nosotros estamos confrontados con una cantidad de informaciones que aumenta velozmente. (...) los medios actuales de comunicación fomentan la falta de vinculación, la arbitrariedad y el corto plazo. La primacía absoluta del presente caracteriza nuestro mundo. El tiempo se dispersa como mera sucesión de presentes disponibles.

Y, en medio de eso, el futuro se atrofia como un presente optimado. La totalización del presente aniquila las acciones que dan tiempo, tales como responsabilizarse o prometer (Han, 2014, pp. 88-90).

Lazos virtuales... ¿lazos sociales?

Más allá de la posición que se tome respecto a la tecnología -sea esta extremista (tecnocentrismo: tecnófilos versus tecnófobos) o no-, es innegable que la intromisión de las pantallas en la vida cotidiana configura nuevas subjetividades al mismo tiempo que modifica los modos de comunicación que hasta entonces eran conocidos.

En relación a la comunicación familiar, como sostiene Aragonés (2014), se observa un predominio de lazos virtuales en detrimento de los lazos sociales: el uso de aplicaciones de mensajería instantánea reemplaza en muchas ocasiones al diálogo, tanto en lo que respecta a la pareja conyugal como al vínculo paterno-filial, sobre todo ante la parentalidad de hijos adolescentes. Ellos han nacido y crecido con las tecnologías digitales, son *nativos digitales* (Prensky, 2001) y una de sus características esenciales es que-aunque parezca una paradoja- la mayoría no utiliza el teléfono para hablar. Según un estudio realizado por la consultora Carrier y Asociados (2012), un 72% de los jóvenes privilegiaba la comunicación escrita por sobre la oral en el celular y estos datos no han parado de crecer. Asimismo, otro estudio realizado por la Universidad de Oxford, concluyó que la palabra más utilizada a nivel mundial en el año 2015 -paradójicamente- no fue una palabra, sino un emoticón: el de la risa (Peirone & Seldes, 2016).

Ello daría cuenta de un progresivo desplazamiento “del patrón lógico (logos) que caracterizó a Occidente durante más de 2500 años, hacia un patrón icónico que trastoca las narrativas con que damos cuenta del mundo de la vida” (Peirone, 2016, p. 2). Por lo tanto, resulta indispensable fortalecer, desde la infancia, el diálogo en el grupo familiar, fomentando la expresión de las emociones, para que los niños no tengan que recurrir, como único medio para su expresión, a un emoticón. En este sentido, Levin y Vásquez afirman que

Por las pantallas se corre el riesgo de acabar el diálogo en las familias, con el peligro que eso trae para la herencia, porque qué se transmite o qué asimila un niño que tiene cortada la conversación con el otro. Para él pareciera que lo único que existen son las imágenes, pero estas no tienen cuerpo, sustancia, ni transmiten (2014, pp.1-2).

Es preciso destacar que la comunicación no es reductible únicamente al diálogo, es decir, a lo verbal. El contacto visual, las expresiones faciales son mensajes esenciales para el desarrollo sano de un niño. Esa comunicación se pierde cuando se está inmerso todo el tiempo en una pantalla. Vásquez sostiene que los niños desde muy pequeños son capaces de percibir “la violación a los momentos de intimidad, la ausencia de diálogo y las expresiones de cariño” (2014, p. 2).

Las presiones socioculturales y económicas que atraviesan los padres, los llevan, en algunas ocasiones, a obsequiarles a los niños desde muy temprana edad aparatos tecnológicos con diversos fines.

Tal como afirma la *American Academy of Pediatrics* (2016), cuando se trata de un fin lúdico, no debería representar un problema para el niño siempre y cuando la utilización de ese dispositivo se lleve a cabo con el acompañamiento y la supervisión de un adulto, y el tiempo de exposición sea regulado por este. El problema surge cuando ese dispositivo se transforma en un refugio virtual para el niño que intenta suplir la ausencia de figuras que ejerzan las funciones materna y paterna. Es frecuente encontrar que padres e hijos están en su universo, universo que no es compartido, perdiéndose, de este modo, cualquier tipo de interacción. Si bien es evidente que la tecnología facilita la comunicación entre miembros de la familia que viven lejos, diversos estudios afirman que la perjudica entre miembros que cohabitan o viven cerca (Corral & Echeburúa, 2010; García, 2009). Las pantallas son, al mismo tiempo, un espacio de encuentro y de desencuentro con el otro. Con mayor frecuencia se observa que ante el llamado del niño -el cual puede manifestarse de múltiples maneras- a sus padres, la reacción de los mismos se vuelve automática: entregarle una pantalla, un objeto tecnológico, que la mayoría de las veces no está destinado más que a silenciar dicha llamada; llamada que aun así tiene una respuesta, aunque tal vez no sea la más eficiente, y que no es sin consecuencias para el psiquismo en desarrollo del niño. De esta manera, cada quien con su pantalla, consumidores consumidos, se ve reflejada en las familias la dinámica social de la hipermodernidad que Lipovetsky caracteriza por “el reinado de un individualismo de tipo errante y zapeador” (2016, p. 11).

