

## Las pantallas y la multitarea

Por: Manuel I. Cabezas González. 09/03/2021

Antes de la llegada de la pandemia de la Covid, solía desplazarme periódicamente a la costa brava para confraternizar con unos viejos y queridos amigos y sus dos hijas. En una de mis últimas visitas, fui testigo de unos hechos, que me pusieron la mosca detrás de la oreja. Una mañana, nada más abandonar los brazos de Morfeo, la hija menor se instaló en el salón comedor delante de una enorme pantalla de televisión, por supuesto, encendida. Pero, entre ella y la tele, en su regazo, instaló su ordenador portátil con el fin de hacer un trabajo para la universidad. Y, a su diestra, dispuso, solícita, su “*smartphone*”.

Me quedé perplejo y asombrado ante tal despliegue y acumulación de pantallas. Esta narración-descripción refleja lo que es una situación de multitarea o “*multitasking*” (realizar simultáneamente varias tareas o acciones), tan común y corriente hoy entre los jóvenes y menos jóvenes. Esta vivencia personal me la hizo recordar la lectura del ensayo de **M. Desmurget**, “*La fabrique du crétin digital*”, donde el neurocientífico francés analiza este comportamiento de las nuevas generaciones.

### La pandemia de la multitarea

Ante la práctica generalizada de la multitarea, en un mundo plagado de pantallas, los “[todólogos](#)” o “expertos (?) mediáticos” pontifican, sin ningún fundamento científico y sin ningún rubor, que los jóvenes han cambiado y que su cerebro es muy diferente del de las generaciones más longevas: es más vivo, más rápido, está más adaptado a la desestructuración de los espacios digitales, es más capaz de gestionar en paralelo datos diferentes, es más competente para sintetizar grandes flujos de información, etc. Además, afirman que la organización neuronal de las nuevas generaciones se ha liberado y emancipado de la necesidad o limitación de realizar las tareas una tras otra.

Ahora bien, para los neurocientíficos, según **M. Desmurget**, este punto de vista es absurdo y carece de toda apoyatura científica. En efecto, tanto en los jóvenes como en las personas maduras, el cerebro humano es incapaz de hacer varias cosas al

mismo tiempo. Y si intenta hacerlas, perderá en precisión, exactitud y productividad. El cerebro humano no es un ordenador, ni un hombre orquesta y, cuando intenta hacer dos cosas al mismo tiempo, sólo sabe hacer juegos malabares, pasando de una a la otra. Ahora bien, el paso de una a la otra, por un lado, exige tiempo y energía; y, por el otro, hace que se cometan errores, omisiones y pérdidas de información. Y esto sucede porque la inversión cognitiva o intelectual debe ser repartida entre las distintas actividades y, en consecuencia, es sólo parcial. Por eso, las cosas que se intentan hacer simultáneamente tienen todas las papeletas para que no sean completamente satisfactorias ni perfectas.

En las situaciones de multitarea, precisa la neurociencia, la “*atención*” sobrevuela las actividades realizadas y la “*inversión cognitiva*”, como hemos subrayado, se debe distribuir entre las distintas cosas que hacemos. Por eso, la concentración no puede ser total, suele haber fallos y no se actúa según la filosofía de la “*calidad total*”: hacer las cosas bien la primera vez. Para **M. Desmurget**, la multitarea es un comportamiento contra natura, ya que el cerebro —que rige, planifica, organiza y manda a los distintos órganos del cuerpo— no está diseñado biológicamente para ello.

Un ejemplo que ilustra lo aseverado es el visionado de películas en versión original con subtítulos. Como uno tiene que leer los subtítulos, el cerebro focaliza su actividad en éstos, anulando o disminuyendo o poniendo en un segundo plano a los sentidos del oído y de la visión. Por eso, no es lo mismo ver una película en versión original con o sin subtítulos. Con subtítulos, se ve y se escucha menos y mal, precisamente porque la atención está desperdigada y porque nuestro cerebro no está diseñado para la multitarea. Esto es confirmado, como hemos apuntado [en otro lugar](#), por la distribución complementaria de las diferentes actividades diurnas y nocturnas (durante el sueño) realizadas por el cerebro, ante la imposibilidad de hacerlas al mismo tiempo.

A pesar de estas evidencias neurocientíficas sobre la multitarea, los jóvenes (y también las personas maduras) son adictos a ella tanto en su vida social como en sus estudios (cf., *ut supra*, el comportamiento de la hija de mis amigos de la Costa Brava). Incluso, en el mundo laboral, se intenta implantar la multitarea, a pesar de los muchos inconvenientes que inciden negativamente tanto en la productividad como en los trabajadores. En efecto, se produce una menor eficacia, un mayor riesgo de errores, un mayor estrés, un mayor riesgo de déficit de atención, una menor calidad de trabajo y, por consiguiente, un menor rendimiento o productividad.

Por eso, se puede aseverar que cuanto más se hace simultáneamente, peor se hace.

## Menos pantallas y menos multitareas

La hija de mis amigos de la Costa Brava como, en general, la mayoría de los jóvenes van de sobrados por la vida, sin darse cuenta de que se rigen sólo por el freudiano “*principio del placer*” inmediato (el clásico “*carpe diem*”) y no por el “*principio de realidad*”. Y, por otra parte, han olvidado o no han aprendido la enseñanza de esa píldora de sabiduría popular que reza así: “*quien mucho abarca poco aprieta*” (formulación, en español, del clásico “*divide et impera*”: divide tu inversión cognitiva en varias actividades y te dispersarás, perdiendo en precisión, eficiencia y eficacia).

© 2021 – Manuel I. Cabezas González

[www.honrad.blogspot.com](http://www.honrad.blogspot.com)

7 de marzo de 2021

Fotografía: Manuel I. Cabezas González

**Fecha de creación**

2021/03/09