

El 22 de septiembre de 2006, Reggie Shaw, de 19 años, se subió a su vehículo utilitario deportivo para dirigirse a un trabajo de pintura. Cogió una Pepsi en la gasolinera local y empezó a cruzar el paso de montaña entre Tremonton, Utah, su ciudad natal, y Logan, la ciudad al este, cerca de la frontera con Idaho.

Eran las 6:30 de la mañana y caía una lluvia helada. Justo detrás de Reggie estaba John Kaiserman, un herrador, que conducía un camión y un remolque que transportaba mil libras de herraduras y equipo. El Sr. Kaiserman se dio cuenta de que Reggie se desplazaba varias veces sobre la línea divisoria amarilla y pensó: Este tipo nos va a causar problemas a todos.

Reggie pasó por una gran cima y bajó una colina, viajando a unas 55 millas por hora cuando llegaba a un tramo llano. Volvió a cruzar la línea divisoria amarilla. Esta vez, chocó con un Saturn que iba en dirección contraria en la autopista de dos carriles. En el interior del Saturn había dos hombres, Jim Furfaro y Keith O'Dell, que iban al trabajo.

## **TRATANDO DE FRENAR EL ENVÍO DE MENSAJES DE TEXTO MIENTRAS SE CONDUCE:**

### **EDUCACIÓN PARA EL CONDUCTOR QUE ENVÍA MENSAJES DE TEXTO**

13 de septiembre de 2014, de The New York Times por Matt Richtel

El Saturn giró fuera de control y cruzó la carretera, detrás de Reggie, y fue golpeado de costado por el herrador. El Saturn se estrelló contra un barranco y el Sr. Furfaro y el Sr. O'Dell murieron.

A cien metros de la carretera, Reggie se detuvo, ileso, con su Chevrolet Tahoe prácticamente intacto. Se realizó una investigación y un procesamiento histórico. Los hechos demostraron que Reggie había estado enviando mensajes de texto: 11 mensajes enviados y recibidos en los minutos y segundos alrededor del accidente, tal vez justo en el momento del accidente, aunque durante más de dos años Reggie lo negó.

Además de un intenso drama humano y jurídico, de este caso histórico surgió algo más: un viaje científico de los fiscales, que incluyó el testimonio de un investigador que empezó a responder una pregunta crucial en la era digital: cuando Reggie enviaba mensajes de texto, ¿qué pasaba dentro de su cerebro?

Imagínate a un ancestro prehistórico encendiendo un fuego. Este acto de supervivencia requiere una enorme concentración. Utiliza la parte más avanzada del cerebro, la corteza prefrontal, que se encuentra en la parte delantera de la cabeza. Es el núcleo de la toma de decisiones de alto nivel, nuestro "control ejecutivo", que es crucial en tantas empresas humanas, desde el arte hasta la arquitectura.

Y está bajo el ataque constante de las partes más primitivas del cerebro. Esas partes nos alertan de una oportunidad o una amenaza grave. Por ejemplo, imagina que el antiguo antepasado oye un ruido y que estas regiones primitivas le envían una señal: Gira y mira. Es un león. ¡Corre!

Existe un preciado equilibrio entre estas regiones cerebrales: nuestras redes de "atención descendente" que nos permiten concentrarnos y nuestras redes de "atención ascendente" que pueden cooptar la atención o redirigirnos a estímulos más urgentes. Los científicos afirman que, en la era digital, el equilibrio puede estar seriamente dañado.

Cuando suena el teléfono o llega un mensaje de texto, el sonido puede ser tan urgente como el de un león en la maleza, e igual de difícil de ignorar. ¿Es tu cónyuge? ¿Tu jefe? ¿Una nueva oportunidad de negocios? El cableado cerebral primitivo te obliga a responder. ¿Pero qué pasa si estás conduciendo, como Reggie?

