



Adicción a videojuegos. Gaming disorder

La Organización Mundial de la Salud (OMS) publicó la nueva edición de su manual de enfermedades (CIE-11), entró en vigencia en 2022 para sustituir a la vigente desde 1990, y en ella incluye a la adicción a los videojuegos, como una enfermedad prevenible y tratable dentro de los desórdenes mentales, en la categoría de uso de sustancias o comportamientos adictivos.

Características:

Patrón de juego compulsivo: persistente o recurrente, de juegos digitales o videojuegos, ya sea en línea o fuera de línea (apps).

- Este patrón da como resultado deterioro en los ámbitos: personal, familiar, social, académico y laboral.

Incluye:

- Falta de control sobre el juego: tiempo, duración y contexto.
- Prioridad de esta actividad sobre las demás actividades de la vida diaria (sueño, alimentación, aseo, etc.), su vida gira alrededor del videojuego.
- 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.

Debe manifestarse durante al menos 12 meses y puede acortarse este tiempo, si los síntomas son graves.

Los niños, niñas y adolescentes, utilizan los videojuegos como una forma más de entretenimiento, cuando juegan sienten que toman decisiones y elaboran estrategias de forma autónoma.



**Sociedad Argentina
de Pediatría**

Por una niñez y
adolescencia sanas,
en un mundo mejor

Con el confinamiento por el Covid 19 y sus restricciones, este tipo de entretenimiento aumentó en todas las edades y en el caso de los adolescentes se produjo un incremento del uso abusivo y compulsivo.

Según la encuesta online sobre internet, videojuegos y juego con dinero durante la pandemia por COVID19, impulsada por el Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones en España (2020).

Se realizaron un total de 2037 encuestas, en el rango 14-87 años, el 9% de ellos eran menores de edad (14 a 17 años).

En relación a la frecuencia de uso de videojuegos, se puede comprobar que antes del confinamiento la frecuencia más habitual era de 1 a 3 días al mes, mientras que durante el confinamiento es de 5 a 7 días a la semana.

Se incluyeron preguntas basadas en los criterios DSM-V para poder detectar un posible trastorno por videojuegos. Considerando el trastorno por uso de videojuegos como un patrón de comportamiento caracterizado por un control deficiente sobre el juego, aumentando la prioridad de este por sobre otras actividades, junto a la continuación del juego a pesar de sus consecuencias negativas. Se valora como posible trastorno por uso de videojuegos a las personas que alcanzan una puntuación igual o mayor de 5 en la escala DSM-V.

Entre los jóvenes de 14 a 17 años que han participado en esta encuesta, el 9% presentan un posible trastorno por videojuego, frente al 6,9% de los mayores de edad.

La noción de adicción no puede limitarse solamente a las sustancias químicas ya que existen hábitos de conducta aparentemente inofensivos, que, en determinadas circunstancias, pueden convertirse en adictivas e interferir gravemente en la vida cotidiana de las personas, son las llamadas adicciones comportamentales.

Los nativos digitales se caracterizan por estar sobre estimulados y tienen incorporados los hábitos de uso de la tecnología a edades tempranas.



Estas generaciones buscan la satisfacción inmediata, a través de la tecnología logran intensos estímulos que generan la gratificación inmediata mediada por la liberación masiva de dopamina a nivel cerebral, que es un neurotransmisor ligado al placer.

Este circuito es activado por las acciones, decisiones y estrategias desarrolladas por el jugador en los videojuegos que dispara el circuito dopaminérgico de recompensa que hace que esta acción sea muy placentera y se genere la necesidad de repetirla. Esto hace que prefieran esta forma de entretenerse, frente a otras actividades, por la intensidad del estímulo y la velocidad de la respuesta, que produce a más estímulo más placer. Entonces se estimula en forma indefinida este circuito, que implica tres aspectos: deseo, acción y recompensa.

Conocer esta problemática y sus implicancias en todos los ámbitos de la vida del niño, niña y adolescente, nos permitirá realizar un abordaje diagnóstico y terapéutico oportuno.

