9 de abril de 2026 · Acerca de...

El juicio que confirma lo que ya sabemos: Las redes sociales digitales fueron diseñadas para la adicción.





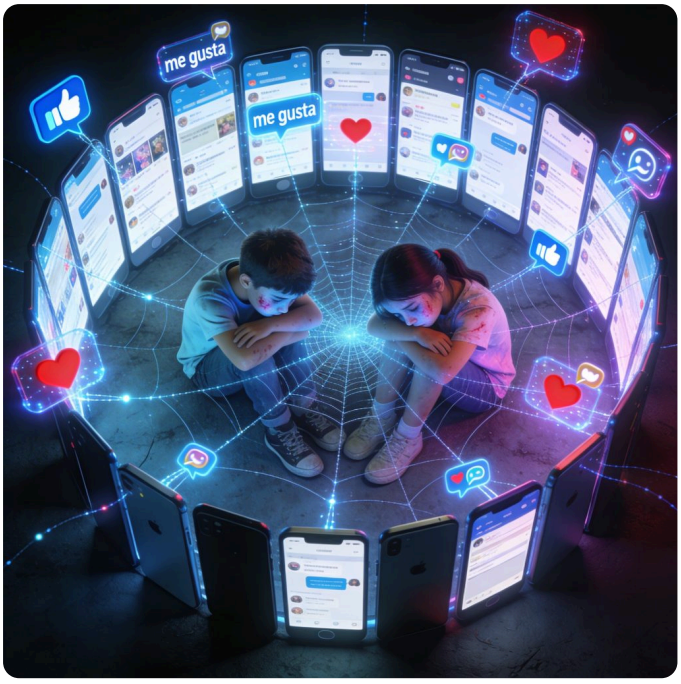
Por Emiliano Francisco Leal Sorriente.

Hace unos días, un jurado en Los Ángeles declaró culpables a Meta (Instagram) y YouTube de haber diseñado deliberadamente mecanismos para generar adicción en menores de edad. No fue un accidente de diseño ni un efecto secundario no previsto. Fue una decisión consciente de ingeniería para maximizar el tiempo que los jóvenes pasan dentro de sus plataformas (Porcel, 2026).

La situación quedó en evidencia ante los jurados estadounidenses con el caso de Kaley, una joven de 20 años que comenzó a usar YouTube cuando apenas tenía 6, e Instagram a los 9, y que llegó a pasar más de 16 horas diarias en estas plataformas. El resultado fue ansiedad, dismorfia corporal y pensamientos suicidas, entre otras dificultades. Y lo que el juicio deja claro es que no es flojera ni falta de interés, no es que "los jóvenes de ahora sean diferentes". Es que se exponen, todos los días, a sistemas diseñados por ingenieros de Silicon Valley cuyo trabajo consiste exactamente en que no puedan soltar el teléfono, aún sabiendo que eso podría ser perjudicial para niños, niñas y jóvenes (Duffy, 2026).

Lo que ya veíamos en el aula tiene un nombre

Quienes trabajamos en educación llevamos años notando algo que cuesta trabajo explicar en juntas y reuniones: los jóvenes hoy tienen muchas dificultades para sostener la atención y para mantenerse motivados, algo que hace unas generaciones no era tan común. Hoy parece que nos scrollean como si fuéramos una red social, si a los dos segundos no les interesa lo que dijiste, los perdiste. La falta de concentración que muchos docentes comentamos en los pasillos, esa dificultad para continuar en una tarea por más de unos minutos, esa urgencia de revisar el celular, esa incapacidad de tolerar el aburrimiento, estaría directamente relacionada con el uso intensivo de plataformas diseñadas para fragmentar la atención. La madre de Kaley lo describió así durante el juicio: "Creo que las redes, su adicción a las redes, han cambiado el modo en que funciona su cerebro (...) No tiene memoria a largo plazo" (Porcel, 2026).

