

ADICCIÓN A LA CONECTIVIDAD (PRIMERA PARTE)

Connectivity addiction (First Part)

MARTÍN NIZAMA VALLADOLID ¹

RESUMEN

Durante las últimas décadas, el progreso imparable de la tecnología, la constante creación de dispositivos electrónicos y la masificación del uso de la Internet han llevado a la sociedad posmoderna a un desarrollo exponencial. Sin embargo, este progreso tecnológico ha traído consigo efectos negativos sobre una parte importante de la población debido al uso desmedido de estos dispositivos y la Internet, generando en los usuarios un uso descontrolado e indiscriminado característico de la enfermedad adictiva. Esta adicción se presenta con mayor prevalencia en niños y adolescentes, y los usuarios afectados se caracterizan por un uso compulsivo de la conectividad tecnológica con inconciencia de este, trastornos del rol personal, alteración de la interacción social, aislamiento, disminución de la comunicación sensorial, desconexión de la realidad y desórdenes del control de impulsos; con tendencia a la aparición de una conducta agresiva, ideas tanáticas y anulación del sentimiento de culpa. Además, la pérdida de la “familia natural” y su reemplazo por la “familia asistencial” es un contexto común los afectados por esta adicción. Se ha observado que esta patología comparte rasgos neurobiológicos con otros tipos de adicciones y la asociación de esta con otras alteraciones psiquiátricas resalta la importancia de su oportuno reconocimiento y manejo.

Palabras claves: Conducta compulsiva, adicción, Internet, juegos de video, redes sociales, deshumanización.

ABSTRACT

During the last decades, the relentless advance of technology, constant creation of electronic devices and the global use of the Internet have led to an exponential development in postmodern society. However, this technological progress has triggered negative effects on a significant part of the population due to excessive use of these devices and the Internet, generating an uncontrolled and indiscriminate use that is characteristic of addictive disease. Connectivity addiction occurs more prevalent in children and adolescents, and affected users are characterized by compulsive use of technological connectivity, unconsciousness, personal role disorders, impaired social interaction, isolation, decreased communication through the senses, disconnection from reality and impulse control disorders; with the development of aggressive behavior, ideas of death and cancellation of guilt feelings. Moreover, the loss of the “natural family” and its replacement by the “assistential family” is a common context



affected by this addiction. It has been observed that this disease shares neurobiological features with other types of addictions, and the association with other psychiatric disorders highlights the importance of early recognition and management.

Keywords: Compulsive behavior, addiction, Internet, video games, social networks, dehumanization.

INTRODUCCIÓN

Desde su aparición sobre el planeta Tierra, la especie humana ha ejercido una hegemonía plena en el mismo, dominando la naturaleza, la información, el conocimiento y la ciencia. Sin embargo, con el desarrollo de la tecnología, el ser humano está siendo desplazado de este posicionamiento hegemónico y se ve cada vez más afectado por el abuso y la adicción a la conectividad, que

¹ Médico psiquiatra. Profesor principal de los Departamentos Académicos de Psiquiatría de la de la Universidad Peruana Cayetano Heredia y de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Ex-director del Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado-Hideyo Noguchi.

impacta principalmente a niños y jóvenes. Esta adicción es alimentada y sostenida por progenitores proveedores de dispositivos electrónicos, en una sociedad en la cual el paradigma padres se encuentra en proceso de extinción acelerada. Y, aunque parezca paradójico, esta sujeción a la conectividad se realiza con la complacencia, permisividad y tolerancia de los mismos humanos, quienes gustosos acceden a ser atrapados por el mundo virtual de las redes sociales, los videojuegos, juegos en red y la navegación en Internet. Al respecto, el genial Albert Einstein premonitoriamente advirtió: *“temo el día en que la tecnología sobrepase nuestra humanidad. El mundo sólo tendrá una generación de idiotas.”*

BENEFICIOS APARENTES DE LA CONECTIVIDAD

Algunos autores refieren que las redes sociales contribuyen a la formación de la identidad, el desarrollo personal y social porque ofrecen múltiples posibilidades de mostrarse, intercambiar información sobre uno mismo y de interactuar con los demás. ⁽¹⁾ Para Echeburúa y Corral son el monstruo que aleja el fantasma de la exclusión: con la protección que ofrece la pantalla en las redes se vuelcan las emociones, y se comparte el tiempo libre. ⁽²⁾ Uno puede creerse popular porque tiene listas de amigos en las redes sociales. Por otro lado Back *et al* sugieren que las redes sociales son utilizadas para expresar y crear un *“self ideal”* (yo ideal), es decir la persona que nos gustaría ser. ⁽³⁾ Esto lo confirman Manago *et al*, quienes encontraron que los estudiantes universitarios de entre 18 y 23 años utilizaban la red social *MySpace* para explorar su identidad, participar en la comparación social y expresar aspectos de su personalidad ideal o características personales que les gustaría tener. ⁽⁴⁾

Son los adolescentes quienes muestran mayor tendencia a experimentar con su identidad

en los medios que proporciona la Internet, por ejemplo, hablando con extraños y observando sus respuestas. ⁽⁵⁾ Lo que puede tener graves repercusiones pues uno no puede saber con certeza qué clase de persona está al otro lado del monitor, pudiendo ser un psicópata, fanático o trastornado mental.

