II Jornada Científico Metodológica Virtual
Universidad de Ciencias Médicas de Sancti Spíritus
2 de mayo/28 de junio 2024

Artículo de Revisión

Uso de la tecnología: ventajas y desventajas

Use of technology: advantages and disadvantages

Dra. Iris Dany Carmenate Rguez. Especialista de primer grado en MGI y Segundo grado en Psiquiatría infantil. Hospital Pediátrico Provincial José Martí de Sancti Spíritus. https://orcid.org/0000-0002-6282-3120

Dr. Conrado Ronaliet Álvarez Borges. Especialista de segundo grado en MGI y primer grado en Psiquiatría infantil. Hospital Pediátrico Provincial José Martí de Sancti Spíritus. https://orcid.org/0000-0001-7395-6853

Universidad de Ciencias Médicas Sancti Spiritus.

Correo para la correspondencia. irisdany@infomed.sld.cu

Resumen

Introducción: la era de la información (también conocida como era digital, era informática o era del conocimiento) es el nombre que recibe el período de la historia de la humanidad que va ligado a las tecnologías de la información y la comunicación (TIC). Es innegable las ventajas que ofrece la digitalización en diferentes áreas de la vida, pero de igual manera su uso indebido e indiscriminado podría ser perjudicial para todos los que de una forma u otra la consumen. Objetivo: exponer las ventajas y desventajas de las tecnologías en edades tempranas de la vida. Método: Revisión de sustentos científicos actualizados sobre las ventajas y desventajas de las tecnologías en edades tempranas de la vida. Resultados: Las tecnologías de la información y la comunicación tal como reportan beneficios al desarrollo de habilidades en el niño y el adolescente pueden convertirse en un potencial factor psicopatogenizante cuando su uso es indebido. Muchos estudios se refieren a cuando considerar un uso inadecuado, abusivo o de riesgo de estas herramientas. Conclusiones: En el abuso de la tecnología muchos de los niños y adolescentes se refugian en las tecnologías y llegan a desarrollar manifestaciones psicopatológicas que demandan atención psicoterapéutica.

Palabras clave: tecnologías de la información, ventajas, desventajas, psicopatogenizante

Summary

Introduction: the information age (also known as the digital age, computer age or knowledge age) is the name given to the period in human history that is linked to information and communication technologies (ICT). The advantages that digitalization offers in different areas of life are undeniable, but equally its improper and indiscriminate use could be harmful to all those who consume it in one way or another. Objective: expose the advantages and disadvantages of technologies at an early age of life. Method: Review of updated scientific support on the advantages and disadvantages of technologies at early ages of life. Results: Information and communication technologies, as they provide benefits to the development of skills in children and adolescents, can become a potential psychopathogenic factor when their use is improper. Many studies refer to when they consider inappropriate, abusive or risky use of these tools. Conclusions: In the abuse of technology, many children and adolescents take refuge in technologies and develop psychopathological manifestations that require psychotherapeutic attention.

Keywords: information technologies, advantages, disadvantages, psychopathogenics

Introducción

La era de la información (también conocida como era digital, era informática o era del conocimiento) es el nombre que recibe el período de la historia de la humanidad que va ligado a las tecnologías de la información y la comunicación (TIC). Es innegable las ventajas que ofrece la digitalización en diferentes áreas de la vida, pero de igual manera su uso indebido e indiscriminado podría ser perjudicial para todos los que de una forma u otra la consumen.

La tecnología aporta grandes beneficios a la humanidad y su papel fundamental radica en crear mejores herramientas para mejorar el desarrollo del ser humano en toda su extensión, ya sea para obtener la información de manera más rápida y efectiva, así como comprender los fenómenos que

acontecen a nuestro alrededor. Por lo que de hace necesario exponer las ventajas y desventajas de las tecnologías en edades tempranas de la vida.

Desarrollo

Todos tenemos acceso al consumo de las TIC (Tecnología de la informatización y comunicación) y dándole un uso eficaz los beneficios que reporta son innumerables. Los niños y adolescentes no están limitados en este consumo por lo que también se benefician de las mismas, sin embargo, la inmadurez emocional y cognitiva de este grupo de edades al que hacemos referencia suele darle un uso indebido y muchas veces se dejan ver más los daños que los beneficios sobre todo reflejados en la salud mental.

