

# ADICCIÓN TECNOLÓGICA

**María Celina Delena**

## *Introducción*

La ubicuidad de la telefonía celular, sobre todo en los últimos años con el auge de los celulares digitales, induce a pensar en la existencia de una adicción o bien de un uso abusivo que puede generar consecuencias desfavorables en distintos ámbitos de la esfera personal y social.

Sus características multifuncionales lo convierten en un producto atrayente casi subyugante para el usuario, que lo utiliza para diversificadas actividades como hablar, enviar mensajes de texto, tomar fotografías, estar conectado a Internet y en consecuencia, poder revisar su correo, participar en redes sociales, acceder a juegos, escuchar música y además, organizar su agenda de actividades, recordatorios, usarlo

como despertador, en síntesis, es una suerte de maravilla tecnológica que hasta parece formar parte de la identidad de quienes lo poseen.

Sin embargo, hace tiempo que se señalan algunas repercusiones que su uso abusivo podrían tener en la salud, en los accidentes y en la comunicación.

Las particularidades de la telefonía celular digital han conducido al usuario a la conducta constante de privilegiar el teléfono celular sobre cualquier situación que se esté desarrollando a su alrededor. Esta actitud genera una falta de atención que puede expresar un acto *descortés* hacia quienes están presentes o favorecer la producción de *accidentes* cuando se conduce o se cruzan calles muy transitadas, deteriorar la *comunicación* a lo que se suma que este apego ansioso al teléfono celular, podría además estar generando problemas de *salud*. Precisamente estos son los puntos que me interesan para considerar aquí.

### *El uso abusivo de la telefonía celular*

Donde sea que Usted se encuentre verá cómo se ha generalizado el uso del celular interrumpiendo despreocupadamente cualquier tipo de situación o de conversación. Ocurre en los cines, teatros, restaurantes, universidades, salas de espera, gimnasios, en el tránsito, medios de transporte y en cuanto lugar se encuentre un usuario que no puede prescindir de su teléfono celular. Personalmente he visto cómo se interrumpía el dictado de la clase de una profesora de idioma más de una vez y, por qué no puntualizar que también he asistido a la situación inversa: la profesora interrumpiendo la clase porque había sonado su celular y necesitaba ver quién había llamado o enviado un mensaje. No faltaron las ocasiones en que nos

informó a los alumnos, que esperábamos pacientemente que terminara con la interrupción, de quién era el llamado como forma de disculparse. También me ha tocado vivir esta situación en consultorios médicos y tener que esperar, tratando de no olvidar en qué punto de la consulta habíamos quedado, hasta que el profesional diera por finalizada la comunicación por su celular. Como contrapartida y continuando con el tema de las consultas médicas, debo comentar aquí que en el consultorio de mi dermatóloga, en forma bien visible sobre su escritorio se encuentra un cartel prolijamente confeccionado en acrílico de color beige donde en letras negras claramente puede leerse: “Por favor, apague su celular durante la consulta”. Está colocado de tal forma sobre el escritorio que es lo primero que el paciente ve cuando se sienta frente a ella.

Mencionaré además, el enorme fastidio que me provoca ser interrumpida permanentemente en una conversación con amigas que atienden constantemente sus celulares, sea para hablar o para contestar un mensaje de texto, y que a continuación explican, prolongando la falta de continuidad en nuestra conversación, los motivos de sus interlocutores ausentes pero presentes.

También es digna de mención la ansiedad que me produce viajar en un taxi mientras el taxista que está al volante, busca el celular, atiende, centra su atención en la llamada o en el mensaje de texto que recibió, mientras deseo que no pase nada grave en el tiempo que dure la distracción del conductor.

No es agradable estar hablando con una persona, no importa cuál sea el tipo de relación, y de pronto quedarse suspendido en el tiempo esperando que ella centre nuevamente su atención en la comunicación con nosotros, es francamente un acto de descortesía sin dudas *muy aceptado socialmente en la actualidad*.

