



UNA DROGA PELIGROSA

Por: Noralma Peralta Mendoza

 [Noralma Peralta](#)
 [@noralma6326](#)

“ Cuando estaba en cuarto de primaria, yo era buen estudiante y mis papás me regalaron un celular, me envié con el juego de Free Fire, me descuidé en los estudios y me quitaron el celular. Me volví rebelde, grosero, les exigía que me devolvieran el celular, porque necesitaba jugar, pero ellos me decían que era por mi bien. Yo me llene de rabia, quería tener plata para comprar un celular y poder jugar Free Fire. Unos muchachos iban a hacer un robo y me invitaron, me dieron un arma, entramos a una tienda, robamos muchas cosas, nos fue bien. Otro día hicimos otro robo, me dieron otra arma, mis papás no sabían, pero, ya tenía 2 armas en mi casa, esto era mejor que Free Fire, tenía mis propias armas y ganaba en el juego de robar. Con la plata que me dieron del robo compré un celular, mis papás me preguntaron de dónde lo había sacado y les dije un poco de groserías, les eché mentira, dije que era prestado, jugaba escondido. Un día invité a un amigo mayor que yo, tenía 16 años, para que fuéramos a atracar, le di un arma y yo llevé la otra, me sentía el dueño del pueblo; cómo no éramos expertos nos agarró la policía y nos pusieron presos. Yo tenía 12 años, y los que pagaron los platos rotos, fueron mis papás, después de unos días en los que me hicieron muchas charlas y me tocaba realizar labores de corrección, me devolvieron dónde mis padres con muchas condiciones, para ellos y para mí. En la cárcel comprendí que estaba cometiendo muchos errores. Me asusté mucho, entendí que mis padres tenían razón. Ese juego y la desobediencia me estaban llevando por un camino corto, a la perdición. Qué tal que me hubieran separado de mis padres como decían los del Bienestar, ¿o que me hubieran mata'o? Hoy les digo que ese juego es un juego maldito, no lo jueguen porque después no saben cómo salir de él y lo más importante, obedezcan a sus Padres, ellos siempre quieren lo mejor para nosotros.

Estábamos en la clase de Castellano del grado séptimo trabajando el discurso oral, un tema



que me apasiona, toda vez que fui campeona nacional y subcampeona continental de oratoria, es un tema que desborda mi corazón, no solo lo conozco, sino que lo disfruto.

Indiqué a los estudiantes de los 4 grados preparar un discurso a cerca de sus vivencias personales como niños y adolescentes. Es increíble todo lo que sacaron de sus corazoncitos, pero me impactó mucho la historia de Daniel.

Fue el mejor discurso del curso, sin duda alguna. Era el ejemplo perfecto de que nuestras experiencias son la mejor fuente para conectar con el público. ¡Todos estábamos absortos en su disertación, a mí me dejó consternada!! No solo por la solvencia lingüística con que manejó el discurso, sino por su contenido. “Tenía 12 años” era la frase que más me daba vueltas en la mente. 12 añitos y preso por robar para comprar un celular!! Terminé la clase y caminando hacia otro salón me alcanzó un profe para pedirme oración por uno de sus chicos de noveno, mis hijos, los que dirigí el año siguiente que llegué al colegio; Luis había intentado suicidarse, tomándose una cantidad de pastillas que le habían medicado a su hermana, la razón, se le había dañado el celular y sus papás no le podían comprar otro. Lograron salvarlo y en ese momento estaba en una unidad mental, muy desestabilizado con una fuerte crisis nerviosa, recuperándose de la adicción al Free Fire. Justo hoy pregunté por él y esta semana volvió al colegio, está en clases.



Expongo los dos casos más extremos, y ya resueltos, por llamar la atención sobre la adicción a la internet, pero son muchos los que hemos lidiado en el colegio; no solo Free Fire, también otros video juegos, pornografía, Cyberbullying o solo adicción a la pantalla.

Los padres encontramos la forma de mantener a los niños quietos dándoles un celular con juegos sin saber que les estamos dando droga adictiva.

La chilena Carolina Pérez, Master en Educación de la Universidad de Harvard, hace parte de un equipo de investigación que estudia el comportamiento de la generación que está expuesta a la internet. No es un estudio concluyente porque hasta los 20 o 25 años de estudio podrán concluir científicamente; pero algunos adelantos de sus hallazgos son asombrosos. Quiero citar algunos, a los que van llegando después de 15 años de estudio, advirtiendo que falta tiempo para afirmarlos de manera científica.

“Las Neuronas que brillan son neuronas que se conectan y éstas, hacen a los niños más inteligentes. Así que necesitamos hacer que las neuronas brillen y se conecten. ¿Qué hacen brillar a las neuronas? Leer, jugar, escribir, cortar, correr, bailar, abrazar, relacionarse, ¡VIVIR!

