

≡ La prevención
de las

**Adic
ciones**

una misión

éptica

#27JMisiónÉptica

**Martes
13 Noviembre**

**Aula Magna. Facultat
de Medicina. Universitat de València**



AJUNTAMENT DE VALÈNCIA
REGIDORIA DE SANITAT, SALUT I ESPORTS



**UPCCA
VALÈNCIA**

fad



**GENERALITAT
VALENCIANA**
Conselleria de Sanitat
Universitat i Salut Pública

**XXVII Jornada
sobre adicciones**

- > Videjuegos
- > Apuestas Online
- > Gamificación

≈ La prevención
de las
Adicciones
una misión
épica

#27JMisiónÉpica

**Martes
13 Noviembre**

+Aula Magna. Facultat
de Medicina. Universitat de València+

Organiza:



Colaboran:



Comité Organizador

Presidente:

Francisco-Jesús Bueno Cañigral

Secretaria:

Laura Ferrer Mora

Vocales:

Rocío Benito Corchete

Vicent Ferrer i Marco

Asunción Hernández Lahuerta

Mario Jordá Gilabert

Ana Quiles Puchades

Comité Técnico

Presidente:

Rafael Aleixandre Benavent

Secretario:

Ricardo Pérez Gerada

Vocales:

Antonia Arjona García

Salvador Campins Espí

Juan Manuel Carrillo Villar

Amparo Gómez Requena

Armando Serrano Badía

Edita:

PPlan Municipal de Drogodependencias (PMD)

Unitat de Prevenció Comunitària en Conductes Addictives (UPCCA-València)

Concejalía de Sanidad, Salud y Deportes

Ajuntament de València

ISBN: 978-84-9089-182-7

Imprime: Martín Gràfic

Depósito Legal: V-857-2019

ÍNDICE

CONFERENCIA INAUGURAL

PRESENTACIÓN

Dr. D. Francisco-Jesús Bueno Cañigral

Jefe de Servicio. Plan Municipal de Drogodependencias (PMD).
Unitat de Prevenció Comunitaria en Conductes Addictives (UPCCA-
València).
Regidoria de Sanitat, Salut i Esports. Ajuntament de València. **4**

NEUROEDUCACIÓN Y ADICCIONES.

PROPUESTAS ÉTICAS PARA SOBREVIVIR EN EL ENJAMBRE DIGITAL

DDr. D. Agustín Domingo Moratalla **8**
Profesor de Filosofía Moral y Política. Universitat de València
Director Universidad Internacional Menéndez Pelayo en València

INAUGURACIÓN OFICIAL

Dr. D. Francisco Javier Chorro Gascó

Decano de la Facultat de Medicina **22**
Universitat de València

D^a. Maite Girau Meliá

Regidora de Sanitat, Salut i Esports **25**
Ajuntament de València

D^a. Rosa María Pérez Mencia

ASubdirectora General de Actividad Asistencial Integrada **28**
Conselleria de Sanitat Universal i Salut Pública
Generalitat Valenciana

D^a. Beatriz Martín Padura

Directora General de la Fundación de Ayuda a la Drogadicción (FAD) **31**

D^a. María Azucena Martí Palacios

Delegada del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas **36**
Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social

MESA REDONDA:

VIDEOJUEGOS Y APUESTAS ONLINE: FORTALEZAS Y RIESGOS

MODERA: Dr. D. Francisco-Jesús Bueno Cañigral

Jefe de Servicio. Plan Municipal de Drogodependencias (PMD).
Unitat de Prevenció Comunitaria en Conductes Addictives (UPCCA- 39
València).
Regidoria de Sanitat, Salut i Esports. Ajuntament de València.

LOS ELEMENTOS DE JUEGO EN EL AULA: GAMIFICACIÓN

D^a. Azahara García Peralta

Consultora Especializada en eLearning, Gamificación e Innovación 40
Educativa

¿POR QUÉ SON ADICTIVOS LOS VIDEOJUEGOS?

D. Roc Massguer

Periodista y Youtuber especializado en videojuegos 46

MESA REDONDA:

**ACTUACIONES CONCRETAS EN PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES
TECNOLÓGICAS**

MODERA: Dr. D. Rafael Aleixandre Benavent

Investigador del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) 55
Instituto de Gestión e Innovación y el Conocimiento-Ingenio (CSIC-UPV)
UISYS, Unidad Mixta de Investigación, Universitat de València - CSIC

EXPERIENCIAS DE UN ADICTO AL JUEGO

UN ACERCAMIENTO MULTIDISCIPLINAR A LA LUDOPATÍA

D. Francisco Miguel López Pina

Docente en Usos Seguros de Nuevas Tecnologías y Prevención de 59
Adicciones Sin Sustancias. Gamer y Betatester.

**LA INFLUENCIA DE LA ADICCIÓN A LA TECNOLOGÍA EN LAS
CONDUCTAS VIOLENTAS DE LOS MENORES**

D^a. Alicia Salavert Cardona

Fiscal de la Audiencia Provincial de Valencia adscrita a la Sección de 72
Menores.

CONFERENCIA DE CLAUSURA

PRESENTACIÓN:

D^a. Laura Ferrer Mora

87

Responsable Programas FAD en PMD/UPCCA-València

NUEVAS MISIONES EN PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES: ENTRAMOS EN EL JUEGO”

D^a. Tíscar Lara

88

Directora de Comunicación de la Escuela de Organización Industrial (EOI) y Experta en Comunicación Digital y Redes Sociales

CONFERENCIA INAUGURAL

PRESENTACIÓN:

Dr. D. Francisco-Jesús Bueno Cañigral

Jefe de Servicio. Plan Municipal de Drogodependencias (PMD).

Unitat de Prevenció Comunitaria en Conductes Addictives (UPCCA-València).

Regidoria de Sanitat, Salut i Esports. Ajuntament de València.

Buenos días, bienvenidos a esta **XXVII Jornada sobre Adicciones, que hemos titulado “LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES: UNA MISIÓN ÉPICA”. Videojuegos, apuestas online, gamificación.**

En nombre de todos los profesionales del Servicio de Drogodependencias de la Concejalía de Sanidad y Salud del Ajuntament de València, agradezco a todas las Asociaciones y Entidades que colaboran y participan en la realización de esta Jornada, ubicando además en el hall de la Facultad de Medicina sus mesas con información de todas las actividades que realizan.

También agradezco la presencia de Dña. Beatriz Martín Padura, Directora General de la Fundación de Ayuda a la Drogadicción (FAD) y de Dña. María Azucena Martí Palacios, Delegada del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social y del profesor D. Rafael Aleixandre Benavent, Investigador del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) del Instituto de Gestión e Innovación y el Conocimiento-Ingenio (CSIC-UPV) y de la Unidad Mixta de Investigación, Universitat de València-CSIC (UISYS).

Se incorporarán más tarde el Dr. D. Francisco Javier Chorro Gascó, Decano de la Facultad de Medicina de la Universitat de València y Dña. Rosa María Pérez Mencia, Subdirectora General de Actividad Asistencia Integrada de la Conselleria de Sanitat Universal i Salut Pública de la Generalitat Valenciana.

En el Servicio de Drogodependencias nos esforzamos cada año para realizar una Jornada sobre Adicciones que aborde temas de actualidad y que generen no sólo expectación sino también debate, además de que toda la organización sea lo más perfecta posible; por lo que agradezco a todos los profesionales del Servicio de Drogodependencias y a los/as colaboradores/as del mismo, su implicación en la realización de esta Jornada y muy especialmente a Dña. Laura Ferrer Mora, Responsable de los Programas de la FAD en el Servicio de Drogodependencias (PMD/UPCCA-València), por su excelente trabajo en la organización de esta XXVII Jornada sobre Adicciones.

Dicho esto, me corresponde hacer una breve reseña bibliográfica del Dr. D. Agustín Domingo Moratalla.

Es Profesor Titular y Catedrático acreditado de Filosofía Moral y Política en la Universitatd de València. Director de la Universidad Internacional Menéndez Pelayo (UIMP) en Valencia

Licenciado en Filosofía y Letras por la Universidad Pontificia de Comillas. Doctor en Filosofía y Letras con estudios de Derecho. Ha sido Catedrático de Bachillerato y Profesor Encargado de Cátedra en la Universidad Pontificia de Salamanca.

