

Brainrot italiano: el fenómeno viral que “pudre” el cerebro de los adolescentes mendocinos

21/05/2025



El **“Brainrot italiano”** es un fenómeno viral de **Tik Tok** que recorre el mundo hace semanas. El contenido incluye **figuras generadas con inteligencia artificial**, caracterizadas por un **aspecto absurdo y caótico**, con un **lenguaje extravagante**.

Esta nueva tendencia que ya causa furor entre los adolescentes mendocinos, abrió debate por las consecuencias que puede generar el **“escroleo”** infinito en las redes sociales.

El término brainrot también conocido como **“cerebro podrido”** en español, refiere a los contenidos en internet de poco valor y

a los efectos que provoca el pasar mucho tiempo consumiéndolos. Incluso, investigadores del Hospital Infantil de Boston lo definen como un trastorno por el *“uso problemático de los medios interactivos”*.

Ante la preocupación creciente de los padres por las redes sociales, especialistas aseguran que los niños y adolescentes están cada vez más expuestos, por lo que brindan una serie de **recomendaciones** para evitar el impacto negativo que estas pueden generar.

Los efectos de la exposición excesiva

Según el informe “Consumo de Redes Sociales y uso de Internet en Argentina 2024”, realizado por la Universidad Fasta, a través del Observatorio Universitario de la Ciudad junto a las facultades de Ciencias Económicas y de Periodismo y Comunicación, los argentinos pasan en promedio casi **4 horas diarias en las redes sociales**.

Si bien Instagram es la red social más usada, **Tik Tok es la elegida por los menores de 18 años**.

Sebastián Dalla Torre (Mat. 7677), médico psiquiatra infanto juvenil, hizo referencia a las consecuencias del uso excesivo de pantallas, entre las que destacó el **bajo rendimiento y la dificultad en la concentración**.

*“Adolescentes o niños están más expuestos a Tik Tok y otras redes. Responde a la inmediatez, a la **necesidad de estímulos altamente convocantes**, y de uso fugaz e intensivo. Hay que destacar también que la tecnología, como es el caso de las IA, va a una velocidad de desarrollo muy elevada que excede la capacidad de análisis, estadística e intervención por parte de los servicios de salud”,* apuntó el especialista.

“En la consecuencia por el uso de pantallas, en niños se ve

mucho en todo lo referido en temas como lo atencional, en el bajo rendimiento, en la dificultad de concentración", sumó.

Cómo proteger a los más jóvenes

Emiliano Barrera, psicólogo especializado en entrenamiento parental (Mat. 1474), indicó que *"estamos totalmente influidos por la digitalización"*, en la que se viralizan diferentes contenidos en las redes sociales de manera veloz y constante. Por ello, destacó la **importancia de la educación digital**.

"Es buena la supervisión de los padres para que estén al tanto de los contenidos que los chicos ven. Hay que estar atentos y acompañar, chequeando a qué acceden los chicos y orientándolos en qué contenidos pueden ser adecuados para ellos y cuáles pueden ser ofensivos o violentos", aseguró.

Por su parte, diferentes organismos comparten **recomendaciones** para crear un entorno digital seguro y saludable, entre las que sobresalen:

- Compartir y descubrir junto a los menores los juegos y temas que le motivan.
- Conversar sin prejuicios.
- Discutir horarios de uso de pantallas, insistiendo en la necesidad de hacer pausas.
- Supervisar la actividad en línea de los menores y fomentar un uso equilibrado de la tecnología para cuidar a los niños y adolescentes.
- Instruir a los adolescentes para que usen las redes sociales con criterio.
- Crear un entorno donde los jóvenes puedan navegar internet de manera segura y saludable.

Fuente: El Sol —
<https://www.elsol.com.ar/mendoza/brainrot-italiano-el-fenomeno-viral-que-pudre-el-cerebro-de-los-adolescentes-mendocinos/>