

Bill Gates habló sobre la amenaza silenciosa que pone en riesgo a todos: "Hay que prohibir..."



El empresario tecnológico **Bill Gates** advirtió sobre un peligro que acecha silenciosamente a la sociedad moderna, y que afecta especialmente a las nuevas generaciones. En su blog personal Gates Notes, donde usualmente comparte sus reflexiones sobre tecnología y sociedad, el fundador de Microsoft reveló su **profunda preocupación** por el impacto negativo de los **dispositivos móviles** en el desarrollo intelectual y emocional de niños y jóvenes.

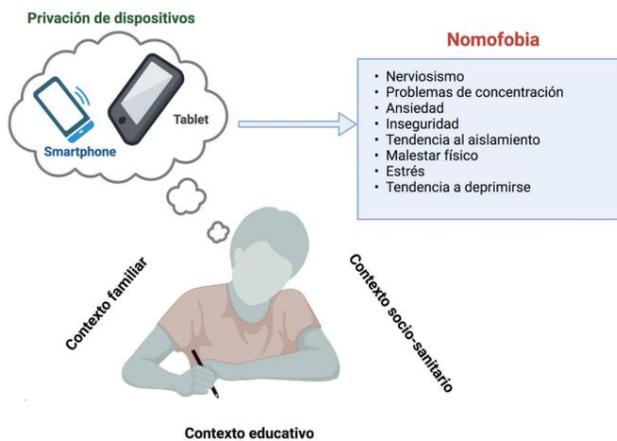
Bill Gates, inspirado por la lectura del libro "**The Anxious Generation**", calificado por él mismo como "aterrador pero convincente", alertó sobre cómo la **constante exposición a pantallas** está erosionando algo fundamental: la capacidad de concentración profunda y el pensamiento crítico.

Reconfiguramos la infancia y creamos una epidemia de enfermedades mentales.

Después de más de una década de estabilidad o mejora, la salud mental de los adolescentes se desplomó a principios de la década de 2010. Las tasas de depresión, ansiedad, autolesiones y suicidio aumentaron drásticamente, más del doble en muchas medidas.

"Cuando me sentía inquieto o aburrido, o me metía en problemas por portarme mal, me encerraba en mi

habitación y **me perdía en libros o ideas**, a menudo durante horas sin interrupción", dijo Gates acerca de su juventud, señalando que esta habilidad de transformar el tiempo libre en **momentos de reflexión y aprendizaje** "fue crucial" para su éxito.



Gates advierte sobre la "paradoja de la sobreprotección"

El gurú tecnológico analizó con preocupación una contradicción en los patrones de crianza actuales: "La ironía es que los padres en estos días son **sobreprotectores en el**

mundo físico y extrañamente **no intervienen en el digital**, permitiendo que los niños vivan la vida en línea en gran medida sin supervisión", evaluó.

La **falta de supervisión en el ámbito digital** está generando consecuencias preocupantes. Entre los efectos negativos, Gates destacó el incremento de problemas de salud mental, junto con "los

costos de oportunidad de una infancia basada en los **celulares**": deterioro en los hábitos de sueño, disminución de la lectura, menor socialización presencial, reducción del tiempo al aire libre y pérdida de independencia.

No obstante, hay una consecuencia que debería preocuparnos y ocuparnos: "**Todo esto es alarmante**, pero me preocupa especialmente el impacto en el **pensamiento crítico** y la **concentración**", advirtiendo que "el mundo podría perderse los avances que provienen de ocupar la mente en algo útil, y mantenerla ahí"

La migración masiva de la infancia al mundo virtual ha alterado el desarrollo social y neurológico.

Esta disrupción incluye ansiedad social, privación del sueño, fragmentación de la atención y adicción. Alarmado por los índices de ansiedad y depresión en adolescentes, el psicólogo social Jonathan Haidt escribió "La Generación Ansiosa". El libro explora estos fenómenos crecientes y los atribuye a la transición de una infancia basada en el juego a una infancia basada en el teléfono.

Frente al grave problema que traen las pantallas, Gates no duda en proponer medidas contundentes, aunque reconoce que no son sencillas de implementar. La más polémica:

"**Hay que prohibir los teléfonos celulares** hasta que los **niños** sean mayores".

Es necesario implementar sistemas más eficaces de **verificación de edad** en plataformas de **redes sociales**.

Debemos reconstruir "la infraestructura de la infancia y la juventud", para ofrecer alternativas atractivas que compitan con la seducción de las pantallas.

Gates concluyó su reflexión con una recomendación: " **The Anxious Generation**", de Jonathan Haidt, es una **lectura obligatoria** para cualquiera que esté criando, trabajando o enseñando a los jóvenes de hoy", a la vez que subrayó la urgencia de abordar este problema que amenaza silenciosamente el futuro intelectual de las próximas generaciones.

¿Cómo podemos liberar a la generación ansiosa?



Retrocedamos la infancia basada en el teléfono

Esto significa retrasar el acceso de los niños a los teléfonos inteligentes hasta la escuela secundaria y a las plataformas de redes sociales hasta los 16 años. Las escuelas deben estar libres de teléfonos.



Restaurar la infancia basada en el juego

Los niños y adolescentes necesitan más oportunidades de independencia, juego libre y responsabilidad.



Recuperar la vida en el mundo real

Reemplace el tiempo frente a la pantalla con experiencias del mundo real que involucren amigos y actividades independientes, de modo que los límites en los dispositivos no se sientan como una privación, sino como la apertura de un mundo de oportunidades.