Amplió sus estudios en la Universidad Católica de Lovaina y en el Centro de la Cultura y los Valores de la Universidad de Washington.

Puso en marcha la Facultad de Ciencias Políticas y de la Administración de la Universidad Cardenal Herrera-CEU de Valencia.

Ha sido Profesor Invitado en México (ITAM, CETYS), Santo Domingo (Instituto P. F. Bono), Chile (Universidad Católica de Valparaíso, Universidad Cardenal Silva Henríquez e Instituto Tecnológico Metropolitano de Santiago) y Washington (The Council for Research in Values and Philosophy, CUA).

Es Miembro de varios consejos de redacción de revistas (Veritas, Diálogo Filosófico, Corintios XIII). Miembro de la Red Europea para la Ética de la Empresa: European Bussiness Ethics Network. Miembro de la Comunidad ETNOR. Ética de los negocios y de las organizaciones. Foro de debate sobre ética y responsabilidad social en empresas y organizaciones.

Fue Director General de la Familia, Menor y Adopciones de la Generalitat Valenciana (2001-2003).

Ha recibido varios Premios nacionales de prensa como: Ministerio de la Juventud (1986), Manos Unidas (1990, 1992, 2006), Enrique Ferrán (1994).

Colabora con diferentes medios de comunicación. Entre otros, en la sección de Opinión de Unión Editorial y del Grupo Vocento, sección de artículos que titula dominicalmente “Marinero en tierra”.

Entre sus publicaciones destacan: 71 Artículos de revistas, 35 Colaboraciones en obras colectivas, 29 Libros, 12 Tesis Doctorales dirigidas y la coordinación de otras dos publicaciones.

Su primer libro lo publicó en el año 1985, con el título “Un humanismo del siglo XX. El personalismo”; y el último en febrero de 2018, con el título

“Condición humana y ecología integral”. Entre medias cabe destacar dos libros: “Educación y redes sociales”. “La autoridad de educar en la era digital” (2013) y “El arte de cuidar. Atender, dialogar y responder” (2013).

Participó el dieciocho de diciembre del año 2012 en la **XXI Jornada sobre Drogodependencias: Menores y adicciones, una nueva mirada**, impartiendo la Conferencia Inaugural: **“El nuevo cerebro juvenil: entre la insignificancia y la esperanza”**, de la cual me he permitido extraer el apartado “La hora de la neuroeducación”, que por su vigencia me permito leer unos párrafos para que los recordemos:

“En los últimos años hemos asistido a un gran desarrollo de las neurociencias. Las nuevas tecnologías del diagnóstico por imagen nos han permitido adentrarnos en el funcionamiento del cerebro humano. Estos cambios han afectado de tal forma a las ciencias humanas que ahora la Psicología y la Sociología de la educación se han visto obligadas a dialogar con las Neurociencias. El resultado más inmediato ha sido el nacimiento de un nuevo ámbito del conocimiento que recibe el nombre de Neuroeducación. A primera vista puede parecer un ámbito del conocimiento que reduce los problemas de aprendizaje a problemas neuronales, como si el diagnóstico cerebral nos permitiera localizar el lugar del cerebro donde intervenir y modificar o corregir las patologías de la conducta humana.

Sin embargo, aunque la explicación de la conducta pueda resultar cerebralmente fácil, el ser humano es mucho más que su cerebro y la acción humana siempre es interacción abierta a la interpretación. La Neuroeducación no puede presentarse como un ámbito de conocimiento ajeno a los problemas éticos tradicionales de la investigación educativa. Por ejemplo, la relación con los intereses, los valores, los deberes y los fines de la experimentación científica. A medida que conocemos mejor el cerebro, mayores son los problemas éticos que se nos presentan.

Para evitar la simplificación y reduccionismos, la Neuroeducación está llamada a dialogar con la Neuroética y afrontar conjuntamente los nuevos desafíos que la educación juvenil nos plantea. Las investigaciones neuronales y el desarrollo de las diferentes teorías de la inteligencia humana no sólo han determinado el nacimiento de la Neuroeducación sino que están contribuyendo a la consolidación de la Neuroética.

La neuroética no tiene como finalidad corregir, vigilar o tutelar los desarrollos de la neuroeducación. Tiene como finalidad clarificar sus desarrollos y alertar a la comunidad educativa para que asuma sus responsabilidades ante las nuevas investigaciones y desafíos. Al reclamar la atención de los educadores nos está pidiendo capacidad para innovar nuestras prácticas educativas y reconstruir con nuevas categorías nuestras viejas responsabilidades”.

Muchas gracias profesor Agustín Domingo Moratalla, por aceptar impartir la Conferencia Inaugural **“Neuroeducación y adicciones. Propuestas éticas para sobrevivir en el enjambre digital”** de esta **XXVII Jornada sobre Adicciones**, que seguro que nos resulta muy interesante y nos hace pensar.

Muchas gracias a todos por vuestra asistencia.

Cedo la palabra al Profesor Agustín Domingo Moratalla.



Francisco-Jesús Bueno Cañigral

NEUROEDUCACIÓN Y ADICCIONES. PROPUESTAS ÉTICAS PARA SOBREVIVIR EN EL ENJAMBRE DIGITAL*

Dr. D. Agustín Domingo Moratalla

Profesor de Filosofía Moral y Política. Universitat de València

Director Universidad Internacional Menéndez Pelayo en València

<http://marineroet.blogspot.com>

Introducción

El objetivo de estas páginas es ofrecer a los educadores un conjunto de propuestas éticas para sobrevivir en el enjambre digital. Quiero llamar la atención a padres y maestros para que no nos situemos ingenuamente ante la cultura digital y las competencias digitales. No estamos únicamente ante una nueva metáfora que sustituye la idea de “tejido” por la de “enjambre”, estamos ante lo que algunos periodistas de investigación han llamado el “vientre oscuro” de las redes sociales.¹ Las redes sociales han llegado para quedarse y por eso es importante no sólo que nuestra relación como usuarios sea crítica y reflexiva sino que transmitamos esa relación responsable en los diferentes ámbitos educativos donde nos movemos. Esta llamada a la responsabilidad no la hago únicamente ante el conjunto de adicciones sino ante lo que podemos llamar “adicción digital”.

Aprovecharemos las investigaciones que nos proporcionan las neurociencias porque vuelven a incidir en el carácter no determinado de la acción humana, es decir, siguen siendo una invitación a la responsabilidad personal, social, política y cultural porque la conducta humana está condicionada pero no determinada. Desarrolladas en el ámbito educativo, las neurociencias nos ofrecen consideraciones valiosas que han generado una especialidad educativa que llamamos “**Neuroeducación**”. Con la aplicación de las neurociencias al ámbito educativo aún somos más conscientes de que nuestro cerebro está toda la vida aprendiendo, desde el nacimiento hasta la muerte. Es más, los datos de las investigaciones sobre el cerebro de los adolescentes refuerzan cada vez más la necesidad de cuidar de manera especial la educación en la adolescencia por ser un momento especial de maduración y modulación del cerebro. Pero si hay algo importante que nos enseñan las neurociencias aplicadas a la educación y, por lo tanto, la Neuroeducación, es que la acción humana no es un atributo o función única del cerebro sino de toda la persona que actúa.

Aunque tengamos que conocer cómo funciona el cerebro de los jóvenes y adolescentes, las investigaciones en Neuroeducación nos recuerdan la importancia de las emociones, los entornos culturales, las familias y, en general, las condiciones con las que la totalidad de una persona adolescente se convierte en una persona adulta. La recuperación de la información y los datos que nos proporciona la Neuroeducación es necesaria para promover una educación para la responsabilidad solidaria, aunque no es suficiente. Nuestra misión educativa está condicionada por la información que la Neuroeducación recoge con las aportaciones de las Neurociencias, pero no está determinada. Son saberes que nos ayudan a explicar el comportamiento del cerebro adolescente o juvenil pero la educación no sólo requiere explicar conductas sino comprender e interpretar la acción humana. Para los educadores, la Neuroeducación es una herramienta necesaria pero resulta insuficiente porque el ser humano es mucho más que su cerebro.