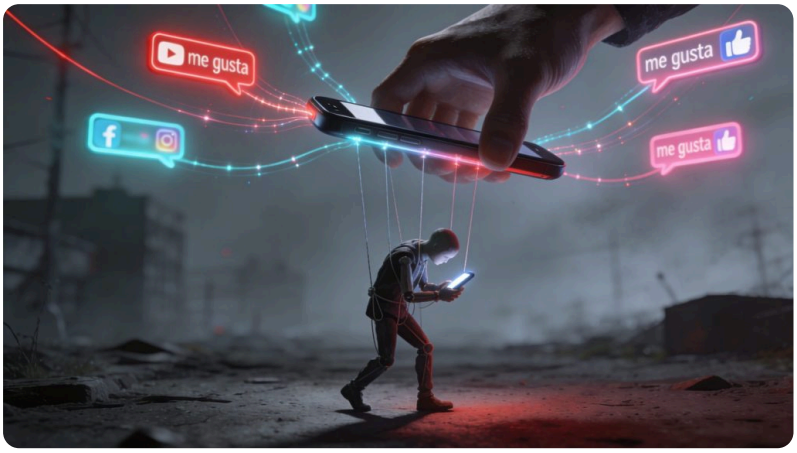


Según la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH 2024), los adolescentes mexicanos de 12 a 17 años pasan en promedio 4.7 horas diarias conectados a internet, y el segundo uso más frecuente, después de comunicarse, justamente es acceder a redes sociales (INEGI, 2025). Casi cinco horas al día de estímulos constantes, notificaciones y gratificación inmediata, porque el sistema está diseñado para generar dopamina instantánea con poco esfuerzo (Pérez, 2026). Y luego les pedimos que lean un texto largo o resuelvan un problema que tarda veinte minutos. Claro que el aprendizaje también genera dopamina, pero tarda mucho más. Y sabemos que el cerebro, cuando tiene opciones, elige el camino más rápido.

Este caso es importante, porque apunta directamente a algo que muchos intuíamos pero que ahora se reconoce desde un tribunal: no es que los estudiantes no quieran aprender, no es que estén desmotivados o aburridos por naturaleza. Es que el entorno digital en el que viven fue construido para que su cerebro espere recompensas rápidas, con mil alternativas que se adaptan exactamente a lo que les gusta, y con un algoritmo que les entrega lo que quieren sin necesidad de mucho esfuerzo, sin que haya que buscar mucho, o sin que haya que esperar.

Más de lo que pensábamos

El resultado de este juicio deja en evidencia que no estamos hablando de un caso aislado. Estamos hablando de un modelo de negocio que, según el propio jurado, sabía que podía causar daño a menores, y no le importó (Pérez, 2026). TikTok y Snapchat también estaban en la demanda, pero lograron llegar a acuerdos extrajudiciales antes de que comenzara el juicio. Sin embargo, quedan más de mil 600 casos similares pendientes en las cortes de Estados Unidos (AFP et al., 2026).

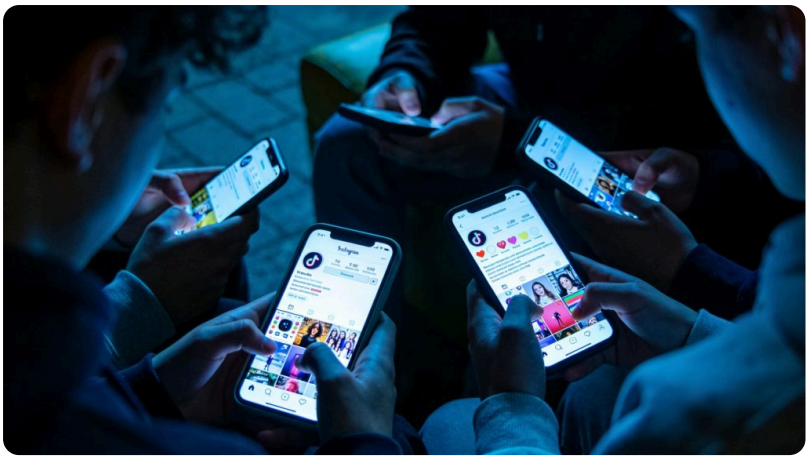


Estos casos se han comparado con los juicios contra las tabacaleras en los años 90, cuando se demostró que las empresas sabían que el cigarro causa cáncer y lo ocultaron durante décadas (Porcel, 2026). ¿Hace cuánto tiempo que estas plataformas tenían certeza de que podían causar daño en los jóvenes y decidieron no hacer nada? Seguramente mucho, y quizá también tarden bastante y cuánto tiempo más va a pasar antes de que eso se traduzca en cambios reales.