Pues como afirma Litvinoff, ... conexión no es lo mismo que comunicación y contacto no es lo mismo que amigo. Es importante hacer la diferencia, pero también entender que esta es una época de aislamiento, de soledad, de individualidad, donde cada cual se cuida a sí mismo (2010, pp. 3-4).

El narcisismo, la *soledad globalizada* (Sinatra, 2013) y un exceso de positivismo, son síntomas característicos de esta época. Pero se olvida que, como sostiene Han, el espíritu despierta en presencia de lo otro. La negatividad del otro lo conserva en la vida. Quien está referido tan solo a sí mismo, quien se aferra a sí mismo, carece de espíritu. El espíritu está caracterizado por la capacidad de “soportar la negación de su inmediatez individual, el dolor infinito”. Lo positivo que borra toda negatividad de lo otro, se atrofia para convertirse en “ser muerto”. Solo el espíritu, que irrumpe desde la “simple relación consigo mismo”, hace experiencias. No es posible ninguna experiencia sin dolor, sin la negatividad de lo otro, en el exceso de positividad (...) la Fenomenología del Espíritu de Hegel describe una vía dolorosa. En cambio, la fenomenología de lo digital está libre de lo otro dialéctico del espíritu. Es una fenomenología del me gusta (2014, p. 80).

Es en esta misma línea que Lipovetsky afirma que “no vivimos tanto la insoportable levedad del ser como la carga de la soledad del ser” (2016, pp. 275-276). Solos y en una ilusión de conexión virtual, las personas absortas en sus propias pantallas se asemejan a los prisioneros de la Alegoría de la Caverna de Platón.

Nuevos tiempos, nuevos desafíos: ser padres en la hipermodernidad

La instrumentación y regulación de los objetos tecnológicos dentro de cada familia dependerá en gran medida del *estilo parental* imperante en cada una de ellas. Se entiende por estilo parental al constructo psicológico que alude a las prácticas educativas familiares de cada familia, “con el fin de educar, influir y orientar a sus hijos para que puedan constituirse en relaciones sociales” (Losada & Marmo, 2017, pp. 162-163). Existen varias clasificaciones de estilos parentales (Baumrind, 1966; Maccoby & Martin, 1983; Schaefer, 1959). No obstante, dos de ellos, aparentemente contrapuestos, se encuentran presentes en todas estas clasificaciones: el autoritario y el permisivo.

Lipovetsky sostiene que con las transformaciones actuales de la familia, se asiste a la transición de un modelo autoritario, propio de la modernidad, a un modelo flexible, comprensivo y cool, que caracteriza a la hipermodernidad. “El cambio es tan profundo que algunos autores hablan de una ruptura portadora de revolución antropológica” (Lipovetsky, 2016, pp. 279-280). En el modelo autoritario prevalecía la disciplina y la obediencia estricta del hijo; el poder de los padres era tal que podían decidir sobre el futuro de sus hijos (estudios y oficios), utilizando, en ocasiones, castigos corporales; no se debía mal acostumar a los hijos ni satisfacer sus caprichos. “Una educación rígida que se basaba en la idea de que había que enseñar a los hijos la dureza de la vida, preparándolos para las adversidades, inculcarles el sentido del deber por la práctica de la obediencia” (Lipovetsky, 2016, pp. 279-280).

Pero con el desarrollo de normas relacionales y psicológicas que priorizan la comprensión, el intercambio, y los derechos de los niños, el modelo anterior fue reemplazado por un orden educativo que prioriza la felicidad inmediata y la autonomía. Si bien este cambio de paradigma conlleva aspectos positivos, no deben ocultarse los efectos negativos que comporta.