Partiendo de estas consideraciones, voy a realizar diez propuestas para que padres, maestros y educadores en general, habitemos lo que Byung Chul Han ha llamado “enjambre digital”. La revolución digital ha generado un nuevo tipo de masa que describe como “enjambre”: *“Somos programados de nuevo a través de este medio reciente, sin que captemos por entero el cambio radical de paradigma. Cojeamos tras el medio digital que, por debajo de la decisión consciente, cambia decisivamente nuestra conducta, nuestra percepción, nuestra sensación, nuestro pensamiento, nuestra convivencia. Nos embriagamos hoy con el medio digital, sin que podamos valorar por completo las consecuencias de esta embriaguez. Esta ceguera y la simultánea obnubilación constituyen la crisis actual”*.²

1. Neuroeducación y adicción digital

En este contexto de responsabilidad educativa, aunque sea menos conocida, la adicción digital ha desplazado al resto de adicciones. Lo ha hecho de una manera especial entre las nuevas generaciones porque el mundo digital les permite una presencia y visibilidad que son psicológicamente determinantes. Como sostiene Z. Bauman, *“En la era de la información, la invisibilidad es sinónimo de muerte”*.³

Recordemos que desde 2018 el Ministerio de Sanidad ha incluido por primera vez las Adicciones a las Nuevas Tecnologías en el Plan Nacional de Adicciones. Desde ese mismo servicio público se ha señalado que el principal grupo de riesgo son los adolescentes y jóvenes. Aunque la Organización Mundial de

la Salud (OMS) no la reconozca como adicción, admite como adicción sólo la adicción a los videojuegos. El profesor Isidro Catela, *“No es una cuestión baladí. Hay que abordarlo profesionalmente porque en estos jóvenes hiperexpuestos a la red, a menudo subyace un trastorno psicológico que se debe tratar cuanto antes mejor. De no atajarse a tiempo, de adultos pueden convertirse en personas inseguras, introvertidas, con miedo al rechazo y a la desaprobación social por su baja autoestima. Suena muy fuerte, pero en este sentido, los especialistas sostienen que la terapia para dejar de hacerse un selfi a diario es parecida a la de la drogadicción y se base en intervenir en el desarrollo de personalidades más fuertes”*.⁴

¿Cómo entender el término “personalidades más fuertes”? El propio profesor Catela se inscribe en la tradición aristotélica y retoma la necesidad de recuperar el concepto de hábito para la educación y, junto a él, la distinción entre buenos hábitos que serían “virtudes” y malos hábitos que serían “vicios”. Con esta recuperación del hábito no se limita a una simple práctica o repetición continuada sino a una “buena práctica” y, a la vez, a la práctica de una acción considerada como buena o excelente.

En este mismo contexto, el propio José Antonio Marina recuerda los planteamientos psicológicos de Martin Seligman que pide recuperar el término “virtudes” para la neuroeducación en el camino de una ciencia de la excelencia humana: *“Los psicólogos no debemos tan solo estudiar los problemas de la mente humana, sino también sus fortalezas. Y debemos hacerlo de manera sistemática. En cada cultura ha habido siempre un modelo de excelencia, concretado en un modo de sentir y actuar, en unas virtudes. Lo primero que nuestro grupo de investigación estudió fue si había un consenso universal en este tema... y encontramos un consenso universal en admitir seis virtudes básicas: sabiduría, valentía, humanidad, justicia, templanza y trascendencia...las hemos hallado empíricamente, no son fruto de una elaboración filosófica o teológica. Es lo que la humanidad, a lo largo de la historia, ha ido descubriendo como bueno”*.⁵

La promoción de las virtudes nos puede ayudar a controlar la voluntad y evitar las características propias de la adicción: dependencia, actividad con consecuencias lesivas para la persona y cambio no saludable de conducta. Recordemos que aunque la OMS no reconoce aún la adicción digital, sí está reconocida la adicción al vecino mundo de los videojuegos. Por eso es importante trabajar en términos educativos y preventivos que nos permitan buscar la excelencia y forjar un carácter.

2. De instruir el cerebro a forjar un carácter

Nos situamos así en un horizonte educativo en el que, además de promover determinadas actitudes que vayan en esta dirección, también tendríamos que promover determinadas virtudes que nos permitan educar para el carácter. En este sentido, la neuroeducación no sólo nos puede orientar para educar un cerebro que siente y se emociona sino para educar a un cerebro cuya plasticidad está en la base de nuestro quehacer educativo. La responsabilidad educativa no sólo nos lleva a corregir nuestro cerebro sino a mejorarlo, por eso más que hablar de cerebro, el profesor J. A. Marina prefiere hablar de una inteligencia que genera emociones y gestiona sentimientos. Y en este contexto exige prestar atención al aprendizaje de buenos hábitos afectivos que identifica como “carácter”. Y aquí recuerda un elemento que tiene mucha importancia en el desarrollo de nuestra estructura neuronal: “las creencias”.

Aprovechando las investigaciones de neuroeducativas de Michael Gazzaniga, J. A. Marina señala que lo importante es “suscitar creencias adecuadas en los niños”.⁶ Si nos planteamos cómo distinguir entre creencias adecuadas e inadecuadas en orden a la organización de nuestras prácticas educativas, es importante no sólo pensar en términos de cerebro sino en términos de consciencia y de unificación de la identidad. Como afirma Gazzaniga, no nos dirigimos únicamente a un cerebro sino a un “intérprete”.

A juicio de este neurocientífico, la unidad psicológica que experimentamos surge del sistema especializado que llama “intérprete”: “que genera explicaciones sobre las percepciones, los recuerdos y las acciones, así como los vínculos entre todos estos elementos. Todo ello conduce a un relato personal, la historia que engarza los aspectos dispares de nuestra experiencia consciente en un todo coherente: el orden en el caos. El módulo del intérprete parece un rasgo exclusivamente humano y una competencia específica del hemisferio izquierdo. El impulso de generar hipótesis es el desencadenante de las creencias humanas que, a su vez, ponen límites al cerebro”.⁷

3. Sin instrucciones para la era digital

La primera consideración es básica: la era digital ha venido sin un libro de instrucciones. Si antes educaba la tribu ahora no sabemos dónde están localizados los educadores: ¿En la aldea o en la jungla global? ¿Quién hay detrás de las pantallas y las redes? Se ha producido una metamorfosis en la socialización educativa donde se han concretado todas y cada una de las

propuestas que Italo Calvino nos recordaba para el próximo milenio: levedad, rapidez, exactitud, visibilidad y simultaneidad.⁸

Aplicadas al campo educativo, las propuestas han traído como consecuencia la resignación ante la dispersión, pluralidad y desorientación en la reflexión sobre la vida familiar. Hemos pasado de un tiempo en el que nos preocupaba la existencia de un canon de vida familiar a un tiempo que parece no necesitar ningún canon, ninguna regla fija ni tampoco ninguna identidad sólida. Asistimos así a la fragilidad y vulnerabilidad de las relaciones familiares sin mostrar preocupación alguna por la desaparición del canon.

En el ámbito de la educación formal, los centros educativos se encuentran sometidos a cierta “lotería del maestro”, es decir, a las características personales del profesor que le haya tocado a nuestros hijos. La lotería del maestro ha sobrevivido a unas reformas educativas que se han propuesto y que, en realidad, a excepción de la LOGSE de 1985, apenas si han tenido tiempo de aplicarse. Ante este panorama, la pluralidad de propuestas que aparecían en las legislaciones, la pluralidad de modelos de gestión que se han aplicado, la pluralidad de programas con los que se han desarrollado las materias sólo se coordinaba cuando ante la espada de Damocles de la selectividad o las temidas “pruebas diagnóstico”.

Entre tanto, la llegada de las competencias digitales ha revolucionado los profesores, los programas, los centros y los sistemas. De repente, al conjunto de competencias anteriores debemos añadirle la “competencia digital” y empezar a tener criterios pedagógicos para reaccionar ante la colonización de las herramientas digitales, empezando por las móviles o las pizarras digitales y terminando por nuestra presencia como educadores en las redes. Y eso sin contar el impacto de las redes en la comunicación entre agentes educativos: padres, profesores y alumnos. Estos cambios en el “hardware” o parte física de la educación también han afectado al “software” o parte lógica, instructiva o programática de la educación. Hemos fragmentado la inteligencia y hablamos de inteligencias múltiples y en los procesos de identificación cultural predominan las relaciones líquidas, múltiples y “a la carta”.

