

Nuevas tendencias en el consumo y utilización de redes sociales y videojuegos. Consumos problemáticos. El fenómeno de las apuestas en línea

Silvina B. Pedrouzo¹ , Laura Krynski¹ , Ariel Melamud¹ 

RESUMEN

El uso inapropiado de dispositivos electrónicos puede afectar la salud psicofísica de niños y adolescentes. Por ello, es fundamental acompañarlos y fomentar la alfabetización mediática para garantizar un uso saludable y responsable de la tecnología. En ocasiones que dependen de un complejo multifactorial, el uso inadecuado de las redes puede desencadenar consumos problemáticos y afectar gravemente la vida de los jóvenes. En 2022, la Organización Mundial de la Salud reconoció, a través del CIE 11, la adicción a los videojuegos y utilizó el término “uso problemático” para internet y redes sociales.

Este artículo intenta actualizar a los profesionales sobre las nuevas tendencias en el consumo de las redes sociales, los videojuegos, las plataformas de apuestas en línea y sus consecuencias en el bienestar psicofísico de los niños y adolescentes.

Palabras clave: red social; adolescente; problema de conducta; conducta adictiva.

doi (español): <http://dx.doi.org/10.5546/aap.2024-10459>

doi (inglés): <http://dx.doi.org/10.5546/aap.2024-10459.eng>

Cómo citar: Pedrouzo SB, Krynski L, Melamud A. Nuevas tendencias en el consumo y utilización de redes sociales y videojuegos. Consumos problemáticos. El fenómeno de las apuestas en línea. *Arch Argent Pediatr.* 2025;123(2):e202410459.

¹ Sociedad Argentina de Pediatría; Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina.

Correspondencia para Silvina B. Pedrouzo: silvipedrouzo@gmail.com

Financiamiento: Ninguno.

Conflicto de intereses: Ninguno que declarar.

Recibido: 1-6-2024

Aceptado: 6-6-2024



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Atribución-No Comercial-Sin Obra Derivada 4.0 Internacional. Atribución — Permite copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra. A cambio se debe reconocer y citar al autor original. No Comercial — Esta obra no puede ser utilizada con finalidades comerciales, a menos que se obtenga el permiso. Sin Obra Derivada — Si remezcla, transforma o crea a partir del material, no puede difundir el material modificado.

INTRODUCCIÓN

Para el abordaje de esta problemática, es esencial entender que las nuevas generaciones están inmersas desde su nacimiento en la cultura digital (nativos digitales) y esto implica múltiples desafíos y oportunidades.^{1,2}

En el desarrollo óptimo del niño, son fundamentales los espacios de juego, los vínculos y las interacciones de calidad con sus cuidadores primarios y el ambiente. Sin embargo, la oferta de dispositivos a edades tempranas puede obstaculizar estas oportunidades. A medida que los niños crecen inmersos en una cultura audiovisual y digital, evolucionan a ser multimediales, protagonistas activos y desarrollan competencias de uso naturales e intuitivas. En este proceso, es fundamental el acompañamiento y el ejemplo de sus cuidadores.^{3,4}

Paralelamente, es imprescindible la alfabetización digital para afianzar la apropiación y la adquisición de herramientas necesarias para desarrollar el pensamiento crítico, la resolución de problemas, la producción de contenidos y la expresión, que dará como resultado un uso responsable y saludable.^{4,5}

La teoría de usos y gratificaciones describe las motivaciones para el consumo: búsqueda de información, entretenimiento, relaciones interpersonales, identificación y vigilancia del entorno. Los jóvenes en las redes se identifican, se interrelacionan y experimentan el miedo a quedarse afuera, o *“fear of missing out”*, que los mantiene conectados. También configuran su identidad digital, dejan huellas y todo transcurre “brecha mediante” lejos de la mirada del adulto.⁶ En relación con las tecnologías, se utiliza el término “uso” cuando el tiempo, la frecuencia y el modo de empleo no repercuten negativamente. Por el contrario, el “abuso/uso inadecuado” genera consecuencias negativas, ya sea por el tiempo, la frecuencia o el tipo de uso.

Por otra parte, se entiende por “consumos problemáticos” todos los que afectan negativamente, en forma ocasional o sostenida en el tiempo, la salud física, psíquica del sujeto, y/o las relaciones sociales, y hasta pueden desencadenar problemas con la ley. Cabe aclarar que no todo consumo problemático es una adicción, pero todas las adicciones comienzan como consumos problemáticos.

