



**Crítica**

**David Bueno**

@DavidBueno33

# L'ULL PANTALLA

**L** "La pantalla. L'ull-pantalla. L'ull (el nostre ull) incapaç de sostreure's al domini de la pantalla."

(Mostra virtual de poemes-pantalla, Fundació Joan Brossa.)

Les pantalles en encerclen, incansables. I, al mateix temps, les necessitem. Pràcticament, qualsevol cosa que hàgim de fer, gairebé tots els tràmits administratius i moltes hores d'oci passen al voltant d'una pantalla. Fins i tot sovint prioritzem la pantalla a l'hora de socialitzar. Fer un tomb amb els amics i amigues, quedar per prendre un refresc o un cafè són sovint substituïts per un xat. Pantalles fredes capaces de generar escalf. O és només un miratge? Telèfons intel·ligents, tauletes, ordinadors... Els infants i els adolescents, amb un cervell molt plàstic i influenciable, també estan envoltats de pantalles. "L'ull-pantalla incapaç de sostreure's del seu domini." Com els afecta? Nombrosos treballs científics indiquen que l'ús abusiu de la tecnologia digital a la infantesa i l'adolescència pot alterar determinades connexions neuronals, incrementar la impulsivitat i modificar els processos reflexius i de gestió emocional.

De vegades es diu que els adults, nascuts i educats en un entorn analògic, som migrants digitals, i les noves generacions d'infants i adolescents, nadius digitals. Però també són orfes digitals, atès que els adults no hem sabut conduir-los per un món digitalitzat. Aquest mes us vull suggerir un llibre destinat als preadolescents, que també pot ser molt útil per als infants i els adolescents, i per als adults: *Pantalles. Guia pràctica per saber navegar entre pantalles*.

Creat per David Bassa, especialitzat en narrativa transmèdia i actualment director de documentals de TVC, i Marta Narberhaus, especialista en educació mediàtica i professora de comunicació a la UIC, expli-



## PANTALLES

**Autors:** David Bassa i Marta Narberhaus (amb il·lustracions de Kim Amate)

**Editorial:** Bindi Books (2023)

**Pàgines:** 96

**Preu:** 15,95 euros



Telèfons intel·ligents, tauletes, ordinadors... Estem envoltats de pantalles

## L'ús abusiu de la tecnologia digital durant la infantesa i l'adolescència pot alterar determinades connexions neuronals

ca, amb un llenguatge adequat als infants i adolescents, i amb unes magnífiques il·lustracions de Kim Amate, tot el que les noves generacions haurien de saber per aprofitar les oportunitats de la tecnologia digital amb responsabilitat i de manera conscient: els riscos socials i de salut del seu abús; com autolimitar l'estona que les fem servir; què implica la identitat i la pet-

jada digital; de quina manera es poden generar situacions d'assetjament, com les podem prevenir i detectar i què hem de fer si es produeixen, o com fer una bona gestió de les xarxes socials, entre molts altres aspectes imprescindibles per poder aprendre a navegar amb responsabilitat i sense risc de naufragar.

*Pantalles* forma part d'una col·lecció de Bindi Books l'objectiu de la qual és contribuir a una infantesa i una adolescència més sanes i empoderades en tots els aspectes. Inclou altres títols com *Fake news. Que no ens enganyin*, i *Emocions a dojo. Guia pràctica per viure les emocions amb el cor i el cervell*. Uns llibres perquè els adults acompanyem els fills i filles o els nostres estudiants en la descoberta de les complexitats del món actual. I, si el voleu complementar, us suggereixo *La família en digital*, de Jordi Jubany, publicat el 2016 per Eumo, però que segueix sent d'una vigència indiscutible.