Por su lado, Estallo apoya la idea de que el uso de videojuegos provocaría una liberación de tensiones a través de la acción y el refuerzo de los lazos de pertenencia de otros jugadores y la autoestima que acompaña al éxito; estos serían algunos de los hechos que explicarían por qué existen individuos que dedican tantas horas del día al uso de este tipo de juegos. ⁽⁶⁾

Se sabe que los juegos en red atraen y enganchan más a los niños y jóvenes por la mejora continua de la calidad de imagen o *“realidad virtual”*. Al respecto, un adicto a los videojuegos señala: *“Los videojuegos son más divertidos que leer y escribir”, “En los videojuegos tengo más amigos que en la vida real”, “El videojuego es tu amigo”, “Es más fácil encontrar enamorada en ‘Audition’ que en la vida real”*.

Además, el surgimiento de lugares de esparcimiento provistos con red inalámbrica (wi-fi) permanentemente accesible para el público asistente promueve el uso indiscriminado de la Internet mediante los diversos dispositivos electrónicos.

IMPACTO DEL AVANCE TECNOLÓGICO

La tecnología constituye una herramienta prodigiosa que ha tenido un desarrollo exponencial a partir de 1991, en que se inició la masificación del uso de la Internet. ⁽⁷⁾ Con su aparición se ha redefinido la manera de comunicarse, informarse, compartir conocimiento y cultura, así como comprar y hacer negocios, e incluso la forma de entender

la relación médico-paciente,⁽⁸⁾ convirtiéndose así en indispensable y necesaria ayuda en las labores cotidianas; es decir, ha llegado a ser un componente importante de la vida cotidiana para todos los grupos de edad.⁽⁹⁾ Sin embargo, no siempre se usa de manera adecuada y, en el campo de la salud mental, su utilización puede clasificarse como uso, abuso y adicción con repercusiones directas en la vida diaria de la persona que se definen como sigue:⁽¹⁰⁾

1. El uso es para beneficio individual y colectivo, contribuyendo al bienestar humano, potenciando sus habilidades y capacidades cognitivas.
2. El abuso es el uso excesivo en perjuicio de los roles y la interactividad individual o grupal de los individuos.
3. La adicción es el uso compulsivo de la conectividad tecnológica. Es la imposibilidad de controlar el involucramiento en esta actividad. Este acto compulsivo tiene "características sintomatológicas y disfuncionales" propias y específicas .

DEFINICIÓN Y TIPOS

Para definir la adicción a la tecnología, es importante especificar el término adicción. Mientras que, históricamente, el término adicción no fue relacionado con el consumo de sustancias, durante las últimas centurias ha sido asociado con el descontrol en el uso de éstas.⁽¹¹⁾ Sin embargo, actualmente parece estar retomando el significado original de la palabra latina *addicere* que se traduce como «esclavos de» u «obligado por», motivo por el cual es aplicable a este trastorno compulsivo no relacionado a sustancias.⁽¹²⁾

Young propone cinco diferentes tipos de esta adicción:⁽¹³⁾

1. Adicción computacional, específicamente a juegos en línea, excluyendo juegos de azar.

2. Sobrecarga de información, navegación compulsiva por diferentes sitios, incluso con múltiples ventanas a la vez.
3. Compulsiones en red, gastando dinero en sitios de apuestas y compras online.
4. Adicción cibersexual, acceso a pornografía y a relaciones sexuales facilitadas por Internet.
5. Adicción a las ciber-relaciones, mediante el uso de redes sociales.

Y, según algunos estudios epidemiológicos, aproximadamente uno por ciento de la población mundial presenta signos de la adicción a Internet.⁽¹⁴⁾

FENOMENOLOGÍA DE LA ADICCIÓN A LA TECNOLOGÍA CONECTIVA

De este modo, la posmodernidad centrada en el individualismo extremo, enajenada de la familia, va cediendo paso a la sociedad cibernética, centrada en el uso compulsivo de los dispositivos electrónicos: Tablets, Laptops, Smartphones (teléfonos inteligentes), SmartTvs y PCs. Estos dispositivos son los principales medios de interacción social cotidiana en la actualidad. Los estudiantes utilizan los teléfonos móviles mientras caminan a clases, en el autobús, en espera del ascensor o en cualquier lugar. Estos «espacios de micro tiempo» en los que las personas pueden participar en una alucinante gama de actividades en línea no estaban disponibles hace algunos años. Las diversas expresiones de interactividad entre las personas conectadas, tales como "likes", "selfies" y "memes", son manifestaciones de nuevos estilos de vida, que sólo existen en el ciberespacio. Así mismo, es evidente que el uso obsesivo de teléfonos inteligentes puede interferir con las relaciones personales (v.gr. *phubbing*) y dificultar el desempeño académico.⁽¹⁵⁾ Como consecuencia de este fenómeno de atrapamiento tecnológico, viene ocurriendo un vertiginoso proceso de deshumanización masiva de la sociedad

global, cautiva de la conectividad electrónica, la misma que robotiza al usuario compulsivo, enajenándolo de su esencia espiritual.^(16,17) Sin embargo, cabe preguntarse ¿Por qué el humano abdica tan fácilmente de su esencia espiritual para convertirse en un robot? ¿Será que los humanos vienen sucumbiendo ante sus propias creaciones?