Es indudable que, en los últimos años, los sorprendentes avances tecnológicos han permitido el desarrollo y surgimiento de nuevas tecnologías, fomentando su uso cotidiano entre los jóvenes. Desde la creación de las redes sociales, los juegos, grupos de whatsApp, las compras en línea, entre otras actividades que se pueden llevar a cabo a través de la red de redes, han marcado en los jóvenes una herramienta aún más atractiva debido al alcance e inmediatez de los servicios que ofrece a sus usuarios.

Entre las principales ventajas:

- ✓ Permite ahorra tiempo en la búsqueda de información.
- ✓ Permite ser más productivos y eficientes
- ✓ Reduce la complejidad de las tareas
- ✓ Acceso rápido a la información
- ✓ Facilita procesos en educación
- ✓ Permite comunicarnos con todo el mundo
- ✓ Mejoras significativas en la atención médica,
- ✓ Estimula la creatividad
- ✓ Entretenimiento
- ✓ Permite el desarrollo de nuevos métodos de enseñanza

El uso no planificado, reiterativo y en solitario de estas herramientas marcan en el niño y el adolescente un sin número de alteraciones psicológicas que de no ser atendidas oportunamente dejarían serios problemas de salud mental,

Las tecnologías de la información y la comunicación tal como reportan beneficios al desarrollo de habilidades en el niño y el adolescente pueden

convertirse en un potencial factor psicopatogenizante cuando su uso es indebido. Muchos estudios se refieren a cuando considerar un uso inadecuado, abusivo o de riesgo de estas herramientas. Autores como Echeburúa consideran que su adicción puede considerarse una adicción específicamente psicológica con características comunes a otros tipos de adicciones: pérdida de control, aparición de síndrome de abstinencia, fuerte dependencia psicológica, interferencia en la vida cotidiana y pérdida de interés por otras actividades.
Otros autores citan al psicólogo Mark Griffiths, especializado en el comportamiento adictivo a videos juegos y el uso del internet donde lo refieren como “Adicciones tecnológicas” y las define como: “Adicciones no químicas que involucran la interacción hombre-máquina”. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS): “Uso compulsivo, repetitivo y prolongado con incapacidad para controlar o interrumpir su consumo y consecuencias sobre la salud, la vida social, familiar, escolar o laboral”. En fin, muchas conceptualizaciones son emitidas en este sentido donde el denominador común se centra en la tecnología, su uso irracional y la repercusión en el estado psicológico de quienes lo consumen con la repercusión en todas las áreas.

En el abuso de la tecnología muchos adolescentes se refugian en estos videos juegos y llegan a desarrollar manifestaciones psicopatológicas que demandan atención psicoterapéutica.

Estas manifestaciones aparecen relacionadas con los efectos del consumo excesivo y tal como ocurre con cualquier droga dura o no, se activa un sistema de recompensa mesolímbico, con agotamiento de neurotransmisores que son los que llevan a cabo un círculo vicioso en el que la persona siente la necesidad de volver a consumir para atenuar las manifestaciones que aparecen.

Las primeras manifestaciones que aparecen son:

- Falta de control sobre el juego: Este síntoma implica que la persona es incapaz de controlar su conducta hacia el videojuego y no puede poner límite al tiempo que invierte en esa actividad ni a las veces que lo hace durante el día o la semana.

