



ARTÍCULO ESPECIAL
SPECIAL ARTICLES

INFONEXIÓN: PANTALLAS CONTRA COVID

INFONEXION: SCREENS AGAINST COVID

Jesús J. de la Gándara Martín

Jefe de Servicio de Psiquiatría,
Complejo Asistencial Universitario de Burgos.
Universidad de Burgos



ISSN 2565-0564

Psicosom. psiquiatr. 2020;13:74-77.



PLANTEAMIENTO

Es una costumbre acendrada entre nosotros, culpar a las tecnologías inventadas por nosotros de los males que nosotros mismos padecemos. Desde el fuego a los automóviles, siempre sufrimos con lo que inventamos, como si nuestra capacidad de crear implicara un castigo de los celosos dioses.

Ejemplo señero de ello fue la invención y desarrollo de la que se ha dado en llamar **galaxia Gutemberg**: libros, bibliotecas... ¡qué peligro, la cultura al alcance de toda la población, no solo de los monasterios!

También lo fue la que se ha denominado **constelación Marconi** (telégrafo, teléfono, radio, televisión... ¡esos terribles cacharros que generan sobresaltos, apresuramientos y atolondramientos!

Ahora el caso atañe al que podríamos denominar **universo Wiener** (padre de la cibernética). Se culpa a las TIC y sus epifenómenos (Internet de todas las cosas), de conllevar riesgos y peligros, de generar abusos y adicciones, de estupidificar y demenciar a los usuarios.

Ahora estamos en la **esfera COVID**, que no hubiera sido igual sin la hiperconexión global que, junto a la pandemia vírica, ha generado otra pandemia de infosaturación e info-toxicidad (ver post anterior).

Pero, aun a riesgo de contradecirme, ¿no creéis que sin la ella el asunto COVID hubiera sido mucho peor?, ¿qué hubiéramos hecho sin pantallas para comunicar la ciencia y sus carencias, para aliviar las angustias y distraer los confinamientos?

ESTADO DE LA CUESTIÓN

Los humanos, además de genotipo y fenotipo tendemos a desarrollar lo que se ha dado en llamar **Fenotipo extendido**, que son todas las prótesis instrumentales que amplían, agilizan, potencian nuestras capacidades perceptivas, mecánicas e intelectuales. Fuego, herramientas, armas, utensilios, ruedas, combustibles, abonos, libros, pantallas, redes informacionales..., prótesis funcionales que amplían nuestras habilidades y capacidades, que nos han ayudado a llegar a donde estamos, a ser muy malos para algunas cosas, pero absolutamente admirables en nuestra capacidad civilizadora.

No voy a entrar en la candente discusión sobre los riesgos de hecatombes climáticas y demográficas que muchos sabios pronostican, por culpa de las desmesuras que la especie ha promovido contra su propia casa planetaria. Los excesos

de la superpoblación, el consumismo, el apresuramiento vital, los desperdicios. Todos esos nos alarmaron en el siglo XX y nos amenazan en el XXI. Antes de que este acabe sabremos si esos augurios eran ciertos o solo eran profecías de sabios pesimistas y aprensivos.

De hecho, al tiempo que ellos otros con sobrados argumentos, defienden que si sabemos sacarle partido a las inmensas posibilidades que nos aportan nuestros propios inventos, las ciencias biológicas y neurobiológicas, la tecnología de la información, las adaptaciones socio-ecológicas, entonces la renovación y ampliación de la vida humana está asegurada, y puede acercarnos a los límites de la infinitud. Si es así, las actuales propuestas de corrientes como el **permacultura** o el **transhumanismo**, serán algo más que ciencia ficción. Extender aun más el fenotipo extendido, hasta límites ahora insospechados, no será una utopía, si no la suma de inteligencia natural e inteligencia artificial al servicio de la vida.