Puede decirse que las causas de esta enajenación humana masiva son múltiples: poder atractivo de los dispositivos electrónicos de última generación (tecnosexual), esnobismo, necesidad de estar actualizado en tiempo real, facilismo, intolerancia a la espera, necesidad de reconocimiento, evasión de la soledad, vacuidad, apego a la banalidad, consumismo, necesidad de contactos y deseo irreprimible de estar globalizado. Esta multicausalidad explica la sorprendente vulnerabilidad del ser humano frente a las maravillas tecnológicas cada vez más sofisticadas que, cotidianamente, aparecen en el mercado.

Es pertinente recordar que, debido al carácter compulsivo de la enfermedad adictiva, el sujeto buscará todos los medios para conectarse a través de Internet a las redes sociales, los juegos en red, la pornografía o, en su defecto, a las consolas de videojuegos. Estos últimos ahora ya no se limitan a las grandes máquinas inasequibles (ahora accesibles) y así lo demuestran estadísticas en los EE.UU, donde un ochenta y tres por ciento de jóvenes informaron tener al menos una consola de juegos en sus hogares.⁽¹⁸⁾ Es decir, los ciberequips, con o sin conexión a Internet, pueden causar adicción, por lo que la utilización de estos dispositivos debe ser rigurosamente supervisada por los adultos involucrados en el proceso educativo de los usuarios. Esta supervisión evitaría que los sujetos, una vez dominados por la conectividad tecnológica -y más aún si éste hecho se encuentra sumado a una educación deficiente- sean presa

fácil de toda forma de manipulación mediática, económica, mercantil, intelectual o laboral, al punto de hacer de ellos unos robots. Estos sujetos muestran las siguientes características: analfabetismo funcional, consumismo compulsivo y alienación psicosocial, ausencia de soporte familiar funcional y de red amical presencial, adhesión a una red impersonal de contactos interactivos, convirtiéndose en esclavos de la conectividad en su rutina laboral y de su abúlica monotonía conformista; así, como fanáticos de la telebasura, que idiotiza al televidente con los *reality show*, las telenovelas, la pornografía, la violencia, la criminalidad o la farándula vacua adicta al escándalo. Al respecto, la «teoría del desplazamiento de Huston» refiere que el tiempo dedicado para actividades como los deberes del colegio, el trabajo y la familia son desplazados por el abuso y el uso compulsivo de los dispositivos electrónicos.^(19,20)

Según Block, las autoridades sanitarias de países del Oriente como Corea del Sur y China ya se encontraban muy preocupadas por este trastorno.⁽²¹⁾ En una conferencia el año 2007, Tao Ran (Director de Medicina de la Adicción en Beijing - Hospital Central de la Región Militar), reportó que 10 millones (13,7%) de adolescentes chinos cumplían con los criterios de adicción a Internet. Como resultado, en ese mismo año, China empezó a restringir el uso de juegos de computadora a no más de tres horas diarias.

La población de usuarios de Internet no es uniforme y utiliza la red de acuerdo a su preferencia personal y personalidad,⁽²²⁾ la que es un factor importante para examinar la predisposición al uso problemático de Internet. Algunos estudios reportan una relación positiva con las dimensiones de neuroticismo y extraversión.⁽²³⁾ Landers y Lounsbury afirman que los extrovertidos pasan menos tiempo en línea a diferencia de los introvertidos, quienes

prefieren comunicarse virtualmente y evitar la interacción cara a cara, por lo que conocer el perfil de los jóvenes con el uso problemático de Internet ayudaría en la detección de los usuarios en riesgo y evitaría el uso inadecuado de esta tecnología. ⁽²⁴⁾

DISFUNCIÓN FAMILIAR

La falta de presencia familiar en la vida del sujeto es la condición principal de la adicción en general, y la adicción a la conectividad no es la excepción. Esta enfermedad, como se mencionó, crea dependencia de la persona a este mundo virtual en el que puede manejar arbitrariamente información ilimitada que brinda la Internet, de la que se vuelve dependiente.

EXTINCIÓN DE LA FAMILIA NATURAL

En la familia natural (la del contacto con los cinco sentidos), el rol educador de los padres es preeminente, su lugar de residencia es el nido familiar y su objetivo de vida es la felicidad. Sin embargo, en este escenario copado por la conectividad tecnológica, la familia natural se está extinguiendo inexorablemente. Esta familia de tradición espiritual ha sido sustituida por la familia asistencial.

APOGEO DE LA FAMILIA ASISTENCIAL

La familia asistencial es la familia proveedora de objetos materiales, confort y hedonismo libérrimo, con hegemonía de los antivalores y desprecio de los valores humanos, privilegiando el individualismo extremo. En su seno el concepto “padres” ha sido sustituido por el de progenitor, “compra todo”, “soluciona todo”, “celebra todo” y “aguanta todo”, a quienes les desinteresa la educación de su progenie. Viven limitados a su rol de proveedores y los suyos suelen ser “huérfanos hijos de padres vivos”. No obstante, carecen de conciencia de su rol de

progenitores y se sienten los “padres perfectos”, cuya rectoría perversa se sustenta en creencias irracionales como “*que mi hijo tenga lo que yo no tuve*”, “*que mi hijo no sufra lo que yo sufrí*” y “*que mi hijo goce lo que yo no gocé*” o “*que se divierta nomás. Es su vida*”. Con ello, internalizan en su progenie antivalores como lo insaciable, el facilismo y el hedonismo libérrimo, privándolos de la posibilidad de aprender el esfuerzo, el sacrificio, el sufrimiento, la resiliencia, el espíritu de superación y la perseverancia. Su objetivo de vida es “pasarla bien”.

