



Les Rencontres de Biarritz : Colloque Européen et International Toxicomanies Hépatites SIDA

Addiction à Internet et aux jeux vidéo



Les rencontres de Biarritz 2011

Víctor Agulló Calatayud

1 Las nuevas tecnologías y la sociedad actual

- El análisis de la adicción a las nuevas tecnologías no puede desligarse de las profundas transformaciones sociales y culturales que vienen desarrollándose **desde mediados de la década de 1970**, en la denominada **sociedad de la comunicación**.

1 Las nuevas tecnologías y la sociedad actual

- Nuevos aparatos surgidos de los avances tecnológicos vienen a cubrir nuevas necesidades creadas por **nuevos estilos de vida** y se redefinen las prioridades valorativas en el marco de una **sociedad globalizada.**

1 Las nuevas tecnologías y la sociedad actual

- Esta sociedad:

Funciona en **red** a escala planetaria

Está basada en el **consumo**

Depende culturalmente en buena medida de los **medios de comunicación de masas** y

Ha modificado las coordenadas cartesianas espacio-temporales de nuestra **realidad social**

contemporánea.

1 Las nuevas tecnologías y la sociedad actual

- Por ello, se puede afirmar que las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) representan un fenómeno paralelo al que significó la **revolución energética** en los siglos pasados.

1 Las nuevas tecnologías y la sociedad actual

- Pocos fenómenos culturales se han instalado en la sociedad **con características tan homogéneas en tan breve espacio de tiempo y con tanta amplitud.** En efecto, constantemente asistimos a nuevos desarrollos de sus potencialidades que permiten responder a las condiciones dinámicas y cambiantes de la sociedad actual .

1 Las nuevas tecnologías y la sociedad actual

- Sin embargo, algunos autores recuerdan la existencia de desigualdades en el acceso a las TIC, la denominada "**brecha digital**", e incluso cuestionan la universalidad de este modelo de sociedad (Crovi, 2003) puesto que, por citar sólo un ejemplo, los quince países más industrializados del mundo **reúnen cerca del 90% de la actividad en Internet.**

1 Las nuevas tecnologías y la sociedad actual

- Pese a ello, el uso de Internet, videojuegos y móviles **no cesa de crecer** por lo que respecta al número de usuarios, universalización de su uso y la generalización y facilitación de su acceso.

1 Las nuevas tecnologías y la sociedad actual

- Si revisamos algunas estadísticas de acuerdo con el estudio ***Encuesta sobre Equipamiento y Uso de las Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares 2009*** (INE), el 54% de los hogares tiene acceso a la Red, lo que indica que en España hay cerca de 21 millones de cibernautas.

1 Las nuevas tecnologías y la sociedad actual

- Otro aspecto a considerar es el uso del **teléfono móvil** que ha pasado en poco más de diez años de ser un objeto minoritario (**21,5% en 1998**) a instalarse como uno de los objetos de mayor consumo en la actualidad (**93,5 en 2009**), sólo superado por la televisión (99,6%).

1 Las nuevas tecnologías y la sociedad actual

- La **edad** ha sido identificada como un factor discriminante a la hora de poseer aparatos relacionados con la imagen y el sonido y sobre todo, con las nuevas tecnologías, **siendo los más jóvenes los que cuentan en mayor medida con estos equipamientos** (Brändle, 2007).
- Una posible explicación estaría relacionada con el **deseo por lo nuevo** que es uno de los acicates centrales del consumismo moderno y esa sería la función simbólica del uso del móvil en la cultura juvenil (Røpke, 2001).

1 Las nuevas tecnologías y la sociedad actual

- De este modo, especialmente paradigmática resulta la popularización del móvil en los últimos años entre la población más joven puesto que en 2004, el porcentaje de menores de 10 a 15 años que disponían de este artículo era del **49,2%**, mientras que en 2009 es del **68,4%**, por lo que en tan sólo cinco años se ha producido un aumento de **18,7** puntos.

1 Las nuevas tecnologías y la sociedad actual

- Por último, de acuerdo con el *Barómetro de Marzo 2007* del **Centro de Investigaciones Sociológicas**, el **31,7%** de los hogares españoles disponen de videoconsolas a pesar de que un **58,8%** de la sociedad española considera sus precios excesivamente caros.

