

El binge-watching o afartament de sèries de TV. Estem davant d'un nou tipus d'addicció?

Al començament del present segle s'ha donat l'anomenada edat d'or de la televisió. L'aparició d'una gran varietat de sèries, utilitzant enormes quantitats de diners i repartiments propis de grans produccions cinematogràfiques, va propiciar una sèrie de canvis dràstics en el consum d'oci. En la present dècada s'ha perfilat i popularitzat el visionat a la carta, afavorit per grans plataformes de 'video on demand' (Netflix, HBO, Amazon Prime, Hulu, etc.), que juntament amb la disponibilitat de connexions de banda ampla a Internet, ens permet tenir de manera immediata un interminable catàleg de sèries i pel·lícules de qualitat i sense publicitat.



Aquest canvi a la nostra conducta de consum d'oci està provocant que es produeixen visionats abusius de capítols de sèrie, especialment en joves adults, amb trets que coincideixen amb una conducta addictiva en tota regla. Una recent revisió sistemàtica de Flayelle i col·laboradors (2020) ha posat de manifest que aquestes coincidències realment existeixen, tot i que ens

trobem davant d'un fenomen que encara està en procés de definició: cal determinar quin és el llindar a partir de qual una alta freqüència de visionat pugui ser considerada com binge-watching (o afartament de sèries de TV), i potser seria un error basar-nos en els actuals criteris diagnòstics de les addiccions comportamentals sense abans haver estudiat en profunditat aquesta conducta.

Flayelle, M., Maurage, P., Di Lorenzo, K.R. *et al.* (2020). [Binge-Watching: What Do we Know So Far? A First Systematic Review of the Evidence](https://doi.org/10.1007/s40429-020-00299-8). *Current Addiction Report* **7**, 44–60. <https://doi.org/10.1007/s40429-020-00299-8>