

De acuerdo con *La paradoja de la elección: porque más es menos* (2004), del psicólogo Barry Schwartz, el tener a la disposición un sinfín de posibilidades hace que la persona tenga la intranquilidad de haber desechado muchas de atractivo bastante potente.

El resultado es ver algunas de las demás opciones después de la elegida. Pero el flujo interminable de información deviene en agotamiento, así como en una explotación eficaz de la atención de quien busca entretenimiento.

El *doom scrolling* es un neologismo que apareció al inicio de la pandemia por COVID-19, para definir la revisión de noticias alarmantes de manera compulsiva. Ahora se refiere en general al deslizamiento que hacemos con el dedo para desplazarnos en cualquier red social, el cual puede extenderse infinitamente, y es en este momento que aparece el consumo desmedido que acaba con buena parte del tiempo del usuario.

El objetivo está cumplido. Las interacciones sociales y la aprobación son una medida bastante poderosa que ha encumbrado redes sociales como Facebook o Twitter hasta dejarlas en el lugar en el que están. La red sucesora, TikTok, apuesta por un contenido mucho más veloz y corto, que aparece rápidamente para secuestrar la atención. Por su parte, el siguiente capítulo de las series en Netflix aparece después de apenas unos segundos porque las ganancias se incrementan conforme más tiempo se pasa en la red. Las descargas de dopamina que surgen de cada interacción, mantienen al usuario enganchado.

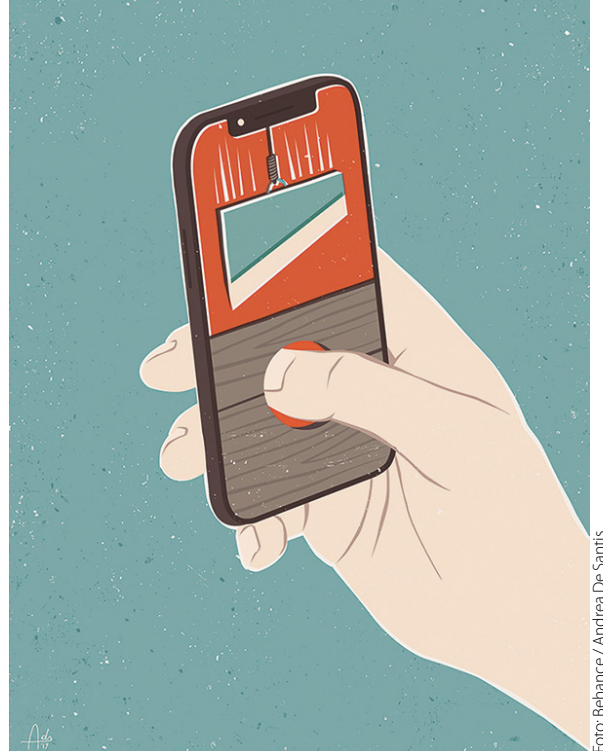


Foto: Behance / Andrea De Santis

El scrolling en las redes sociales está hecho para que el usuario se mantenga enganchado.

CONSUMO EN MENORES

Es importante señalar que el contenido sin una enseñanza y el mero entretenimiento son necesarios. Pero un consumo desmedido de los mismos puede afectar el desarrollo de los niños y la salud de los adultos. El déficit de atención en la infancia es uno de los daños causados por el consumo desenfrenado de contenidos, que también limita la capacidad de comprensión.



Foto: Behance / Dustin Dahlman



Foto: Behance / Dustin Dahlman