El objetivo de esta revisión narrativa es actualizar a los profesionales sobre las nuevas tendencias de consumo de los niños y adolescentes en relación con las tecnologías, y

sus consecuencias en el bienestar psicofísico.

MÉTODO

Consulta de bases de datos como PubMed Central, Scielo, sobre la temática en los últimos 5 años. Palabras clave para la búsqueda: redes sociales; adolescente; problema de conducta; comportamiento adictivo.

ADICCIONES Y ADOLESCENCIA

El concepto de adicción implica una enfermedad primaria, crónica y neurobiológica con factores genéticos, psicosociales y ambientales que influyen en sus manifestaciones. Se caracteriza por conductas que incluyen uno o más problemas en el control del uso de sustancias, su consumo compulsivo y persistente a pesar del daño que producen; el deseo de consumo (*craving*) desencadena la dependencia tanto física como psíquica.⁷

Sin embargo, este concepto no está limitado al abuso de sustancias psicoactivas, existen también hábitos de conducta aparentemente inofensivos, que pueden desencadenar adicciones del comportamiento.⁸⁻¹¹ Las adicciones conductuales comparten las características clínicas de las adicciones a sustancias.¹⁰⁻¹²

1. Prominencia: la actividad domina los pensamientos, sentimientos y conductas (deterioro social).
2. Cambios de estado de ánimo: relacionados con el consumo.
3. Tolerancia: necesidad de aumentar el consumo para obtener los mismos efectos.
4. Abstinencia: manifestaciones físicas y psíquicas desagradables al discontinuar el consumo.
5. Conflictos: intrapersonales de pérdida e interpersonales, el descuido de otras actividades por interferencia.
6. Recaídas: posteriores a períodos de abstinencia o control.

La Asociación Psiquiátrica Americana, en el Manual de Diagnóstico Psiquiátrico (DSM-5) (2013), incluye el trastorno por juegos de internet (*Internet gaming disorder*), en la sección de condiciones que requieren mayores estudios, y no contempla la adicción a internet y a las nuevas tecnologías.⁸ Sin embargo, la Organización Mundial de la Salud (2022) reconoce la adicción a los videojuegos en el grupo de adicciones sin sustancia y sugiere utilizar el término “uso problemático” en relación con internet y las redes sociales. El uso problemático de internet también

presenta tolerancia, abstinencia y dependencia.

Si bien existe un componente genético, asociado a un complejo multifactorial psicosocial que determina las adicciones, cobran gran relevancia los intensos estímulos que producen las interacciones en las redes, los videojuegos o las apuestas, que desencadenan liberación de dopamina a nivel cerebral, un neurotransmisor ligado al placer y a la gratificación instantánea.¹³ Este mecanismo es la base neurobiológica de la repetición de las conductas en los comportamientos adictivos y se activa por las acciones, decisiones y estrategias desarrolladas en los videojuegos, las interacciones en las redes y las apuestas. Está relacionado con el aprendizaje asociativo y el refuerzo positivo en relación con las emociones placenteras.¹³ Esta conducta implica el consumo por refuerzo positivo (consecuencias agradables) o para evitar síntomas de abstinencia, refuerzo negativo (consecuencias desagradables).¹³

La adolescencia es una etapa de alta vulnerabilidad, donde los jóvenes que atraviesan situaciones relacionadas con falta de contención, alteraciones socioafectivas, fracaso escolar, situaciones de violencia y/o exclusión, competencia desmedida, sensación de vacío existencial y pobre autoestima tienen mayor riesgo de desencadenar patrones adictivos.⁸

El cerebro del adolescente se caracteriza por tener una mayor sensibilidad a las recompensas y una menor capacidad de control de los impulsos; esta condición los expone a riesgos.¹⁴ En un estudio longitudinal, se demostró que la exposición repetida a recompensas sociales digitales en la adolescencia temprana aumenta la reactividad neuronal y reduce la capacidad de evitar los impulsos.¹⁴