FAMILIA CYBORG (ROBÓTICA)

La familia robótica es exenta de espiritualidad. Sus miembros viven desprovistos de contacto sensorial interpersonal y carecen de sensibilidad humana. Una sociedad sin familia, centrada en la conectividad electrónica sería el fin de la sociedad humana y el advenimiento de una sociedad robótica, en la cual los individuos serían utilizadas como objetos productivos al servicio de los titiriteros de esta nueva sociedad tecnológica, adicta a la cultura tántrica adversa a la vida. Su objetivo es el dominio y la destructividad de lo viviente. Urge, pues, promover la familia natural y a la vez establecer límites firmes y claros a la tecnología de la conectividad en aras de la preservación de la especie humana. Según Rousseau, “la más antigua de todas las sociedades y la única natural es la familia.” ⁽²⁵⁾ De este modo, el destino de la humanidad es desesperanzador.

PERFIL DEL ADICTO

El hecho de encender la computadora nada más al llegar a casa y conectarse a Internet constituya lo más importante y lo último que se hace antes de acostarse, así como reducir el tiempo de las tareas cotidianas, tales como comer, dormir, estudiar o interactuar con la familia, configuran el perfil de un adicto a Internet. Más

que el número de horas conectado a la red lo determinante es el grado de interferencia en la vida cotidiana.⁽²⁶⁾

Para intentar reconocer esta patología se han esbozado criterios esenciales para el diagnóstico basándose en aspectos que compartiría con otras adicciones como el uso excesivo, síntomas de abstinencia, tolerancia y consecuencias adversas en diferentes ámbitos de la vida. (27) Otro síntoma que puede distinguirse en esta etapa es la pérdida de la motivación por la lectura y el estudio, empobreciendo y degradando el idioma, conduciendo al sujeto a comunicarse con un lenguaje procaz y primitivo constituido por monosílabos, contracción de palabras, siglas (por ejemplo "Tqm, Tk, Tb, Tp, P") y una redacción sin ortografía ni sintaxis. Aún en estas condiciones, el narcisismo robótico les hace creerse seres superiores a los demás que tienen todo bajo control, irracionalmente el sujeto robotizado abdica de su sentido de existencia, de la visión de futuro, la libertad y la felicidad en favor del entretenimiento conectivo.

Es así que este tipo de sujetos acaba convertido en un ente sin ilusiones, aspiraciones, deseos de superación ni futuridad. El sujeto robotizado es un enajenado de su naturaleza humana, de la vida académica, la cultura, los valores éticos, la tradición, las costumbres y la autenticidad y no sólo eso ya que según diversos estudios internacionales el uso excesivo de videojuegos se ha relacionado con múltiples condiciones de salud, incluyendo las alucinaciones auditivas,⁽²⁸⁾ lesiones musculares por esfuerzo repetitivo,⁽²⁹⁾ "Nintendinitis" o "pulgar de PlayStation"^(30,31) (lesión producida por el esfuerzo repetitivo debido al uso excesivo de un mando o joystick y que se caracteriza por ampollas, parestesias y edema de los pulgares); y, en niños se ha relacionado a enuresis,⁽³²⁾ encopresis⁽³³⁾ y crisis epilépticas.⁽³⁴⁾

GRUPOS VULNERABLES

A nivel demográfico, los niños y adolescentes constituyen el principal grupo de riesgo debido a la necesidad de búsqueda de sensaciones nuevas y a un mayor tiempo de uso de la Internet, además de estar más familiarizados con las nuevas tecnologías.⁽³⁵⁾

El uso sin supervisión de los videojuegos, juegos en red y redes sociales hacen presa fácil a los niños y adolescentes que no tienen control de sus padres, causándoles perjuicios en su crecimiento y desarrollo humano, convirtiéndolos en "esclavos felices" que acaban atrapados por la enfermedad adictiva con todos los daños que esta patología acarrea.

Esta adicción también nace de la necesidad de algunas personas de buscar comprensión, amor, atención, reconocimiento, entre otras necesidades espirituales que deberían encontrar en sus hogares. Siendo los niños y adolescentes poseedores de personalidades aún en formación, los que acuden a Internet buscando cubrir y llenar este vacío con todo lo que encuentran en las redes sociales o juegos alimentando una falsa felicidad, actuando estos recursos como prótesis tecnológicas.⁽²⁾ Así, nublan su conciencia y raciocinio, alteran sus funciones superiores, anulan el control de sus impulsos y su juicio para discernir entre lo correcto e incorrecto.