En el presente, se está reconociendo que existe un uso abusivo, adictivo, del celular que ha sido denominado phubbing. Esta es una palabra compuesta formada por los términos ingleses: phone... y snubbing (menospreciar, desairar). Por lo tanto su significado es: “desairar, menospreciar con el teléfono” (Silva, (s.f); Guerrero Ortega, 2013). Guerrero Ortega (2013) califica al phubbing como a una falta de respeto puesto que es una conducta que expresa que atender el celular es más importante o tiene más interés que hablar con las personas presentes. Coincidiendo con este concepto Dunbar (2002) (citado en Ruelas, 2010) expresa que hablar por celular ante otra persona *“es la muestra de descortesía ante la persona presente”*<sup>1</sup> no solamente porque se ignora a la persona que está presente sino que además se suspende un diálogo cara a cara u otro que se desarrolla en un espacio público. De este modo los espacios sociales quedan cubiertos, en forma total o parcial, por este fenómeno de la telefonía celular y tal como lo anticipara el filósofo K. Nyiri (2005) (citado en Ruelas, 2010) ya no se lo considera como a una infracción de las reglas de urbanidad.

Esta proliferación indiscriminada del uso permanente del celular ha llevado a la promoción de campañas para propender a que su uso se haga en forma más racional. A modo de ejemplos, puede citarse la campaña “Stop Phubbing” en la Web (<http://stopphubbing.com/>) (Guerrero Ortega, 2013) iniciada por un joven australiano llamado Alex Haigh y la de la empresa de celulares tailandesa “Dtac” que se realiza en Youtube enfatizando que el uso abusivo del celular no permite advertir lo que ocurre alrededor de quien lo está usando<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Destacado en el original

<sup>2</sup> [https://www.youtube.com/watch?v=0h\\_8Gq7NI5E](https://www.youtube.com/watch?v=0h_8Gq7NI5E)

El uso abusivo del teléfono celular ha sido verificado en un estudio de Intel que indica que el 40% de los usuarios se encuentran junto a su dispositivo todos los días de la semana durante todo el día y que duermen junto a él en una proporción de ocho cada diez. Los resultados de este estudio provienen de encuestas realizadas en varios países. Al respecto, la directora de Mercadotecnia para Intel México, Elisa Martínez Morales (citada en Ramos, 2012) sostiene que esto indica que los usuarios demuestran dependencia de sus teléfonos inteligentes. De acuerdo con el resultado de las encuestas estudiadas por Intel, este fenómeno de apego es más notorio en los adolescentes el 50% de los cuales envían un promedio mensual de mensajes de texto de 3.330. De igual modo la mitad de los usuarios consideran que su vida no sería grata sin un celular inteligente.

Por su parte, Américo Tome (citado en Ramos, 2012), director de Productos de Intel en América, reconoce el ascenso en el consumo de este tipo de celular al tiempo que efectúa una división acerca de su uso según la ubicación de los usuarios. En este sentido, indica que compartir fotos y videos es el uso más generalizado de los sudamericanos, la descarga de videojuegos de los asiáticos, el mayor envío de mensajes de texto lo hacen los africanos mientras que los norteamericanos invierten unas tres horas diarias compartiendo diferentes datos.

En igual sentido, Isabel Gutiérrez Peláez (citada en Ramos, 2012), coordinadora de la Escuela de Psicología de la Universidad Panamericana (UP), relacionó al apego con este dispositivo a una intolerancia a la espera generada por la velocidad con que se transmite la información hecho que desemboca en una dependencia asociada a la idea, que calificó de obsesiva, de estar sumamente atento de modo permanente al teléfono celular. No hacerlo provoca una situación angustiosa, por lo tanto puede considerarse que existe dependencia o adicción (Ramos, 2012).