Y nosotros ¿qué hacemos desde la educación?

Este fallo nos obliga, a quienes trabajamos en educación, a dejar de tratar el tema de las redes sociales como un problema disciplinario o de "uso responsable" y empezar a verlo como lo

que es: un problema de fondo que afecta directamente cómo aprenden nuestros estudiantes, pero también un problema mental y de adicción.



También nos obliga a exigir que las autoridades actúen para proteger a las infancias y juventudes. En varios países se ha aprobado ya, o se están discutiendo, leyes para limitar de manera real el acceso de menores de edad a redes sociales y dispositivos electrónicos. Sin embargo, Amnistía Internacional calificó el veredicto como un momento histórico que reconoce el daño causado por los gigantes tecnológicos, y enfatizó que, en lugar de recurrir únicamente a prohibiciones de acceso para los menores, la única vía para lograr entornos digitales verdaderamente seguros es que los Estados exijan a las empresas una revisión profunda desde la raíz, que eliminen estas características dañinas y adictivas de sus plataformas (Guevara Rosas, 2026).

Pero también es importante que hablemos de esto con nuestros estudiantes, promover el pensamiento crítico a través del cuestionamiento de lo que estas empresas hacen con el fin de generar más ingresos, sin importar el daño que pueden causar. Y entender que al final el recurso más valioso que tenemos, nuestro tiempo, es lo que regularmente nos quitan estas plataformas. Pero esas conversaciones tienen que pasar en las escuelas, en las juntas con padres y en las salas de maestros, todo el tiempo, no sólo cuando aparece una noticia como esta.

Referencias

AFP, The Independent, AP y Reuters. (2026, 25 de marzo). Histórico: Meta y YouTube, responsables de adicción a redes sociales, determina un jurado. *La Jornada*. https://www.jornada.com.mx/noticia/2026/03/25/mundo/historico-meta-y-youtube-responsables-de-adiccion-a-redes-sociales

Duffy, C. (2026, 25 de marzo). Un jurado declara responsables a Meta y YouTube en un juicio por adicción en redes sociales. *CNN en Español*. https://cnnespanol.cnn.com/2026/03/25/ciencia/jurado-responsables-meta-youtube-adiccion-trax

Guevara Rosas, E. (2026, 25 de marzo). Estados Unidos: El veredicto pionero contra YouTube y Meta debe abrir el camino a cambios que garanticen la seguridad online. *Amnistía Internacional*. https://www.amnesty.org/es/latest/news/2026/03/usa-landmark-youtube-and-meta-social-media-ruling-must-lead-to-design-changes-to-guarantee-online-safety/

INEGI. (2025). *Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH) 2024*. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2025/endutih/ENDUTIH_24_RR.pdf

Pérez, W. S. (2026, 31 de marzo). Qué sabemos de los fallos contra Meta y YouTube por diseños adictivos y explotación sexual que afectan a niños. *Factchequeado*. https://factchequeado.com/teexplicamos/20260331/meta-youtube-adiccion-fallo-ninos-redes-sociales/

Porcel, M. (2026, 25 de marzo). Meta y YouTube pierden el juicio sobre la adicción de los menores a redes sociales y son declaradas "negligentes". *El País*. https://elpais.com/tecnologia/2026-03-25/meta-y-youtube-pierden-el-juicio-sobre-la-adiccion-de-los-menores-a-redes-sociales-y-son-declaradas-negligentes.html

Imágenes: Generadas con Perplexity.AI