



# Aumenta la adicción a videojuegos y redes sociales entre niños y adolescentes

Texto: **Carlos Monteagudo**  
Fotos: **Carlos Díaz-Pinto y Lanza**

UNO DE CADA TRES ESTUDIANTES DE ESO PODRÍA TENER YA UN “USO PROBLEMÁTICO DE INTERNET” Y UNO DE CADA CINCO PODRÍAN TENER CIERTO NIVEL DE “ENGANCHE” A LOS VIDEOJUEGOS, SEGÚN UN INFORME ELABORADO POR UNICEF

**E**l COVID-19 no es la única pandemia. La adicción a las redes sociales y los videojuegos, especialmente entre los niños y adolescentes, se expande cada vez más rápido. La Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoció el pasado 11 de febrero la adicción a los videojuegos como “un desorden mental” que se manifiesta en aspectos como el aislamiento social, la falta de control sobre el juego o el aumento de la prioridad del videojuego sobre el resto de las actividades vitales, entre otros. Pero no solo los videojuegos ponen en alerta a la OMS, el uso excesivo de las redes sociales también preocupa y lo considera un “problema real” de sanidad pública.

A nivel nacional y según un estudio de UNICEF, un 33% de los estudiantes de ESO (entre los 12 y los 16 años) podrían presen-

tar un “uso problemático” de internet y de las redes sociales, caracterizado no solo por una elevada frecuencia e intensidad de conexión (muchos días y muchas horas), sino por un alto grado de interferencia en el día a día de los propios adolescentes y de sus familias. Por el lado de los videojuegos, este estudio afirma que el 3,1% de los estudiantes de ESO son ya adictos y que un 16,7% adicional podría estar empezando a desarrollar dicha adicción. Es decir, alrededor de 400.000 adolescentes podrían tener ya cierto nivel de “enganche” a los videojuegos, lo que supone un “caldo de cultivo” realmente preocupante.

Psiquiatras y psicólogos vienen notando, “desde hace tiempo”, que se ha detectado un claro incremento de las horas que pasan los niños y adolescentes frente a la pantalla. Sin embargo, a raíz del confinamiento y las restricciones asociadas a frenar el avance del COVID-19, han visto como han aumentado notablemente “el malestar de los adolescentes” y que parece guardar