La educación permisiva, en efecto, favorece el desarrollo de los niños inquietos, hiperactivos, ansiosos y frágiles, porque se han educado sin reglas ni límites, sin figura que represente la autoridad, sin asignación de lugares claros que son como normas indispensables para la construcción y la estructuración del yo. (...) Está demostrado que este estilo educativo priva a los niños y más tarde a los adultos de recursos psíquicos suficientes para resistir la confrontación con la realidad, para adaptarse al mundo exterior, soportar las frustraciones y los conflictos (...). La lógica educativa cool tiende a producir inseguridad psicológica, desestructuración de la personalidad, incapacidad para dominar los impulsos y deseos. Tal es la ironía de la ligereza hipermoderna, que no deja, por sus excesos permisivos, de volverse contra sí misma (Lipovetsky, 2016, p. 281). El ejercicio de la parentalidad nunca ha sido una tarea sencilla. Sin embargo, pareciera que en la actualidad las exigencias son cada vez mayores. Las ya mencionadas características de esta época inciden en esta transición descrita por Lipovetsky. Guerra (2000) y Messing (2011) sostienen que muchos padres se sienten confundidos y desorientados respecto a cómo posicionarse frente a sus hijos debido a que la sociedad empuja a la primacía de la independencia y la autonomía como ideales en los niños.

Ello, a su vez, los lleva a presentar una dificultad en el establecimiento de límites y, por ende, en la obediencia por parte de sus hijos. Raya (2008) argumenta que este hecho podría estar ligado a un rechazo a los modelos autoritarios que tuvieron en su infancia quienes hoy son padres. Si bien sería absurdo plantear el restablecimiento del estilo parental autoritario, tampoco se puede creer que un estilo parental permisivo va a preparar al niño para un mundo cada vez más individualista y competitivo. Cardozo, Guerra y López de Ponce de León (1994), plantean que existe una tendencia por parte de los padres a permitirles a los niños de manera precoz una exploración sin límites y un uso indiscriminado de los objetos de la casa (entre los que se podría incluir el uso de pantallas) a fin de disminuir la dependencia, pero atentando contra su desarrollo.

Peligros hipermodernos

Dado que en la primera infancia la capacidad de autorregulación en el niño se encuentra en vías de desarrollo (Blair, 2010), es fundamental que los padres establezcan límites claros y firmes en el uso de la tecnología debido a que el mundo virtual acarrea sus propios riesgos para los sujetos que lo navegan. Desde acciones que comprenden el *ciberbullying*, *grooming*, *sexting*, *toothing*, *upskirting*, *morphing*, entre otros, hasta la posibilidad de desarrollar una adicción. Según Seldes, ... la hiperconexión produce un tipo de satisfacción que anula cualquiera de las otras, como suele ocurrir con las adicciones. El dispositivo tiene la función de taponar algo, quizás la angustia, y cuando falta la angustia no se siente la necesidad de cambiar.

Entonces su interrupción, porque por ejemplo se agotó la batería, produce aburrimiento, desgano. Falta el objeto en el bolsillo, como decía Lacan. Y no hay chance de desactivar esa compulsión, o cualquier otra, si el sujeto que es su propio clínico no la habita con sufrimiento sino con plena satisfacción (2016, p.2).

Las pantallas resultan sumamente atractivas tanto para niños como para adolescentes y adultos. Su atractivo se debe principalmente a que están siempre a disposición (en cualquier momento y lugar); son un buen remedio para el aburrimiento; llenan nuestro tiempo de ocio (cuando no un vacío); entre otras cosas.

Dicho de otro modo, tienen una cualidad denominada *gratificación* (Small & Vorgan, 2008). Y es justamente esa cualidad la que, en ciertas ocasiones, puede tornar su uso imposible de controlar y terminar, consecuentemente, afectando varios ámbitos de la vida del sujeto y, por lo tanto, de todo el grupo familiar. Si un sujeto pasa largas horas frente a una pantalla, el sistema de gratificación cerebral se hiperactiva y se desencadena una conducta adictiva. Cada vez que se realiza una acción agradable o que provoca placer (comer, jugar, estar enamorado), se activan los centros de recompensa y se incrementa el nivel de dopamina, pudiendo -en casos extremos- generar una dependencia psicológica y fisiológica. Small & Vorgan afirman que “los mismos caminos neuronales del cerebro que provocan la dependencia de las drogas son los caminos que se activan con determinadas conductas ante las pantallas” (2008, p. 65).