En relación con el uso problemático de las tecnologías, las investigaciones revelan que existen asociaciones con ciertas comorbilidades: ansiedad, depresión, déficit de atención e hiperactividad y trastorno obsesivo compulsivo, que explican las conductas compulsivas.¹⁵ Las intervenciones están orientadas al aprendizaje del autocontrol de las conductas, los cambios de hábitos y la planificación del tiempo libre.¹⁶ Existen trabajos que confirman mejoras después del período de desintoxicación, tanto en el estado de ánimo y el sueño como en la reducción de ansiedad.¹⁷

ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS

La Organización Mundial de la Salud incluye

en la CIE-11 –como una enfermedad prevenible y tratable– la adicción a los videojuegos dentro de los desórdenes mentales, en la categoría de uso de sustancias o comportamientos adictivos.¹⁸

Las acciones, decisiones y estrategias desarrolladas por el jugador en los videojuegos activan el circuito dopaminérgico de recompensa. Esto genera patrones compulsivos de juego, desencadenados por la intensidad de los estímulos y por la respuesta inmediata placentera.¹³

Características

1. Patrón de juego compulsivo persistente o recurrente, de juegos digitales o videojuegos, en línea o fuera de línea (*apps*), que ocasiona deterioro en otros ámbitos (personal, familiar, social, académico y laboral), incluye pérdida de control sobre el tiempo, duración y contexto del juego, y la prominencia de esta actividad sobre otras.
2. La actividad continúa o se incrementa a pesar de las consecuencias negativas: estrés, agresividad, irritabilidad, tics, aislamiento social, alteraciones emocionales, bajo rendimiento académico, baja atención, alteraciones psicofísicas, tendencias suicidas.
3. Debe manifestarse durante al menos 12 meses y, si los síntomas son graves, este período puede acortarse.

Una revisión sistemática realizada en Japón aporta datos acerca de la prevalencia, que oscila entre el 0,7 % y el 27,5 %, especialmente en varones. Explica, además, que estas conductas son más estables entre los adolescentes en comparación con los adultos, si bien existen diferencias en las metodologías que dificultan las comparaciones. Como asociaciones, se describen alteraciones de la conducta (impulsividad, hiperactividad) y psicológicas; y como consecuencias, situaciones de aislamiento social, fracaso escolar y cansancio.¹⁹

Un estudio multicéntrico realizado por Unicef en España, para conocer el impacto de las tecnologías en los adolescentes (40 000 jóvenes de entre 11 y 18 años), revela que el tiempo promedio de uso con fines de entretenimiento es de 7 horas semanales y que un 4,4 % juega más de 30 horas a la semana. Según datos obtenidos a través de la *Game addiction scale for adolescents*, el patrón adictivo se presenta en un 3,1 % de los jóvenes (especialmente varones).²⁰

Conocer estas problemáticas nos brinda la oportunidad de intervenir en el marco de

garantizar los derechos de los niños en la virtualidad.²¹

APUESTAS EN LÍNEA

Entre los adolescentes, representan un problema creciente. Los sitios proliferan en la web a través de plataformas de casinos, apuestas deportivas y loterías virtuales.

Según la Encuesta sobre Uso de Drogas en Enseñanzas Secundarias en España, la edad de inicio del juego con dinero, en la modalidad presencial, es a los 14,6 años y en línea, a los 15 años.²²

Este fenómeno se incrementó durante la pandemia y sigue creciendo por las publicidades en los medios, la promoción en redes sociales (*streamers, youtubers, tiktokers, celebridades e influencers*) y el patrocinio de equipos de fútbol. Además, las empresas ofrecen bonificaciones y recompensas para aumentar sus alcances.

Los jóvenes acceden con facilidad a través medios de pago como billeteras virtuales, habilitadas por sus cuidadores para los gastos cotidianos. La dinámica para el acceso requiere ingresar a la página o descargar la aplicación, cargar los datos, medios de pago y contactar por chat para cargar las fichas.

En Argentina, las apuestas son legales a partir de los 18 años. Para el acceso, los adolescentes suelen falsear datos y proporcionar documentación con información de algún adulto. No existe aún una ley nacional sobre juegos en línea; en la práctica, la actividad no está regulada y no existe la verificación de datos de acceso.

El juego en línea se vuelve problemático cuando se realiza en forma recurrente. Se denomina ludopatía digital al impulso incontrolable por las apuestas o el juego de azar a pesar de las pérdidas de dinero y de sus consecuencias negativas en todos los ámbitos (personal, familiar, social, académico y/o laboral).

