

Cerebro: ¿qué efectos tiene Internet?

18/05/2022



No cabe duda de que la Internet se ha incorporado a nuestras vidas de una forma casi 24x7. Es difícil sustraernos a alguna función de las que cumple, por ejemplo, el celular. Queda la gran inquietud de saber qué comportamiento moldea esta situación en nuestro [cerebro](#). En qué nos estamos convirtiendo, mentalmente hablando, a través del uso de estas tecnologías.

“Vivir conectados a Internet nos hace pensar de forma mucho más superficial”, advierte el especialista **Nicholas Carr**, quien señala que «antes, el ser humano debía estar atento a todo lo que le rodeaba para evitar amenazas. Ahora, el uso excesivo de Internet está matando nuestra capacidad de atención y de concentración. Esto convierte al ser humano en una especie más sedentaria, perezosa y mucho menos creativa».

Además, el escritor señala que **«vivimos en un estado perpetuo de distracción e interrupción que afecta a la consolidación de la memoria. La transferencia de información de la memoria a**

corto plazo a la memoria a largo queda afectada con el uso excesivo de Internet».

“Nuestro cerebro se ha habituado a buscar información rápida, usarla rápido y olvidarla a la misma velocidad, cosa que impide construir conocimiento”, alerta Carr, autor del libro «Mentes en peligro: El daño de internet en nuestro cerebro».

Al respecto, el autor plantea la necesidad de **«desconectarse de forma habitual para poder cultivar un pensamiento conceptual, crítico y creativo».**

«Cuando comenzamos a utilizar el internet como sustituto de la memoria personal y nos saltamos el proceso de consolidación, corremos el riesgo de vaciar nuestras mentes de su riqueza», plantea.

Sobre ello, Carr concluye: **«Internet es una tecnología del olvido.** Su inmediatez y su velocidad nos envían pensamientos fugaces que impiden concentrarnos, y que distrae nuestros recursos de razonamiento y obstaculiza nuestra consolidación de recuerdos. Entre más usemos internet, más entrenamos nuestro cerebro a ser distraído. Procesando información rápida y eficientemente pero sin atención».

Fuente: **Ámbito**