EL CELULAR Y LAS REDES: ¿LA COCAÍNA DEL SIGLO XXI?

Posted on agosto 4, 2024 by Juan Alberto Yaria



Category: Default Humanístico

"...parecen ser épocas de la muerte de la conversación" (Sherry Turkle-psicóloga inglesa 2021)

- 07.07.2024

Un paciente me enseñó en un dialogo terapéutico que yo conocía solo un 25% de Internet ya que hay un 75% que es lo que él llamaba la **"red negra"** en donde se consigue de todo: drogas, mujeres, porno, sicarios, etc. Su sistema motivacional (dopaminérgico) había quedado atrapado en esto.
Jorge es importador -exportador en una gran cadena comercial. Su sistema dopaminérgico (la dopamina es el neurotransmisor que regula los impulsos, el placer y la actividad) necesitaba un combustible para trabajar y vender 24 horas /7 días como él me decía. Solo la cocaína lo lograba. No dormía y desde Nueva York hasta Beijing compraba y vendía en actividad frenética.
Su vida culminó en un centro de rehabilitación con daños cerebrales fronto-temporales por el uso de drogas y delirios de persecución. Hoy recuperándose me narra con dolor esa excitación que lograba con dos **"combustibles"**: la cocaína y un pequeño **"aparatito"** que lo acercaba al mundo a través de Internet (el celular).
Las manifestaciones conductuales aberrantes que ocurren durante la adicción han sido entendidas por muchos como **"elecciones"** del individuo adicto, pero estudios de neuroimagen cerebral recientes han revelado una disrupción subyacente en regiones que son importantes para los procesos de motivación, recompensa y control inhibitorio. Esto plantearía la adicción a las drogas como una enfermedad cerebral, y el comportamiento anormal asociado sería resultado de la disfunción del tejido cerebral.
Al mismo tiempo aumentan las adicciones digitales unidas al consumo de drogas, en muchos casos. La soledad, el miedo, el aburrimiento, pánico, angustias pueblan la mente y el corazón de muchos pacientes. Estar todo el día contestando mensajes o conectados con una "nube digital" los convoca a una compulsión adictiva nunca vista. Maxime cuando se agrega la venta de drogas, el porno y la violencia y ahora el mundo de las apuestas en el futbol y en todos los deportes.
También este signo de los tiempos de estar unido a streaming, YouTube, juegos, apuestas desde chico fomenta el síndrome de déficit atencional (ADD) en niños que no pueden después atender, están hiperkineticos, no pueden hablar, su lenguaje se limita a pocas palabras; en fin, seres programados para estar en todos lados y en ninguno en particular.
Crisis de las profundidades y agigantamiento de lo superficial. Además, al no atender, no escuchan base del aprendizaje y entonces no crecen como personas.
El mundo cambiará en estos próximos 50 años por la utilización de Internet en sus múltiples formas

(algunas salvíficas y otras dañinas). Sera tan importante y necesario como el oxígeno dicen los especialistas en informática empresarial. Hablaremos en este artículo de la asfixia que proporciona si no hay medida. Será, quizás, una nueva **"neumonía"**.
Todo deseo debe necesariamente tener un límite de lo contrario la repetición compulsiva se transformará en un goce letal.
También la vigilancia de los gigantes tecnológicos sobre nosotros se agigantará, así como las **"fake news"**(noticias falsas difundidas desde un Poder) que inundaran nuestra confusión.
El otro acompañante- prójimo y semejante parece desaparecer. Solo existe un anónimo muchas veces totalmente desconocido con quien se pelea o amiga. Pero el vínculo carnal, **"face to face"** ya no está. Surgen peleas imaginarias y amores delirantes. Ventas también de drogas o sexo o lugares de cita o encuentros con personajes, en muchos casos trucados, que no son aquellos que se presentan.

NOMOFOBIAS

Aparecen las llamadas "nomofobias" o sea el miedo irracional que sienten muchos a no tener el teléfono móvil que es el vehículo de contacto con el mundo; mundo que en muchos casos ha quedado vaciado de intimidad e introspección y es solo una catarata de respuestas hacia el otro con victimizaciones o proyecciones violentas de un malestar propio que se coloca en el ajeno.
Cuando se ha quedado el aparato de comunicación sin batería (la única posible en muchas vidas), o sin saldo o se lo han robado o roto la vida se llena de melancolía como si hubieran perdido a un ser querido (valor en muchos casos faltante en muchos que tienen compulsiones digitales).

El artefacto tecnológico se ha convertido en el Dios Posmoderno. Omnipresente que todo da y nada pide. Justo a la medida del hombre de hoy. Servicio cero y demanda infinita satisfecha.

Se presume que el 96% de las familias cuentan con al menos un teléfono móvil y que el 77% accede a Internet por este medio. Para muchos Internet facilita la disociación del mundo y del otro y los otros.
Indudablemente la tecnología revoluciona el mundo empresarial, de la Medicina y de otras áreas empresariales (teletrabajo y el zoom como instrumento de comunicación educativa) pero en este caso me quiero referir a la tecnología como otro instrumento posible de alienación y de compulsión.

