

## OPINIÓN



## ARTÍCULOS

Teléfono móvil, ¿una adicción?

M. PAZ DE LA PUENTE MARTÍN/DIRECTORA DE FUNDACIÓN ALDABA-PROYECTO

HOMBRE

Imprimir

Enviar

CADA vez son más frecuentes en los medios las noticias sobre 'adicción' al móvil. Los estudios y las encuestas están llegando a las mismas conclusiones: los jóvenes son inseparables de sus móviles.

«¿Ni en la cama deja el móvil!», decía el otro día una madre de Proyecto Joven.

A primera vista parece complicado hablar de un 'adicto al móvil' como se habla de adictos a las drogas, pero si nos detenemos a analizar esta situación no es difícil establecer características comunes a ambos fenómenos. Cuando hablamos de adicción, nos referimos a la existencia de conductas persistentes y reiteradas que alejan a la persona de sus comportamientos habituales. En la adicción a sustancias se incluye un deseo intenso de consumir la droga, dificultades para controlar su consumo, persistencia en él a pesar de las consecuencias dañinas, primacía del consumo frente a otras actividades, tolerancia y, a veces, un cuadro de abstinencia física. Otros conceptos, como el uso (ocasional, frecuente etcétera), abuso y dependencia complican y matizan los diagnósticos.

Frente a los usuarios moderados de móvil, los 'adictos' presentan un estado de alerta o vigilia permanente hacia cualquier señal que provenga de su aparato, que provoca la necesidad casi compulsiva e incontrolada de consultar el móvil constantemente. Parece que necesitan dedicar cada vez más tiempo al mismo (¿tolerancia?). Además, estudios recientes en 'adictos' que dejan de usar sus móviles, han descrito lo que podría considerarse como un síndrome de abstinencia psicológica y física. Dicho síndrome se caracteriza por síntomas concretos de angustia, ansiedad, nerviosismo, irritabilidad, disminución de la tensión arterial etcétera. Estas manifestaciones desaparecen cuando se restablece el uso del móvil. En el comportamiento 'adictivo' al móvil también suele haber problemas de autoestima o inseguridad, dificultad para las relaciones interpersonales, aislamiento y otros factores emocionales.

Desde la perspectiva neurobiológica, son muchas las investigaciones que han dirigido sus esfuerzos a averiguar cuáles son los mecanismos de actuación de las drogas en el cerebro, qué neurotransmisores intervienen y en qué zonas. Aunque cada droga posee un mecanismo de acción concreto, todas ellas interfieren en mayor o menor medida sobre un circuito neuronal de recompensa denominado 'sistema dopaminérgico mesolímbico', que favorece por medio de sensaciones placenteras los comportamientos adaptativos. El Sistema de Recompensa se sitúa principalmente en las estructuras más antiguas del cerebro, donde se localizan los procesos de supervivencia no accesibles al procesamiento consciente o voluntario. Conocemos la existencia de diversas sustancias naturales y actividades que inciden sobre dicho sistema y que muestran propiedades reforzadoras positivas (comida, bebida, comportamiento sexual etcétera)... Las drogas de abuso tienen en común su habilidad para servir de reforzadores positivos, y de controlar el comportamiento de forma similar a los reforzadores positivos naturales. La diferencia es que los reforzadores naturales acceden normalmente al Sistema de Recompensa a través de las vías sensoriales mientras que las drogas estimulan directamente dicho circuito.

La 'adicción al móvil' podría enmarcarse en el tipo conocido como 'adicciones sin sustancia' o 'adicciones psicológicas', entre las que se encuentran también el juego patológico, los videojuegos o Internet. Pero, a diferencia de estas, el teléfono móvil emite microondas, radiaciones electromagnéticas moduladas de alta frecuencia, que interfieren en procesos y estructuras característicos de los seres vivos: sistema nervioso, sistema reproductor, sistema endocrino, ondas cerebrales, barrera hematoencefálica etcétera.

El científico americano Henry Lai, a mediados de la década de los 90, descubrió que las microondas activan neurotransmisores opioides endógenos relacionados con el Sistema de Recompensa. También comprobó que los receptores de las benzodiazepinas, cambian tras la exposición a las radiofrecuencias. Por su parte Ross Adey, de la Universidad de California, explica en la 'International Encyclopedia of Neuroscience', que la unión de los neurotransmisores GABA, Acetilcolina y Glutamato, (estrechamente relacionados con el sistema de recompensa) a su receptor específico es sensible a campos débiles de microondas moduladas (característica que cumple la radiación del teléfono móvil).

Tras estos descubrimientos, parece posible pensar en que la adicción al móvil puede tener una base neurofisiológica, relacionada con las perturbaciones de los neurotransmisores en las sinapsis nerviosa como respuesta a la radiación electromagnética y, con las modificaciones del circuito de recompensa cerebral, de la misma manera que ocurre con las drogas convencionales. Si nuestra propuesta fuese correcta no se trataría propiamente de una adicción sin sustancia, sino que, la 'adicción al móvil', al producir efectos fisiológicos concretos, se acercaría al mecanismo de acción de las drogas convencionales. El móvil sería un reforzador positivo que actuaría a través de las vías sensoriales y directamente en el circuito de recompensa.

Nos enfrentamos de nuevo a fenómenos en los que existen riesgos ocultos (¿ocultados?) cuyas consecuencias para la salud ignoramos. Los adolescentes y jóvenes son una vez más el sector de población más vulnerable (de la misma manera que ocurre con las drogas). Por una parte son grandes consumidores de móviles y por otra su cerebro y su organismo en vías de desarrollo y maduración acusa especialmente los riesgos derivados de un uso indebido. En el 2002, Proyecto Hombre atendió en Jerez de la Frontera el primer caso de adicción al móvil. Era un joven de 17 años. Desde entonces, los jóvenes que acuden a nuestros centros solicitando tratamiento crece poco a poco. Mientras el panorama científico avanza y se despeja, es urgente (principio de precaución) tomar cartas en el asunto e incorporar claves que nos permitan educar (o reeducar) especialmente a los jóvenes en el uso responsable del móvil.

Subir