4. Adolescencia y plasticidad neuronal

Los mayores problemas con la adicción digital se plantean entre adolescentes y jóvenes. La población entre 14 y 18 años es la que tiene un uso abusivo de las nuevas tecnologías. Esto significa que debemos prestar especial atención a los problemas de adicción digital que se presentan en la adolescencia,

es una etapa clave para el desarrollo de la personalidad y especialmente vulnerable en términos de plasticidad neuronal.

Recordemos los planteamientos de Erick H. Erickson cuando reclamaba especial atención a esta edad y su crisis específica. Era un momento importante en la construcción de la identidad personal y no podemos conformarnos con el hecho de que en nuestros ambientes todas las identidades se presenten en forma “líquida”. La búsqueda de una identidad básica y sustancial no es, necesariamente, la búsqueda de un elemento “dogmático” o “fundamentalista” de la personalidad. En la forja del carácter son importantes los procesos de identificación, desidentificación y re-identificación. Desentenderse de las identidades y de los procesos de identificación en el ámbito personal y privado puede ser un lujo en el que no puede caer la comunidad educativa.

Sería bueno prestar más atención a todos los procesos educativos relacionados con la adolescencia dada la precariedad neuronal de los esquemas o creencias de nuestro cerebro. Aunque siempre ha sido un momento determinante en la configuración de la personalidad por ser una época de transición biológica (cambios hormonales, corporales, neuronales), la adolescencia requiere hoy una atención especial porque protagoniza los cambios generacionales que está provocando la era digital. Ya no estamos ante el paso de inmigrantes a nativos digitales, tampoco de “millenials” a la generación Z, la Alfa o la “T” de táctil. El tránsito de la adolescencia a la juventud es una ocasión clave para reflexionar sobre la educación de estos nuevos ciudadanos que viven enganchados al elixir de la eterna conexión.

5. Plasticidad, responsabilidad en la forja del carácter

La neuroeducación nos proporciona datos importantes sobre el desarrollo cerebral en la adolescencia. Recordemos que hace unos años se pensaba que el cerebro adolescente ya era un cerebro plenamente desarrollado después de la infancia. Ahora sabemos que está en continuo desarrollo y su plasticidad es determinante en la adolescencia. Con ello, la otra cara de los procesos educativos es la especial responsabilidad de padres y maestros en la atención de esta etapa de la vida.

En la adolescencia sabemos con certeza que también se producen cambios en la corteza frontal del cerebro que afectan a las funciones ejecutivas de la vida humana:

“La función ejecutiva describe la capacidad que nos permite controlar y coordinar los pensamientos y la conducta. Incluye la facultad de dirigir la atención, planear tareas futuras, inhibir conductas inapropiadas o tener presentes varias cosas a la vez... la atención selectiva, la toma de decisiones y las habilidades para inhibir respuestas, junto con la facultad para realizar múltiples tareas a la vez, son capacidades que podrían mejorar en la adolescencia”.⁹

Los neurocientíficos nos recuerdan una distinción importante cuando nos planteamos la pregunta por las virtudes y la forja del carácter: la complementariedad entre “modelar” y “modular”. En los procesos educativos, en tanto que procesos de identificación, aparecen modelos de personalidad, tipos que representan formas diferentes de carácter. Estos procesos de identificación también son categoriales porque nos ayudan a organizar las identidades según módulos o categorías. En términos de estos investigadores: “...en este período el cerebro todavía se está desarrollando: es adaptable y necesita ser modelado y moldeado. Tal vez los objetivos de la educación deberían cambiar para incluir el fortalecimiento del control interno, por ejemplo, el aprendizaje al propio ritmo, evaluación crítica del conocimiento transmitido y destrezas después de, o junto a, los estudios...El aprendizaje es ultrarápido en estos períodos...acaso la actividad predominante sea la modularización de destrezas transmitidas culturalmente que fueron aprendidas en ausencia de mecanismos de arrancada”.¹⁰

6. Sabiduría práctica en la galaxia Steve Jobs

Como ya hemos señalado en otras ocasiones, el dilema que nos planteó Umberto Eco en su libro “Apocalípticos e Integrados” no nos vale a los padres y educadores. Las actitudes apocalípticas que presentan la era digital como un anticipo del final de los tiempos y situándose con cierta nostalgia ante modelos educativos anteriores, está condenada al fracaso. En lugar de promover la continuidad crítica entre generaciones plantea sitúa las generaciones en burbujas aisladas e incomunicadas. Las actitudes integradas tampoco nos resultan educativamente responsables porque suponen la aceptación acrítica de lo nuevo, como si todos estuviéramos obligados a buscar el grial de la inmortalidad digital.

En lugar de seguir a Umberto Eco preferimos seguir a Max Weber y proponer una ética de la convicción articulada desde la responsabilidad. En lugar de desentendernos de las identidades, las tradiciones, los valores, las

creencias y los procesos de identificación, los educadores estamos llamado al “compromiso”. Una categoría intempestiva que no debe entenderse en términos de militancia política sino en términos de militancia moral, es decir, con capacidad para acompañar y compartir propuestas que encarnamos mediante nuestro testimonio educativo.

Además, esta reivindicación de la responsabilidad ha sido reforzada por los planteamientos éticos de Hans Jonas quien la ha transformado en imperativo. La educación responsable no es una opción entre otras sino un imperativo, una obligación. Más desarrollo técnico y más digitalización no reclaman más individualismo, egocentrismo y aislamiento. Más técnica exige más responsabilidad, más conocimiento y, por tanto, mayor sabiduría práctica. Lo que significa que además del principio de responsabilidad debemos aplicar el de precaución y el de prudencia.

7. Competentes y nativos desde la hiperconexión

En el análisis que realiza el profesor Catela de las diferentes generaciones de jóvenes con relación al mundo digital, recuerda que para algunos investigadores los analfabetos o ignorantes de hoy no son únicamente quienes no han estudiado o retenido lo estudiado, sino quienes se niegan a seguir educándose al pasar cierta edad. En este sentido, cuestiona quienes responsabilizan a los padres de no proporcionar una adecuada formación digital a los hijos y no estar dispuestos a aprender con ellos y prepararlos para la vida digital. A su juicio, esta voluntad de “empantallar” a los pequeños de la casa y darles un Smartphone tan pronto como son capaces de no llevárselo a la boca, le parece una barbaridad educativa.¹¹

Es cierto que la tecnología no viene con los genes y la educación para la vida digital debe realizarse desde todos los entornos, sean formales o informales. Ahora bien, tampoco el sentido común, el buen gusto y la sabiduría práctica en el uso de las redes vienen con los genes. La hiperconexión puede llevar a la adicción digital, en tanto que vicio y mal uso de las tecnologías. Mientras las nuevas generaciones ya viven el mundo digital, todavía hay padres que pertenecen a un mundo anterior y tienen que ser inmigrantes digitales. Educativamente, más que vivir o convivir con el mundo digital, son padres o educadores que sobreviven en él porque fueron “huérfanos digitales”.

Entre las nuevas generaciones digitales, hay una que ya viene con “cerebro digital”. Gary Small ha popularizado el concepto de “cerebro digital” para describir la potencia configuradora de una tecnología digital que no sólo está

cambiando nuestra forma de vivir y comunicarnos sino que está alterando, rápida y profundamente nuestro cerebro.¹² A juicio de este investigador, Internet tiene la posibilidad de mejorar el funcionamiento de nuestro cerebro con una condición: siempre que el uso no se convierta en abuso. Probablemente, a partir de ahora los dispositivos móviles se convertirán en parte del propio cuerpo, algo así como apéndices corporales.

Precisamente estas nuevas generaciones son las que reclaman más nuestra atención ya que se relacionan con las redes de manera natural, su relación con ellas es de mayor dependencia que las anteriores. Son generaciones que empatizan, colaboran y se vuelcan desinteresadamente con causas online pero cuyos vínculos personales y sociales están más debilitados que los de generaciones anteriores. Tienen mayor dificultad para realizar algunas actividades básicas de relación como mantener una conversación o hablar en público.