RIESGOS

Los adictos a las redes sociales están conectados la mayor parte del tiempo, no quieren perder ningún acontecimiento publicado, pierden el control y no tienen límites; puesto que pueden encontrar todo tipo de riesgos como conectarse con otros adictos, pedófilos, estafadores y redes delincuenciales. Los adictos a los videojuegos y juegos en red, conocidos como "gamers",

son atraídos por dichos juegos, como se mencionó anteriormente, porque poseen efectos especiales, sonidos e imágenes de alta definición, que los conducen a suplantar el mundo real por el mundo virtual, haciendo que se aislen de sus seres queridos, se saturan de odio y agresividad, desatando la violencia brutal contra quienes interfieran o traten de controlar su adicción.

El enfermo al satisfacer su adicción experimenta una falsa felicidad que lo atrapa, tornándose insensible, trastocando su personalidad, adoptando hábitos perniciosos y perdiendo el interés en actividades de superación y desarrollo personal. En suma, los videojuegos y juegos en red promueven la violencia, enseñan a usar armas y asesinar sin compasión, provocándoles placer al hacerlo.

Además existen otros factores de riesgo que se encuentran en el entorno de los jóvenes, como los modelos de rol familiar (padres que siguen “conectados a la pantalla” cuando llegan a casa), el papel educativo y controlador de éstos (por ejemplo, disciplina familiar inadecuada, exceso de autoritarismo y rigidez o de permisividad y desatención), la presión social del grupo de amistades y la necesidad de utilizar las nuevas tecnologías para estar conectado con los demás.⁽³⁶⁾

PATOLOGÍA DE LA CONECTIVIDAD

Es entonces que, podemos describir una patología cuyas principales manifestaciones son:

A- ADICCIÓN A LA CONECTIVIDAD

Uso compulsivo de la conectividad tecnológica, sin tener conciencia de ello, con trastornos progresivos de los roles personales, de la interactividad social, la productividad y la comunicación sensorial; así mismo, la

aparición del síndrome adictivo, aislamiento social, soledad e impulsos autodestructivos y heterodestructivos, como suicidios y homicidios.^(37,38)

B- HONGO TECNOLÓGICO

Sujeto que vive adherido a la conectividad tecnológica, desvinculado de su familia. Ingiere sus alimentos junto al equipo electrónico, no habla ni establece contacto visual con los suyos. Abandona los estudios y el trabajo. Reduce sus horas de sueño e invierte su ritmo circadiano. Se muestra insensible, narcisista y robotizado. Su vida es desorganizada, desorientada, sin sentido de existencia ni visión de futuro. Vive aislado en su “burbuja electrónica”, cautivo de su soledad. Si bien esto se ha observado con mayor frecuencia en adolescentes, hallazgos similares han sido reportados en adultos, lo que indica que no es únicamente un problema de conducta de los jóvenes, sino que puede afectar a cualquier grupo etario.⁽³⁹⁾

C- PSICOPATÍA TANÁTICA INDUCIDA POR LA TECNOLOGÍA

Los niños “gamers” son las principales víctimas de los videojuegos criminales que, con el señuelo del entretenimiento, les enseñan a matar sin compasión ni respeto alguno por la vida humana. Crecen endosados por sus irresponsables progenitores a estos videojuegos tanáticos, aprendiendo que la vida no vale nada, con deseos de matar sin motivo.⁽⁴⁰⁾ Al pasar muchas horas de su vida dedicados a la conectividad tecnológica, su fantasía es absorbida totalmente por el mundo virtual; por ello, son incapaces de diferenciar la realidad de la ficción. Son atrapados por la ficción; mientras su cuerpo vive en la realidad, su ficción pertenece íntegramente a su “burbuja electrónica”. Entonces, para ellos es un placer asesinar con salvajismo escalofriante

y repulsivo a sus semejantes desde su mundo de ficción, demostrando incapacidad de sentir culpa, compasión o arrepentimiento alguno; por el contrario, sienten el placer máximo aprendido en el ciberespacio actuando como “gamers.”⁽⁴¹⁾ Son asesinos robotizados que sienten que “matar es un placer”.

SIMILITUDES NEUROBIOLÓGICAS CON LA ADICCIÓN A SUSTANCIAS

Ko *et al* realizaron un estudio en el cuál se compararon 10 pacientes adictos a juegos en red con un grupo control. Se les realizó un examen funcional mediante resonancia magnética nuclear (RMN), durante el cual se les presentaron imágenes de videojuegos. Se demostró mayor activación en la corteza prefrontal (áreas órbito-frontal, medial-frontal y dorsolateral) así como en el núcleo accumbens y el giro cingulado anterior en el grupo de estudio a diferencia del grupo control.⁽⁴²⁾ Se concluyó que las vías activadas en estos pacientes se correlacionaron con las descritas para las adicciones a sustancias químicas, mediante la activación de estructuras subcorticales del sistema límbico y de la corteza prefrontal.⁽⁴³⁾

Al igual que los adictos a sustancias, este tipo de adicción se caracteriza por fallas en el control de impulsos y trastornos compulsivos de la conducta a pesar de tener el conocimiento de las consecuencias adversas asociadas a esta práctica. Además, con el tiempo, los individuos pueden experimentar menos placer por su comportamiento y requieren una intensidad y/o frecuencia mayor para lograr los mismos efectos, lo que es similar a la tolerancia que se manifiesta en los adictos a sustancias psicoactivas.⁽⁴⁴⁻⁴⁶⁾