Por cierto, por culpa del COVID aún no ha alcanzado merecida difusión el libro *A la caza de Moby Dick*. El sueño poshumano y el crecimiento infinito (Ed. El Salmón, 2020), en el que **José David Sacristán** (<https://www.todostuslibros.com/autor/sacristan-de-lama-jose-david>) analiza todos estos asuntos con gran enjundia y atinada precisión. Imprescindible.

FENOTIPO DIGITAL

Es una realidad que escribir, leer, hablar, oír, escuchar, ver, mirar, sentir, preguntar, responder, buscar, encontrar, dibujar, borrar, pedir, dar, guardar, perder, sufrir, gozar, atender, distraer, ayudar, recibir, complacer, consolar, aprender, enseñar, recordar, olvidar, influir, formar, informar, deformar, comparar, comprar, crear, componer, tocar, vender, apostar, convocar, reunir, votar, opinar, divertir, aburrir, ofender, insultar, mentir, engañar, seducir, amar, sexual... ¿sexual?, no sé, esto me lo acabo de inventar, pero inventar sí, eso sí se puede hacer... ¡y muchas cosas más, con un teclado, un ratón, una pantalla, un dedo, o incluso sin dedo, ni teclado, ni ratón, ni pantalla. Los interfaces persona-máquina son cada vez más escuchimizados.

En función de lo que hacemos con nuestras TIC, alguien, como el grupo GAFA (Google, Amazon, Facebook, Apple) (<https://www.bbc.com/mundo/noticias-48542153>), puede saber mejor que nosotros mismos qué hacemos, dónde estamos, qué queremos, que podemos... en definitiva qué y cómo somos. Eso es lo que podríamos denominar **fenotipo digital**, nuestra huella virtual en la **cibersfera**, que nos idéntica igual



o mejor que nuestro fenotipo biológico, y desde luego mejor que ninguna fotografía, video o biografía.

Con datos similares, se podría desarrollar un **fenotipo digital de salud**. Utilizando sensores que registren señales corporales de todo tipo, conectados a un Smartphone y este a potentes bases de datos médicas, se podría en todo momento saber el estado de salud de cualquier persona, y adoptar las medidas sanitarias (preventivas, diagnósticas y terapéuticas), más adecuadas en cada situación. Esto, que parece ciencia ficción, es solo un problema de tiempo, trabajo y potencia digital. Y si sabemos qué hacer con una o mil personas, sabremos que hacer a nivel poblacional. Por ejemplo, en asuntos como el COVID, hubiéramos sabido qué hacer mucho mejor que el misterioso comité de expertos, que más que por sabios ha parecido estar formado por tipos despistados.

Y hablando de saberes, se está investigando seriamente el que podríamos denominar **fenotipo digital conductual**. También mediante sensores y móviles podremos conocer en cada momento numerosos datos sobre la conducta y salud mental de cada persona. Saber cómo se mueve, como habla, si duerme o sueña, si come o no..., y otras cosas más sutiles, como el nivel de alerta o estrés, su estado de ánimo, su ansiedad o serenidad, su cognición... Simplemente con registrar cómo habla, de qué habla, que palabras usa o repite, cómo y con quien se relaciona, etc. También se podría controlar el tratamiento, su cumplimentación, si tiene efectos secundarios... En definitiva, conocer el estado cognitivo, emocional y conductual de forma mucho más objetiva y continuada que con una consulta ocasional o con un test en un momento concreto. Obviamente, ese registro permanente se podría complementar con entrevistas personales presenciales o telemáticas, y, por supuesto, se debería proteger todo el proceso mediante las regulaciones legales y éticas adecuadas.

Todo esto ya es factible, no es un episodio tenebroso de Black-Mirror, es solo cuestión de ingenio computacional, de código y técnica, de potencia informática y rentabilización económica.

PANTALLAS AL COVID

Creatividad, ingenio, amistad, enfado, amor, riñas, distracciones malas y buenas, solidaridad, generosidad, protestas, dudas, consultas con el médico, psicoterapia, catarsis, regalos, libros, música, series, cine, más cine por favor... ¡resistiré!

