



Pocos saben que, para realizar estas caricaturas, las máquinas que respaldan la inteligencia artificial consumen muchísima energía eléctrica, además de muchos litros de agua para enfriarlas, que no siempre es agua tratada, por lo que pueden llegar a ser un peligro para el bienestar de la humanidad y generar un impacto muy negativo en el medio ambiente. La Iglesia nos pide que tengamos cuidado de la casa común y, en la Pastoral Social, hay una dimensión que se dedica a eso.

Nosotros, como ciudadanos y como católicos, debemos apoyar todas las iniciativas que vayan encaminadas a cuidar la naturaleza y el medio ambiente, y no apoyar todo aquello que consuma en exceso recursos naturales. Si para nosotros no es tan claro esto del funcionamiento de la inteligencia artificial, menos lo es para nuestros hijos, por lo que debemos educarlos para que hagan un uso responsable de la tecnología y así se cuide el medio ambiente.

Por eso, aquí te dejo mis *5 Tips* para lograrlo.

PRIMERO. Pon horarios de uso de los aparatos tecnológicos. Es necesario que nuestros hijos sepan que no pueden usar los aparatos electrónicos a toda hora, tanto por formación como por economía y por el cuidado del medio ambiente. Mientras más horas estén prendidos los aparatos, más se gastan los recursos naturales, como el agua, que genera la electricidad que nos permite usar estos aparatos. Pero no creamos que nos referimos solo a los aparatos más grandes; un simple foco de luz también colabora a que se gaste de más. Por eso es necesario hacer conciencia de que hay horarios para todo y también para el uso de los aparatos electrónicos. Para los niños pequeños, con una o dos horas al día es más que suficiente. Cuando, además de jugar, hacen tarea en ellos, se puede agregar una o dos horas más, pero no a diario, sino cuando es necesario por la carga de trabajo. Es bueno que desde pequeños se acostumbren a hacer buen uso del tiempo.

SEGUNDO. Enséñalos a que no todo lo que está de moda es indispensable para ellos. A veces la sociedad nos condiciona con algunos trendings, poniendo de moda cosas que a nuestros hijos o a nosotros no se nos hubieran ocurrido. Esto pasa tanto en los juegos como en algunos retos que, por las redes sociales, se van

poniendo de moda, etc. También pasa con la tecnología y los aparatos electrónicos. Nuestros hijos pueden querer tener el videojuego más moderno o la versión de celular más actual, pero no siempre es lo que podemos, y mucho menos lo que en verdad necesitan. Si cambiamos cada año los dispositivos, generamos una cantidad excesiva de basura y esto afecta a la naturaleza. Por eso, siempre es mejor que tengamos solo lo que necesitamos y, después, cuando tengamos que cambiar los aparatos, los donemos para que los que no tienen los mismos recursos que nosotros los puedan tener. Debemos recordar que nuestros hijos pequeños no tienen conciencia de todo esto, por eso es necesario que aprendan de nosotros y que seamos nosotros quienes les ayudemos a regular el uso de la tecnología y el subirse a las modas o tendencias.

TERCERO. Si no usas los aparatos, apágalos. Muchas veces pasa que nuestros hijos están jugando videojuegos y se distraen con otra cosa y los dejan prendidos por horas, sin darse cuenta de que esto afecta a nuestra economía y también al medio ambiente, ya que provoca que se genere más electricidad a costa del agua, que es vital para nosotros. Siempre es más fácil dejar prendido algo que estamos usando y que consideramos que no vamos a tardar en regresar, pero es mejor que nos acostumbremos a suspender los aparatos. También es bueno que los acostumbremos a apagar las luces cuando salgan de un espacio, aunque digan que van a regresar pronto, así no corren el riesgo de que se tarden y se quede prendida por varias horas.

CUARTO. Fomenta el pensamiento crítico. Al principio es necesario que nosotros les digamos lo que está bien y lo que está mal, pero, conforme pasa el tiempo y nuestros hijos van creciendo, es necesario que se les forme el pensamiento crítico para que ellos puedan discernir y tomar sus propias decisiones. Para esto hay actividades muy sencillas que pueden realizar desde pequeños, como que les propongamos opciones de vestimenta y que ellos decidan cuál se van a poner. También es bueno que, cuando puedan escoger qué quieren de postre, los dejemos que ellos lo hagan para que sepan tomar decisiones pequeñas que les ayuden después a tomar las grandes. Por otro lado, aunque al principio debemos hablar con ellos para decirles lo que está bien y lo que está mal, después, conforme van creciendo, es bueno que antes les preguntemos qué piensan ellos, para que se vayan formando este pensamiento crítico con eventos controlados y con nuestro respaldo. Es claro que hay adultos que no pueden con esto y es porque, de pequeños, sus papás no les enseñaron a tener pensamiento crítico.

QUINTO. Predica con el ejemplo. Todo esto es un proceso y, como tal, requiere de tiempo y paciencia, pero sobre todo requiere de nuestro ejemplo, ya que nuestros hijos están aprendiendo cómo comportarse y cómo reaccionar ante las cuestiones que la vida les va poniendo enfrente. Nuestro ejemplo debe ser coherente con lo que les decimos, debe ser claro y les debe animar a ser mejores cada día. Con esto no digo que no tengamos errores, pero hasta de ellos podemos aprender y sacar cosas positivas para la educación de nuestros hijos. Así que, si nosotros éramos de los que dejaban los aparatos o la luz prendida sin conciencia, a partir de ahora

podemos hablar con nuestros hijos y decirles que aprendimos que la naturaleza sufre las consecuencias de dejar los aparatos prendidos, por lo que ya no lo haremos así. Siempre podemos hacer nuevos hábitos, y es mejor que nuestros hijos lo sepan para que vean que todo es posible si ponemos nuestro empeño en ello y buscamos el Bien Común. Y claro, siempre con la ayuda de Dios.