

Tecnoadicciones: así trabajan en el Centro Aluesa con los menores

- El 20,5% de los jóvenes españoles tienen un uso problemático de internet. El 'Centro Aluesa' atiende cada año a 5.600 menores tecnoadictos en Canarias



La **adicción** a las tecnologías es cada vez más frecuente entre los jóvenes.

ONG Psicología Ludopatía Videojuegos Internet Salud Jóvenes

<https://www.rtve.es/noticias/20241019/tecnoadicto-tratamiento-dificil-detectar/16287130.shtml>

SANTIAGO RIESCO

Sábado, 19 octubre 2024

“Las **adicciones** psicológicas **no son tan obvias** como las del **alcohol** o las **drogas**”, explica Dani a RTVE.es desde el Centro Aluesa, en **Las Palmas de Gran Canaria**. Dani es uno de los 5.600 usuarios que cada año pasan por un espacio pionero en el **tratamiento de tecnoadicciones** que comenzó a prestar sus servicios en 1998 “cuando casi nadie hablaba de esto”, recuerda **Óscar Lorenzo**, psicólogo y director de este centro especializado en **adicciones** del comportamiento.

Dani lleva casi dos años recibiendo terapia psicológica por su **adicción** a las tecnologías. **Le costó dar el paso** para pedir ayuda. De hecho, fue su madre la que le ayudó a reconocer su **adicción**. “No es algo tan obvio como el tema de la bebida y otras sustancias, que es más visual”, explica Dani.

Las **adicciones** tecnológicas son más difíciles de detectar que las dependencias al **alcohol** o las **drogas**. **FUNDACIÓN ADSIS**

“Yo ya sabía que tenía que ponerme, pero fue mi madre la que puso el punto y aparte para buscar algo y dar una solución a todo esto”, recuerda este joven antes de confesar una de las claves en estas **adicciones**: “Los de tu entorno lo ven más que tú; tú lo ves como algo de ocio”.

Óscar Lorenzo, lleva más de una década al frente del Centro Aluesa dedicado a la **sensibilización y prevención** de ludopatías (bingos, máquinas recreativas, casinos, loterías), compras, ciberadicciones y tecnoadicciones (apuestas online, teléfono móvil, wasap, videojuegos). En el centro, gestionado por

la Fundación Adsis también ofrecen **rehabilitación** a las personas afectadas y un acompañamiento profesional a sus familiares.

Tecnoadicciones en aumento

A lo largo de más de una década al frente de Aluesa, Óscar Lorenzo confirma que “claramente ha habido un empeoramiento” en lo que a tecnoadicciones se refiere.

“El 17% de los chicos y chicas de entre 9 y 20 años reconoce estar “enganchado” y tiende a “viciarse” con redes o plataformas”

Los datos refrendan las palabras del experto. A mediados de septiembre, la Fundación Adsis presentaba, por cuarto año consecutivo, el Estudio sobre el uso de las tecnologías de comunicación y el ocio en población adolescente en Canarias. El resultado es que el **17% de los chicos y chicas** de entre 9 y 20 años reconoce estar **“enganchado” y tiende a “viciarse”** con redes o plataformas.

Óscar Lorenzo, director del Centro Aluesa, con un grupo de ayuda a familiares de tecnoadictos.

FUNDACIÓN ADSIS

El 17% de Canarias es un porcentaje similar al que ofrecen las encuestas estatales ESTUDES y EDADES 2023, que dan un **20,5%** en la prevalencia de un posible **uso problemático de internet** entre la población de estudiantes de 14 a 18 años .

Apuestas y videojuegos

En 2023, un **21,5% de los estudiantes de 14 a 18 años ha jugado con dinero** (presencial, online o ambos) y un **83,1% ha jugado con videojuegos** . Según la **encuesta ESTUDES** la prevalencia de juego con dinero online en el último año ha alcanzado el máximo histórico y el gasto en juegos en línea se ha incrementado. Un **28,8%** de los estudiantes ha gastado **más de 30 euros en un solo día** .

Respecto al **uso de los videojuegos** , el **83,1% de los estudiantes** declaran haber jugado. Aproximadamente la mitad lo ha hecho al menos una vez a la semana, aunque lo más habitual es jugar menos de dos horas al día (48,6%).

Más del 80% de los jóvenes ha jugado con videojuegos en el último año. *CENTRO ALUESA*

Al analizar el **posible trastorno por uso de videojuegos** **desciende hasta el 5,1%** el porcentaje de estudiantes entre 14 y 18 años que presenta los síntomas recogidos por los profesionales de la salud.

