

Nuevas adicciones en la infancia y adolescencia

Las nuevas tecnologías y sus consecuencias
**El adolescente siente que internet es el único lugar donde
puede sentirse bien, pero a la larga aparece soledad y
reducción del bienestar psicológico.**



La sociedad actual se establece en un mundo cambiante, en una época de grandes transformaciones y en un periodo de transición a la adaptación de la sociedad a las nuevas tecnologías: internet, videojuegos y móviles ocupan un espacio muy importante en el proceso de socialización, esto influye en comportamientos y actitudes, principalmente de los jóvenes; en consecuencia, la psiquiatría como ciencia y como práctica médica, no puede permanecer ajena a estos cambios.

Con la llegada de estas nuevas tecnologías están emergiendo nuevos tipos de desadaptaciones conductuales producto de la generalización de estas nuevas tecnologías. Si bien estas nuevas herramientas fueron creadas para informar y comunicar, la forma como fueron diseñadas las hace susceptibles de afectar a la voluntad de control, lo cual junto con otros factores personales y ambientales facilita la conducta adictiva.

Por el momento nos encontramos en una especie de limbo, pues **estas nuevas adicciones aún no son reconocidas en los manuales internacionales de clasificación de enfermedades mentales, excepto el juego patológico que viene reconocido en el epígrafe de trastornos del control de los impulsos.**

No obstante, el uso de estas nuevas tecnologías requiere de mayor atención, sobre todo si causan problemas o interfieren en la vida diaria, especialmente durante la infancia y la adolescencia.

La adolescencia es una etapa que requiere especial atención respecto a sus relaciones con estas nuevas tecnologías, sobre todo porque los adolescentes

son muy sensibles a estas nuevas herramientas, les fascina el internet, el móvil y los videojuegos.

Han encontrado en ellos un medio extraordinario de relación, comunicación, aprendizaje, satisfacción de la curiosidad, ocio y diversión. Poco a poco esto hace que estas tecnologías se conviertan en un elemento importante e imprescindible en sus vidas.

El diagnóstico de adicción a estas nuevas tecnologías de la comunicación se basa en:



Los síntomas esenciales más frecuentes son:

1. Incapacidad de controlar sus impulsos por usar estas herramientas o sentirse impotente para ejercer el mínimo de control sobre sí mismo al sentir el impulso de usarlas. El paciente es incapaz de controlar su conducta una vez iniciada.
2. Dependencia psicológica. Incluye el deseo, ansia o pulsión irresistible y la concentración excesiva en la actividad, esta se convierte en la cosa más importante al dominar sus pensamientos y sentimientos.
3. Efectos perjudiciales graves en diferentes ámbitos de su vida: experimentación personal de malestar. Problemas familiares y sociales: dificultades en el trabajo, con el estudio, con sus recreaciones y con sus relaciones sociales.

Los síntomas **no** esenciales más frecuentes son:

1. Tolerancia y abstinencia.
2. Modificaciones del estado de ánimo. Sensación creciente de tensión que precede inmediatamente al inicio de la conducta. Placer o alivio mientras se realiza la conducta. Agitación o irritabilidad si no es posible realizar la conducta.

3. Euforia y trance mientras desarrolla la actividad.
4. Negación, ocultación o minimización de su conducta.
5. Sentimientos de culpa y disminución de su autoestima.
6. Riesgo de recaída y de reinstauración de la adicción.

Síntomas de los adolescentes que pasan muchas horas en internet



Una de las cosas que debe llamar la atención a los padres de familia, es que el joven permanezca muchas horas conectado a internet, perderá la noción del tiempo, si bien no es posible establecer un límite temporal que diferencie el uso seguro del uso adictivo.

El adolescente es incapaz de interrumpir la conexión cuando sus padres lo llaman o cuando le reclaman responde: "Un minuto más y luego llego", ese minuto se puede convertir en muchos minutos u horas.

El joven se conecta a internet, pese a no pretenderlo, dándose a sí mismo o a los demás diferentes excusas o se conecta antes de lo que normalmente lo hace y durante más tiempo.