Un estudio sobre el patrón de juego, en 7265 jóvenes (15 y 19 años), revela que las apuestas deportivas son las más frecuentes, y que la prevalencia de adicción al juego en línea en adolescentes es superior a la de la población general por trastorno de juego, que es del 0,72 %.²³

Si consideramos que una epidemia es un problema de salud que se desarrolla por un agente externo que afecta a una parte de la población en un momento determinado y que se extiende rápidamente, en la actualidad existe una epidemia de adicción al juego en línea en

los adolescentes, debido a su legalización y a la ausencia de una regulación con el objetivo de la prevención de esta problemática.²³ Las principales consecuencias son ansiedad, cambios de humor, conductas de aislamiento social, ideación suicida, depresión, asociadas a pérdida de interés en otras actividades, patrón de uso compulsivo, problemas financieros, engaños.²⁴

El tratamiento de la ciberludopatía implica un desafío que debe incluir alfabetización mediática, terapia y apoyo familiar. Dado que es muy improbable que los adolescentes eviten el uso de internet, es prioritario acompañar para lograr una ciudadanía digital responsable y crítica. El mayor obstáculo para combatir estas problemáticas es el fácil acceso, asociado a la falta de regulaciones efectivas.²⁴

RECOMENDACIONES Y SUGERENCIAS PARA LAS FAMILIAS:^{24,25}

- Acompañar a los niños y jóvenes en los entornos digitales.
- Puede ser útil configurar controles parentales y disponer los dispositivos en áreas comunes.
- Establecer acuerdos intrafamiliares con límites claros para toda la familia.
- Prestar atención a cambios de comportamiento y, de ser necesario, consultar a un profesional.
- Es recomendable involucrarse en la configuración de perfiles (opciones de privacidad, seguridad), leer términos y condiciones, opciones de mensajería y notificaciones.
- Educar sobre riesgos, como publicidad engañosa, contenidos falsos y/o inapropiados, accidentes por retos, robo de identidad, fraudes y ciberacoso.
- Fomentar un equilibrio entre horas de sueño, actividad física y uso de tecnología.
- Estimular otras actividades, como las sociales y deportivas.

Es primordial establecer acciones de prevención para alcanzar a los jóvenes más vulnerables con el fin de evitar la dependencia digital. Para más información sobre consumos problemáticos, se sugiere consultar la Ley 26934 Plan Integral para el Abordaje de los Consumos Problemáticos (Plan IACOP).²⁴

CONCLUSIONES

Las familias deben estar atentas a cambios de comportamiento en los niños y los jóvenes, patrones compulsivos al jugar y/o interactuar en línea, interferencia con otras actividades o

dificultades financieras. Frente a esos casos, se recomienda consultar a un profesional a la brevedad. ■

Agradecimiento

A la Dra. Paula Otero por la lectura crítica del manuscrito y sus valiosos aportes.