## *Repercusiones*

### *Riesgos en la seguridad*

Si reconocemos que existe este uso abusivo del teléfono celular, fácilmente se advierte que es posible hablar de un rasgo comunicativo co-presente que se plasma en las llamadas por celular ya que el que habla se coloca en una situación de ausencia – presencia simultánea y esto conlleva riesgos en la seguridad personal cuando se conduce un automóvil o cuando se trata de cruzar una calle muy transitada (Ruelas, 2013). Respecto de los automovilistas, Katz, Aarhus, Kim y Turner (2003) (citados en Ruelas, 2010) sostienen que las personas que conducen mientras atienden su celular se encuentran atentos a la conversación hecho que incrementa la probabilidad de sufrir accidentes de tránsito. En este sentido, existen estudios que han comprobado que el riesgo de accidentes se incrementa entre cinco y diez veces cuando el conductor utiliza el teléfono móvil aunque se trate de una unidad de manos libres, dada la distracción que provoca (Miranda y Hernández) (citadas en El Portal de la Seguridad, la Prevención y la Salud Ocupacional en Chile (s.f). El estado atencional de un conductor que habla o envía mensajes por su celular ha sido comparado con la de conducir con un gramo de alcohol por litro de sangre. La falta de atención y de concentración que provoca conducir de este modo ha sido destacada también por la “Asociación Luchemos por la Vida” (s.f) desde donde, coincidiendo con lo ya expresado, se puntualiza que no se soluciona el problema con “manos libres” por el contrario, la solución está en una “mente libre”. Idénticas consideraciones acerca de los riesgos de accidentes, la distracción y la comparación con conducir alcoholizado ha podido verificarse en la publicación “La Voz del Profesional” (s.f); aunque, según la misma publicación, la condición del conductor alcoholizado se diferencia de la del que usa un celular porque la situación del primero es prolongada mientras que la del

Trabajo presentado ante la Cátedra de Comunicación Oral y Escrita. Carrera: Producción de Moda. Facultad de

Diseño y Comunicación. Universidad de Palermo. Buenos Aires. Argentina

DOCENCIA E INVESTIGACIONES EN NEUROPSICOLOGÍA Y AFASIOLOGÍA

ROSARIO (SANTA FE) – ARGENTINA

[www.adinarosario.com](http://www.adinarosario.com) [www.adinarosario.com.ar](http://www.adinarosario.com.ar)

segundo es transitoria pero los riesgos mientras dura son los mismos. En el camino de investigar este aspecto, la Asociación "Luchemos por la Vida" (s.f) se encuentra realizando desde el año 2004, mediciones en Buenos Aires del uso del celular mientras se conduce, las mismas indican que de aproximadamente 1.400.000 vehículos que circulan diariamente, alrededor de 57.400 automovilistas conducen de modo constante utilizando simultáneamente su celular, transgrediendo así la prohibición establecida en el art. 48, inc. "y" de la Ley Nacional de Tránsito 24.449 y la ley de la ciudad.

### *Problemas de salud*

Respecto de los problemas de salud se considera que algunos estudios científicos hasta la actualidad no son concluyentes en cuanto a daños mayores como por ejemplo, los neurológicos y los tumorales (Cuozzo, Tusq Veigas, y Velásquez, 2011), aunque los estudios efectuados son contradictorios (Chaves y Paz, 2010) en un comunicado de la Organización Mundial de la Salud se expresa que:

*"Ninguna investigación reciente ha demostrado que la exposición a los campos de radiofrecuencia de los teléfonos móviles o a sus estaciones base, cause algún efecto adverso a la salud".*

Sin embargo y regresando al tema de los riesgos de accidente de tránsito, la Asociación "Luchemos por la Vida", informa que el mismo Organismo Internacional, a partir de un exhaustivo estudio sobre el tema, considera que conducir utilizando un celular se ha convertido en un problema en crecimiento a nivel mundial y particularmente para Argentina.

Por lo expuesto, podría decirse que en cuanto a los daños que provocarían las ondas electromagnéticas (que es una forma de radiación) que emiten las antenas de celulares (Chaves y Paz, 2010) es necesario profundizar las investigaciones, tal como lo expresa el físico médico Rolando Paucar Jáuregui, del Instituto de Investigación para la Energía y el Desarrollo (IEDES) (citado en RPP Noticias, Perú, 2013). Sin embargo, otras repercusiones sobre la salud destacadas por fisioterapeutas no requieren de mayor profundidad investigativa puesto que se relacionan con el uso exagerado de los pulgares y la adopción de posturas incorrectas de la columna vertebral en el momento de responder mensajes de texto para adaptarse a los equipos de telefonía celular (Cuozzo, Tusq, Veigas, Velasquez, 2011).