Yuan *et al*, utilizando la volumetría por RMN, encontraron que en un grupo de adolescentes

adictos a Internet existía una disminución anormal en el volumen de sustancia gris en áreas de la corteza prefrontal (dorsolateral y órbito-frontal), el área motora suplementaria y el cerebelo, en comparación con un grupo control.⁽⁴⁷⁾

GENES ASOCIADOS A LA ADICCIÓN A INTERNET

En un estudio realizado por la Universidad de Bonn y el Instituto Central de Salud Mental en Mannheim (Alemania), participaron 843 personas, de las cuales 132 presentaron adicción a Internet. Se demostró que los adictos presentan con mayor frecuencia una variación genética relacionada con la adicción a la nicotina, al comparar sus resultados con el grupo de control (no adictos). Dicha variación fue encontrada en el gen *CHRNA4*, localizado en el brazo largo del cromosoma 20q13.33, que afecta al receptor nicotínico cerebral de acetilcolina. Sin embargo, los autores sugirieron la realización de un estudio con un mayor número de personas para respaldar este hallazgo y para conocer más detalles sobre la conexión entre esta mutación y la adicción a Internet.⁽⁴⁸⁾

COMORBILIDAD PSIQUIÁTRICA

Múltiples estudios realizados en países asiáticos han reportado la asociación de otras patologías psiquiátricas en sujetos que cumplen los criterios para el uso problemático de Internet. En estudios realizados en China y Taiwán se concluyó la existencia de una asociación con el síndrome de déficit atencional e hiperactividad (TDAH), abuso de alcohol, trastornos alimentarios⁽⁴⁹⁻⁵¹⁾, ansiedad y trastornos de personalidad.⁽⁵²⁾ Aún no se han realizado estudios que confirmen si estos trastornos precedieron a la adicción a Internet o se desarrollaron luego de su uso patológico.

Otro estudio comparó, de acuerdo al género, que la baja autoestima y distintas estrategias de enfrentamiento social se asocian al abuso de Internet. Para los hombres están asociados la ansiedad social, las preocupaciones excesivas por el sobrepeso y su futuro. Por otro lado, en las mujeres están asociadas la depresión, la introversión y el estrés.⁽⁵³⁾

Yen *et al* compararon los síntomas psiquiátricos de adolescentes con y sin adicción a Internet, así como entre aquellos con y sin adicción a sustancias. Encontraron que la adicción a Internet o a sustancias en los adolescentes se asoció con mayor frecuencia a hostilidad y depresión.⁽⁵⁴⁾

Los adolescentes con consumo problemático de alcohol son más propensos a desarrollar adicción a Internet y a mostrar ciertos rasgos psicosociales que incluyen alteración del comportamiento, baja autoestima, disfunción familiar y baja satisfacción con la vida.⁽⁵⁵⁾

REDES SOCIALES MÁS USADAS

Las estadísticas demuestran que personas entre los 13 a 24 años de edad en los Estados Unidos disponen en promedio 16,7 horas a la semana en Internet para distintas actividades; esto se compara con las 13,6 horas por semana dedicadas a ver la televisión.⁽⁵⁶⁾

1. FACEBOOK

Es la red social más usada del mundo. Este espacio permite comunicarse en tiempo real con otros usuarios, intercambiando videos y fotografías personales, y si bien su uso principal siempre fue la proyección de la imagen, muchas personas la utilizan para proyectar vacíos de su personalidad. La abreviación común de este servicio es "fb". Por su versatilidad, el Facebook permite relizar muchas actividades, como publicar fotos, videos, chatear (conversar

con otras personas), hacer videollamadas, jugar juegos en red y hasta hacer anuncios de publicidad y marketing.

2. TWITTER

Red social que permite realizar comentarios de cualquier acontecimiento en tiempo real, de manera que puedan ser visto por todas las personas que hayan abierto una cuenta en ella. Además, se puede realizar comentarios de las fotos o mensajes publicados. Se diferencia del Facebook en que la interacción se da a través de mensajes cortos o "Twits", sumados a otro tipo de expresiones como "hashtags" o al uso de "#" para agregar más significado a las frases. Puede convertirse en foco de elevada interactividad.

3. SKYPE

Programa con el que se puede realizar videollamadas hacia una o varias personas en cualquier parte del mundo al mismo tiempo, de tal forma que puede utilizarse para eventos o conferencias internacionales teniendo a los participantes en diversas ciudades del mundo.

Es en principio un programa de comunicación; sin embargo, para algunas personas puede convertirse en una fuente de socialización disfuncional al tratar de conseguir amigos o conocidos de otras partes del mundo por el sólo hecho de llenar vacíos de comunicación o reconocimiento.

4. WHATSAPP

Programa que permite enviar mensajes de manera rápida e ilimitada a un costo mínimo. Para utilizar esta red social se necesita celulares (*Smartphone*) que hayan descargado dicha aplicación o servicio. De esta manera se crea consumo pues al no tener un teléfono capaz de ejecutar el programa, las personalidades débiles se sienten excluidas o subestimadas.

