

Las nefastas “Telecanguros”

LUIS ROJAS MARCOS

El Gobierno español es digno de elogio por haberse propuesto proteger a los niños indefensos de los posibles efectos perniciosos de la *telebasura*. Como este diario denunciaba hace unas semanas, "contenidos banales, zafios y morbosos, envueltos en un ensordecedor griterío y una retahíla de insultos de grueso calibre, salpican las televisiones españolas en el horario de tarde, cuando se concentra la mayor parte de la audiencia infantil".

La fascinación de los seres humanos por las escenas provocativas de culebrones que no respetan la frontera entre lo privado y lo público y exponen las intimidades inconfesables de los protagonistas, es tan antigua como nuestra sincera preocupación de que contemplar estas imágenes puede ser perjudicial para la mente impresionable de los niños. Psicólogos y educadores opinan que los programas cargados de sordidez y bazofia convierten a los telespectadores pequeños en jóvenes desmañados, embrutecidos e inadaptados. No pocos culpan a la *telebasura* de una amplia gama de trastornos del comportamiento infantil que abarca desde la desidia más desesperante a la hiperactividad más insoportable.

Es de sentido común que los niños aprenden de lo que ven. Nacemos con una gran capacidad de imitar. Incluso criaturas de 14 meses ya copian gestos que ven en el televisor. No es de extrañar, pues, que personas razonables piensen que los espectáculos inmundos que emiten las cadenas sean nocivos para los menores. Sin embargo, hoy sabemos que los ingredientes más peligrosos de los programas televisivos no son tanto las representaciones frívolas, cerriles o soeces, sino ciertos contenidos violentos. Precisamente la oleada de ataques terroristas de los últimos años, que en muchos casos parecen haber sido sincronizados perversamente por sus autores para conseguir la mayor audiencia televisiva posible, ha dado pie para estudiar el impacto de estos sucesos en los pequeños televidentes. La conclusión es que los niños expuestos de forma reiterada a las escenas horripilantes de estos eventos pueden sufrir síntomas de estrés postraumático, como ansiedad, miedo o insomnio durante varias semanas. Los menores más susceptibles son aquellos que mientras observan las imágenes no cuentan con la compañía de adultos cariñosos que les ofrezcan seguridad y respondan con palabras alentadoras a sus preguntas.

En cuanto a la violencia-ficción, en los últimos 30 años media docena de estudios han demostrado estadísticamente que programas que ensalzan o idealizan la violencia como un medio eficaz para resolver conflictos pueden estimular reacciones agresivas a corto plazo, pero sólo en adolescentes impulsivos ya predispuestos a recurrir a la fuerza y la intimidación para conseguir sus metas. No obstante, otras investigaciones indican que observar imágenes cargadas de dureza tiene un efecto de "purgante psicológico" que limpia a algunas personas de sus impulsos destructivos reprimidos y previene en ellas las conductas agresivas. También se sabe que los espectáculos pornográficos que entrelazan y confunden la violencia y el sexo en una maraña equívoca y siniestra de explotación sexual pueden ser contraproducentes para menores de 12 años. Además de la perturbación emocional que les causa

presenciar circunstancias de aparente abuso, los pequeños se abrumen porque no comprenden estos actos tan desconcertantes para ellos.

Analizando en conjunto los efectos de los contenidos televisivos en los menores, la evidencia científica sugiere que, excepto en las situaciones que he mencionado, las imágenes de la pequeña pantalla no son tan poderosas como unos advierten ni tan malignas como otros temen. La razón es que todas las criaturas normales aprenden muy pronto a percibir con claridad la diferencia entre realidad y fantasía, entre conductas aceptables y prohibidas. Los combates televisivos —incluyendo los dibujos animados de apuñalamientos, mutilaciones y matanzas que se emiten religiosamente los sábados por la mañana en casi todos los países de Occidente— no tienen, por sí solos, la fuerza para alterar esta capacidad innata y adaptativa. No olvidemos que los cuentos infantiles más populares, como *Caperucita Roja*, *Barbazul*, *Bambi* o el *Rey León*, casi siempre han estado colmados de las intrigas violentas más gráficas. Si observamos a niños pequeños jugar con muñecos, veremos que a menudo se deleitan escenificando actos crueles que no pueden llevar a cabo en la realidad. Y si exploramos sus pensamientos, todos ellos reconocen que la diferencia entre las personas buenas y las malas es que las buenas sólo se imaginan los actos malévolos, mientras que las malas también los ejecutan.

La verdad es que las consecuencias más nefastas de la televisión son las que producen las *telecanguros*, o las televisiones que se ocupan de cuidar y vigilar a los niños en casa. Está ampliamente demostrado que es dañino para los pequeños pasarse tres o cuatro horas al día delante de la pequeña pantalla, con independencia de las imágenes que observen. El daño principal es a largo plazo; se manifiesta en problemas del comportamiento, y se debe al valioso tiempo que la programación televisiva roba día tras día a otras actividades socializadoras, estimulantes y creativas que son necesarias para un desarrollo emocional saludable.

Los niños custodiados por *telecanguros*, aparte de malgastar irreversiblemente innumerables oportunidades de relacionarse y de aprender, se convierten en "teleadíctos". Para estos pequeños, las horas bajo la tutela del televisor llegan a ser más gratificantes que sus actividades escolares o familiares, aunque éstas sean de carácter lúdico. Físicamente, la *telecanguro* les sumerge en un estado de letargo que produce una caída del metabolismo del 12% por debajo del nivel de descanso, lo que a menudo resulta en alteraciones metabólicas. Investigadores de la Universidad de Columbia han demostrado recientemente que menores que pasan más de tres horas diarias viendo la televisión —al margen de la calidad de los contenidos— tienen el doble de riesgo de sufrir dificultad para dormir que aquellos que la ven menos de una hora. La falta de descanso regular y de sueño reparador fomenta, a su vez, el desasosiego, la irritabilidad y el decaimiento del vigor físico e intelectual. Estos problemas persisten conforme avanza la edad.

Una televisión responsable informa, educa y entretiene. Hay buenos programas que sirven de arena de debate para las ideas, ayudan a superar prejuicios y promueven la dignidad de la persona y el valor de la vida. Es cierto que con demasiada frecuencia las emisoras ignoran este servicio público y sólo nos brindan productos con el mínimo denominador social común. Los operadores saben muy bien que los cotilleos morbosos, las tragedias rosas, el tormento y la transparencia brutal que no honra secretos, venden. Mas ¡cuidado!, atacar solamente a los medios televisivos es como matar al

mensajero en tiempos pasados. No resuelve la verdadera cuestión: ¿por qué tantos televisores en los hogares familiares se han convertido en sustitutos de padres y cuidadores?

Es esperanzador que los líderes sociales estén trabajando ya con los directivos de las cadenas y otros grupos implicados en la defensa de la infancia y de la libertad de expresión para, conjuntamente, facilitar la solución de este problema de salud pública. No obstante, al final, rescatar a nuestros niños de las secuelas perjudiciales de la televisión pasa ineludiblemente por el uso responsable que asignemos los adultos al televisor en casa.

Luis Rojas Marcos es profesor de Psiquiatría de la Universidad de Nueva York y autor de *Nuestra incierta vida normal* (Aguilar).

El País, 15 de noviembre de 2004