Los familiares primero y luego los amigos comienzan a señalarle que pasa mucho tiempo en línea, por lo que él comienza a negarlo o minimizar la duración de la conexión. Se descuida de su aspecto personal, pierde muchas horas de sueño por lo que al día siguiente se levanta muy tarde o deja de asistir regularmente al colegio y entonces comienzan los problemas con los padres y las dificultades académicas, además de las llamadas de atención del colegio, también altera los hábitos de alimentación.

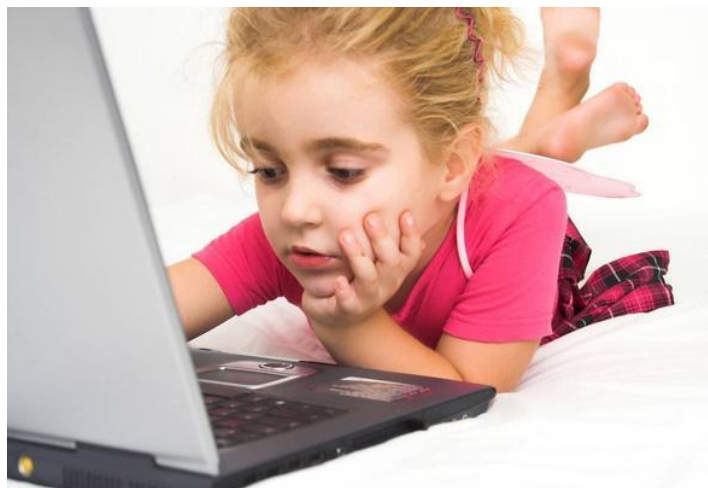
Asimismo, podemos observar cómo **utiliza internet para obtener satisfacción inmediata y huir de los problemas.** Se siente una intensa intimidad en línea y se busca euforia o estado de trance a través de la red.

Algunos ciberadictos pueden recurrir al robo para procurarse elementos electrónicos que les hace falta. Tarde o temprano aparecerán sentimientos de culpa y disminución de la autoestima.

El adolescente siente que internet es el único lugar donde puede sentirse bien, pero a la larga aparece soledad y reducción del bienestar psicológico.

Para conseguir la sensación de excitación, que en un principio se tiene y que poco a poco se va perdiendo debido a la tolerancia de la mente y, que se va estableciendo poco a poco, recurre a trucos como aumentar el número de chat abiertos.

Se puede observar síntomas físicos y psicológicos de abstinencia: alteraciones del humor, irritabilidad, impaciencia, inquietud, tristeza, ansiedad. En algunos casos se pueden presentar "cibercrisis" cuando se les prohíbe conectarse o no se pueden conectar o no encuentran a la persona que buscan, estas crisis se manifiestan con agitación y movimientos como que si estuvieran mecanografiando pese a no estar delante de la máquina.



Los motivos por los que un adolescente se conecta a la red

Si se observa detenidamente, una de las cosas que lo motiva a conectarse es la de estar en contacto y vincularse con su grupo de coetáneos superando la distancia física.

Otro motivo es que por la red pueden hablar de temas íntimos y difíciles que cara a cara les sería difícil por si no imposible de abordarlos.

El efecto desinhibido del anonimato y la ausencia de contacto visual le permiten expresar alguna necesidad o emociones desagradables o, en otras ocasiones, ser honesto, abierto y expresar emociones sobre asuntos personales que no podrían ser fácilmente discutibles cara a cara.

Es importante tener en cuenta que no todos los adolescentes que usan internet se volverán adictos, el grado de adicción está relacionado con el grado de relación social de cada aplicación;

a mayor grado de interacción social más posibilidades de adicción tendrá el joven, si se juega en línea el grado de adicción a este uso dependerá de la relación que el jugador establece con otros internautas, la dimensión para explorar, la incertidumbre y la posibilidad de alcanzar un estatus que le diferencie de los demás.

Fuente:

Dr. Francisco Javier Martínez Dearreaza

<http://www.elnuevodiario.com.ni/variedades/112796-nuevas-adicciones-infancia-adolescencia>

Publicado en Nuevo Diario de Nicaragua, el 4 de Septiembre de 2011