5. YOUTUBE

Página de Internet donde se puede encontrar todo tipo de videos: musicales, conferencias, noticias del momento, novelas, películas, deporte, ciencia, show y entretenimiento, entre otros. Además, se puede realizar comentarios de los videos, en torno a los cuales se da un elevado nivel de interacción, que van desde el reconocimiento a la agresión vil.

6. SECOND LIFE

Es una red social que permite comunicarse con otras personas. Para esto se crea un avatar al cual se puede caracterizar poniéndole atuendos y modificando facciones del cuerpo y rostro, que será la imagen que se quiera mostrar en la cuenta de dicha red.

Fin de la primera parte

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Magnuson J, Dundes M, Dundes L. Gender. Differences in Social Portraits Reflected in MySpace Profiles. *Cyberpsychol Behav.* 2008;2:239-241.
- Echeburua E, Corral P. Addiction to new technologies and to online social networking in young people: A new challenge. *Adicciones.* 2010;22: 91-5.
- Back M, Stopfer J, Vazire S, Gaddis S, Schmukle S, Gosling S. Facebook profiles reflect actual personality, not self-idealization. *Clin Psychol Sci.* 2010;3:372-374.
- Manago A, Graham M, Greenfield P, Salikman G. Self-presentation and gender on MySpace. *J Appl Dev Psychol.* 2008;29:446-458.
- Valkenburg P, Schouten A, Peter J. Adolescent's identity experiments on the internet. *Queueing Syst.* 2005;7:383-402.
- Berner Enrique J, Santander Jaime T. Abuso y dependencia de internet: la epidemia y su controversia. *Rev Chil Neuropsiquiat.* 2012; 50(3):181-190.
- Vargas C. Overuse of video games with violent content: Implications for children emotional development. *Rev Psic.* 2011;1(2):8-26.
- Berner J, Santander J. Abuso y dependencia de internet: la epidemia y su controversia. *Rev Chil Neuropsiquiat.* 2012; 50(3):181-190.
- Sinkkonen HM, Puhakka H, Meriläinen M. Internet use and addiction among Finnish Adolescents. *J Child Adolesc Behav.* 2014;37:123-131.
- Lam N, Contreras H, Mori E. Adicción a internet: Desarrollo y validación de un instrumento en escolares adolescentes de lima, Perú. *Rev Peru Med Exp Salud Publica.* 2011; 28(3): 62-69.
- Maddux JF, Desmond DP. Addiction or dependence? *Addiction.* 2000;95(5):661-5.
- Yau Y, Crowley M, Mayes L, Ptenza M. Are Internet use and video-game-playing addictive behaviors? Biological, clinical and public health implications for youths and adults. *Minerva Psichiatr.* 2012;53(3):153-170.
- Young KS. The research and controversy surrounding internet addiction. *Cyberpsychol Behav.* 1999; 2:381-390.
- Müller K, Koch U, Dickenhorst A, Beutel M, Duven E, K. Wölfling. Addressing the Question of Disorder-Specific Risk Factors of Internet Addiction: A Comparison of Personality Traits in Patients with Addictive Behaviors and Comorbid Internet Addiction. *Biomed Res Int.* 2013.
- Wallace P. Internet addiction disorder and youth. *Sc Society.* 2014;15:1-121.
- Potenza MN. Should addictive disorders include non-substance-related conditions? *Addiction.* 2006;101(1):142-51.
- West R. Theories of addiction. *Addiction.* 2001;94:1445-8.
- Rideout V, Roberts DF, Foehr UG. Generation M: Media in the lives of 8-18 year-olds. Kaiser Family Foundation Study. 2005. En: <http://www.outdoorfoundation.org/pdf/ExecutiveSummaryGenerationM.pdf> (Fecha de acceso: 28 de abril 2014).
- Huston AC, Wright JC, Marquis J, Green SB. How young children spend their time: television and other activities. *Developmental Psychology.* 1999;35(4):912-25.
- Gentile DA, Lynch PJ, Linder JR, Walsh DA. The effects of violent video game habits on adolescent hostility, aggressive behaviors, and school performance. *J Child Adolesc Behav.* 2004;27(1):5-22.
- Block JJ. Issues for DSM-V: internet addiction. *Am J Psychiatry.* 2008; 165:306-7.
- Hamburger YA. Internet and personality. *Comput Human Behav.* 2010;18:1-10.
- Hamburger YA, Ben-Artzi E. The relationship between extraversion and neuroticism and the different uses of the Internet. *Comput Human Behav.* 2000;16:441- 449.
- Landers RN, Lounsbury JW. An investigation of Big Five and narrow personality traits in relation to Internet usage. *Comput Human Behav.* 2006;22:283-293.
- Rousseau J-J. El Contrato Social. Madrid: EDAF; 2007.
- Davis RA. A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Comput Human Behav.* 2001;17:187-195.
- Young K. Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychol Behav.* 1998;1: 237-44.
- Sim T, Gentile DA, Bricolo F, Serpelloni G, Gulamoydeen F. A conceptual review of research of pathological use of computers, video games, and the Internet. *Int J Ment Health Addict.* 2012;10: 748-769.
- Mirman MJ, Bonian VG. 'Mouse elbow': a new repetitive stress injury. *J Am Osteopath Assoc.* 1992;92(6):701.
- Casanova J. "Nintendinitis". *J Wrist Surg.* 1991;16:181.
- Siegal IM. Nintendonitis. *Orthopedics.* 1991;14:745.
- Schink JC. Nintendo enuresis. *Arch Pediatr Adolesc Med.* 1991;145(10):109-4.
- Corkery JC. Nintendo power. *Arch Pediatr Adolesc Med.* 1990;144(9):9-59.
- Chuang YC. Massively multiplayer online role-playing game-induced seizures: A neglected health problem in Internet addiction. *Cyberpsychol Behav.* 2006;9(4):451-6.
- Sánchez X, Beranuy M, Castellana M, Chamorro A, Oberst U. La adicción a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno? *Adicciones.* 2008;20:149-160.
- Beranuy M, Carbonell X. Entre marcanitos y avatares: adicción y factores de riesgo para la juventud en un mundo