2 Adicción a Internet y video juegos

- La Real Academia de la Lengua Española define adicción como el hábito de **quien se deja dominar por el uso de alguna o algunas drogas tóxicas, o por la afición desmedida a ciertos juegos.** La definición que nos da la Biblioteca Nacional de Medicina de EE.UU va más allá al equipararla con una enfermedad según la cual resulta **la actividad observable, medible, y a menudo patológica de una persona que retrata su incapacidad para superar un hábito que es fruto de un deseo insaciable hacia una sustancia o para realizar ciertos actos.**

2 Adicción a Internet y video juegos

- El comportamiento adictivo incluye la excesiva dependencia tanto emocional como física hacia el objeto del hábito, en cantidad o frecuencia cada vez mayor.
- A ambas definiciones habría que añadir que en todo proceso adictivo **intervienen distintos factores de tipo social, cultural, familiar, genético o ambiental**, que frecuentemente interactúan entre sí, y todos ellos juegan un papel decisivo en la etiología de los problemas adictivos.

2 Adicción a Internet y video juegos

- Sobre lo que existe un claro consenso es en la necesidad de incidir en la **prevención** y muy especialmente entre la población más joven, puesto que los últimos estudios epidemiológicos y sociodemográficos muestran que la prevalencia del consumo de sustancias entre los jóvenes **no cesa de crecer**.

2 Adicción a Internet y video juegos

- La investigación bibliográfica referida a la adicción a Internet, móviles y videojuegos ha recibido una atención dispar por parte de la literatura científica internacional. Así, en un estudio desarrollado entre 1996 y 2005, se observa cómo se ha centrado primordialmente en **la adicción a Internet 85,3%, videojuegos 13,6% y móviles, únicamente un 2,1%** (Carbonell et al, 2009).

2 Adicción a Internet y video juegos

- Las nuevas tecnologías pueden ser además el instrumento de vehiculación de otro tipo de adicciones como: la adicción **al juego o al sexo**, entre otras.
- También encontramos diferentes modalidades de ciberadicción:
 - - **ciberjuego adictivo**
 - - **cibercompra adictiva**
 - - **cibertrabajo adictivo**
 - - **cibersexo adictivo**
 - - **cibercomunicación adictiva (Turbi, 2009)**

3 Adicción a Internet

- Si bien la mayoría de usuarios hacen un uso de Internet de manera controlada, entre algunos emerge una progresiva pérdida en la habilidad del control de la frecuencia y duración de su uso (Petersen et al, 2009), es el denominado “**pathological internet use**” (**PIE**).

3 Adicción a Internet

- Puede afectar sobre todo a personas con necesidades emocionales especiales y a jóvenes y adolescentes (Carbonell et al, 2008; Siomos et al, 2008) y se observa **una mayor prevalencia entre el género masculino** (Shaw et Black, 2009). La controversia surge entre las corrientes que postulan que debería tratarse como un trastorno psiquiátrico *per se* (adicción a Internet) o por el contrario las que sostienen que los adictos a Internet desarrollan dependencia a recompensas en el entorno virtual y que también existen en la vida real, como sexo o dinero (Davis, 2001).

3 Adicción a Internet

- La utilización de Internet **no es una actividad homogénea**, ya que Internet permite numerosos servicios que conllevan muy diversas acciones que van desde echar un vistazo a los contenidos de diferentes páginas web, hasta mantener conversaciones con grupos de personas, descargar música, rellenar formularios o aportar información personal en blogs o redes sociales. Eso supone que las acciones ejecutadas, estrategias implicadas o necesidades que cubren cada una de ellas pueden ser muy variadas y, por lo tanto, diferente su **potencialidad adictiva (Chóliz, 2009)**.

3 Adicción a Internet

- Con independencia de ello, entre las causas que pueden hacer de Internet una herramienta con potencial adictivo están:
 - La inmediatez,
 - Posibilidad de adoptar nuevas identidades
 - Anonimato
 - Sensación de gratificación o facilidad de acceso
 - y muy especialmente cuando confluyen con una serie de **problemas internos de la persona, como una baja autoestima, soledad, baja estimulación social o introversión** (Babín, 2009).

3 Adicción a Internet

- Al igual que lo que ocurre con los videojuegos o el móvil, no existe la categoría diagnóstica de adicción a Internet en **los manuales de clasificación de los trastornos psicopatológicos (DSM-IV, CIE-10)**, si bien está aceptado que algunas personas lleguen a tener una pauta de consumo que en muchos casos nos recuerda a los trastornos por dependencia (Block, 2009; Chóliz, 2010; Echeburúa, Labrador y Becoña, 2009).

