



Congreso de Comunicación y Salud - semFYC: Médicos de familia y otros profesionales sanitarios se forman en el abordaje de las adicciones tecnológicas en adolescentes

Expertos recomiendan que el SNS incorpore medidas de detección precoz de los trastornos causados por la adicción a las tecnologías

- Una encuesta sobre 4000 adolescentes españoles señala que el 21% de los jóvenes entre 10 y 25 años sufre trastornos de comportamiento por culpa de la tecnología.
- Se reclama un abordaje familiar para el tratamiento de esta dependencia en adolescente, así como de formación, conocimientos y herramientas para que los profesionales sanitarios puedan detectar precozmente estos trastornos.

3 DE OCTUBRE DE 2019. “Es imprescindible tratar a la familia nuclear entera en el abordaje del uso disfuncional de la tecnología por parte de adolescentes”, ha señalado contundentemente José Moreno Ortiz, psicólogo coordinador del Servicio de Atención en Adicciones Tecnológicas de Madrid y ponente del Congreso de Comunicación y Salud de la semFYC, que hasta el sábado reúne en Santander a 400 congresistas. En el transcurso de una de las ponencias se ha reclamado la necesidad de que, frente al aumento de las adicciones tecnológicas, se dote de conocimientos y herramientas a las médicas y los médicos de Atención Primaria, así como al resto de profesionales asistenciales de la primera línea, para poder detectar precozmente estos trastornos.

Según una encuesta, realizada a más de 4000 adolescentes, que se incluirá en el nuevo Plan Nacional sobre Drogas del Ministerio de Sanidad, en España, el 21% de los jóvenes entre 10 y 25 años sufre trastornos de comportamiento por culpa de la tecnología.

Además de las cifras de trastorno también se han apuntado datos relativos a la presencia de distintos tipos de violencia en la mayoría de los casos: “Hay que alertar sobre la vinculación entre violencia en el núcleo familiar y el trastorno de dependencia o adicción a la tecnología entre adolescentes puesto que podríamos señalar que entorno el 70-80 % de los casos tratados de adicción tecnológica en adolescentes se presentan formas de violencia ascendente (de hijos a progenitores) y, en la gran mayoría de los casos, se da algún tipo de violencia descendente (de progenitores a hijos)”, ha apuntado el psicólogo José Moreno Ortiz en el transcurso de la mesa. Esta violencia puede adquirir distintas formas, desde la violencia física, hasta la verbal o el descrédito personal.

Los datos y las principales líneas de abordaje de este trastorno en adolescentes se han presentado en el transcurso de una de las mesas del Congreso de Comunicación y Salud que la Sociedad Española de Medicina Familiar y Comunitaria coorganiza estos días en Santander, junto con la Sociedad Cantabra de Medicina Familiar y Comunitaria.

// Abordaje integral desde la Atención Primaria

La realidad de este tipo de trastornos como un fenómeno emergente pone sobre la mesa la necesidad de mejorar la capacitación de los profesionales en esta materia. “Los profesionales de primera línea que se encuentran en centros de salud de Atención Primaria o en centros de Atención Continuada no tienen herramientas ni conocimientos para abordar adecuadamente la detección precoz, ni el abordaje de este tipo de patologías” ha recordado la vicepresidente de la semFYC, María Fernández, desde la sede del Congreso de Comunicación y Salud en Santander.

La visión de capacitación para abordar este tipo de problemas se debe hacer desde una perspectiva amplia, reclaman los expertos, pues al igual que es comúnmente asumido que los modelos maternos y paternos modelan el comportamiento en el uso de la tecnología, los profesionales también son referentes para los pacientes a los que tratan.

// Regulación para prevenir desde la familia

Al igual que el trabajo integral con las familias cuando se detecta un trastorno de adicción tecnológica en adolescentes es la dinámica actual en los centros de tratamiento de las adicciones, también en la prevención, éstas juegan un papel crucial dado que, según datos aportados en la mesa, hoy en día, la edad media de inicio de internet es de los 7 años “o incluso antes”.

Entre los consejos que los expertos trasladan al ámbito familiar destacan la importancia de hablar del uso de las tecnologías antes de tenerlas, así como acordar una regulación orientada al uso responsable y moderado de la tecnología abandonando la idea de consumo cero, y siempre teniendo en cuenta que la regulación cubre a todos los miembros de la familia.

Otra de recomendaciones generales que se proponen es tener los dispositivos en sitios comunes de la casa y evitar que los adolescentes vayan a dormir con el teléfono. El hecho de no consultar pantallas iluminadas antes de acostarse es una cuestión tanto biológica –la luz azul del móvil estimula la melatonina, hormona indicadora de los ciclos diurnos–, como emocional –puesto que el móvil hiperactiva el cerebro–.

// Trastorno reciente en nuestro país

Hasta hace no mucho, en España y en la mayor parte del mundo occidental solamente la ludopatía era entendida como un tipo de adicción sin sustancia.

Sin embargo, históricamente, Japón fue el primer lugar en el que empezaron a detectar hace una veintena de años este tipo de trastorno, bautizando allí con la expresión *hikikomori*, que se empleaba para definir a aquellas personas que ni salían de casa ni se relacionaban a causa de su adicción a las tecnologías.

No ha sido hasta 2017 cuando la OMS habló por primera vez sobre trastorno por videojuego y en 2019 añadió el trastorno por el uso de juegos digitales en una medida peligrosa.

SOCIEDAD ESPAÑOLA DE MEDICINA DE FAMILIA Y COMUNITARIA (SEMFYC)

La semFYC es la federación de las 17 Sociedades de Medicina de Familia y Comunitaria que existen en España y agrupa a más de 19.500 médicos de familia. La especialidad de Medicina de Familia persigue la mejora de la atención a la salud de los usuarios de la Sanidad Pública del Sistema Nacional de Salud a través de una atención más cercana a las personas, su familia y su entorno comunitario.

CONTACTO PRENSA

Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria - SEMFYC
Comunicación- Anna Serrano
+34679509941 / comunicacion@semfyc.es