

**LOS PELIGROS DE LA ADICCIÓN A LA RED**

El ensayo autobiográfico *'Desconexión'*, de Roisin Kiberd, es el último en sumarse a una extensa lista de libros escritos por mujeres que revelan el lado oscuro de internet, fuente de insatisfacción, trastornos y problemas para muchas personas.

# La tristeza del 'scroll' infinito

LETICIA BLANCO  
Barcelona

Roisin Kiberd nació en Dublín el mismo año y mes que el internet que conocemos: en marzo de 1989, cuando un ingeniero llamado Tim Berners-Lee le presentó a sus jefes del CERN la propuesta de un nuevo sistema de «gestión de la información». Desde entonces, internet y las redes sociales han transformado la economía, el planeta y la conducta humana hasta límites insospechables. También la vida de Kiberd, que en *Desconexión* (Alpha Decay) narra su particular descenso a los infiernos en forma de crisis de ansiedad, trastorno alimentario y adicción a la red que la llevaron a un intento de suicidio. «Estaba anestesiada. Estaba pegada a una pantalla y, detrás de esa pantalla, me sentía atrapada dentro de un cuerpo que no parecía muy lejos de la extenuación».

Como casi todos los nacidos a partir de la segunda mitad de los 80, Kiberd creció en paralelo a internet: pasó su infancia jugando con un enorme PC de monitor blanco cuadrado, tenía 12 cuando le regalaron su primer Nokia 8210 (al

que por supuesto se enganchó) y sobrevivió a la adolescencia entre Flickr y MySpace. Para cuando se abrió su primer blog en LiveJournal, ya había empezado a coquetear con la anorexia.

Sus años universitarios coincidieron con el desembarco de Facebook en Cambridge y su entrada en el mundo laboral como periodista especializada en subculturas *online* sucedió en aquella época (no demasiado lejana) en la que tuitear y trabajar hasta la extenuación, sin horarios, con el fin de construir una «marca personal» era el objetivo de toda una generación.

«Tardé un poco en darme cuenta de que internet se había comido mi vida», confiesa en el libro. «A veces pienso que he pasado una parte tan sustancial de mi vida en las redes que en realidad fui educada por internet. He olvidado dónde están los límites, dónde termina la tecnología y dónde empiezo yo. ¿Soy una mutante?», se pregunta en *Desconexión*, una fascinante colección de ensayos autobiográficos, el enésimo ejemplo de una tendencia literaria en ascenso en los últimos tiempos y de marcado carácter femenino: la revelación del lado oscuro de internet.



Una joven mira el móvil por la calle.

Las memorias de Kiberd coinciden con la publicación de otro libro fundamental para entender la epidemia de ansiedad y tristeza generada por las redes sociales. Está escrito por Frances Haugen, una alta

directiva de Facebook que en 2021 decidió filtrar al *Wall Street Journal* 22.000 documentos secretos que demuestran lo que a estas alturas todo el mundo sabe: que los productos de Meta (Facebook, Insta-

gram, Whatsapp) son perjudiciales para niños y adolescentes, avivan el sectarismo y dañan la democracia.

Deusto acaba de lanzar *La verdad sobre Facebook*, donde alerta del peligro de que una aplicación que tiene una influencia tan salvaje en la vida de miles de millones de personas (2.960 millones de usuarios) no comparta sus algoritmos cuando su poder es mayor que el de muchos estados.

## «Capitalismo de vigilancia»

En el libro, Haugen pronostica que Zuckerberg acabará en la cárcel si no se aparta de Facebook y pide un movimiento *Liberad a Mark* al estilo *Free Britney*: asegura que Zuckerberg, millonario desde los 19 años, vive aislado del mundo real, bunkerizado por un entorno que le manipula para seguir optimizando beneficios sin tener en cuenta la crisis de salud mental de los adolescentes de medio planeta, el déficit de atención generalizado y la alta polarización política.

La expresión «capitalismo de vigilancia», hoy plenamente integrada en la conversación, cumple una década: la acuñó la filósofa Shoshana Zuboff, profesora en Harvard y teórica de esta nueva era



**PATRICIA LOCKWOOD**



'Poco se habla de esto'



**ANNA WIENER**



'Valle inquietante'



**ROISIN KIBERD**



'Desconexión'



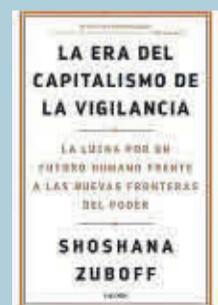
**FRANCES HAUGEN**



'La verdad sobre Facebook'



**SHOSHANA ZUBOFF**



'La era del capitalismo de la vigilancia'

El Periódico