Uso de las TICs en adolescentes con TDAH: Riesgos y desafíos

Use of ICTs in adolescents with ADHD: Risks and challenges

EMMA GÓMEZ GARCÍA¹
ANDREA SALDIVAR REYES²

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE TLAXCALA

¹ORCID:
<https://orcid.org/0009-0009-0025-9323>

Correo electrónico: gogae.mm@gmail.com

²ORCID:
<https://orcid.org/0000-0003-4980-8732>

Correo electrónico: asaldivar_fcdh@uatx.mx

Resumen

Objetivo: El uso de las tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs) ha transformado profundamente la vida cotidiana, especialmente en el ámbito educativo. En el caso de los adolescentes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), las TICs representan oportunidades y desafíos para hacer frente a las dificultades propias del trastorno. Este ensayo analiza cómo el uso direccionado de estas tecnologías puede potenciar la atención, la organización y la motivación en el aprendizaje, al mismo tiempo que advierte sobre los riesgos de distracción, dependencia y efectos negativos en la salud mental en los adolescentes con TDAH. Se concluye que el impacto de las TICs en esta población depende en gran medida del acompañamiento pedagógico y familiar, así como del uso regulado de estas herramientas.

Palabras clave: TDAH, adolescencia, uso de TICs, estrategias para el TDAH.

Abstract

Daily life has changed by the use of Information and Communication Technologies (ICTs), especially in the educational field. ICTs represent both opportunities and challenges for adolescents with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) when facing the difficulties inherent to this disorder. This paper analyzes how the guided use of these technologies can increase attention, organization, and motivation in learning, while also warning about the risks of distraction, dependency, and negative effects on mental health in adolescents with ADHD. In conclusion, the impact of ICTs in this population depends largely on pedagogical and family support, as well as the regulated use of these tools..

Key words: *ADHD, adolescence, use of ICT, ADHD strategies.*

Introducción

Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs) han tomado gran importancia en cuanto a su uso, ya que contribuyen a obtener información diversa al instante. En cuestión de segundos se puede acceder a miles de repositorios con información de todo el mundo que contienen los temas de interés de quien hace uso de ellas. Con las TICs, la comunicación se vuelve posible en prácticamente cualquier momento y con inmediatez siempre y cuando se tenga acceso a un dispositivo móvil e internet. Como puede verse, los usos de las TICs son innumerables siendo que, con este acceso inmediato a la información, resulta también más sencilla la generación de proyectos o empresas redituables y de autoempleo (López, 2015). Estos proyectos generativos pueden ser de gran ayuda para quienes tienen ciertas dificultades para iniciar y desarrollar sus propios proyectos y alcanzar sus metas, de ahí que el uso y generación de TICs que apoyan a personas de todas las edades a organizar, describir, identificar y analizar (entre otras habilidades organizativas y de ejecución) sus propias necesidades y objetivos, se han convertido cada vez más en una necesidad básica de sobrevivencia a la vida cotidiana, laboral y escolar (Castro, et al, 2007).

La rápida integración de las TICs en la vida cotidiana y la educación ha permeado profundamente también en la forma en que los adolescentes interactúan con el mundo. Cuando se hace una búsqueda, el acceso a la información es inmediato, con una variedad de contenidos iguales o parecidos a lo que se quiso encontrar en primera instancia, los cuales pueden confundir a quien hace uso de estos medios. Sin embargo, esta saturación de información puede llevar al internauta a discriminar de manera no efectiva el contenido que sí valga la pena frente al contenido basura o spam que no aporta sentido a la búsqueda de información que se hace (Santillán, 2018).

Esta tarea de limpieza u ordenamiento de la información ante la búsqueda de temas específicos no es fácil de realizar aun siendo una persona adulta y es fácil caer en distracciones que harán que la búsqueda inicial se vuelva más tardada. En el caso de los adolescentes, la discriminación de la información puede tener menos filtros en el sentido de la calidad del contenido que se revisa (y acepta), sin embargo, estas acciones de filtrado de información requieren atención y concentración que no todos poseen. Si se agrega un punto de complejidad ante este tema, es necesario hablar de aquellos adolescentes que tienen como una de sus características precisamente la inatención (diagnosticada o no) que conlleva a la distracción inmediata ante estímulos que les son de mayor interés. Sin embargo, el uso de estas tecnologías no siempre es un problema cuando se tiene una meta o una necesidad académica o de la vida cotidiana por cumplir (Castellana, et al., 2007).