### *Deterioro de la comunicación y de la Lengua*

Una última consideración, no menos importante, es la que se relaciona con las repercusiones en la comunicación. Ya se ha mencionado el deterioro de la comunicación cara a cara (A.L. Ruelas, 2010) que conduce a la pérdida de manifestaciones corporales y faciales, es decir a los aspectos no verbales de la comunicación, tal como lo señala la Dra en Psicología Pamela Hayes (citada en Pondent, s.f). Otro elemento también referido a la comunicación, en este caso a la escrita, se revela en un exhaustivo estudio de Leila Haillar (2008) procedente de la Universidad Nacional de la Patagonia Austral, que indica que en Argentina se envían 18 millones de mensajes de texto (datos de la consultora Price & Cooke) y que la reciprocidad de mensajes cortos se ha incrementado en un 800% entre los años 2003 y 2004. La multiplicación de mensajes de textos ha conducido al uso de abreviaturas de palabras algunas con la mezcla de números y letras como por ejemplo: “a1que” (aunque), “xq” (porqué/porque), hecho que ha ido generando y consolidando un código, basado en abreviaturas, que tiene como creadores fundamentales a los

jóvenes, especialmente a los adolescentes. Este nuevo código escrito permite enviar más palabras por mensaje buscando reemplazar la comunicación de voz porque es más barato que esta última. En el mismo orden de razonamiento, menciona que la respuesta de más alta frecuencia de aparición es "OK".

Sobre este nuevo código originado en los mensajes de texto existen diferentes opiniones, algunos consideran que no provocará deterioro de la Lengua tal como lo sostiene el periodista Eduardo San Pedro, (2005) (citado en Haillar, 2008); otros toman una posición intermedia como es el caso de José Antonio Millán, creador del Centro Virtual del Instituto Cervantes en Internet (citado en Haillar, 2008), que considera que no habrá riesgos del deterioro de la Lengua si de modo simultáneo se utilizan mensajes de texto, libros y revistas. En cambio, el presidente de la Academia Argentina de Letras, Pedro Barcia (citado en Haillar, 2008), define a esta forma de comunicación escrita como a una "jibarización del idioma" que pone en riesgo el desarrollo del pensamiento crítico en los adolescentes, su capacidad de expresión y la riqueza del idioma. Si a todo esto se le suma la reducción morfológica existe un riesgo potencial del deterioro de la Lengua. Como un elemento más, Pedro Barcia, destaca que esta forma de comunicación escrita mutila el idioma y que carece de una clave universal que la rijan ya que proviene de la arbitrariedad de estas convenciones (Haillar, 2008).

### *Conclusión*

Nadie puede negar la importancia que tiene la telefonía inalámbrica en algunos desempeños laborales como, por ejemplo, el de socorristas. No menos importante es la posibilidad de comunicarse rápidamente con familiares, amigos o compañeros de trabajo antes situaciones que son impostergables o para enviar algún saludo especial como el de un cumpleaños o aniversario. Lo que se ha buscado aquí

Trabajo presentado ante la Cátedra de Comunicación Oral y Escrita. Carrera: Producción de Moda. Facultad de

Diseño y Comunicación. Universidad de Palermo. Buenos Aires. Argentina

DOCENCIA E INVESTIGACIONES EN NEUROPSICOLOGÍA Y AFASIOLOGÍA

ROSARIO (SANTA FE) - ARGENTINA

[www.adinarosario.com](http://www.adinarosario.com) [www.adinarosario.com.ar](http://www.adinarosario.com.ar)

es establecer los riesgos o los daños que puede provocar el uso abusivo de la telefonía celular y las repercusiones que puede tener en determinadas esferas de la vida personal y social. Los usuarios son en definitiva los que orientan el progreso de esta tecnología, impulsan su desarrollo y quizás, el uso adictivo, genere más y nuevas funciones creándose así un círculo vicioso: a mayor uso mayor desarrollo tecnológico y viceversa.

Usar la tecnología mesuradamente sería, desde el punto de vista psíquico, la forma más saludable de disfrutar de estos avances del presente.