- Aumento de la prioridad que se le da al juego: Se convierte en algo por encima de otros intereses vitales y rutinas del día a día.
- Continuación o escalada del juego, a pesar de las consecuencias negativas: No importa el daño que esté haciendo a su salud o a su situación vital, el afectado continúa jugando o lo hace cada vez más.
- El tratar de ponerle fin a un juego genera irritabilidad, molestia, agresividad, conducta negativista y hasta dificultades en las relaciones con quienes le rodean, en los más pequeños las perretas pueden acentuarse.
- El estar inmerso en el juego le repercute en la socialización, en el cumplimiento de otros deberes según su etapa evolutiva.
- Incumple horarios de sus necesidades básicas, como es el aseo, alimentación, sueño.
- Puede tener repercusión escolar por la merma evidente en su desempeño docente dada por la falta de concentración, de atención, desinterés por cumplimiento de tareas escolares y otras relacionadas con este ámbito.
- Aislamiento
- Pérdida de habilidades para hacer cálculos, escribir, dificultades en ortografía.
- Reducción del tiempo y de las actividades compartidas en familia. No conversan con su familia, no discuten temas de interés, no comparten en la cena.
- Dificultades en la comunicación.
- Distanciamiento
- Sentimiento de invasión de la privacidad: Muchos adolescentes pueden sentir que el hecho de que sus padres indaguen o se preocupen por el uso de estas herramientas, preguntando, por ejemplo, con quién hablan o qué tipos de fotos suben a las redes es una intromisión en su privacidad
- Conflictos familiares: Esta consecuencia vendría a ser la traducción o el resultado de todas las anteriores.

Durante el confinamiento como psiquiatras nos dimos a la tarea de brindar atención a las manifestaciones psicopatológicas que se presentaban en niños y adolescentes y muchas estuvieron ligadas al consumo excesivo de tecnología. Basado en ello realizamos publicaciones donde abordamos y profundizamos todos los aspectos relacionados con la tecnología y la salud mental. Se presenta el trabajo: Aislamiento social, tecnología y salud mental. En la revista Multimed.

Se publicó además Conductas de intimidación como forma de violencia en tiempos de pandemia y repercusión en la salud mental, trabajo basado en el uso de la tecnología como medio para intimidar a otros menores. (Carmenate Rodríguez Iris Dany, Salas Mayea Yania Gisela, Plasencia Díaz Ailed, Rodríguez Gómez Rodolfo Leandro.

Casos de la vida real

- ✓ Paciente masculino de 16 años, queda solo en casa, sus padres se van del país y se refugia en las tecnologías y el internet. Es víctima de acoso sexual por este medio y acepta involucrase en juegos sexuales que despiertan su interés marcado en repetir una y otra vez este tipo de actividad. Esta relación cibernética termina inesperadamente y dañan su autoestima al punto de llevarlo a un estado de deterioro de su salud física y mental. Sufre una psicosis aguda por este evento.
- ✓ Paciente masculino, 15 años, discapacidad intelectual leve a moderada, desvinculado solo se refugia en juegos agresivos y de violencia través del móvil, esta violencia que experimenta diariamente en sus juegos lo ha llevado a intimidar a las demás personas, agrede a sus vecinos, muy violento, agresivo, cada día se hace más difícil el control del uso del móvil, fue necesario su ingreso para trabajar esta agresividad, pudimos contactar el craving y el malestar que experimentaba cuando se alejaba de la tecnología.
- ✓ Paciente de 38 meses con un desarrollo psicomotor adecuado, cumpliendo con todos los hitos del desarrollo hasta el momento en que se evalúa. Pierde el lenguaje que había adquirido, se muestra agresivo, irritable, aislado, con una conducta similar a la que exponen los niños

con TEA, se identificó el uso marcado de juegos en Tablet y el apego marcado a la TV, recibió ayuda inmediata y se pudo recuperar el buen desarrollo del menor.

Conclusiones

En el abuso de la tecnología muchos de los niños y adolescentes se refugian en las tecnologías y llegan a desarrollar manifestaciones psicopatológicas que demandan atención psicoterapéutica.

Referencias Bibliográficas

1. Multimed vol.25 no.5 Granma sept.-oct. 2021 Epub 20-Oct-2021 (Carmenate Rodríguez Iris Dany, Marín Acosta Anaisa. Aislamiento social, tecnología y salud mental. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-48182021000500011&lng=es
2. Conductas de intimidación como forma de violencia en tiempos de pandemia y repercusión en la salud mental. Rev Cubana Pediatr [Internet]. 2022 Mar [citado 2024 Ene 10]; 94(1): e1670. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75312022000100013&lng=es