8. Inadaptados, idiotas y herejes

El mundo digital también está cambiando las categorías de intimidad y publicidad. Y lo está haciendo a tal velocidad que las nuevas generaciones ya hablan de “extimidad”, jóvenes que se desarrollan con una peculiar “intimidad asocial” y al mismo tiempo se exhiben a sí mismos, a veces sin pudor, en las redes sociales. Aunque este concepto ya fuera creado por Lacan para describir el comportamiento de personas que hacen pública su intimidad, es ahora cuando se ha convertido en un grave problema educativo. Sobre todo cuando estamos tratando con menores, jóvenes y adolescentes.

No es fácil tomar posición ante los nuevos procesos de adaptación. Los millennials o nuevas generaciones digitales son personas aparentemente difíciles de manejar, narcisistas, sin concentración, perezosos y que se creen con derecho a todo. Ahora bien, a juicio de Catela siguiendo a Simon Sinek, en lugar de culpabilizarlos hay que analizar en profundidad las causas de su egolatría, incidiendo en una educación fallida y proteccionista. Al referirse abiertamente a la adicción digital, es importante prestar atención a la incapacidad que muchos muestran para diferir la recompensa por un acto realizado. También es importante prestar atención al entorno cultural, social y económico que los recibe con unas expectativas y exigencias que hacen de ellos simples cerebros digitales de consumidores o usuarios de tecnologías, no personas.¹³

En este contexto, igual que ya lo hicieron Sócrates, Spinoza o Richard Rorty, el pensador B. Ch. Han recupera la figura del idiota para el mundo digital. El idiota es por esencia el desligado, el desconectado, el desinformado. No es el idiota

inocente de Dostoievski sino el idiota sabio, aquél que elige salir de la cultura dominante. El idiota es el hereje moderno, porque herejía significa “elección”. Frente a la creciente coacción a la conformidad, Han considera que es más urgente que nunca aguzar la conciencia herética.¹⁴ Con sus propias palabras: “el idiotismo se opone al poder de dominación neoliberal, a la comunicación y a la vigilancia totales. El idiota no “comunica”. Así se recoge en el silencio. El idiotismo construye espacios libres de silencio, quietud y soledad en los que es posible decir algo que realmente merece ser dicho”.¹⁵

Pensemos por un momento qué actitudes tendríamos ante quienes no sólo se sienten fuera sino que no desean participar en el mundo digital. Basta analizar nuestro comportamiento con quienes a nuestro lado no tienen móvil o whatsapp para considerarlo no sólo inadaptados sino idiotas y hasta herejes del sagrado mundo de lo digital.

9. Conexión sin comunicación: ¿el infierno son los otros?

Aunque este aislamiento deliberado del idiota sabio o el hereje digital puede ser planteado como un signo de madurez y crecimiento en una personalidad madura, hay otras formas de aislamiento que tienen naturaleza patológica porque son el resultado de la adicción digital. El término “hikikomori” describe literalmente al usuario de las redes que está recluido, apartado y retirado intencionalmente del mundo, es decir, un individuo o átomo conectado con el mundo pero incomunicado socialmente. Aunque en nuestro entorno más inmediato aún hay pocos casos de aislamiento con estas características, los expertos advierten para estar preparados porque en algunos países como Japón este aislamiento genera graves problemas de salud mental.

El profesor Catela nos ha recordado que junto a este fenómeno de adicción digital hay otros fenómenos más próximos y que pueden derivar en actitudes patológicas que resultan del mal uso “comunicativo” de las “conexiones”. Uno de ellos es la aparición en la vida familiar de un nuevo tipo de cultura que ha sido llamada “cultura del dormitorio” porque los individuos se encierran en su dormitorio y pueden estar conectados con el mundo y aislados de su familia. Como si el infierno fueran los otros personales que exigen una relación más compleja.

Se está desarrollando una peligrosa cultura en los hogares relacionada con el ensimismamiento, el solipsismo y la autorreferencialidad de los hijos. Algunos se encierran en el dormitorio y los padres descubren a la mañana siguiente que las funciones neuronales, emocionales y actitudinales han cambiado, no rinden

lo suficiente, no atienden, incrementan la agresividad y cambian los biorritmos. Como educadores estamos obligados a prestar atención a este progresivo cambio de conducta derivado del imperio individualizado de las pantallas.

Junto a estas patologías de la conexión que nos pueden llevar a un empobrecimiento de la comunicación, además de proponer una terapéutica desconexión deberíamos preguntarnos: ¿es la conexión el nuevo opio del pueblo? La conexión nos abre un mundo de promesas ilusorias y fantasías con un parecido sorprendente al que Marx asignaba a las religiones. No es baladí que los educadores conozcamos bien las diferencias entre conexión y comunicación para no confundir la desconexión con la incomunicación.

De hecho, si la cultura del dormitorio o los hikikomoris son expresión de una tendencia al individualismo, el atomismo y el narcisismo de la cultura digital, también son expresión de patologías para las que debemos estar prevenidos. Eso exige prestar más atención a la relación que todos estamos manteniendo con todo el mundo de las pantallas. Una relación que nos puede aproximar a una comunicación social más libre o generar nuevas dependencias a este tipo de “sustancias” digitales. Por ejemplo, como recuerda el profesor Catela, la nomofobia y el estrés anticipatorio son cada vez más habituales entre los usuarios de las redes. La primera describe el miedo irracional a salir de casa sin el móvil, a su pérdida, al agotamiento de la batería, el saldo o la cobertura. ¿Siguen teniendo sentido nuestros hábitos y prácticas sociales sin los dispositivos? ¿Podríamos vivir sin ellos? La segunda describe la ansiedad o estrés que produce la espera de correos electrónicos o mensajes cuando estamos conectados.

Ante el desafío de la adicción digital también es importante recuperar las posibilidades que nos permite la conexión digital. Muchas veces se trata de una adicción que se añade o acompaña a otras para las que es bueno estar prevenidos.

10. La dieta digital, oportunidad para la maduración y el silencio

Además de aprender a movernos en el mundo de la conexión on-line debemos aprender a movernos en el mundo de la comunicación off-line. La clave de una ética para la ciudadanía digital no está en la simple gestión de las conexiones sino en la nueva forma de entender y plantear la comunicación que las nuevas tecnologías nos proporcionan. En términos existenciales, de responsabilidad educativa y casi de salud pública estamos obligados a plantearnos el imperativo de la desconexión. En términos educativos y

propositivos, podemos hablar de la necesidad de aplicar una “dieta digital” para estar en plena forma.

Si aplicamos la jerga endocrinológica de la dieta, además de la desconexión podríamos hablar de articular un ayuno y una abstinencia el mundo digital en los procesos educativos. Lo que no tiene por qué significar dar la espalda a la revolución tecnológica que el mundo digital ha planteado a las prácticas educativas. Si aspiramos a una ciudadanía global y queremos conseguir, de verdad, una ética aplicada a la ciudadanía digital, tenemos que hacer propuestas educativas que no se limiten a cambiar los entornos y dejar intactas las coordenadas antropológicas.

Por ejemplo, en el ámbito de la adicción digital podemos trabajar para evitar la intoxicación digital y, por consiguiente, articular una estrategia educativa de “des-infoxicación” que pasa por el cuidado de sí, el autoconocimiento y el autodomínio. En el ámbito educativo eso exige replantear hábitos, virtudes y creencias para que el tránsito de la adolescencia a la juventud facilite el “conocimiento del sí mismo” y no el “abandono del sí mismo”.

Ante la imparable revolución cultural y educativa que está en marcha, Ethan Zuckerman, director del Center for Civic Media del MIT, afirmaba que Internet no nos convertirá por arte de magia en cosmopolitas digitales. Recordaba que si queremos maximizar los beneficios y minimizar los daños de la conexión, tenemos que asumir la responsabilidad de rediseñar las herramientas que utilizamos para encontrarnos con el mundo.¹⁶ Y no se trata únicamente de un problema de herramientas instrumentales sino de claves antropológicas que median nuestra relación con el mundo. Y quizá tendríamos que empezar por quienes tenemos más cerca, al menos gramaticalmente, los pro-nombres:

Para vivir no quiero

Islas, palacios, torres.