Se trata de jóvenes que juegan con mayor frecuencia en número de días y horas. También juegan **mayores cantidades de dinero para mejorar su posición en los videojuegos** . Hasta un **19,1%** han gastado **más de 100 euros en un solo día** .

Síntomas

“Hay una serie de indicadores que están reconocidos tanto por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como por la Asociación de Psiquiatría de América (APA) que nos indican si hay una **adicción**”, aclara a RTVE **Ana Bautista**, psicóloga en el Centro Aluesa.

Ana Bautista, psicóloga de Aluesa, durante una sesión de terapia individual. *CENTRO ALUESA*

El nerviosismo, la **necesidad de pasar más y más tiempo** con la tecnología, con los videojuegos o con las apuestas, son algunos de los síntomas. La **agresividad y los intentos repetidos para dejarlo** — y no poder hacerlo— o el **mentir respecto al tiempo que se le dedica** a la actividad es otra de las alarmas a la que hay que prestar atención. Dejar de ir con los amigos, ir saltándose clases o abandonar actividades cotidianas para estar más tiempo conectado es un síntoma inequívoco de **adicción**.

“No te levantas un día bien y al día siguiente hay una **adicción**. Esto va poco a poco”

“No es una cosa que suceda de la noche a la mañana. No te levantas un día bien y al día siguiente hay una **adicción**. Esto va poco a poco”, apunta Bautista. En casos extremos, algunos menores **pueden llegar a agredir** a sus familias cuando les cortan la conexión.

Tratamiento personalizado

El director de Aluesa, Óscar Lorenzo, aclara que el tratamiento se adapta a las **necesidades de cada persona**. Para saber en qué punto están tienen una “primera entrevista para verificar si los indicadores son de **adicción** o de una conducta de riesgo”. También se sitúa “en qué fase del cambio está porque el diagnóstico tiene en cuenta si la persona asume el problema con **voluntad de cambio**”, explica Lorenzo, dando a entender que no se puede ayudar a quien no quiere recibir ayuda.

Seneida Rodríguez, educadora social, con un grupo de jóvenes. *CENTRO ALUESA*

Una vez que han descrito todos los factores “se valora en equipo y se ve a qué programa se le pasa porque los hay individuales, con psicoterapia, con terapia de grupo..., depende de si tienen patología dual con enfermedad mental o si es mejor que esté en un grupo exclusivo de mujeres, o en el genérico para jugadores o en el de adolescentes”, enumera el psicólogo para aclarar que cada persona tiene su proceso y que en Aluesa cuentan con **experiencia y recursos** para ayudarle a mejorar su calidad de vida manejando adecuadamente el **tiempo de uso de las tecnologías**.

“Es muy típico el tema de las estafas debido al juego y los videojuegos”

Y recuerda Lorenzo que también cuentan con asesoramiento jurídico “porque es muy típico el tema de las estafas debido al juego y los videojuegos”. También les llegan algunos menores desde el “sistema de reforma” porque “han hecho violencia en el domicilio familiar”.

Trabajar desde la prevención

Para evitar las **adicciones** y controlar el tiempo y el uso de las tecnologías, la educadora social **Seneida Rodríguez** lleva más de un lustro trabajando en la prevención de tecnoadicciones entre los

adolescentes del archipiélago. “Antes ofertábamos nuestros talleres, pero llevamos varios años en que son los centros educativos quienes se ponen en contacto con nosotros. Cada vez tenemos **mayor demanda**”, explica Seneida con gesto abrumado.

El Centro Aluesa imparte talleres de prevención a las tecnoadicciones en institutos de educación secundaria. *CENTRO ALUESA*

Seneida, desde la experiencia, coincide con Óscar Lorenzo y corrobora las cifras que dan las estadísticas. “ **Cada vez llegan más** chicos y chicas jóvenes con una posible **adicción** a Internet o un trastorno por videojuegos”. Para tratar de ponerle freno en su territorio insular, desde Aluesa acuden a “los centros educativos, entidades o algunas otras organizaciones” donde imparten “talleres sobre prevención de tecnoadicciones y juegos de azar”, apunta la educadora social.

Hay salida

Ana Bautista, psicóloga de Aluesa, concluye con una idea positiva, y es que “se puede salir, de la **adicción te puedes curar**”. Dani, que continúa trabajando para mejorar la calidad de su tiempo, agradece la ayuda que le prestan en Aluesa y anima a los que han tirado la toalla porque no han podido desengancharse todavía: “a lo mejor no sales a la primera, pero a la larga va mejorando tu **calidad de vida**”. Para la educadora social, Seneida Rodríguez, lo importante es “ **hablar y contarlo** porque siempre va a haber alguien que te apoye, te ayude o te diga algún lugar al que puedas acudir”.