Desde la Subcomisión de TICs elaboramos las siguientes recomendaciones como herramientas a tener en cuenta en las consultas pediátricas:

- Estar atentos, acompañar a los niños, niñas y adolescentes en este espacio. Conocer a qué, con quién y cómo juegan. Contexto, calidad y contenido.
- Brindar contención, estas adicciones encubren otros padecimientos o conflictos.
- Crear espacios libres de tecnología, propiciar el diálogo y el consenso de uso en familia.
- Mantener un equilibrio que respete horas de sueño, de actividad física y horas de uso de tecnología.
- En línea acompañarlos/as en la creación y configuración de su usuario (opciones de privacidad, seguridad) y a elegir contraseñas seguras. Restringir mensajería. Educar sobre riesgos: publicidad engañosa, contenidos inapropiados y exposición a situaciones de ciberacoso.
<https://www.argentina.gob.ar/justicia/convosenlaweb/situaciones/mis-hijos-e-hijas-juegan-videojuegos-en-l%C3%ADnea-que-tengo-que-saber>
- Promover otras actividades, al aire libre y el deporte con pares.



Por último, los padres deben estar atentos a los cambios de comportamiento y detectar signos de alarma frente a la imposibilidad de dejar de jugar que interfiere con otras actividades o uso problemático y consultar al pediatra que podrá orientarlos para optimizar los beneficios del uso de la tecnología y minimizar los riesgos.

Lectura recomendada:

- Bueno Sáinz Ó. El controvertido diagnóstico del trastorno de adicción a los videojuegos y la evolución del mismo durante la pandemia COVID-19: a propósito de un caso clínico. *Psiquiatría Biológica*. 2021;28(3):100335. doi:10.1016/j.psiq.2021.100335
- World Health Organization . World Health Organization (WHO); 2018. International classification of diseases 11th revision (ICD-11)
- Echeburúa E. ¿Adicciones sin drogas? *Desclée de Brouwer*. 1999;4:114.
- Satoko Mihara BA, Susumu Higuchi M.D. Cross-sectional and longitudinal epidemiological studies of internet gaming disorder: a systematic review of the literatura. *Psychiatry Clin. Neurosci*. 2017;71:425–444. doi: 10.1111/pcn.12532.
- Ng B.D., Wiemer-Hastings P. Addiction to the internet and online gaming. *Cyber Psychology & Behavior*. 2005;8:110–113. doi: 10.1089/cpb.2005.8.110.
- Griffiths M, Davies M.N., Chappell D. Demographic factors and playing variables in online computer gaming. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2004;7:479–487. doi: 10.1089/cpb.2004.7.479.
- Holden C. Behavioral addictions: do they exist? *Science*. 2001;294(5544):980–982. doi: 10.1126/science.294.5544.980.
- Delegación del Gobierno para el plan nacional sobre drogas y el Observatorio español de las drogas y adicciones –OEDA- (2020). COVID-19, consumo de sustancias psicoactivas y adicciones en España. Ministerio de Sanidad de España.

Disponible en:

- https://pnsd.sanidad.gob.es/noticiasEventos/actualidad/2020_Coronavirus/pdf/20200715_Informe_IMPACTO_COVID-19_OEDA_final.pdf.



**Sociedad Argentina
de Pediatría**

Por una niñez y
adolescencia sanas,
en un mundo mejor

- <https://www.argentina.gob.ar/justicia/convosenlaweb/situaciones/mis-hijos-e-hijas-juegan-videojuegos-en-l%C3%ADnea-que-tengo-que-saber>
- <https://waltermartello.com.ar/wp-content/uploads/2020/08/GAMING-FINAL.pdf>
- Guía de Seguridad y Desescalada Digital. Observatorio de Adicciones y Consumos Problemáticos de la Defensoría del Pueblo de la Provincia de Buenos Aires -en forma conjunta con el Observatorio de Derechos de Niños, Niñas y Adolescentes. https://www.defensorba.org.ar/contenido/adiccion-a-los-videojuegos-d_esaños-ante-una-enfermedad-reconocida-desde-2022

Autores:

Dra. Pedrouzo, Silvina Beatriz. Secretaria de la Subcomisión de TICs.

Dra. Krynski, Laura. Presidente de la Subcomisión de TICs.

Sociedad Argentina de Pediatría