3 Adicción a Internet

Entre los efectos más comúnmente documentados por parte de la literatura científica sobre la adicción a Internet encontramos los que la vinculan con:

- Un importante **deterioro personal, académico y de las relaciones sociales** (Cruzado et al, 2006)
- **Aislamiento social y depresión** (Mihajlović et al, 2008)
- **Ansiedad y altos niveles de agresividad** (Zboralski et al, 2009)
- **Alta comorbilidad asociada con otros trastornos mentales como trastornos afectivos o el trastorno de déficit de atención e hiperactividad (ADHD)** (Pertersen et al, 2009).

3 Adicción a Internet

No obstante, otros estudios sugieren que no hay relación alguna entre el tiempo que se pasa *on-line* y trastornos como la depresión, ansiedad u otros miedos sociales (Campbell et al, 2006).

Respecto a los **tratamientos** actuales para el uso patológico de Internet señalar que se basan en intervenciones terapéuticas y estrategias exitosas para el tratamiento de trastornos adictivos. No obstante, debido a la falta de investigaciones metodológicas, en la actualidad resulta imposible recomendar ningún tratamiento basado en evidencias científicas sobre el uso patológico de Internet (Shaw et Black, 2009).

3 Adicción a Internet

Otras reflexiones finales que podrían ser consideradas:

En Internet convive información de gran interés y fiabilidad con otra irrelevante, de escasa calidad, falta de rigor u obsoleta y que no ha sido sometida a ningún tipo de filtración cualitativa (Carrión et al, 2004); e incluso, contenidos ilegales susceptibles de persecución (Ruiz Torres, 2003) por lo que si bien, el crecimiento de Internet es imparable y exponencial -ya que está incorporando continuamente nuevas páginas y nuevos enlaces-, se hace cada vez más indispensable **incidir en la formación crítica de los cibernautas**

3 Adicción a Internet

Otras reflexiones finales que podrían ser consideradas:

Formación crítica:

Por ejemplo mediante campañas de prevención dirigidas a la población más joven y sus padres que incidan en los peligros que puede acarrear un uso abusivo de Internet (Zboralski et al, 2009).

4 Adicción a video juegos

- Los videojuegos se han convertido en un entretenimiento con una presencia cada vez mayor en la vida cotidiana de muchos jóvenes y adolescentes. A pesar de ello, faltan estudios que se centren específicamente en la adicción a los videojuegos.

4 Adicción a video juegos

- Algunos videojuegos pueden tener la bondad de utilizarse de manera educativa, pues cada vez hay más juegos que nos sirven para trabajar la atención, la memoria, matemáticas,... Además algunos videojuegos pueden favorecer la destreza, la agilidad y la velocidad mental, así como la **mejora de los reflejos**.

4 Adicción a video juegos

- Riesgos que entrañan:
- En relación con sus iguales:

La competitividad

Violencia

Falta de socialización

4 Adicción a video juegos

- Riesgos que entrañan:

A nivel personal:

Cansancio

Falta de actividad física

Disminución de la atención y
concentración para el resto de tareas

Falta de motivación

Disminución de la autoestima

- A nivel escolar:

Disminución del rendimiento escolar

4 Adicción a video juegos

- Ausencia de control parental:

La ausencia del control parental queda patente por la falta de un establecimiento adecuado de los **límites en los horarios** del uso de los videojuegos así como por la **inadecuada supervisión** de los contenidos (Alapont, 2009).

4 Adicción a video juegos

- Igualmente, **tampoco se dispone de un sistema diagnóstico válido y fiable para esa presunta adicción y las adaptaciones propuestas no son aplicables a todos los sistemas de juego o se desconocen sus propiedades psicométricas.**

4 Adicción a video juegos

- Es decir, los estudios tienden a apoyarse en un frágil soporte teórico, adolecen de una visión global de la cuestión, muestran notables diferencias metodológicas, y las replicaciones son escasas, por lo que los resultados son parciales y sujetos a múltiples interpretaciones (Tejeiro, 2001).

4 Adicción a video juegos

- Con todo, estudios basados en imágenes neuronales y electrofisiología, aunque bastante preliminares, sugieren una posible base neurológica común relacionada con el sistema mesolímbico, lo que reforzaría la hipótesis de que un uso abusivo de videojuegos puede ser un trastorno psiquiátrico vinculado con el área de las dependencias (Abreu et al, 2008).