### *Referencias bibliográficas*

Chaves, C. y Paz, J.C. (2010) Causas y consecuencias del uso del celular (24 de marzo). Recuperado el 9 de mayo de 2014, de: <http://www.slideshare.net/juanpaz182/causas-y-consecuencias-del-uso-del-celular-3539001>

Cuozzo, A., Tusq, D., Veigas, G. y Velásquez, R. (2011) El teléfono celular: "Un buen aliado del Hombre, pero no tanto..."\_Lesiones/trastornos causadas por el uso de celulares. *Blog: El mal uso de la tecnología y sus consecuencias*. Recuperado el 9 de mayo de 2014, de: <http://malusodelatecnologiaysusconsecuencias.blogspot.com.ar/2011/09/el-telefono-celular-un-buen-aliado-del.html>

Guerrero Ortega, M. (2013) Phubbing, la descortesía del siglo XXI. *El Respetable*. Diario electrónico. México. Recuperado el 8 de mayo de 2014, de: <http://www.elrespetable.com/item-phubbing>

Haillar, Leila (2008) El uso del celular como forma de comunicación *Revista Hermeneutic*. Nº 8. Publicaciones Académicas Científicas de la Universidad Nacional de la Patagonia Austral. Recuperado el 9 de mayo de 2014, de: <http://publicaciones.unpa.edu.ar>

Efectos del uso del celular como semejantes a los de la conducción alcoholizada. *La Voz del Profesional*. Periódico Digital. Paraná. Entre Ríos. (s.f.). Recuperado el 9 de mayo de 2014, de: <http://www.lavozdelprofesional.com.ar/noticias/interior.php?id=241>

Trabajo presentado ante la Cátedra de Comunicación Oral y Escrita. Carrera: Producción de Moda. Facultad de Diseño y Comunicación. Universidad de Palermo. Buenos Aires. Argentina  
DOCENCIA E INVESTIGACIONES EN NEUROPSICOLOGÍA Y AFASIOLOGÍA  
ROSARIO (SANTA FE) - ARGENTINA  
[www.adinarosario.com](http://www.adinarosario.com) [www.adinarosario.com.ar](http://www.adinarosario.com.ar)

- Luchemos por la Vida. Asociación Civil. Seguridad y Educación Vial (s.f.). Recuperado el 8 de mayo de 2014, de: <http://www.luchemos.org.ar/es/sabermas/recomendaciones-breves/uso-del-celular-al-conducir>
- Miranda, X. y Hernández, J. (s.f.) ¿Por qué no se debe hablar por celular mientras se conduce? *El Portal de la Seguridad, la prevención y la Salud Ocupacional en Chile*. Seguridad Vial. [www.paritarios.cl](http://www.paritarios.cl) Recuperado el 8 de mayo de 2014, de: [http://www.paritarios.cl/seg\\_vial\\_porque\\_no\\_se\\_debe\\_hablar\\_por\\_celular\\_mientras\\_se\\_conduce.htm](http://www.paritarios.cl/seg_vial_porque_no_se_debe_hablar_por_celular_mientras_se_conduce.htm)
- Pondent, C. S. (s.f.) Efectos negativos de la tecnología de las comunicaciones. *eHOW en Español*. Recuperado el 8 de mayo de 2014, de: [http://www.ehowenespanol.com/efectos-negativos-tecnologia-comunicaciones-lista\\_173384/](http://www.ehowenespanol.com/efectos-negativos-tecnologia-comunicaciones-lista_173384/)
- Ramos, J. L. (2012). ¿Eres de los que no pueden vivir sin celular? *El Universal*. Mx. Tecnología. Edición Digital. Recuperado el 8 de mayo de 2014, de: <http://www.eluniversal.com.mx/articulos/70313.html - 1>
- Ruelas, A. L. (2010) El teléfono celular y las aproximaciones para su estudio. *Comun. soc n.14* Guadalajara jul./dic. Recuperado el 9 de mayo de 2014, de: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0188-252X2010000200006&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0188-252X2010000200006&script=sci_arttext)
- Silva, Edgar (s.f.) Tema de fondo: consecuencias del uso excesivo del celular. *Estilo de Vida*. Recuperado el 9 de mayo de 2014, de: <http://www.teletica.com/Estilo-de-Vida/23218-Tema-de-fondo-consecuencias-del-uso-excesivo-del-celular.note.aspx>
- Uso excesivo de celulares puede causar problemas neuronales (2013) *RPP Noticias, Perú. Salud*. Recuperado el 8 de mayo de 2014, de: [http://www.rpp.com.pe/2013-06-04-uso-excesivo-de-celulares-puede-causar-problemas-neuronales-noticia\\_601009.html](http://www.rpp.com.pe/2013-06-04-uso-excesivo-de-celulares-puede-causar-problemas-neuronales-noticia_601009.html)