Mucha de la información que llega es insignificante, incluso una molestia, como el spam. ¿No haría eso que la gente aprendiera a ignorarlo? Contra toda lógica, ocurre justo lo contrario. El hecho de que la información tenga un valor variable aumenta su magnetismo. Esto se debe a que crea un señuelo llamado refuerzo intermitente, una poderosa atracción que viene con la incertidumbre de la recompensa. Es lo mismo que hace que una rata en una jaula presione repetidamente una palanca cuando no está segura de qué presión le traerá la siguiente entrega de comida. Presiona una y otra vez, igual que hacemos nosotros para abrir nuestros programas de texto o de correo electrónico.

"Lo que ocurre, en esencia, es que estás constantemente echando una ojeada a tus textos y tu correo electrónico porque de vez en cuando vas a recibir uno bueno y no puedes predecir cuándo será", dice David Greenfield, psicólogo y profesor adjunto de la Facultad de Medicina de la Universidad de Connecticut, donde imparte una clase sobre adicción a Internet. Compara Internet con una máquina tragamonedas, y añade: "Por eso Facebook es tan popular. Es el hecho de que es dinámico y novedoso, y cambia constantemente".

La idea de que el uso de la tecnología afecta al cerebro está respaldada por una corriente creciente de la neurociencia. Varios estudios demuestran que cuando las personas juegan a videojuegos o utilizan Internet, muestran cambios en los niveles de dopamina, un neuroquímico asociado al placer, similares a los cambios en el cerebro de los drogadictos. Cuando se pulsa "enviar" o se presiona una letra en el teclado, se produce un cambio en la pantalla, aparece una imagen o se abre un correo electrónico, y se recibe un pequeño chorro de dopamina, dice el Dr. Greenfield, una especie de avalancha de adrenalina. Si lo haces una y otra vez, te condiciona a la avalancha, y en su ausencia te sientes aburrido.

"En cierto modo es un narcótico", dice.

Eso no significa que los dispositivos electrónicos sean clásicamente adictivos; por el contrario, muchos investigadores afirman que estos dispositivos tienen propiedades adictivas y crean hábito, pero que se necesita más investigación antes de considerarlos adictivos del modo en que pueden serlo, por ejemplo, las drogas. Los científicos están más de acuerdo en que los riesgos son mayores para los jóvenes, cuyos lóbulos frontales están menos desarrollados y, por tanto, son menos capaces de defenderse del llamado del teléfono que llega desde la parte más primitiva del cerebro.

Pero incluso para los adultos, los dispositivos apelan a impulsos sociales tan primarios que pueden ser abrumadores.

"El teléfono móvil, y otras tecnologías similares, satisfacen una profunda necesidad de conexión social con una mayor facilidad y un mayor perjuicio potencial para la misma, del mismo modo que una máquina expendedora que está justo al final del pasillo juega con nuestra necesidad de calorías", dice el doctor. Nicholas A. Christakis, médico y profesor de ciencias sociales y naturales en Yale; es un experto en el uso de las redes sociales a través del tiempo.

Para algunos investigadores, parece un proceso de secuestro neurológico, la toma de posesión de nuestro proceso de toma de decisiones.

"Cuando el teléfono suena, se desencadena toda una red social de recompensas", dice David Strayer, psicólogo de la Universidad de Utah que estudia la distracción de los conductores. "Y desencadena una respuesta de orientación que se ha incorporado a nosotros desde la época de los cazadores-recolectores. Había que prestar atención para sobrevivir. Si no prestas atención, te comen los leones. Estamos programados de esa manera, no importa lo que queramos hacer. Es extremadamente difícil apagar esas cosas. Está en nuestro ADN".

Así que tal vez, en aquella fatídica mañana de septiembre de 2006, las partes del cerebro de Reggie estaban en guerra; su asediada corteza prefrontal intentaba concentrarse en la carretera -en la oscuridad y la lluvia- mientras las partes abyectas de su cerebro le llamaban al teléfono.

