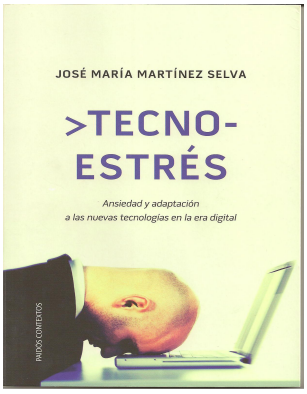
Una visión crítica de la avalancha tecnológica

POR **KAREN ARRIAZA IBARRA**



Tecno-Estrés
José María Martínez Selva
Madrid: Paidós Contextos, 2011, 224 p.
ISBN: 978-84-493-2531-1

De todos es conocido que la tecnología ha hecho la vida más fácil a millones de usuarios en todo el mundo, y que pequeñas acciones tecnológicas diarias, como enviar un correo electrónico desde un teléfono móvil -algo impensable hace apenas treinta o cuarenta años- dan fe de que obstáculos como la distancia geográfica o la ausencia presencial de la oficina en un momento laboral importante pueden superarse gracias a avances tecnológicos que todos podemos disfrutar.

Tecnoestrés y tecnofobia

Sin embargo, no todo son ventajas -o al menos, no para todo el mundo-. Existe una parte de la población que manifiesta un rechazo que va más allá de la ignorancia temporal del manejo de un nuevo aparato tecnológico o de la actualización de un programa informático. En este libro, Martínez Selva se refiere al *tecnoestrés* como «el impacto negativo en el bienestar físico y mental de la implantación casi obligatoria de las nuevas tecnologías en todos los ámbitos: trabajo, ocio y vida privada» y a la *tecnofobia* como una «una actitud general contra las nuevas tecnologías [por parte de personas que] desconfían de ellas y, en ocasiones, las combaten de forma activa o pasiva [ya que] los tecnófobos pueden ser personas muy violentas».

Estos *tecnófobos*, que históricamente tienen su antecedente en los ludistas o luditas (del inglés *luddites* o seguidores del ficticio rey Ludd), encabezaron un violento movimiento contrario a la revolución industrial que surgió en Inglaterra a comienzos del siglo XIX y tuvieron su máximo

Fundación Telefónica
Telefónica

apogeo entre los años 1811 y 1813, cuando llegaron a enfrentarse al ejército británico, que finalmente los derrotó y desde entonces han tenido etapas de mayor o menor actividad. Uno de sus máximos exponentes fue Ted Kaczinsky, más conocido como «Unabomber», quien pasó más de dieciocho años enviando e incluso entregando personalmente paquetes bomba a diferentes personalidades relacionadas con la investigación tecnológica y genética, llegando a asesinar a tres personas y herido a otras veintitrés antes de ser atrapado en 1996 y ser sentenciado a cadena perpetua en una prisión en Colorado. Afortunadamente, los *tecnófobos* violentos suelen ser una minoría, aunque casi todos presentan síntomas «que van desde el asombro y el recelo ('No me gusta cambiar de programa') hasta la frustración o la resignación ('Nunca me haré con este programa'), la queja ('No paran de salir cosas nuevas') e incluso la agresividad ('Yo mataría a los de Microsoft')». El propio Martínez Selva se reconoce a sí mismo como *tecnófobo* hasta cierto punto, aunque reconoce que unido al desarrollo de la tecnología van el progreso y los extraordinarios avances que gracias a ella se han logrado en diversos campos, como la medicina y la genética. No obstante, reconoce que «la obligación que afecta a casi todo el mundo de sumarse a ellas y de utilizarlas, en casi todos los ámbitos» es lo que resulta perjudicial psicológicamente para muchas personas, y no sólo debido a la brecha generacional, ya que este fenómeno afecta tanto a jóvenes como a ancianos, sino a que el cúmulo de información que deben asimilar y actualizar continuamente les sobrepasa.

El libro consta de nueve capítulos de entretenida lectura. Aporta información estadística simple -es decir, utiliza porcentajes fáciles de entender y no abusa de ellos- y el tema resulta cuando menos interesante. Es una lectura amena para lectores adultos de todas las edades, ya que utiliza un lenguaje sencillo y sus explicaciones son claras y convincentes. Los capítulos 1 a 8 profundizan en conceptos como *tecnofobia, tecnoestrés* o *tecnoadicciones*, y ponen énfasis en un mundo tecnológico que a pesar de sus ventajas prácticas está muy lejos de proporcionar felicidad o bienestar -capítulo 3, Soledad en un mundo cada vez más interconectado- o que puede incluso llegar a representar un serio peligro para niños y adolescentes -capítulo 7, Ocio arriesgado. Redes sociales y ciberacoso-, en mi opinión el mejor de todo el libro. El único reproche quizás sea el que únicamente el último capítulo, Una nueva sociedad y, de momento, dos culturas, es el que presenta, si no soluciones, al menos una actitud más conciliatoria respecto al imparable desarrollo tecnológico que venimos experimentando e incluso llega a referirse a la tecnología como 'la tecnología amiga', pero siempre desde un punto de vista tímidamente positivo.

Es indudable que la ciencia ficción, desde los libros de Julio Verne o Aldous Huxley, ha traído a la mente de millones de lectores atemorizantes conceptos de innovación tecnológica que pueden llegar a formar parte, e incluso amenazar, hasta los más íntimos ámbitos de nuestra vida diaria, en un futuro que ya es parte del presente. No obstante, es evidente que la tecnología puede ser también una gran aliada, una herramienta que, como afirma Martínez Selva, debe usarse con cautela y gran precaución -con especial énfasis en los peligros que la Red representa para los adolescentes, como el ciberacoso o los efectos psicológicos de ver las propias imágenes en los sitios menos adecuados- pero de la que no podemos prescindir en nuestro trabajo, nuestro tiempo de ocio, nuestra forma de relacionarnos y, en resumen, en gran parte de nuestras actividades diarias -al final, como en todo, lo más adecuado es el equilibrio-, por lo que el libro puede resultar entretenido y de mucha utilidad para obtener una visión más completa de los avances tecnológicos y de sus efectos en la sociedad.

Fundación Telefónica
Telefónica

Fundación Telefónica