

## La Preparatoria, en la Fiesta de las Ciencias y las Humanidades

**A**cercar a la sociedad al quehacer científico y humanístico desarrollado por especialistas universitarios es el objetivo de la Fiesta de las Ciencias y de las Humanidades, organizada por la Dirección General de Divulgación de la Ciencia de la UNAM.

La novena edición, titulada Redescubramos las Ciencias y las Humanidades, se realizó de modo virtual, y contó con un programa que incluyó conversatorios, demostraciones, talleres, encuentros y música, entre otras actividades, en las que participaron profesores de la Escuela Nacional Preparatoria con los temas: Adicciones Silenciosas, Redescubrir la Ciencia desde las Aulas hasta la Comunicación Digital, y Comida Mediterránea en México.

### Diálogo sobre adicciones

Especialistas de la salud se reunieron en un conversatorio con el propósito de hablar acerca de aquello que provoca una adicción, no tan reconocida como pudieran ser las drogas o el alcohol, pero que sí causa estragos en la salud física o mental de las personas.

César Eduardo Belmonte Ríos, especialista en adicciones en la Universidad, señaló que durante la pandemia se incrementó el hecho de querer evitar sufrimiento o dolor y buscar recompensas gratificantes. Hizo hincapié en el uso de las nuevas tecnologías que también causan algún tipo de compulsión o adicción.

En relación con esto, “tenemos un gran problema con los jóvenes, especialmente en cuanto a las redes sociales. Hace poco

hubo fallas en dichos servicios y los impactó de forma considerable, provocándoles un tipo de abstinencia y conductas que pueden ser incluso compulsivas”.

Por otra parte, César Luis Acevedo Gutiérrez, docente de la Preparatoria, se refirió al tabaquismo porque, en un principio, no deja ver ningún tipo de sintomatología y por mucho tiempo se consideró una cuestión de hábito. Sin embargo, hoy día se sabe que es una enfermedad por sí misma y con la pandemia vimos cómo incrementó el riesgo de mortalidad al afectar los pulmones.

“En el plantel 8 Miguel E. Schulz hemos efectuado un trabajo relevante a fin de contar con una escuela libre de tabaco al cien por ciento, ya que consideramos que es la entrada a muchas adicciones mayores para los adolescentes en grado de vulnerabilidad”. El tabaco contiene sustancias altamente tóxicas de las cuales la nicotina es el elemento que genera adicción. Probablemente de todas las sustancias adictivas la nicotina sea la más poderosa pues en siete segundos llega al cerebro, y después se requerirá mayor cantidad para generar una situación de placer, indicó.

Cuando hablamos de adicción generalmente pensamos en sustancias, pero hay adicciones silenciosas como los videojuegos o las apuestas con características muy similares a las más conocidas y categorizadas ya en los manuales que permiten identificar sus riesgos, por lo cual es importante saber identificarlas, afirmó Alejandra López Montoya, coordinadora de Centros de Formación y Servicios Psicológicos de la Facultad de Psicología.

En el caso de los videojuegos, se habla de adicción cuando se vuelven una prioridad, hacen que las personas empleen una gran parte del tiempo en esa actividad y dejen de lado conductas socialmente saludables. Estas situaciones se vuelven patrones de comportamiento compulsivos y, en algunos casos, es difícil recuperarse de los efectos.

Para Héctor Alejandro Ramos Chávez, investigador del Instituto de Investigaciones Bibliotecológicas y de la Información, la adicción, entendida como enfermedad física o psicoemocional que crea una dependencia, se puede transferir a una escala mayor: a la información, de manera específica a su calidad, manejada mediante herramientas digitales, las cuales nos permiten obtener datos, generarnos una opinión y participar en asuntos de interés colectivo.

Se tiene conocimiento de que 72 por ciento de los mexicanos usa internet; 92 por ciento de dichos usuarios ocupa teléfonos inteligentes para acceder a las redes sociales digitales y conseguir información que, en ocasiones, es la única tomada en consideración, y siete de cada diez mexicanos la toman como real sin compararla con ninguna otra.

“El internet nos proporciona muchos beneficios y grandes posibilidades a fin de estar en contacto, trabajar y colaborar con más personas, pero también debemos ser conscientes de las problemáticas asociadas al uso único de estos instrumentos digitales como medios informativos”, subrayó.

