

MANIFIESTO INTERNACIONAL POR EL DERECHO UNIVERSAL Y CONSTITUCIONAL A NO CONECTARSE

No somos ni tecnófobos ni tecnólatras. Solo queremos tener la libertad de usar o no Internet para gestionar nuestro día a día. Queremos poder hablar con funcionarios o personal técnico competente en lugar de depender de una «aplicación», un «chat», un «chatbot» o el robot de una plataforma telefónica que, a menudo, no entiende nuestra pregunta. Muchas personas pierden el beneficio de sus derechos por desanimarse ante la falsa «simplificación» de los trámites administrativos conectados.

La conexión debe ser una opción, no una obligación.

Cada año, el dominio de las nuevas tecnologías digitales se expande y, al mismo tiempo, las relaciones humanas se ven afectadas. La obsolescencia de nuestra humanidad [tal y como la conocemos] está programada. La generalización del GPS ha reducido nuestro sentido de la orientación, las enciclopedias en línea disminuyen nuestra capacidad de memorización, la enseñanza a través de pantallas reduce el rendimiento escolar (según el informe PISA de la OCDE) y la inteligencia artificial generativa o sintética corre el riesgo de hacernos innecesarios al decidir todo por nosotros. Las perspectivas del Internet de las cosas y de los cuerpos (IoT e IoB), así como los proyectos transhumanistas de una humanidad «aumentada», no son nada tranquilizadoras. **Poco a poco nos estamos convirtiendo en «carne de datos» y se nos rastrea como si fuéramos mercancías o animales.** Cualquier excusa es válida (seguridad, pandemia, terrorismo, pederastia...) para justificar el incremento de la nuestra vigilancia digital. La generalización de los archivos digitales destinados a centralizar todos nuestros datos más personales es motivo de preocupación. El pasaporte biométrico y la cartera europea de identidad digital abren la puerta a nuevas formas totalitarias. **¿No nos está aprisionando la red digital?** Además, **cualquier sistema interconectado, único y obligatorio, no solo es liberticida, sino también vulnerable en un momento en el que aumentan las agresiones externas e internas de Estados extranjeros malintencionados y de mafias y hackers malintencionados.**

A menudo se requiere conexión a Internet a diario para trabajar a distancia, recibir un paquete, enviar una carta, abrir la puerta de un edificio, realizar una operación bancaria, concertar una cita médica o con los servicios públicos. Actualmente se está llevando a cabo la eliminación de los billetes de tren, el fin de los tickets de caja y la llegada de la moneda digital, lo que conlleva el envío de una gran cantidad de información, falsamente calificada de «desmaterializada», a centros de datos que consumen mucha energía, ocupan demasiada superficie agrícola y agua, y están situados en varios continentes. **La propaganda contra el papel** ha condicionado tanto nuestras mentes que creemos de buena fe que estamos haciendo algo mejor por el planeta al recibir un aluvión de publicidad por Internet y ser redirigidos automáticamente a plataformas, olvidando la enorme huella ecológica que deja la fabricación y el funcionamiento de herramientas digitales. El papel se puede reciclar seis veces, mientras que un teléfono inteligente es prácticamente irrecuperable. Queremos poder conservar el dinero físico, los cheques, los billetes de tren, las entradas de cine, los libros de texto y los pasaportes... en papel. Queremos preservar el uso milenario del libro y del documento en papel, que ha sido la base de nuestras civilizaciones, y queremos conservar el contacto humano. **Queremos poder mantener una vida social real que no dependa de teléfonos inteligentes.**

Con el pretexto de la comodidad y en nombre del «Progreso», el mercado, que solo busca la optimización de los beneficios a corto plazo y no tiene en cuenta la vulnerabilidad demostrada de los niños, impulsa la innovación tecnológica (como el 5G y, próximamente, el 6G) e incita a los

clientes **a una conexión permanente, manipuladora y adictiva**. ¡Incluso se llega a afirmar, con cinismo o ingenuidad, que es la forma de regular así la «transición ecológica»! Esta sociedad de conexión total, de asistencia y control electrónico generalizados, es en **realidad ecológicamente irresponsable e insostenible**: ¿por qué cargar aún más la red eléctrica ante el riesgo de un apagón? ¿Por qué desarrollar herramientas que empobrecen los recursos limitados del planeta, contaminan y destruyen la biodiversidad sin reducir nuestra huella de carbono? Se necesitan 183 kilogramos de materias primas para fabricar un «smartphone» que pesa 170 gramos, y 32 kilogramos para el circuito integrado de un chip electrónico de 2 gramos. ¿Podemos aceptar que se dañe a nuestro planeta para alimentar miles de millones de terminales? **La guerra (mundial) por los metales, las tierras raras y el agua ya ha comenzado**, porque se necesitará cada vez más agua para fabricar la plétora de nuestras herramientas digitales y refrigerar la multitud de centros de datos y centrales nucleares.

Para nuestras comunicaciones cada vez más rápidas, las **«constelaciones» de satélites civiles y militares están saturando el cielo y dañándolo con sus residuos**, a pesar de las advertencias de científicos, astrónomos y meteorólogos. **Y queremos PAZ, y más sensatez en el mundo.**

La constatación, ampliamente documentada, de la pérdida de los vínculos humanos que acompaña a la destrucción del planeta se vive como una catástrofe, incluso por parte de las generaciones más jóvenes, que son las más conectadas. Este desastre nos obliga a cambiar de rumbo y, sin duda, no será obligando a todo el mundo a sobrevivir y consumir a través de un «smartphone», aunque fuera con una conexión por cable [más biocompatible y menos energívora que la inalámbrica], como salvaremos a la humanidad y a los seres vivos.

