

Me asustan las nuevas generaciones

escrito por Esteban Perez

Esa frase suele venir de los más viejos. Al ver los comportamientos y las decisiones de los jóvenes, suele haber esa reacción de resistencia. Yo no es que esté muy viejo, pero sí comienzo a ver algunas cositas en los más pequeños que me preocupan.

No es su culpa, ellos apenas están creciendo y desarrollándose, pero las prácticas usadas por papás y cuidadores, y la influencia que tiene la sociedad actual, puede tener efectos desastrosos en las generaciones que nos van a reemplazar en unos años. Y evidentemente no aplica para todos, también hay muchos educando a sus hijos de maneras espectaculares, más presentes, cercanos y conscientes. Pero creo que la gran mayoría está inmersa en el sistema y en lo que consideramos normal, pero que está lejos de ser lo que realmente necesitan.

Comenzando por la alimentación, ahora vemos tan normal que los niños consuman dulces, bebidas energizantes y productos refinados. Incluso nos extrañamos de ver a alguno que coma bien. La cantidad de azúcar y químicos que están ingiriendo los niños puede tener unos efectos desastrosos, y en algunos casos irreversibles, en el resto de su vida. La alimentación tiene una influencia directa en el desarrollo cerebral, el metabolismo y el sistema inmune.

Por otro lado el uso de pantallas y dispositivos. Para que un niño se calle y no moleste, hay que darle una pantalla. O se convierte en la alternativa fácil para no tener que lidiar con lo que hace. Esto genera una dependencia y adicción que se vuelve muy difícil de controlar. Ya no va a haber algo o alguien que sea capaz de suplir el impulso de dopamina que generan estos aparatos. Y los efectos son innumerables: problemas en el desarrollo cognitivo, afectación a la visión, sedentarismo, baja tolerancia a la frustración, poco contacto real con otros, incapacidad de resolver problemas por sí mismos, y un largo etcétera.

No es de extrañar porqué hay tantos casos de déficit de atención,

hiperactividad, ansiedad, depresión y otras enfermedades. Habrá casos puntuales graves que tendrán otras razones, pero creo que la gran mayoría vienen asociadas a esos hábitos y maneras en las que los niños están creciendo. Es un ambiente con demasiados estímulos al mismo tiempo. Tan grande que nos afectan a los adultos, con mucha mayor razón a los niños, que no tienen muchos de los recursos cognitivos y emocionales para tomar decisiones por sí mismos.

En menor medida, pero que también es muy común, vemos esos niños que controlan a sus papás, que no tienen un sentido de autoridad y de los límites que todos tenemos como seres humanos, parte de una sociedad. Y por otro lado, esos niños que crecen solos, sin padres consistentes y comprometidos. Esos niños pasan a ser criados por otros familiares, o por las empleadas de servicio. Ambas situaciones generan una desconexión profunda de lo que significa vivir en comunidad y de lo que como humanos necesitamos: conexiones reales.

Entonces sí. Me asustan un poco las nuevas generaciones. Los retos que ya tenemos como sociedad son muy grandes y ese va a venir a amplificarlos.

Otros escritos de este autor: <https://noapto.co/esteban-perez/>