¡Qué alegría más grande...

¡Vivir en los pro-nombres!

La voz a ti debida. Pedro Salinas

BIBLIOGRAFÍA

* Este estudio se inserta en el Proyecto de Investigación Científica y Desarrollo Tecnológico FFI2016-76753-C2-1-P, financiado por el Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades, y en las actividades del grupo de investigación de excelencia PROMETEO/2018/121 de la Generalitat Valenciana.

1. Cfr. Carlos Fresneda, "Alarma en el Reino Unido por una generación suicida", *El Mundo*, 17/02/2019.
2. Byung-Chul Han, *En el enjambre*. Herder, Barcelona 2016, p. 11.
3. Z. Bauman, *Vida de Consumo*. FCE, Madrid, 2007, p. 27.
4. I. Catela, *Me desconecto, luego existo*. Encuentro, Madrid, 2018, p. 89-90.
5. J. A. Marina, *El cerebro infantil: la gran oportunidad*. Ariel, Barcelona, 2011, p. 93-94.
6. J. A. Marina, *Ibid.*, p. 158.
7. M. S. Gazzaniga, *¿quién manda aquí? El libre albedrío y la ciencia del cerebro*. Paidós, Barcelona, 2017, p. 131-132.
8. I. Calvino, *Seis propuestas para el próximo milenio*. Siruela, Madrid, 1990.
9. S.-J. Blakemore-U. Frith, *Cómo aprende el cerebro*. Ariel, Barcelona, 2011, p. 169
10. S.-J. Blakemore-U. Frith, *OP. Cit.*, p.171.
11. I. Catela, *ibid.*, p. 51 ss.
12. Cfr. G. Small, *El cerebro digital. Cómo las nuevas tecnologías están cambiando nuestra mente*. Urano, Barcelona, 2009.
13. I. Catela, *Ibid.*, p. 56-57.
14. B. Ch. Han, *Psicopolítica*. Herder, Barcelona 2014, p. 122.
15. B. Ch. Han, *op. Cit.*, *Ibid.*
16. Cfr. E. Zuckerman, *Rewire: Digital cosmopolitans in the Age of connection*. Norton and Company, New-York, London, 2013



Agustín Domingo Moratalla

INAUGURACIÓN OFICIAL

Dr. D. Francisco Javier Chorro Gascó

Decano de la Facultat de Medicina
Universitat de València

Buenos días.

Vamos a iniciar la Jornada sobre Adicciones que llevar por título **“La prevención de las adicciones: Una misión épica”**. Les doy la bienvenida a todos ustedes a esta Aula Magna de la Facultad de Medicina y Odontología de la Universitat de València.

Agradezco su presencia a las personas que me acompañan en esta mesa inaugural, a D^a Maite Girau Meliá, Regidora de Sanitat, Salut i Esports del Ajuntament de València. D^a Rosa María Pérez Mencia, Subdirectora General de Actividad Asistencial Integrada de la Conselleria de Sanitat Universal i Salut Pública de la Generalitat Valenciana. D^a Beatriz Martín Padura, Directora General de la Fundación de Ayuda a la Drogadicción (FAD) y a D^a María Azucena Martí Palacios, Delegada del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, por haber elegido un año más la Facultad de Medicina de la Universitat de València para realizar esta Jornada sobre Adicciones, que se ha convertido en una cita anual obligatoria con los profesores, ponentes, profesionales, estudiantes, etc., que quieren exponer, conocer e intercambiar experiencias y opiniones sobre las adicciones.

Agradezco también el esfuerzo realizado por todos los organizadores de esta Jornada, ya que veintisiete ediciones significan una dedicación muy valiosa y mantenida en el tiempo, empezando por Dr. Francisco-Jesús Bueno Cañigral, Jefe de Servicio de Drogodependencias (PMD/UPCCA-València) de la Regidoria de Sanitat i Salut del Ajuntament de València y a todo su equipo de excelentes profesionales y al Dr. Rafael Aleixandre Benavent, Investigador del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) y a todos los colaboradores de la Universitat de València.

Esta Jornada tiene un título muy elocuente **“La prevención de las adicciones: Una misión épica”**. En medicina la prevención de las enfermedades es fundamental, de ahí en gran auge de la Medicina Preventiva y la Salud Pública. En el campo concreto de las adicciones, que son un reto cambiante y constante, tiene también la prevención una gran importancia. Además de en

Ciencias de la Salud la prevención es importante en otras muchas disciplinas, pues la información, la formación y la capacitación son fundamentales en nuestra sociedad.

La Universidad representa estos ámbitos tan diversos y a la vez complementarios, pues en ella se imparten todas las disciplinas que están relacionadas con la prevención y sus diversos y variados abordajes, que se adecuan a la realidad social cada vez más cambiante aplicando las metodologías más certeras.

Felicito a los organizadores de estas Jornadas por su digna labor desarrollada año tras año, y por la elección de temas muy actuales para debatir en el día de hoy. Felicito también a los excelentes ponentes que van a intervenir, que seguro que van a hacer que la Jornada, que ya es muy atractiva y de gran interés científico, sea también amena.

También felicito a todos los asistentes, muchos de los cuales ya son asiduos a estos eventos, con la seguridad de que las expectativas que tienen depositadas en los contenidos de esta Jornada van a verse totalmente cumplimentadas.

Muchas gracias a todos por vuestra asistencia a esta Jornada.

Cedo la palabra a D^a Maite Girau Meliá, Concejala de Sanidad, Salud i Deportes del Ayuntamiento de Valencia.



Francisco Javier Chorro Gascó



Mesa inaugural

INAUGURACIÓN OFICIAL

D^a Maite Girau Meliá

Regidora de Sanitat, Salut i Esports
Ajuntament de València

Muchas gracias, buenos días y bienvenidos y bienvenidas a esta Jornada sobre Adicciones. Gracias al Sr. Decano de la Facultad de Medicina por ser el anfitrión y por acogernos en este marco incomparable que es el Aula Magna, que es el lugar donde solemos hacer estas Jornadas. Gracias a la Delegada del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas, gracias a la Directora General de la FAD, gracias la Consellería de Sanitat, representada hoy por la Subdirectora General de Actividad Asistencial Integrada; porque esta es una buena muestra de que todas las instituciones y también aquellas entidades concedoras de la materia que nos ocupa, estamos implicados e implicadas en este trabajo, que al final es construir una mejor sociedad y dotarnos de aquellos instrumentos necesarios para la mejor educación de nuestros jóvenes.

Siempre me gusta empezar estas inauguraciones poniendo en valor los efectivos municipales que tenemos, los profesionales del Plan Municipal de Drogodependencias, profesionales, hombres y mujeres, que llevan mucho tiempo trabajando en estos temas, comprometidos en la prevención de las adicciones tanto con sustancia como sin sustancia, pero que además de tener una amplia experiencia y mucho tiempo de trabajo, son también innovadores y por lo tanto son capaces de estimular el conocimiento para ser pioneros también en los mejores instrumentos para abordar los problemas que tienen los jóvenes en nuestra sociedad y construir también la mejor educación entre todas y todos.

Esta **“XXVII Jornada sobre Adicciones”** que, como cada año, se organiza desde la Regidoria de Sanitat, Salut i Esports del Ajuntament de València, con la inestimable colaboración de la Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD), la Conselleria de Sanitat de la Generalitat Valenciana, la Universitat de València y el Plan Nacional sobre Drogas (PNSD) del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. En esta ocasión, como saben, la Jornada lleva por título **“La prevención de las adicciones: Una Misión Épica”** y versará sobre la prevención de las nuevas tecnologías, los juegos de azar, los videojuegos, etc.

Han tenido ocasión de escuchar la magnífica Conferencia Inaugural **“Neuroeducación y adicciones. Propuestas éticas para sobrevivir en el**

enjambre digital”, que ha destacado aspectos muy importante sobre la educación. Porque al final el objetivo de estos espacios es siempre poner en común, reflexionar, poner el dedo en la llaga también sobre cuales son aquellas cuestiones que nos preocupan y nos ocupan y a partir de ahí diseñar también, cual es el camino que tenemos que seguir todas las Administraciones Públicas que trabajamos en esta materia, para conseguir en la sociedad mejor educación, mejores jóvenes y mejores ciudadanos.

