

El mundo apagará la red de redes el último domingo de enero



Cada año el último domingo de enero, la comunidad global cibernética celebra el **Día Internacional sin Internet**, animando a la gente a dejar de usar la Red al menos durante un día entero, bajo la premisa de

que existen poderosas razones para hacerlo.

La iniciativa la lanzó en el año 2000 el sitio web británico DoBe.org, que inicialmente había funcionado como un tablón de anuncios electrónicos para quienes desearan participar en algunos eventos 'off line' (no virtuales).

De acuerdo con los expertos, son múltiples las razones científicamente comprobadas por las cuales un uso abusivo de [Internet](#) puede resultar muy peligroso. A continuación les presentamos una selección de las tres más poderosas para celebrar el Día Internacional sin Internet.

INTERNET ES ADICTIVO

Según científicos estadounidenses, Internet es más adictivo que el sexo o el alcohol. De acuerdo con los investigadores, 450 millones de personas en el mundo son 'ciberdependientes'.

El problema no radica en el tiempo que la persona invierte en Internet, sino en las emociones que percibe de la Red. Si una persona solo puede encontrar amigos, amor y autoafirmación en Internet pero no en la vida real, entonces la persona sufre un grave problema.

INTERNET ALEJA A LA GENTE DE LA REALIDAD

Los expertos aseguran que la gente que pasa horas frente la pantalla del ordenador, frente al televisor o a un teléfono inteligente, destruye su identidad. Cuando se hace un uso abusivo de la web o de los juegos virtuales, el área del cerebro que se encarga de la búsqueda del placer se activa. Se trata del mismo centro que se estimula en personas con otras adicciones, como a las drogas, al [sexo](#) o al [alcohol](#).

En este sentido, el investigador del Departamento de Psicología General de la Universidad Lomonosov de Moscú, Alexander Voiskunski, citado por el canal Rossiya 2, asevera que “la adicción a Internet es una patología grave”.

En particular, el colectivo más vulnerable en este sentido son los niños, cuya mente aún no está completamente formada. Los niños perciben en menor medida la diferencia entre el mundo real y el virtual, y aquellos que pasan demasiado tiempo usando las redes sociales o abusan de los videojuegos, corren un serio riesgo de perder el contacto con la realidad.

Internet conduce a la degradación

Un equipo internacional de científicos analizó el papel de la información y de los dispositivos digitales en la vida de las personas y su impacto a largo plazo, llegando a una conclusión inquietante. Así, los investigadores retrataron al hombre del futuro: una persona con músculos atrofiados, cuyos ojos aparecían desmesuradamente grandes y con dedos mucho más alargados. Sin embargo, el rasgo más llamativo era el tamaño de su cerebro, el cual había encogido notablemente debido a que las personas ya no necesitaban pensar, crear o recordar, pues todo esto pueden obtenerlo a través del computador.

Los psicólogos pronostican que el desarrollo de la tecnología y la caída de los precios de los ordenadores y teléfonos inteligentes inevitablemente darán lugar a una epidemia comparable al alcoholismo o la adicción a las drogas.

Por ello, los impulsores del Día Internacional sin Internet recuerdan la importancia de tener 'amigos reales', practicar deportes, viajar o tener mascotas que permitan mantener siempre el contacto con la realidad, alejados de los peligros de la adicción a la realidad virtual.

fuentes:cubadebate