

ENTREVISTA | JUAN MANUEL ROMERO
EXPERTO EN ADICCIONES A LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

«La adicción a las tecnologías se produce por el mal uso familiar»

Asegura que los afectados por esta enfermedad, todavía sin reconocer, no se dan cuenta de su problema y que tiene que ser su entorno el que ponga los medios

Alejandro Posilio | La Voz

MADRID | Este periodista ha creado una web (www.adiccionesdigitales.es) en la que se investiga la manera de combatir las adicciones a las nuevas tecnologías. También ha escrito un libro sobre el tema, *El abuso de las nuevas tecnologías*, en el que trata este nuevo problema. Además, da charlas en colegios, centros culturales, instituciones y empresas, a profesionales, padres y educadores, para que se hagan una idea de cómo se pueden combatir estas adicciones.

—¿La dependencia de las tecnologías es una enfermedad reconocida oficialmente?

—Se podría decir que todavía no está reconocida, pero sí se sabe que provoca otros trastornos. En cualquier caso, es un problema psicológico, que afecta en tanto en cuanto los padres no tenemos cuidado de lo que están haciendo nuestros hijos. Si nuestro hijo está una hora jugando con el ordenador, pues no pasa nada; pero si está siete horas seguidas, la cosa ya es grave; y si vemos que está siete días a la semana, pues todavía es mucho más grave.

—¿Hay profesionales preparados para diagnosticar y tratar esta enfermedad?

—Sí, cualquier psicólogo o psiquiatra lo puede hacer. Lo que nosotros hacemos es informar de cómo prevenirlas, pero una vez que se produce la adicción, no tenemos nada que hacer. Debe ser el profesional el que lo haga.

—¿Cómo se sabe si un hijo tiene dependencia del móvil, la «play», el ordenador...?

—Muy sencillo: si está pendiente de jugar en cualquier momento, si lo utiliza le hagan falta o no. Es más, cuando no los usa, está con ansiedad o mal genio.



Juan Manuel Romero trabaja en los informativos de Televisión Española

Se observa que el niño solo está a gusto cuando está con ellos. Además, tampoco se saben comunicar con sus compañeros de voz a voz. Se comunican muy bien a través del messenger, pero luego hablar con los compañeros les cuesta.

—¿Cómo se enseña a un niño a ser responsable en el uso de Internet?

—Es muy complicado, pero ellos tienen que saber que, primero, no se puede tener todo y, segundo, que si no ejercen bien la libertad que les damos se la vamos a quitar. Un niño tiene que saber qué cosas puede hacer y cuáles no en Internet. La adicción se produce por el mal uso que se ha generado en el entorno familiar.

—¿Cómo puede controlar un

padre el uso de Internet por parte de su hijo?

—Si el niño es pequeño, debe estar con él cuando lo use, para enseñarle cómo navegar y, sobre todo, dejarle claro que si ve algo raro, debe contárselo. Que no va a haber castigo, pero que debe contárselo para evitar males mayores.

—¿También crea adicción «chatear»?

—Mucha. Hay muchísimos matrimonios que se pierden, porque en vez de hacer las labores del hogar o estar con su pareja o familia, se ponen a chatear hasta las cuatro de la madrugada. Llega un momento en que la otra parte de la pareja revienta o que el chateador conoce a otra persona por Internet y se lían con ella.

—¿Qué consejo se puede dar para que esto no ocurra?

—Hay que hacer un uso racional. El problema de la adicción es que el adicto no se da cuenta. Tiene que ser el entorno familiar, laboral o social, el que tiene que poner los medios. Si uno ve que su pareja tiene un problema, hay que hablarlo con ella y acudir a un profesional para solucionarlo. Estas drogas pueden ser tan dañinas como algunas de las que se inyectan.

—¿En los videojuegos es suficiente con cumplir con el consejo de los años para los que se recomiendan?

—En absoluto, porque muchos están mal catalogados. Hay algunos que están catalogados para 16 años y consisten en matar a judíos, viejas y negros con un bate de béisbol, por ejemplo. Los padres tiene que estar un poco atentos, vigilar si pueden provocar estrés. Son muy impactantes por su atractivo, por lo que son muy adictivos.

—¿Qué hacer para impedir la adicción a estos juegos?

—Limitarles el uso. Yo a mis hijos no se lo dejo usar cuando hay colegio, y les permito una media hora diaria cuando no lo hay, con la condición de que lean durante el mismo tiempo. Luego ellos tienen trucos y hay que dejarse engañar un poquito.

—¿Es cierto que los MP3 y MP4 producen sordera?

—Sí, porque el volumen al que lo llevan los chavales es enormemente alto. Además, producen adicción, pues hay muchos chavales que se acuestan con el MP3 puesto, con lo que no descansan. Luego hay un problema educativo, pues van con ellos al colegio y cuando se lo quitan, en la primera hora de clase les sigue retumbando la música; no se puede concentrar.

Los avances científicos dejarán conocer la «telaraña cósmica» del universo

AFP

CHICAGO | Los científicos creen que un salto cuántico en la potencia informática y el desarrollo de poderosos nuevos telescopios permitirán desentrañar pronto la telaraña cósmica, una teoría según la cual el universo está unido por hilos invisibles de «materia oscura».

En una serie de artículos divulgados en la revista *Science*, prestigiosos astrofísicos explican cómo los experimentos y las nuevas tecnologías que serán lanzados en los próximos años abrirán una nueva ventana hacia los orígenes y complejidades del universo.

Las herramientas actuales han permitido tener un esbozo sobre cómo nació el universo tras el Big Bang y cómo se mantiene unido por la fuerza gravitacional de la misteriosa *materia oscura*. Pero no son lo suficientemente precisas como para hacer un mapa real de la telaraña cósmica, que se estima mantiene unidas los mil millones de galaxias brillantes en el universo conocido, o para revelar detalles sobre cómo se forman e interactúan las galaxias.

«Viajar» en el tiempo

Varios proyectos en marcha ayudarán a cambiar eso, aseguran los autores. «Estamos a punto de realizar tremendos progresos gracias a los nuevos observatorios planeados, los avances teóricos que se están realizando y los avances en informática», explicó Claude-Andre Faucher-Giguere, de la Universidad de Harvard, principal autor de uno de los artículos.

Cuando se implementen los nuevos proyectos, los astrofísicos podrán usar ondas de radio para mirar atrás en el tiempo y ver la imagen de los días oscuros del universo antes de las estrellas.

LUCES DE NAVIDAD...

andame

JOYAS, RELUJES, COMPLEMENTOS

Emilia Pardo Barón 19_T 981 872 569 | Mendroiz y Pelayo 3_T 981 321 494



ZENITH

Chanel

CORUM

7000

Patek Philippe

RAYMOND WEIL

HAMILTON

TISSOT

D&G