- digital. Universitat Ramon Llull. *Documentos*; 8:131-145.
37. Hwang SW. Fifth hour game playing leads to death. *Chung Ang Daily*. 2005.
 38. Payne JW. Caught on the Web. *Washington Post*. 2006. En <http://www.washingtonpost.com/wpdyn/content/article/2006/11/10/AR2006111001571.html> (fecha de acceso 30 de abril 2014).
 39. Kuss DJ, Griffith MD. Internet gaming addiction: a systematic review of empirical research. *Int J Ment Health Addict*. 2011.
 40. Etxeberria F. Videojuegos violentos y agresividad. *Rev Inter*. 2011; 18:31-39.
 41. Gabbiadini A, Andrighetto L, Volpato C. Brief report: Does exposure to violent video games increase moral disengagement among adolescents? *J Adolesc*. 2012; 35(5):1403-1406.
 42. Ko CH, Liu GC, Hsiao S, Yen JY, Yang MJ, Lin WC, et al. Brain activities associated with gaming urge of online gaming addiction. *J Psychiatr Res*. 2009; 43:739-47.
 43. Kuss DJ, Griffiths MD. Online social networking and addiction-a review of the psychological literature. *Int J Environ Res Public Health*. 2011; 8:3528-52.
 44. Grant JE, Brewer JA, Potenza MN. The neurobiology of substance and behavioral addictions. *CNS Spectr*. 2006;11(12):924-30.
 45. Blanco C, Moreyra P, Nunes EV, Saiz-Ruiz J, Ibanez A. Pathological gambling: addiction or compulsion? *Semin Clin Neuropsychiatry*. 2001; 6(3):167-76.
 46. Block JJ. Issues for DSM-V: internet addiction. *JAMA Psychiatry*. 2008; 165(3):306-7.
 47. Yuan K, Qin W, Wang G, Zeng F, Zhao L, Yang X, et al. Microstructure Abnormalities in Adolescents with Internet Addiction Disorder. *PLoS ONE*. 2011; 6(6):1-8.
 48. Montag C, Kirsch P, Sauer C, Markert S, Reuter M. The role of the CHRNA4 gene in Internet addiction: a case-control study. *J Addict Med*. 2012; 6(3):191-5.
 49. Yen JY, Ko CH, Yen CF, Wu HY, Yang MJ. The comorbid psychiatric symptoms of Internet addiction: attention deficit and hyperactivity disorder (ADHD), depression, social phobia, and hostility. *J Adolesc Health*. 2007; 41:93-8.
 50. Yen JY, Yen CF, Chen CS, Tang TC, Ko CH. The association between adult ADHD symptoms and internet addiction among college students: the gender difference. *Cyberpsychol Behav*. 2009; 12:187-91.
 51. Tao ZL, Liu Y. Is there a relationship between Internet dependence and eating disorders? A comparison study of Internet dependents and non-Internet dependents. *Eat Weight Disord*. 2009;14:77-83.
 52. Bernardi S, Pallanti S. Internet addiction: a descriptive clinical study focusing on comorbidities and dissociative symptoms. *Compr Psychiatry*. 2009;50(6):510-6.
 53. Achab S, Nicolier M, Mauny F, Monnin J, Trojak B, Vandell P, et al. Massively multiplayer online role-playing games: comparing characteristics of addict vs non-addict online recruited gamers in a French adult population. *BMC Psychiatry*. 2011; 11:144.
 54. Yen JY, Ko CH, Yen CF, Chen SH, Chung WL, Chen CC. Psychiatric symptoms in adolescents with internet addiction: Comparison with substance use. *Psychiatry Clin Neurosci*. 2008; 62: 9-16.
 55. Ko CH, Yen JY, Yen CF, Chen CS, Weng CC, Chen CC. The association between Internet addiction and problematic alcohol use in adolescents: the problem behavior model. *Cyberpsychol Behav*. 2008;11(5):571-6.
 56. Harris I. Interactive Born to Be Wired: Understanding the First Wired Generation. 2003. En:http://www.amic.org.sg/Resources/Research_Materials/Media_Youth_and_Children/Born%20to%20be%20Wired%20Information%20Entertainment.pdf (fecha de acceso 01 de mayo 2014).

CORRESPONDENCIA:

Dr. Martín Nizama Valladolid
e.mail: maniva@terra.com.pe