

"Estoy enganchado a TikTok": el mapa de las adicciones en España está cambiando

- En hombres adultos el juego sigue siendo la más habitual con un 35,7% de afectados, seguido del sexo, pero el escenario cambia en los más jóvenes donde los videojuegos son el principal problema



Las redes sociales, a la cabeza de las nuevas adicciones.

videojuegos, Sexo, El Periódico de España, adicciones

</sociedad/2024/05/10/enganchado-tiktok-mapa-adicciones-espana-102205003.html>

María G. San Narciso

Viernes, 10 mayo 2024

"No soy adicto a la cocaína, lo soy al sexo". Cada vez son más los que acuden a una consulta médica por adicciones comportamentales que son aquellas en las que no hay en ningún tipo de sustancia química de por medio, sino que la dependencia es a una conducta. Son conocidas como "nuevas adicciones": videojuegos y redes sociales a la cabeza entre los más jóvenes. Pero no son las únicas. El juego tradicional (ruleta, apuestas, etc), el sexo y las compras no se quedan atrás, pero en estos casos, los afectados superan la treintena.

Son los datos que se extraen del primer año de funcionamiento del Centro de Acciones Comportamentales (AdCom) del Hospital Gregorio Marañón, el único público en España que dispone de un servicio de este tipo. Este programa en sus primeros doce meses ha atendido a 622 pacientes, de ellos 482 eran mayores de edad y 140 adolescentes. En el caso de los adultos, el 65% ha pasado a recibir tratamiento por presentar una adicción confirmada por los profesionales sanitarios del centro. De los menores, el 47%.

En este grupo, el 63,5% tiene problemas con los videojuegos, el 37% con redes sociales y de forma más residual un 2,8% con el sexo y un 1,4% con las compras. La edad media de los adolescentes es de 14 años y el 72% son chicos, frente a un 28% de chicas. Aunque hay que tener en cuenta que pueden coexistir dos posibles adicciones, en la problemática con los videojuegos se ha registrado en un 92% de varones.

“El problema está en la **accesibilidad a las pantallas**, no hace falta salir a la calle para jugar, antes los padres temían que sus hijos fueran a salones de juego o consumieran **drogas**, pero esto ha cambiado, los peligros están dentro de casa”, explica a El Periódico de España, del mismo grupo editorial que este diario, Consuelo Tomás, directora y psicóloga del Instituto Valenciano de Ludopatía y **Adicciones** No Tóxicas, el primero que nació en nuestro país en el ámbito privado.

Dentro de los **videojuegos** la especialista pone el foco en los denominados de rol multijugador masivos en línea (MMORPG) que son aquellos que permiten a miles de jugadores introducirse en un mundo virtual de forma simultánea a través de internet e interactuar entre ellos. “Tienen un contenido visual muy potente, están tan bien elaborados que parece que estás dentro de una película”, señala. Además, insiste en que la parte más peligrosa es la disociación que hacen de la realidad, “en ellos lo que generas son **personalidades virtuales**, los llamados avatares, y hay incluso chicos que se llegan a creer que son los superhéroes que están viendo en la pantalla, y no solo eso, sino que pueden llegar a distanciarse de sus amigos o tienen más dificultades para crear vínculos reales”, afirma.

El perfil del paciente adulto responde habitualmente a un varón, son el 78% del total, de una edad media de 38 años, y que manifiesta problemas con el juego. Concretamente, este apartado supone un **35,7% de las consultas de adultos, y de ellas el 80% son hombres**, y el acceso en un 70% de los casos es por internet. La **adicción al sexo** es la segunda causa más frecuente de consulta, supone un 28%, siendo prácticamente 100% varones.

La edad media está en torno a los 40 años y **el 85% de los pacientes accede a través de pantallas**. “Ambos casos se han disparado desde la pandemia, porque antes para jugar tenían que desplazarse hasta una casa de apuestas y en el caso de los adictos al sexo, muchos iban a los prostíbulos, pero desde el Covid-19 las plataformas de juego y la pornografía online han crecido”, explica Tomás. De hecho, la edad del primer contacto con el porno ha bajado en los últimos años, diversas investigaciones concluyen que casi la mitad de los jóvenes españoles (el 45%) han visto pornografía alguna vez entre los 12 y los 15 años y que siete de cada diez adolescentes consumen contenidos pornográficos de forma regular.

El informe también concluye que la tercera **adicción** más frecuente son las compras compulsivas, suponen casi un 21%, y en este caso el 90% son mujeres y la edad media es de unos 46 años aproximadamente. En adultos, un perfil significativo son los pacientes que presentan **adicción** a videojuegos. En este caso suele ser un varón (casi un 90%) y joven (menor de 25 años). Esta **adicción** es reportada en torno a un 20% de pacientes que acuden a cribado.

Aldedor del 24% de adultos del centro presentan **poliadicción** y de los 482 pacientes atendidos, un 65% ingresa en el programa, donde además se detectan otras alteraciones de salud mental. Por ejemplo, en paciente con juego patológico, la patología psiquiátrica más frecuente es la depresión y trastorno de ansiedad y por consumo de **alcohol**. En la **adicción** al sexo, es prevalente el trastorno obsesivo compulsivo y la ansiedad, y en **adicción** a compras, lo más frecuente es la depresión crónica y trastornos de conducta alimentaria.

¿Cómo se pueden prevenir? La directora y psicóloga del Instituto Valenciano de Ludopatía y **Adicciones** No Tóxicas da tres pautas: estar alerta si notamos que aumenta el tiempo de consumo

de pantallas, dejar de hacer otras actividades y que esto afecte a otras áreas de su vida como la sentimental, laboral o de amistades.