En la quinta edición del *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-5) se ha incluido el *Internet Gaming Disorder*, bajo el epígrafe *Conditions for Further Study* en la Sección III (APA, 2013). Este trastorno se caracteriza por preocupación compulsiva por jugar juegos de Internet *sin* apuestas (cuando se trata de juegos con dinero, el DSM-5 lo denomina *Gambling Disorder*) y excluye las actividades recreacionales o sociales, las profesionales y las páginas sexuales. Recientemente, la *World Health Organization* (WHO), ha publicado su nueva *International Classification of Diseases 11th Revision* (ICD-11) en la cual ha incluido -dentro de la categoría *Mental, behavioural or neurodevelopmental disorders* y de la subcategoría *Disorder due to substance abuse or addictive behavior*- un nuevo diagnóstico: *Gaming disorder*, aludiendo al uso de juegos digitales o videojuegos ya sea *online* u *offline*.

Por el momento, no se han incluido trastornos vinculados a otro tipo de actividades con dispositivos tecnológicos (uso de redes sociales, de Internet, etc.) aunque se están realizando estudios al respecto.

Las pantallas en la infancia

Se observa en los últimos años que los hábitos de conducta de padres e hijos están cambiando e inclinándose a favor del uso temprano de los dispositivos. Según un informe realizado por UNICEF (2017) uno de cada tres usuarios de Internet en todo el mundo es un niño. Según otro informe más reciente, más de ciento setenta y cinco mil niños se conectan todos los días por primera vez a Internet, un nuevo niño cada medio segundo (UNICEF, 2018).

No existen reglas preestablecidas en lo que refiere al tiempo de exposición y uso de aparatos tecnológicos.

Dependerá de muchos factores asociados: en primer lugar, el fin o el *para qué*, es decir, qué se busca con la actividad que se lleva a cabo (esparcimiento, aprendizaje, etc.); en segundo lugar, pero no menos importante, *quién*, es decir, la etapa del desarrollo que atraviesa quien lo utiliza; en tercer lugar, *cuánto*, es decir, qué cantidad de tiempo se dedica a dicha actividad y evaluar si existen en la familia tiempos libres de tecnología que permitan el diálogo, la conexión emocional y la unión entre sus integrantes; en cuarto lugar, el *cómo o con quién*, es decir, si se trata de una actividad en solitario o bien, en el caso de los niños, si están acompañados por sus padres o cuidador, si es monitoreada o supervisada por un adulto, si se fomenta el diálogo a partir de dicha actividad, etc.; y por último, *dónde*, en el caso de los niños se recomienda que no tengan acceso a estos dispositivos en sus habitaciones o en lugares donde no haya un adulto presente.

Empero, en lo referente específicamente a la exposición en niños, la *American Academy of Pediatrics* (2016), recomienda evitar por completo el uso de pantallas digitales hasta los dos años de edad aproximadamente, argumentando que un niño aprende más y mejor de la vida real y de su entorno físico que de una pantalla y asegurando que no es recomendable para el desarrollo del cerebro.

Diversos neurólogos, psiquiatras, psicólogos y educadores (Bilbao, 2013; Jensen, 2005; Kremenchuzky, 2013; L'Ecuyer, 2012; Romañach, 2013; Small & Vorgan, 2008; Spitzer, 2013) afirman que el abuso o mal uso de pantallas digitales desde edades tempranas del desarrollo puede provocar importantes alteraciones y perturbaciones tales como desconexión de las relaciones primarias, introversión y aislamiento, escaso desarrollo de la imaginación y la creatividad, trastornos del lenguaje y del aprendizaje, déficit de atención, ansiedad, estrés, insomnio, apatía, abulia, depresión, y una disposición creciente a la violencia o de insensibilización ante la misma.

Por tales motivos, Bilbao (2013) sugiere evitar por completo el consumo de pantallas en niños hasta los seis años de edad, dado que los primeros años de vida son esenciales en la formación de la inteligencia, de la personalidad y del comportamiento social.

Conclusión

Cada familia está sin duda inmersa en un contexto sociocultural que la define y moldea, pero las necesidades humanas siempre son las mismas y no se puede acelerar el desarrollo. Todo niño, para crecer y desarrollarse de manera saludable necesita saber que tiene una figura de cuidado con quien puede contar, una figura que esté disponible para escucharlo y acompañarlo. Ningún dispositivo tecnológico puede sustituir las funciones materna y paterna.

Actualmente, el avance de las tecnociencias y el hiperconsumo propio de la época facilita que cada quien tenga su propia pantalla, y los objetos tecnológicos se han vuelto imprescindibles; conocer su funcionamiento es un requisito básico.