Ausencia del otro y soledades masivas. Parece haberse acabado la conversación entre humanos de "carne y hueso".

Pensemos que hay más de 2 millones de personas que trabajan en su casa desde lo público y muchos de ellos lo hacen con dos instrumentos digitales: la computadora conectada al trabajo y el celular que funciona en otra dimensión.
Se utiliza como mínimo 50 veces al día y hay pánico al no tenerlo o no poder utilizarlo. Surge el WhatsApp como un instrumento de una necesidad absoluta (todo lo que absolutamente necesario se transforma en adictivo), las redes sociales, los juegos on-line que despiertan el "león dormido" del día que dura más de 24 horas sin dormir alterando los ritmos circadianos y la salud mental y física en general.
Se busca pareja por Internet en muchos sitios que en ciertas circunstancias son oportunidades para

la prostitución o la violencia entre sexos. La era del amor romántico se terminó, la presentación, el flirteo y "todo es rápido e ir a los bifes" en relaciones de un "toco y me voy" que frustran más que enriquecen.
Se cuentan historias intimas por Facebook como buscando una repuesta de un "otro" virtual denunciando la inexistencia de otros de "carne y hueso" como compañías gratificantes.
Si todo esto falta surgen síntomas: ansiedad, nerviosismo, taquicardias, pensamientos obsesivos, dolores de cabeza y de estómago, ataques de pánico como síntomas iniciales de una dependencia o adicción. Es que se ha cortado el único lazo de contacto con el mundo posible. Entonces mira constantemente el móvil para ver si ha recibido algún mensaje; insomnio, buscan sitios con cobertura, no apagan el móvil en ningún momento, los enchufes parecen ser como la Eucaristía posmoderna por la saciedad necesaria de vincularse no ya con el Dios Bíblico sino con el Dios Tecnológico. Sin eso no somos, ni existimos. Esto se ha bautizado en inglés "fomo" del inglés "fear missing out" (miedo a estar desconectado).
También los gigantes tecnológicos podrán manipular a miles monitoreando conductas, implantando gustos y necesidades, ayudando a mejorar el uso de bienes y la adquisición de objetos.

REFORMATEO DE NUESTRO SISTEMA DOPAMINERGICO
Pero surgirá lo que vemos ya; el conectado en soledad sin vínculos y alejado de la realidad vincular y con dificultades de socialización. Hiperkinetico en su vida diaria, con problemas de atención y con un sistema dopaminérgico solo habilitado para el aparato que se transforma como si fuera una droga necesaria.
La dopamina es un neurotransmisor importante para la vida cotidiana pero que se puede reprogramar con efectos conductuales negativos por el estado constante de alerta y conectividad buscando o esperando algo. Esto aumenta la dopamina y cambia el sistema de placer y la motivación.
Hay compañías tecnológicas con áreas asociadas al uso de plataformas que logran reprogramar nuestro sistema dopaminérgico reforzando y premiando ciertas conductas con el objetivo de modificar el sistema de recompensa cerebral (áreas del placer y la motivación).
¿Nos convertiremos en un ciborg organismo (organismo cibernético)? Probablemente La implantación de un celular y la hiperconectividad nos acercará al ser que imaginó Edgard Allan Poe cuando concibió un ser mitad hombre y mitad máquina ("The man that was used up" -1839- "El hombre que estaba agotado").
Así como una persona para vivir necesita un marcapaso o un implante coclear quizás se nos hará dificultoso el vivir si no tenemos añadidos a nuestro Yo implantes tecnológicos (desde el celular en adelante). Ya hay Fundaciones que prometen extender los sentidos creando y aplicando extensiones cibernéticas (Cyborg Foundation).
En este momento hay decenas de estrategias de plataformas que buscan el "enganche digital" prometiendo recompensas que alteran el sistema dopaminérgico como siente un adicto al juego al sentir el ruido de las fichas en un casino.

LA MUERTE DE LA CONVERSACION

El enganche digital parece llevar a la muerte de la conversación, en su obra **"La muerte de la conversación"**. Lo vemos en nuestros pacientes como lo advierte la psicóloga Sherry Turkle:" los jóvenes tenían pavor al enfrentarse a una conversación, huían de ella, conversar les parecía demasiado esfuerzo y había quedado relegada al olvido".

Esta autora muestra en un estudio de centenares de adolescentes varias cosas:

1- La empatía disminuye dejando de percibir el dolor de otros. Ya en niños de 8 años con utilización de tecnología les costaba ponerse en el lugar del otro por falta de desarrollo emocional;
2- Solo gestionan sentimientos por vía digital como por ejemplo cortar relaciones sentimentales por WhatsApp ya que no pueden enfrentar la vida real;
3- Falsas personalidades que se van creando a través de los enganches digitales fomentando el proceso disociativo y de dobles personalidades;
4- Las relaciones por redes son muy superficiales.

Juan Alberto Yaría

Director general de Gradiva - Rehabilitación en adicciones

There are no comments yet.