

2.EL RESUMEN

A la cama sin el móvil

“Prohibido el uso de teléfonos móviles en la mesa y en la cama”. Es la “receta” que las autoridades médicas británicas han extendido a los padres, días después de que el Colegio de Pediatras urgiera también a limitar el tiempo de pantalla para proteger la salud física y mental de los chavales.

Pues resulta que los niños británicos le dedican como media hasta tres horas diarias a las redes sociales en sus móviles, según un reciente estudio de la Universidad de Glasgow. El problema es si cabe más acuciante en las niñas: el 28% confiesa pasarse cinco horas o más al día delante de la pantallita (frente al 14% en el caso de los niños).

“Cuanto más tiempo pasan los adolescentes en las redes sociales, más probable es que se vayan a la cama a altas horas de la madrugada durante la semana”, advierte la psicóloga Holly Scott, autora del estudio. “Ese hábito afectará no solo al rendimiento escolar, sino a su propia salud. La falta de sueño está vinculada a problemas como la obesidad o la ansiedad, y puede agravar los trastornos más habituales entre los adolescentes”.

Los ingresos por autolesiones en los hospitales de Londres, sin ir más lejos, se han duplicado con creces en apenas seis años (de 1.725 a 3.988) con un aumento alarmante de los casos de niños entre los nueve y 12 años (400). Los médicos londinenses aseguran que un trastorno considerado como marginal está cobrando proporciones “endémicas” por la facilidad con la que los menores acceden a imágenes escalofriantes a través de las redes.

Los médicos advierten, eso sí, que los padres tenemos una doble responsabilidad: antes de “castigar” a los hijos o de imponer les severas restricciones, todos deberíamos revisar a fondo nuestros propios hábitos y apagar el móvil no más tarde de las diez de la noche.

CARLOS FRESNEDA, El Mundo, 02/03/2019

El vigilante

“Piensa que cualquier cosa que firmes, un día estará en la mesa de tu peor enemigo en tu peor momento”. Esta fue la advertencia que le hizo el viejo director de una multinacional a un joven que acababa de acceder a un puesto ejecutivo en la empresa. Su aviso partía del conocimiento directo de lo más ruin del alma humana, algo que en estos tiempos en que la violencia y la banalidad cabalgan juntas, le puede servir de lección a quien aspire a sacar cabeza del anonimato. Lo primero que debe saber un político, un líder de opinión, un científico, un empresario, un artista famoso es que hay alguien que te vigila, que conoce tus puntos flacos, tus caídas, los errores que has cometido, lo que has dicho o escrito, incluso aquello tan humillante, que siempre has tratado de ocultar. Ese vigilante lo sabe todo de ti y guarda tu secreto con una labor de insecto en un cajón por si un día le puede servir para anularte. Será en tu peor momento o cuando a él le convenga. Hasta hace poco, durante los felices tiempos analógicos, este acecho desde la oscuridad no tenía tanto peligro, puesto que el papel o el micrófono que servían de soporte a cualquier grave desliz acababa por desaparecer podrido junto con los periódicos en el basurero y la voz de la radio al final se la llevaba el viento y ya no volvía. Pero en el mundo digital cualquier error que cometes seguirá de forma perenne en la Red, como si lo estuvieras cometiendo siempre ahora mismo. De hecho, la Red te convierte en ese mosquito que fue atrapado por una gota de ámbar y permanece intacto desde hace un millón de años, solo que ahora cualquier pelanas puede devolvarte a la actualidad, donde ya te espera un tribunal constituido por miles y miles de idiotas. Bastará con que un enemigo anónimo escriba tu nombre en el teclado y aparecerán en su pantalla todas tus caídas por las que serás una y otra vez sacrificado.

MANUEL VICENT, El País, 05/02/2023

Salvamento

En cualquier calle de cualquier ciudad de Europa se puede observar cada día con más frecuencia la imagen de ancianas amarillentas en silla de ruedas y de viejos jadeantes con muletas, que apenas pueden con su alma, acompañados y asistidos por jóvenes inmigrantes negros o hispanos. Son imágenes premonitorias de la Europa que heredarán nuestros descendientes si la convulsa biología planetaria no acude al rescate. En un futuro no tan lejano España va a necesitar cinco millones de gente joven que venga a trabajar, a integrarse, a reproducirse y a pagar impuestos. Europa va a necesitar 50 millones de extranjeros jóvenes de cualquier color, que aporten savia nueva que la libre de su inexorable decrepitud. Ante la angustiada visión de la continua llegada de pateras a nuestras costas hay que preguntarse quién salva a quién. El terrible espectáculo de los inmigrantes huidos del hambre y de la guerra, que son rescatados en el Mediterráneo, de hecho, supone una operación contraria de salvamento. Son ellos quienes vienen a salvarnos. Ahora estos naufragos limpian el cúmulo de basura que dejan nuestros adorables adolescentes después de los conciertos y los botellones, piden limosna en la puerta de los rebosantes supermercados, realizan los trabajos más duros que nadie quiere, contemplan con las manos en los bolsillos el paso de la historia por las esquinas. Cuando en el futuro los descendientes de estos esclavos sean tan señores como usted, a ellos deberá Europa agradecer el no haberse extinguido como una vieja caduca, egoísta y achacosa. Puede que algún patriota racista o xenófobo, a quien uno de estos inmigrantes tal vez le está limpiando hoy la mierda del retrete, crea que este pronóstico es el ridículo ensueño de un alma blanca. Pero por mucho que le duela lo cierto es que un día toda la humanidad será de color chocolate.

MANUEL VICENT, El País, 21/10/2018