



:: [portada](#) :: [Conocimiento Libre](#) ::

17-01-2010

Lectura, marihuana y correos electrónicos

Los futuros de libro

El semanario alemán [Die Zeit](#) dedicaba estas pasadas navidades muchas páginas a reflexionar sobre los efectos que el bombardeo digital al que estamos sometidos condiciona nuestras vidas; también a los trastornos que la velocidad y la falta de sosiego tienen sobre nuestras capacidades intelectuales. El reportaje de varias páginas titulado "Alabanza de las musas", recalca la función cognitivamente trascendental de la quietud y el sosiego, del solaz y el letargo. Los experimentos de los neurólogos, como los llevados a cabo por [Marcus Raichle](#) o [Jan Born](#), demuestran que el modo offline o desconectado del cerebro (cuando duerme pero, también, cuando descansa y deja de estar sometido a las incitaciones digitales o a las premuras de la agenda), es simplemente imprescindible para adquirir una conciencia cabal de nuestra propia identidad, para rumiar nuestros problemas y para aportar soluciones o ideas innovadoras fruto de esa digestión pausada. Lo contrario es también cierto: la exposición desmedida a las provocaciones de las muy diversas fuentes digitales de información y el picoteo fragmentario e indiscriminado de pizcas de contenidos, no generan una experiencia cognitiva satisfactoria. "El bombardeo diario de información", dice Born, "causa en el cerebro un desequilibrio peligroso a no ser que existan pausas que le permitan recuperarse. Esa oportunidad la utiliza para reconstruir y reorganizar su red neuronal construida a bases de células nerviosas, para ordenar y organizar lo aprendido".

En el [Instituto de Psiquiatría](#) del [King's College](#) de Londres, realizaron no hace demasiado tiempo un [experimento](#) que revelaba que fumar [cannabis](#) mientras se resolvía una tarea compleja causaba menos dispersión y desatención que intentar atender de manera simultánea a la tarea y a los correos electrónicos que reclamaban la atención del sujeto (y eso que el propio Instituto es prolijo en sus [investigaciones](#) sobre los efectos psicóticos graves que puede entrañar el consumo abusivo de la marihuana). Dicho de otro modo: contestar a un correo electrónico mientras se contesta a una llamada telefónica en el fijo y se twittea en el móvil no es sinónimo de eficiencia y versatilidad sino, al contrario, un signo fatal de los tiempos que corren, el hado de la aceleración. Eso es lo que se desarrolla de manera arrolladora el sociólogo alemán Hartmut Rosa en el libro [Beschleunigung: die Veränderung der Zeitstrukturen in der Moderne](#) (*Velocidad: la transformación de las estructuras temporales en la modernidad*), un libro que no traería a colación si no fuera imprescindible.

Rosa recomienda que practiquemos algo así como la estrategia de los "Cantos de sirena digitales": igual que Ulises, para sobrevivir, tuvo que hacer oídos sordos a los magnéticos cantos de las sirenas, nosotros deberíamos atender muy selectivamente a los continuos apremios de los medios digitales. Lo curioso es que lo más parecido al descanso que reclaman los neurólogos y los sociólogos como fuente de renovación celular y de ordenamiento de nuestros pensamientos, es la lectura en silencio, recogida y volcada sobre el texto. Es decir, la lectura tradicional que me centra, no la lectura digital (por llamarla de alguna manera) que me aturde y me descentra. Seguro que más de uno pensará que sigo siendo un logocéntrico irredimible, pero sé que al menos [Clifford Nass](#) me secundaría (o yo a él, mejor dicho): en el [CHIME Lab](#) de la Universidad de Stanford donde trabaja descubrieron que "es imposible procesar más de una cadena de información al mismo tiempo. El cerebro no puede hacerlo". En el conjunto de pruebas a los que se sometieron a los grupos de control, aquellos que se distinguían por ser multitarea, no fueron capaces de filtrar la información relevante, de retenerla u organizarla mejor y, tampoco, de cambiar de una tarea a otra cuando era requerido. Sus niveles de rendimiento fueron sistemáticamente más bajos que los de aquellos que realizaban una tarea tras otra. Lo más llamativo es la conclusión a la que llegan: "los investigadores están todavía investigando si los *chronic media multitaskers* nacen ya con una incapacidad innata para concentrarse o tienen dañado su control cognitivo por su expreso



deseo de hacer varias cosas al mismo tiempo. Los investigadores están convencidos de que la mente de los *multitarea* no funciona tan bien como debiera. En el artículo ["Cognitive control in media multitaskers"](#) pueden encontrarse más detalles.

Fuente: <http://weblogs.madrimasd.org/futurosdelibro/archive/2010/01/13/131024.aspx>