Desde hace ya unos años, la comunicación entre los jóvenes viene marcada por la utilización de tecnologías de la información y de la comunicación. Estos sistemas de comunicación, han tenido una rápida expansión en estos años, hasta tal punto que, sin sustituir a la comunicación tradicional, el teléfono móvil y la utilización de páginas Web que crean comunidades virtuales, han adquirido una importancia central en el establecimiento de redes de comunicación que comparten gran cantidad de información y, lo que es más importante, crean nuevas actitudes y creencias compartidas. Los jóvenes mantienen una intensa y estrecha convivencia con la televisión, Internet, las videoconsolas y los dispositivos móviles.

Mientras los padres, profesores y muchos estudiosos piensan que las relaciones que los jóvenes experimentan alrededor de las pantallas son básicamente negativas, los propios jóvenes opinan lo contrario. Las pantallas han colaborado en la construcción de unos escenarios de relación y convivencia, produciendo un nuevo tiempo de ocio, basado en el entorno tecnológico, que acaricia las fronteras de lo presencial y lo virtual. La realidad es que las tecnologías son un nuevo medio de relación que con enormes posibilidades para padres e hijos, y es necesaria una aproximación positiva que permita maximizar su potencial conociendo los riesgos que entraña y la forma de combatirlos.

Me gustaría agradecer de nuevo vuestra asistencia y también la participación de todos los profesionales que nos van a acompañar durante esta Jornada, para enriquecernos con sus conocimientos y experiencias, ya que los contenidos propuestos son magníficos y las intervenciones van a ser muy importante Espero que las disfruten, que se animen a participar en los debates, les pido que intervengan activamente y que encuentren interesantes las aportaciones que hoy se realicen. Lo que se trata es de reflexionar juntos, de construir juntos, familias y entidades y administraciones para realizar los mejores proyectos. Aquí encontrarán al Ayuntamiento dispuesto a aprender, a colaborar, a implicarse en ese futuro, porque las políticas públicas de todas

las Administraciones y de todos los ámbitos están para eso, para diseñar los mejores proyectos y acompañarlos en esa construcción de ciudadanía de futuro que es lo que nos compete.

Así que gracias, buen trabajo y a seguir trabajando



Maite Girau Meliá



INAUGURACIÓN OFICIAL

D^a. Rosa María Pérez Mencia

Subdirectora General de Actividad Asistencial Integrada
Conselleria de Sanitat Universal i Salut Pública
Generalitat Valenciana

Mis agradecimientos y felicitaciones personales y de la Conselleria de Sanidad Universal y Salud Pública a la que represento, a los organizadores de esta XXVII Jornada sobre Adicciones, por partida doble:

- Primero: Por su trayectoria en el tiempo, consolidada y reconocida por todos los que estamos implicados en el campo de las adicciones.
- En segundo lugar: Por la elección de la temática de la Jornada, las adicciones online, lo cual, en estos momentos de globalización y digitalización masiva, evidencia la capacidad del ámbito profesional de identificar la necesidad de prevenir problemas presentes y futuros y responder con iniciativas de investigación, información y formación como a la que hoy asistimos.

Lo cierto es que llegan ciertos momentos en la vida, o mejor dicho ciertas edades, en las que conceptos como: realidad virtual, gamificación, juegos online, eSports y demás, aparecen ante el mundo de los adultos como una caja misteriosa de la que no dejan de salir.

Es innegable que el mundo de los videojuegos y de los deportes, en su versión online, resultan divertidos y entretenidos, y la industria cada vez se esfuerza más en lograr efectos y niveles más llamativos y sorprendentes, además, de la variedad de temáticas y versiones que abarcan con el fin de satisfacer a un público cada vez más diverso y numeroso.

Pero también es cierto que, esa integración de estrategias de juego para que la actividad diaria resulte más atractiva provoca, no en pocas ocasiones, que poblaciones con determinados factores de riesgo personales, emocionales, familiares o sociales se conviertan en grupos vulnerables donde los trastornos adictivos encuentran un fantástico caldo de cultivo.

En un momento donde, las empresas que operan en el entorno digital trabajan con la prioridad máxima de “renovarse o morir” y donde la innovación se erige como una necesidad, los recursos sanitarios y sociales reciben la entrada de adolescentes, jóvenes y no nos engañemos, también de adultos, para los que el juego se ha convertido en un serio problema.

Con los resultados del estudio realizado por la Conselleria de Sanidad el pasado año, junto con la Universidad de Valencia, sobre impacto de las Tics y el juego online sobre población escolar entre 12 y 19 años, la situación respecto al uso y abuso de videojuegos y juego online es la siguiente:

- Videojuegos: sobre una muestra de 1.161 alumnos un 65% si juega, un 44,9% lo hace todos o casi todos los días, un 24,7% le dedica tres o más horas y un 54% lo hace juegos multijugador online, sabiendo que estas modalidades son la que pueden llegar a provocar mayores problemas de adicción. A esta situación de uso se une que, un 4% de dichos jugadores cumplirá con alguno de los requisitos de adicción a videojuegos, mientras que, un 17% se situaría en estadios considerados de riesgo
- Juego online: sobre una muestra de 5.058 escolares, el porcentaje de juego entre menores de edad, considerando que es una actividad prohibida por Ley, asciende a más de la mitad (54,36%), siendo, lo más significativo que, las apuestas deportivas, respecto al resto de juegos, se han convertido en una actividad regular (“juego varias veces al mes”) para el 10% de los menores de edad. A todo ello se une que, el 2,1% de los menores de edad y el 5,4% del grupo entre 18 y 19 años, presentan criterios diagnósticos relacionados con problemas derivados del uso de juegos de azar.

Esta panorámica general trasladada al ámbito de la asistencia, se resume en:

- Un 4% de admisiones a tratamiento y el consiguiente tratamiento dispensado desde la red de unidades de conductas adictivas de la Comunidad Valenciana, por ludopatías.
- Y un aumento estimado en el doble de entradas a estos mismos recursos, desde 2015, por problemas relacionados con internet, redes sociales y videojuegos, con un 30% de menores de edad.

Con esto datos entenderán ustedes, la importancia de jornadas como las que hoy nos reúne y la apuesta decidida por la Conselleria de Sanidad de abordar estos nuevos fenómenos desde perspectivas e iniciativas como las que a lo largo del día escucharemos:

- Incluir en nuestras políticas de prevención y tratamiento el abordaje de las problemáticas relacionadas con las adicciones online como una prioridad.
- Continuar con el apoyo a los estudios epidemiológicos que midan y nos informen sobre la situación y evolución de los usos, abusos y trastornos vinculados al juego

-
- Reforzar las estrategias preventivas desde conceptos innovadores y cercanos a nuestra población diana.

Con todo ello, creo que, sin duda, conseguiremos una sociedad moderna y tecnológica pero protegida frente a nuevos riesgos y desafíos.

Buenos días y de nuevo, agradecerles a todos su presencia en esta Jornada.



Rosa María Pérez Mencía

INAUGURACIÓN OFICIAL

D^a. Beatriz Martín Padura

Directora General de la Fundación de Ayuda a la Drogadicción (FAD)

Buenos días, Bon día.

Agradezco vuestra asistencia a este evento y me encanta ver que sois mayoritariamente jóvenes, porque desde Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD) nos parece esencial haceros partícipes y daros voz cuando hablamos de temas que os atañen, como el de esta Jornada.

Agradezco a Dña. Maite Girau Meliá, Concejala de Sanidad, Salud y Deportes del Ayuntamiento de Valencia y al Dr. Francisco Bueno Cañigral, Jefe de Servicio de Drogodependencias (PMD/UPCCA-València) por volver, un año más, a contar con FAD para organizar esta **Jornada sobre Adicciones “La prevención de las adicciones: Una misión épica”** y por invitarme a participar en esta mesa inaugural, que comparto con muchas mujeres y especialistas/eminencias del tema que nos ocupa.