REFERENCIAS

1. Prensky M. Digital Natives, Digital Immigrants. Part 1. On the Horizon. MCB University Press. 2001;9(5):1-6. [Consulta: 6 de junio de 2024]. Disponible en: <https://www.marcprensky.com/writing/Prensky%20-%20Digital%20Natives,%20Digital%20Immigrants%20-%20Part1.pdf>
2. Nativos Digitales: Desafío de la educación actual. *Paradigma*. 2010;31(2):5-6.
3. Buccino G, Binkofski F, Riggio L. The mirror neuron system and action recognition. *Brain Lang*. 2004;89(2):370-6.
4. Andrés Vilorio C. La presencia de la tecnología digital en la primera infancia: su influencia en el desarrollo socioemocional y psicomotor. En: Rojas Barahona CA (Coord). Primera infancia en la era de la transformación digital. Una mirada iberoamericana. Madrid: Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura; 2022:55-75.
5. Bawden D. Revisión de los conceptos de alfabetización informacional y alfabetización digital. *An Doc*. 2002;(5):361-408.
6. Martínez Gutiérrez F. La teoría de los usos y gratificaciones aplicada a las redes sociales. En II Congreso Internacional Comunicación. 4 y 5 de octubre de 2010. Universidad de Salamanca. 2010:1-12.
7. Fitzgerald B, Morgan BD. DSM-5 changes on the horizon: substance use disorders. *Issues Ment Health Nurs*. 2012;33(9):605-12.
8. Cía AH. Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Rev Neuro-Psiquiatr*. 2013;76(4):210-7.
9. Echeburúa Odrizola E, Fernández-Montalvo J. Adicciones sin drogas. En: Pérez de los Cobos Peris JC, Valderrama Zurián JC, Cervera Martínez G, Rubio Valladolid G. Tratado SET de trastornos adictivos. Madrid: Panamericana; 2006:337-40.
10. Echeburúa E, de Corral P. Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*. 2010;22(2):91-5.
11. Leiva-Gutiérrez J, Urzúa MA. Craving en adicciones conductuales: propuesta de un modelo teórico explicativo en la adicción a Facebook y mensajería instantánea. *Ter Psicol*. 2018;36(1):5-12.
12. Griffiths MD. Adicción a los videojuegos: una revisión de la literatura. *Psicol Conduct*. 2005;13(3):445-62.
13. Kiefer F, Fauth-Bühler M, Heinz A, Mann K. Neurobiologische Grundlagen der Verhaltenssuchte. *Nervenarzt*. 2013;84(5):557-62.
14. Maza MT, Fox KA, Kwon SJ, Flannery JE, Lindquist KA, Prinstein MJ, et al. Association of Habitual Checking Behaviors on Social Media with Longitudinal Functional Brain Development. *JAMA Pediatr*. 2023;177(2):160-7.
15. Andreassen C, Billieux J, Griffiths MD, Kuss DJ, Demetrovics Z, Mazzoni E, et al. The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychol Addict Behav*. 2016;30(2):252-62.
16. Mora Mínguez F, Dolengevich Segal H, Quintero J. Protocolo de tratamiento de las adicciones sin sustancia psicoactiva. *Medicine*. 2015;11(86):5157-60.
17. El-Khoury J, Haidar R, Kanj RR, Bou Ali L, Majari G. Characteristics of social media 'detoxification' in university students. *Libyan J Med*. 2021;16(1):1846861.
18. World Health Organization. International classification of diseases (ICD-11). 11th rev. Geneva: WHO; 2018.
19. Mihara S, Higuchi S. Cross-sectional and longitudinal epidemiological studies of internet gaming disorder: a systematic review of the literature. *Psychiatry Clin Neurosci*. 2017;71(7):425-44.
20. Andrade Pérez B, Guadix García I (Coord). Impacto de la tecnología en la adolescencia. Relaciones, riesgos y oportunidades. Un estudio comprensivo e inclusivo hacia el uso saludable de las TRIC. Madrid: UNICEF; 2021.
21. Pedrouzo S, Goldfarb G, Melamud A, Otero P, Krynski L. Decálogo de los Derechos y Deberes de los Niños, Niñas y Adolescentes, en relación a las Tics. Buenos Aires: Sociedad Argentina de Pediatría; 2022. [Consulta: 6 de junio de 2024]. Disponible en: https://www.sap.org.ar/uploads/documentos/documentos_decálogo-de-los-derechos-y-deberes-de-los-ninos-ninas-y-adolescentes-en-relacion-a-las-tics-312.pdf
22. Arias F, Orio L (Coord). Guía clínica sobre adicciones comportamentales. Socidrogalcohol. Madrid: Socidrogalcohol; 2023. [Consulta: 6 de junio de 2024]. Disponible en: https://socidrogalcohol.org/wp-content/uploads/2024/02/Guia_Adicciones_Comportamentales_completa.pdf
23. Chóliz M, Marcos Moliner M. La epidemia de la adicción al juego online en la adolescencia: un estudio empírico del trastorno de juego. *Rev Esp Drogodependencias*. 2019;44(4):20-37.
24. Argentina. Ministerio de Justicia. Con vos en la web. Pautas para evitar que los adolescentes apuesten online. [Consulta: 6 de junio de 2024]. Disponible en: <https://www.argentina.gob.ar/justicia/convosenlaweb/situaciones/pautas-para-evitar-que-los-adolescentes-apuesten-online>
25. Pedrouzo SB, Krynski L. Hiperconectados: las niñas, los niños y los adolescentes en las redes sociales. El fenómeno de Tik Tok. *Arch Argent Pediatr*. 2023;121(4):e202202674.