Si bien su correcta utilización presenta varios beneficios, un uso excesivo o inadecuado de los mismos acarrea múltiples consecuencias negativas para los sujetos y la dinámica familiar. Por lo tanto, no se trata de demonizar a los objetos tecnológicos, ni se los puede culpar o responsabilizar de la falta de comunicación en una familia, ya que en determinados casos, la utilización de los mismos podría ser una excusa para enmascarar cierta problemática familiar, es decir, una consecuencia y no su causa. Por ello, resulta importante considerar qué lugar ocupan dichos aparatos en la vida cotidiana de cada uno de los sujetos que constituyen el grupo familiar y de qué manera interfieren -o no- en la dinámica y comunicación de cada familia.

El problema se genera cuando el uso de las pantallas se vuelve excesivo, sin límites, no sujeto a ningún tipo de regulación, cuando se convierte en una adicción. Asimismo, conocer el estilo parental predominante en un entorno familiar es de crucial importancia, pues incidirá en el modo en que los padres regulen el uso que los niños hagan de las pantallas. Padres adictos a las pantallas, que expongan a sus hijos a un hiperconsumo de las mismas desde la temprana infancia, generarán niños adictos a las mismas, con múltiples alteraciones en el desarrollo y más probabilidades de presentar diversas patologías.

En la actualidad, solo algunos de los efectos han comenzado a vislumbrarse, mientras que otros, lamentablemente, se conocerán a largo plazo. Por este motivo, se debe concientizar a los padres sobre el mal uso de los objetos tecnológicos y sus consecuencias.

Referencias

- American Academy of Pediatrics (2016). *Nuevas recomendaciones para el consumo mediático de los niños*. Recuperado de <https://www.healthychildren.org/spanish/news/paginas/aap-announces-new-recommendations-for-childrens-media-use.aspx>
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*. Washington, D.C.: Author.
- Aragonés, S. (2014). *¿El WhatsApp puede matar el diálogo en la familia?*. Recuperado de <https://es.aleteia.org/2014/07/26/el-whatsapp-puede-matar-el-dialogo-en-la-familia/>
- Bassols, M. (2014). *El imperio de las imágenes y el goce del cuerpo hablante*. Recuperado de <http://miquelbassols.blogspot.com/2014/07/el-imperio-de-las-imagenes-y-el-goce.html>
- Baumrind, D. (1966). Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior. *Child Development Perspectives*, 37(4), 887-907.
- Bilbao, Á. (2013). *Cuida tu cerebro...y mejora tu vida*. Barcelona: Plataforma Editorial.
- Blair, C. (2010). Stress and the Development of Self-Regulation in Context. *Child Development Perspectives*, 4(3), 181-188.
- Cardozo, A., Guerra, V. & López de Ponce de León, S. (1994). *Comenzando los vínculos... los bebés, sus papás y el jardín maternal*. Montevideo: Roca Viva.
- Carrier y Asociados (9 de octubre de 2012). *Generación muda: Por el chat y los SMS, se pierde la charla cotidiana*. Clarín. Recuperado de https://www.clarin.com/sociedad/generacion-muda_0_S1KO4uRjDXl.html
- Chicos.net (2018). *#CenaSinPantallas*. Recuperado de <http://www.chicos.net/cenasinpantallas/>
- Common Sense Media (2018). *#DeviceFreeDinner*. Recuperado de <https://www.commonsensemedia.org/device-free-dinner>
- Corral, P. & Echeburúa, E. (2010). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto*. Recuperado de <http://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/196>
- García, L. (2009). *Redes sociales y adolescencia. La familia ante el uso de las Redes Sociales en Internet*. Madrid: CEAPA.
- Guerra, V. (2000). *Sobre los vínculos padres-hijo en el fin de siglo y sus posibles repercusiones en el desarrollo del niño*. Recuperado de <http://www.apuruguay.org/apurevista/2000/1688724720009109.pdf>
- Han, B.C. (2014). *En el enjambre*. Barcelona: Herder Editorial.

