

# TELÉFONOS MÓVILES: RIESGOS PARA LA SALUD



Un estudio realizado por *Eric M. Lamberg* y *Lisa M. Muratori* en la universidad *Stony Brook*, Estados Unidos ha observado que las personas que van leyendo o escribiendo mensajes con sus teléfonos móviles mientras caminan modifican su dirección con mayor frecuencia en relación a los paseantes, digamos normales.

Habitualmente me muevo en bicicleta por la ciudad. Al principio solía ser muy cortés. Cuando veía a alguien pendiente de su teléfono móvil frenaba y me dirigía con un “disculpe”. Ahora me he cansado y muchas veces respondo con cierto desaire “fíjese por dónde anda”. Una de las observaciones que no dejan de sorprenderme (¡todavía hay cosas que me asombran!) es ver desde mi posición de ciclista urbano, a un grupo de personas esperando ante un semáforo mientras tienen su mirada fijada (o perdida) en sus teléfonos móviles. Cuando una inicia el paso, todas le siguen sin apenas levantar la vista. Es igual que los ñus en los documentales sobre África: uno inicia la carrera y la manada se pone en marcha, desbandada. Nadie sabe porque sucede así. En ocasiones contribuyo al despertar de los

“peatones digitalizados” haciendo sonar de modo intempestivo el timbre de mi bicicleta. Por un instante levantan la vista, yo paso con prudencia, pero de inmediato su mirada retorna a la pantalla del mal llamado “teléfono inteligente”.

Caminar distraído es más común entre la denominada “generación del milenio”, los que tienen entre dieciocho y treinta y tantos años. Las mujeres con edades superiores a 55 años son más propensas a sufrir lesiones graves por fractura de huesos tras caídas. La osteoporosis aumenta tras la menopausia; también se manifiesta en los hombres aunque en menor medida. Un estudio realizado en el año 2013 (Análisis y Prevención de Accidentes) dio cuenta que la asistencia a servicios de urgencia por lesiones derivadas de caídas de peatones distraídos por sus teléfonos móviles se duplicó entre los años 2004 y 2013; ¡y sigue aumentando! Y, en muchas ocasiones, se trata de lesiones importantes, tales como rotura de pelvis, fracturas vertebrales o traumatismos craneo-encefálicos.

En Estados Unidos el gobierno federal ofrece becas dotadas con hasta 2 millones de dólares para programas que logren reducir las lesiones por distracciones al caminar mientras se “gusapea”.

Los accidentes entre los caminantes distraídos digitalmente son variados, desde ser atropellados por ciclistas como yo, o vehículos, a caer por escaleras, tropezar con bordillos, empotrarse en un cristal o caer en una zanja.

Una encuesta reciente de la Academia Americana de Cirujanos Ortopédicos realizada en unas 6.000 personas, daba cuenta que el 74% afirmaba que “otras personas caminaban generalmente distraídas con sus teléfonos”, pero solo el 29% se consideraba involucrado; y tan solo un 46% estimaba peligroso su proceder.

Esta encuesta, realizada por *Ipsos Public Affairs* durante el pasado mes de octubre remarcaba que el porcentaje de quienes consideraban peligroso “caminar digitalmente distraído” aumentaba en función del tamaño de la ciudad. Incluso entre aquellos que son atendidos en servicios de urgencia tras un percance, continúan prestando más atención a sus teléfonos

móviles que a las explicaciones del equipo sanitario que los asiste.

Se estima que la visión periférica se reduce hasta un 10% mientras se están enviando mensajes o hablando por teléfono.

Todavía más: hay quien lleva cascos. Se bloquean así dos sentidos (vista y oído), de los cinco que nos regala la Naturaleza. Los tres restantes (gusto, olfato y tacto) no pueden suplirlos. Tal vez el último (tacto) nos haga tomar contacto dramáticamente con la realidad.

Zaragoza, 10 de diciembre de 2015

Dr. José Manuel López Tricas  
Farmacéutico especialista Farmacia Hospitalaria  
Farmacia Las Fuentes  
Florentino Ballesteros, 11-13  
50002 Zaragoza