El impacto [del inicio precoz y] de la sobreexposición a pantallas de niñas, niños y adolescentes en su salud mental y física, desarrollo, bienestar emocional [y aprendizaje] está bien documentado. Son más vulnerables a los efectos nocivos [potenciales] de la exposición a radiofrecuencias [de dispositivos y redes] inalámbricas, así como a la acción [disruptiva adictógena y] manipuladora propia de [dispositivos, plataformas y] redes sociales.

A punto de imponerse, la conectividad total puede provocar discriminación y malestar entre las personas que no dominan las competencias necesarias para utilizar y crear recursos digitales, que no se sienten cómodas con Internet o que no tienen acceso a él. Esto afecta especialmente a las personas electrohipersensibles (EHS) o que padecen el síndrome de radiación electromagnética (SRE), cuyo número no deja de aumentar debido a los sistemas de comunicación inalámbrica y los contadores inteligentes de tipo Linky. Una menor contaminación electromagnética sería beneficiosa para todos, incluidos el reino animal y el vegetal. Al igual que ocurre con los pesticidas, los neonicotinoides, las sustancias perfluoroalquiladas (PFAS), los disruptores endocrinos y otros impactos negativos de nuestra civilización industrial, los riesgos para la salud relacionados con las microondas artificiales pulsadas que se acumulan en nuestro entorno se subestiman deliberadamente bajo la presión *de los lobbies que siembran la duda* a pesar de los numerosos y sólidos estudios científicos. Además, los ciberataques contra nuestros hospitales y el saqueo de nuestros datos sanitarios *se intensificarán en un juego perpetuo de policías y ladrones*. Habrá que acabar admitiendo que **nunca tendremos una completa protección**, a pesar de los discursos tranquilizadores e interesados sobre la tecnología digital.

Se excluye de facto a las personas que:

– Desde la conciencia ecológica, rechazan el derroche de energía y electricidad [y otros impactos ecosociales] que imponen las computadoras y la necesidad de estar constantemente conectados;

- Desde la conciencia económica, se niegan a comprar dispositivos conectados de alta tecnología que se vuelven obsoletos rápidamente y son frecuentemente innecesarios;
- Desde la conciencia humanitaria, rechazan la explotación de las personas "*trabajadoras del clic*" empobrecidos para alimentar datos de IA y la explotación infantil en minas de cobalto y tierras raras altamente contaminadas en el Congo y otros lugares, pagando un coste inasumible por nuestra comodidad digital;
- Desde la conciencia política, rechazan el control del Gran Hermano, la extorsión del consentimiento y los abusos de la vigilancia digital masiva.
- Desde el padecimiento de una enfermedad ambiental, rechazan la ubicuidad de una contaminación electromagnética que hipoteca sus derechos fundamentales y su autonomía.

La fascinación de nuestros/as representantes políticos, nuestros medios de comunicación y gran parte de la población por lo digital nos ciega ante su potencial devastador. Y esperamos sinceramente que escuchen nuestro llamamiento. Para recuperar una vida deseable en un mundo habitable, hay una solución. Es sencilla, barata y al alcance de todos: es la de **tener LA ELECCIÓN, la libertad de no conectarse o desconectarse**. Este nuevo paso permitiría recuperar la poesía, convivencia y coexistencia.

Antes de que sea demasiado tarde, es hora de reconquistar nuestra soberanía humana en un mundo saturado de tecnología digital, de dar la espalda a la embriaguez extractivista mortífera, al despilfarro eléctrico, y de poner en práctica una verdadera sobriedad que comience por la **reducción drástica de nuestros usos electrónicos digitales**. Se trata de nuestra salud física y mental, de la expresión de nuestro libre albedrío y de nuestra *capacidad de discernimiento*, cada vez más reducidos, así como del destino de nuestro planeta, ya muy enfermo.

Aún estamos a tiempo de tejer vínculos sin el filtro de los algoritmos, de reaprender la autonomía humana. Se trata de defender nuestras libertades, preservar nuestra intimidad, la protección social, la buena salud, la calidad de vida y el reconocimiento de las minorías, además de la aspiración a descolonizar nuestro imaginario.

Es hora de completar la Declaración Universal de Derechos Humanos.

Rechazamos la obligación de conectarnos, así como la digitalización integral de nuestra vida social. Nos conectaremos cuando y si NOSOTROS, CIUDADANOS Y CIUDADANAS, lo decidamos conscientemente. Porque está en juego el espíritu mismo de la democracia, el futuro de nuestras civilizaciones, los valores de un nuevo humanismo extendido a todos los seres vivos.

Pedimos instituir UN DERECHO UNIVERSAL Y CONSTITUCIONAL A NO CONECTARSE, A DESCONECTAR.

Collectif nantais de veille citoyenne (CNVC) – Enero de 2026

[Colectivo de observación ciudadana de la ciudad de Nantes*]

contact@internationaldisconnectionmanifesto.org

Traducción del área de digitalización y contaminación electromagnética de Ecologistas en Acción (las palabras entre corchetes son aportaciones contextuales y complementarias). Versión en francés (original): <https://escuelasaludable.org/wp-content/uploads/2026/01/Manifeste-deconnexion-version-fr-originale.pdf>. Versión en inglés: <https://escuelasaludable.org/wp-content/uploads/2025/12/Manifeste-deconnexion-version-en.pdf>