Todo eso y más ha sucedido en las pantallas durante la era COVID. Sometidos a una **pantallocracia** gubernamental, hemos desarrollado actitudes **pantallofílicas** o **pantallofóbicas**, algunos han sufrido incluso angustias o delirios **pantallofrénicos**, ¡qué locura!

Pero, tengo para mí que si hiciéramos un cómputo global la cuenta nos saldría bien. Pregúntaselo a tu familia y amigos, a los enfermos y sanitarios que conozcas, a ti mism@. ¿Cómo mejor, con o sin pantallas? Personalmente opino que mejor con pantallas. Lo dice uno que ha vivido estos meses dentro del COVID y lo ha contemplado desde fuera.

Estamos viviendo esta crisis con más cantidad y calidad de información que jamás haya alcanzado la especie humana en situaciones de alarma o catástrofe. Si los responsables de su gestión política y sanitaria han sabido aprovecharla o no, es harina de otro costal. Pero si cada uno de nosotros ha sabido usarla correctamente para informarse y formarse, para aliviarse y distraerse, saldrá de esta crisis mejor que entró. El cultivo de las cualidades y virtudes humanas no está reñido con el uso de las tecnologías que nos amplían y potencian, antes, bien al contrario, podemos hacer más y ser mejores. Ahora bien, es cierto que vivimos en una sociedad con muchas cosas malas y muchas buenas, que coexisten personas y sociedades que avanzan en civilización con otras que retroceden hacia la barbarie. Las TIC y sus epifenómenos nos permiten crecer en socialización civilizada, puede que algún día incluso nos ayuden a frenar la toxicidad planetaria de nuestra propia especie, como sugiere J. D. Sacristán (op. cit).

Es cierto que las relaciones entre humanos y TIC son mejorables, pero el fenómeno integrador entre personas y máquinas es imparable. Ya lo es a nivel físico o somático, pero pronto la integración de inteligencia humana e inteligencia artificial, tanto la llamada débil o funcional (hard+soft), como la fuerte o autoconsciente (mente artificial autónoma y consciente), puede acabar siendo una simbiosis mutualista en vez de una parasitosis egoísta, como profetiza la ciencia ficción más apocalíptica.

Luego estamos obligados a usar correctamente las opciones que la vida cibernícola nos ofrece, hemos de aprender a ser seres ciberdotados en vez de ciberlerdos, cosa de la que aun hay gente que, tontamente, presume. Si lo hacemos bien, lejos de estupidificarnos o demenciarnos, nos mejorará, como ha sucedido con todas las tecnologías inventadas cuando se las ha usado bien, desde la guadaña a la energía atómica.



INFONEXIÓN

La pandemia COVID, ha conllevado otras pandemias no menos graves, como la infosaturación, la neurosis de distancia y la socioeconómica. Pero también ha traído cosas aprovechables. Por ejemplo, ha puesto a prueba el sistema global de información que compartimos (internet, redes, comunicaciones), que, milagrosamente, ha soportado el empuje con total eficiencia y máxima pulcritud. Es más, nos ha facilitado una **infonexión planetaria** bondadosa y ubérrima.

Esta palabra, que me acabo de inventar, implica usar las tecnologías en armonía con nuestros cerebros, para compartir una gran cantidad de información de forma rápida, ágil y benéfica. Ese proceso requiere de habilidades propias de los animales cibernícolas que somos, como la ciberprosexia o

la ticopraxia, es decir, una cognición y una habilidad técnica propia de las personas ciberdotadas, pero también una nueva ciberética acorde con el civismo cibernético.

CODA

Todas las pantallas son negras, y reflejan cómo el agua de un pozo, pero todas se iluminan al abrirlas, como ventanas que miran al campo.

Las pantallas siempre nos miran de frente, nos ciegan los ojos y nos atan las manos, pero nos llevan muy lejos, muy rápido y nos hacen más fuertes.

De nosotros depende que, usándolas, seamos más libres, alegres y sabios.