- Jensen, E. (2005). *Teaching with the Brain in Mind*. Virginia: ASCD.
- Kremenchuzky, J. R. (2013). *El desarrollo del cachorro humano*. Buenos Aires: Noveduc.
- Lacan, J. (1938/2016). Los complejos familiares en la formación del individuo. *En Otros Escritos* (pp. 33-96). Buenos Aires: Editorial Paidós.
- L'Ecuyer, C. (2012). *Educación en el asombro*. Barcelona: Plataforma Editorial.
- Lewis, D. (1996). *Dying for Information?* London: Reuters Business Information.
- Levin, E. & Vásquez, R. (18 de octubre de 2014). *El celular, un obstáculo para la comunicación familiar* El Tiempo. Recuperado de <https://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-14708103>
- Lipovetsky, G. (2016). *De la ligereza*. Barcelona: Editorial Anagrama.
- Litvinoff, D. (2010). *Redes sociales: ¿ventanas indiscretas?*. Recuperado de http://www.eol.org.ar/template.asp?Sec=prensa&SubSec=america&File=america/2010/10_10_11_Redes-sociales-ventanas-indiscretas.html
- Losada, A. V. & Marmo, J. (2017). *Hacia la comprensión de los procesos familiares*. Buenos Aires: Editorial Dunken.
- Maccoby, E. E. & Martín, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. *En E. M. Hetherington & P.H. Mussen (Eds), Handbook of child psychology: Vol. 4: Socialization, personality and social development* (pp.1-101). New York: Wiley.
- Messing, C. (2011). *¿Por qué es tan difícil ser padres hoy? Simetría inconsciente de niños y jóvenes. Construcción de nuevos modelos de autoridad*. Buenos Aires: Noveduc.
- Organización de los Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (24 de abril de 2018). *Pantallas y primera infancia: ¿cuáles son las consecuencias de la exposición a tablets y celulares entre los 0 y 5 años?*. Infobae. Recuperado de <https://www.infobae.com/tendencias/2018/04/24/pantallas-y-primera-infancia-cuales-son-las-consecuencias-de-la-exposicion-a-tablets-y-celulares-entre-los-0-y-5-anos/>
- Peirone F. & Seldes, R. (27 de octubre de 2016). *El psicoanálisis en la era de la hiperconectividad*. Página 12. Recuperado de <https://www.pagina12.com.ar/diario/psicologia/9-312734-2016-10-27.html>
- Platón (380 a.C./2015). *La República*. Barcelona: Editorial Juventud.
- Prensky, M. (2001). *Nativos e inmigrantes digitales*. Recuperado de <https://www.marcprensky.com/writing/Prensky-NATIVOS%20E%20INMIGRANTES%20DIGITALES%20%28SEK%29.pdf>
- Raya, A. F. (2008). *Estudio sobre los estilos educativos parentales y su relación con los trastornos de conducta en la infancia*. Córdoba: Universidad de Córdoba.

- Rojas, M. C. (2007). Pensar la/s familia/s hoy: estar solo, con otro. *Psicoanálisis e Intersubjetividad*, 2. Recuperado de <http://www.intersubjetividad.com.ar/website/articulo.asp?id=172&idd=2>
- Romañach, J. (2013). *Dieta digital*. Barcelona: Plataforma Editorial.
- Schaefer, E. S. (1959). A circumplex model for maternal behavior. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 59(2), 226-235.
- Sinatra, E. S. (2013). *L@snev@sadict@s. La implosión del género en la feminización del mundo*. Buenos Aires: Editorial Tres Haches.
- Small, G. & Vorgan, G. (2008). *El cerebro digital. Cómo las nuevas tecnologías están cambiando nuestra mente*. Buenos Aires: Ediciones Urano.
- Spitzer, M. (2013). *Demencia Digit@l. El peligro de las nuevas tecnologías*. Barcelona: Ediciones B.
- Suárez, E. (2017). *Hacia el VIII ENAPOL: Microponencias II*. Recuperado de <http://www.eol-laplata.org/blog/index.php/hacia-el-viii-enapol-micro-ponencias-i/>
- UNICEF (2017). *El Estado Mundial de la Infancia 2017: Niños en un mundo digital*. Recuperado de <https://www.unicef.es/prensa/1-de-cada-3-usuarios-de-internet-son-ninos>
- UNICEF (2018). *Más de 175.000 niños se conectan cada día por primera vez a Internet*. Recuperado de <https://www.unicef.org/argentina/comunicados-prensa/m%C3%A1s-de-175000-ni%C3%B1os-se-conectan-cada-d%C3%ADa-por-primera-vez-internet>
- WHO (2018). *Gaming disorder*. Recuperado de <https://icd.who.int/browse11/lm/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2fid%2fentity%2f1448597234>