Estar frente a la pantalla del celular, tablet o computador, viendo videos así y sean para aprender, no requiere mayor esfuerzo y el cerebro se aletarga. De por sí, el cerebro se perezoso, se acostumbra a lo fácil, lo que hace que las neuronas no alumbren, esto es, no se conecten, es decir, no desarrollan inteligencia. No obstante, los videos juegos, son más activos, e interactivos, más no son para aprender lecciones o buenos hábitos, en general. Al contrario de aletargar el cerebro los video juegos, lo alteran más de lo necesario se ha comprobado que la presión arterial de una persona (mayoría niños) durante un video juego puede llegar a 200- 210. Cuando un niño gana un juego el cerebro recibe un chorro de dopamina (hormona del placer y la felicidad) comparado con un Shock de heroína, como si le diera un kilo de azúcar al cerebro, es una descarga demasiado fuerte que el cerebro no soporta, las neuronas se conectan, pero debido a la alta tensión y el exceso de dopamina se queman, lo que les lleva a

concluir que los video juegos destruyen las neuronas.

Miles de neuronas se queman en un juego y lo peor es que el 80% de ellas, son las que pertenecen a un sector del cerebro que se llama Ínsula y es el que tiene que ver con la compasión y la empatía. Se considera que los niños y adolescentes que han tenido acceso ilimitado a video juegos y pornografía a los 20 o 25 años tendrán graves problemas de relacionamiento y empatía, y lo que es peor, ya no sabrán cómo acceder al placer, puesto que los niveles de placer que experimentan ahora, ya es el máximo.

No sé si les pasa igual, pero leo esto y me da gran tristeza y culpa; por un lado, hago consciencia de que a mis hijas les regale de 15 años un celular y desde entonces las perdí, (imagínese si hubiese sido desde bebés cómo hacen ahora), me da tristeza ver que prefieren quedarse en casa que salir a divertirse a menos que en ese lugar estén conectadas. ¿Han estado en una fiesta de jóvenes y adolescentes en estos tiempos? Están sentados, escribiéndose por redes, teniéndose al frente, no hay contacto de almas, los emoticones y stickers hablan más que ellos. ¿Les pasa que en la misma casa es más fácil hablar con sus hijos si les escriben al WhatsApp que si le hablan al oído? Yo digo: “vengan a almorzar” y nadie llega, si lo escribo en el grupo Familia Hermosa llegan todos. ¿Les ha pasado que ya no tocan la puerta, sino que escriben, que están en el baño y piden el papel higiénico que se acabó por Whatsapp? El sentido de lo importante y lo urgente cambió, Ahora es más importante que el wifi funcione a qué haya ropa limpia que ponerse.

Los estudios muestran que exponemos a nuestros niños a la adicción desde que tienen solo meses y de los 9 meses a los 9 años es el tiempo en el que se desarrolla la inteligencia, a esa edad no deben tener acceso a las pantallas, deben ser motivados a aprender jugando, tocando, abrazando. Les estamos dando droga a los niños cuando los exponemos a las pantallas y a los video juegos.

“Pero yo les pongo juegos que les enseñan las figuras geométricas, los colores, los animales” me decía la mamá de María C, de solo 2 años. “Y se los aprende, y habla en unos tritos

que aprende con los vídeos, yo creía que era bueno. Es más, le quitó la tablet y se desgaja en llanto. No hay forma que la tranquilice, a menos que se la dé o que la saque a pasear” aseveró

¿Aprenden? Sí. ¿Pero a qué precio?

“Los estudios demuestran que por más filtros que coloquemos siempre hay un hacker más astuto y nuestros niños están expuestos a edades inapropiadas a la pornografía y el cyber bullying, impactos nefastos para un cerebro que aún no tiene la madurez para gobernar sensaciones. El daño que se produce a nivel de comportamiento en los niños expuestos podrían ser irreversibles” Afirma la Especialista Chilena.

Estamos dando droga a nuestros niños, les estamos volviendo adictos a la internet y todo lo que conlleva. Es tiempo de frenar la cadena de soledades y suicidios por no encontrarle sentido a vivir que se puede desatar en los próximos años. “La edad ideal para que una persona pueda manejar un SmartPhone, una Tablet, una pantalla es a los 17 años y nuestros niños tienen acceso a ello a los meses de nacidos. En Estados Unidos ya venden los games Pampers pañales para jugar, para los niños adictos que pasan entre 7 y 8 horas pegados a la pantalla y usan pañales desechables para no levantarse a orinar” dijo.

La sociedad de psiquiatría cataloga la adicción a la internet y a los vídeo juegos como una enfermedad mental. Los dueños de la Industria que produce 4 veces más ganancias que el cine, seguirá diciendo que no pasa nada; pero los hechos son reales y están en nuestras narices. Daniel, Luis, María C., sin mencionar los cuerpos de niñas que se venden por un celular, deben llamar nuestra atención y empezar ya, a enderezar lo que nosotros hemos torcido.

A un niño antes de los 7 años se les despegan aún fácil de la pantalla, a uno de 7 a 11 les tomará mínimo 2 meses para despegarlo, de 11 años en adelante ya se despegará con terapia, cómo pasó con Luis.

Van a llorar y a comportarse como un adicto a la droga por un tiempo, pero luego nos lo agradecerán como lo hizo Daniel.

P.D. Los nombres fueron cambiados para proteger a los niños.