

Uno de los temas abordado en la 42ª edición de Congreso de la semFYC

La pérdida de habilidades de comunicación de los adolescentes causada por el abuso de las pantallas agrava los problemas de salud mental

- Contar con más tiempo en consulta, tanto para desarrollar actividades preventivas como para ahondar en la entrevista clínica con adolescentes, clave para detectar los factores de riesgo de nuevas adicciones en adolescentes.
- Los expertos hacen una llamada de atención sobre la relación entre el trastorno por juego en Internet y otras patologías mentales como la adicción al alcohol o apuestas de juego online

Madrid, 4 de julio de 2022. La Encuesta Sobre Uso de Drogas en Enseñanzas Secundarias en España (ESTUDES) ya confirmó el pasado año que estamos ante un problema real, al indicar que más del 30% de los adolescentes de 16 años hacen un uso compulsivo de Internet y, por ende, de las pantallas; o que el 15% de los adolescentes varones juega dinero online. Ante estos datos, los médicos de familia consideran necesario ahondar desde la Atención Primaria hacia los factores de riesgo de estas adicciones. Y recomiendan valorar criterios de diagnóstico de enfermedades mentales —DSM-V— para, si aparecen síntomas de dependencia, ser capaces de afrontar la situación desde la consulta.

El problema colateral al que se hace frente es que el exceso de uso de pantallas y dispositivos digitales está mermando las capacidades de comunicación directa entre los adolescentes. Esto dificulta todavía más la detección y el abordaje de este tipo de adicciones en el que las técnicas de entrevista clínica son claves.

// Factores de riesgo

Francisco Javier Leal Helmling y Teresa Mendoza Dobaño, ponentes en el Congreso de la semFYC señalan, además, la estrecha relación que existe entre el riesgo de adicción y otras patologías mentales en adolescentes, que deben considerarse factores de riesgo de modo que, según el tipo trastorno mental asociado a adicción por juego por internet puede determinar la intensidad de tratamiento. Un patrón que se repite con “estudiantes con problemas con el juego con dinero, posiblemente patológico, entre quienes se presenta mayores prevalencias de consumo intensivo de sustancias como el alcohol, el cannabis y el tabaco, que las encontradas entre los estudiantes en general”.

// Buscando pistas: escalas útiles y malestar clínico

Los médicos y médicas de familia tienen la capacidad de estar atentos a problemas como el trastorno de juego o *gambling disorder* en adolescentes, para lo que cuentan con herramientas como las escalas CIUS; EUPI-a; o Lie/Bet. Pero además han de tener en cuenta que el trastorno por juego problemático persistente y recurrente provoca un deterioro o malestar clínicamente significativo según el cual pueden mostrarse nerviosos o irritados cuando intentan reducir o abandonar el juego; necesitan apostar cantidades de dinero cada vez mayores para conseguir la excitación deseada; mienten para ocultar su grado de implicación en el juego; ponen en peligro relaciones y oportunidades académicas; apuestan cuando se sienten deprimidos, con ansiedad, culpables o desamparados.

Si el facultativo encuentra presencia de síntomas de dependencia, está en disposición de poner un tratamiento que comience con una entrevista motivacional para continuar después con un seguimiento en consulta. En caso de mala evolución, se deriva al paciente adolescente al equipo de salud mental donde el tratamiento psicológico,

según la gravedad de la depresión, oscilará entre las 8 y las 12 semanas en un principio. Como procedimiento, solo “en adolescentes con depresión mayor leve se recomienda la terapia cognitivo-conductual o la terapia interpersonal como modalidades de psicoterapia iniciales, debido a que son las que han demostrado ser más eficaces en este grupo de edad”, señala Francisco Javier Leal Helmling.

// Empoderar para disfrutar

En su ponencia titulada *Nuevas adicciones en adolescencia: riesgos en internet y redes sociales (URM)*, Francisco Javier Leal Helmling y Teresa Mendoza Dobaño refieren beneficios de los juegos en línea, tales como el incremento del pensamiento crítico, los reflejos o la capacidad para el trabajo colaborativo. Siempre teniendo en cuenta que debe haber límites de tiempo. Y es que se sabe que los niños que dedican más de nueve horas a jugar y/o navegar por Internet presentan problemas conductuales, falta de habilidades sociales y trastornos del sueño.

Por eso es tan importante, tal y como afirma Leal Helmling, “empoderar a la infancia con una educación positiva y sin prejuicios, indicándoles cómo utilizar internet de forma que puedan disfrutar libremente”. De lo contrario pueden sufrir depresión, ansiedad, timidez... A lo que añade que “los niños con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) pueden ser particularmente vulnerables”.

SOCIEDAD ESPAÑOLA DE MEDICINA DE FAMILIA Y COMUNITARIA (SEMFC)

La semFC es la federación de las 17 Sociedades de Medicina de Familia y Comunitaria que existen en España y agrupa a más de 22.000 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 – SEMFC

Cristina Bisbal // +34 665934525 // cbisbal@semfyc.es

Anna Serrano // +34679509941 // comunicacion@semfyc.es