¿Era una excusa?

Ciertamente no para Reggie. De hecho, tras años de mentiras y negación, se convirtió en la última persona en perdonarse a sí mismo. Cuanto más aprendía sobre la ciencia y veía las demás pruebas, más se transformaba en un fanático contra el uso de teléfonos al volante.

"Me llamo Reggie Shaw".

El cavernoso auditorio del instituto Box Elder de Brigham City (Utah) parecía que podía tragarse a Reggie, que estaba solo en el escenario. Llevaba un micrófono en la mano derecha y usaba corbata. Era la primavera de 2013, siete años después del accidente en el que murieron dos hombres. "Voy a contarles una historia", dijo.

Lo ha contado decenas de veces, prácticamente cada vez que alguien se lo pide, a escuelas y grupos de atletas profesionales, a Oprah y a responsables de políticas y legisladores. Nunca deja de ser cruda o conmovedora. Cuenta cómo era un niño normal, se creía invencible, jugaba al fútbol y al baloncesto, cómo se levantó una mañana para ir a un trabajo de pintura. Cuenta el accidente. Habla de su paso por la cárcel, de su terror entre delincuentes violentos y de cómo, aún así, habría vivido toda una vida allí para devolverles la vida a Jim Furfaro y Keith O'Dell.

"Estoy aquí por una razón. Es para que me miren", Reggie contuvo las lágrimas, "y digan: 'No quiero ser ese tipo'".

En gran medida, lo que hizo que Reggie admitiera lo que había hecho fue la ciencia. En una audiencia previa al juicio celebrada en diciembre de 2008, pocas semanas antes de que se le imputaran cargos de homicidio por negligencia, Reggie escuchó el testimonio de un experto, el Dr. Strayer. Reggie se dio cuenta de lo que ya no podía negar: que había estado tan distraído con su aparato que no sólo había cruzado la línea divisoria amarilla, sino que ni siquiera había podido percibir la situación con precisión. Se declaró culpable de dos cargos de homicidio por negligencia que fueron eliminados de su expediente después de que cumpliera su condena, incluyendo el cumplimiento de 18 días de cárcel y la realización de servicios comunitarios.

La distracción por la tecnología es un problema que, según los científicos, se da en muchos aspectos de la vida; no sólo al volante, sino también en el trabajo y en casa. En un abrir y cerrar de ojos, los dispositivos diseñados para convertirse en herramientas de productividad pueden, de hecho, esclavizarnos y volverse decididamente contraproducentes, incluso mortales.

Reggie muestra los costos más extremos. Pero, por otro lado, ha sufrido una transformación notable.

Don Linton, el fiscal que llevó el caso contra Reggie en el condado de Cache (Utah), señala: "Nunca he visto a nadie intentar redimirse tanto como Reggie Shaw. Punto. Fin de la historia". El juez, Thomas Willmore, dice: "Ha hecho más por el cambio que nadie que haya visto".

Al mismo tiempo, Reggie es, en muchos aspectos, común. Eso también lo respalda la neurociencia. Años después del accidente, se sometió a una resonancia magnética de su cerebro y a otras pruebas para ver si estaba más predispuesto a la distracción que la mayoría. No, los neurocientíficos descubrieron que sus redes atencionales y su predisposición a la distracción no eran atípicas, ni mucho menos.

En el auditorio de Brigham City, les pidió a los estudiantes que se comprometieran a guardar sus teléfonos móviles mientras conducían. "Tengan en cuenta", dijo, "que ustedes y yo no somos diferentes".

Esta es una adaptación de "A Deadly Wandering: A Tale of Tragedy and Redemption in the Age of Attention", de Matt Richtel, que será publicado por William Morrow, una editorial de HarperCollins Publishers, en septiembre de 2014.

Esta noticia procede de: The New York Times <http://www.nytimes.com/2014/09/14/business/a-texting-drivers-education.html>