Agradezco también al Plan Nacional sobre Drogas del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, a la Universidad de Valencia y a la Conselleria de Sanidad Universal y Salud Pública de la Generalitat Valenciana por colaborar cada año en estas jornadas.

Llevamos ya veintisiete jornadas, y enseguida tuvimos claro es esta vez debía de abordar el tema del juego, por tres razones fundamentales:

La primera: Los datos alarmantes de crecimiento del juego tanto online como presencial en menores. Daré algunos datos de un estudio sobre la Comunidad Valenciana de Ignacio Larramendi financiado por Mapfre y del Plan Nacional sobre Drogas (PNSD), aunque imagino que la Delegada de Gobierno aportará más detalle.

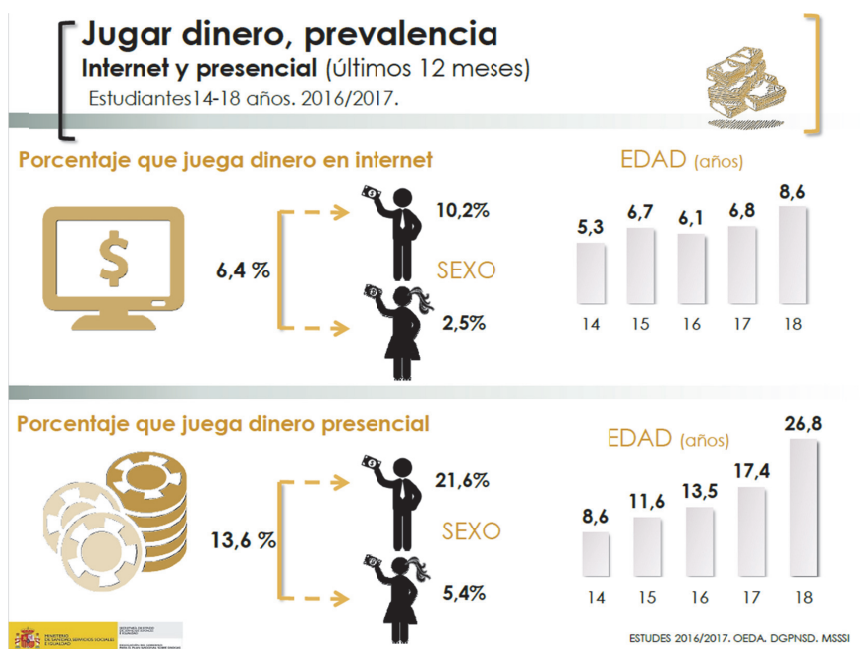
- El 54% de los menores de la Comunidad Valenciana ¹ ha jugado a un juego de azar alguna vez en la vida.

1 Según la investigación “Tecno-Lógica: desarrollo, implementación y validación de un programa de prevención de adicciones tecnológicas” financiada por la Fundación Mapfre en la convocatoria 2016 de proyectos de investigación Ignacio de Larramendi. La muestra se compuso de estudiantes de institutos y colegios de la Comunidad Valenciana. Muestra: 5.058 estudiantes (2.500 mujeres y 2.558 hombres) de 82 centros escolares de la Comunidad Valenciana, de entre 14 y 19 años de edad.

- Y a un alarmante 2,1% de estos menores se les puede considerar jugadores patológicos ², cantidad tres veces superior a la alcanzada en los adultos. Un 18% de ellos y ellas tienen problemas de juego aunque no sean considerados jugadores patológicos. Y un 20% hacen apuestas deportivas una o dos veces al mes, mayoritariamente en bares.

En el ámbito nacional, la última encuesta ESTUDES 2016/2017 señalaba que a pesar de ser ilegal, casi 140.000 menores han jugado online con dinero real en el último año, esto supone el 6,4%, con diferencias significativas por género, de los que el 10,2% son hombres y el 2,5% mujeres. Y el doble, un 13,6% lo ha hecho de forma presencial, un 21,6% hombres y un 5,4% mujeres.

Cifras todas, que sin duda nos debe hacer reflexionar.



En segundo lugar porqué aunque el Manual para el Diagnóstico de Trastornos Mentales DSM 5 ya tenía el Trastorno del Juego o Juego Patológico como un trastorno adictivo en la misma categoría que el consumo de sustancias, **por primera vez la Estrategia Nacional sobre Adicciones 2017-2024 incluye el juego como área a abordar prioritariamente.**

2 Según la investigación “Tecno-Lógica: desarrollo, implementación y validación de un programa de prevención de adicciones tecnológicas”

Y la tercera razón, porqué a pesar de que todavía tiene más peso en menores jugar dinero de forma presencial, anticipamos que la vía online va a crecer rápido si no ponemos remedio, ya que ofrece mucha accesibilidad a los menores y más difícil control de ese acceso. Además tiene todos los componentes para ser todavía más adictivo, por:

- La inmediatez de las recompensas
- La rapidez de las apuestas
- La disponibilidad de alto rango de oportunidades de apuestas,
- El marketing protagonizado por líderes de opinión
- El anonimato.
- Etc.

En inglés hay dos términos que diferencian bien los conceptos: ***Gambling y Gaming***, pero no así en español, por lo que para nosotros es importante no meterlo en el mismo saco, ya que nos preocupa de forma diferente.

El juego, no de azar, *Gaming*, tiene aspectos positivos, en tanto en cuanto sirve para crear estrategias y conseguir objetivos, colaborar con equipos, seguir normas, etc., y tanto en su modalidad online como offline forma parte del aprendizaje de niños, niñas y adolescentes.

En este tipo de juego nos preocupa sobretudo el uso abusivo de los juegos online- videojuegos-, el dejar de hacer otras cosas por estar enganchado, el no saber poner límites y que eso afecte a una vida saludable.

Pero cuando el juego tiene como base el azar y hay dinero de por medio, el individuo deja de ser activo y se convierte en pasivo, reduciendo los aspectos positivos que mencionábamos antes y abriendo la puerta a distintos problemas como la adicción. Sobre todo si tenemos en cuenta el extendido uso de las TIC por parte de menores y jóvenes que facilita claramente su contacto con distintas modalidades de juego online: apuestas deportivas, juegos de casino, tragaperras, etc.

Y que hacemos desde FAD para contribuir a disminuir los efectos problemáticos de estas conductas, como de otras conductas de riesgo: Pues hacemos tres acciones que son análisis, sensibilización y estrategias educativas de prevención, que paso a desarrollar.

1) Análisis (Investigación):

Debemos trabajar en una mayor comprensión del fenómeno y de las variables sociales que lo condicionan. Debemos tratar de comprender las

funcionalidades que perciben los y las jóvenes en el juego, las diferencias de acercamiento por género, los factores preventivos que puede ser más adecuado potenciar y muchas otras cosas que nos ayudarán a diseñar estrategias de enfrentamiento más eficaces. El próximo año ya tenemos una investigación prevista sobre el juego, financiado por el PNSD, siempre en la línea de vuestra percepción del problema, que comportamientos se dan, que los impulsan, etc.

2) Sensibilización:

Tanto para hacer **incidencia política**, es decir influir en que se establezcan las políticas adecuadas en materia de control de licencias y operadoras, regulación de publicidad, acceso a menores a locales de juego y plataformas de juego online etc.

Y por parte de **la sociedad** para concienciar sobre la importancia del tema y evitar que sea banalizado, normalizado, y por tanto aceptado o “bien visto”.

3) Estrategias Educativas de Prevención, tanto dirigidas hacia adolescentes, para fortalecer el autocontrol y limitar la impulsividad, fomentar el pensamiento crítico y el análisis crítico de la publicidad, la asertividad, el ocio saludable y el uso adecuado de las TIC, **como dirigidas hacia los mediadores,** agentes esenciales en la prevención. Acabamos de sacar un curso, que lo he hecho este fin de semana que os animo a conocer (**Cuando jugar es un problema**).

Análisis, estrategias educativas y sensibilización. Ésos son los tres pilares fundamentales para la FAD en el enfrentamiento de cualquier conducta de riesgo social, como puede ser el juego. Y los tres pilares de su actividad.

Creemos que sólo trabajando coordinadamente desde esos tres ejes tendremos mayores posibilidades de crear un **futuro lleno de oportunidades, equidad y respuestas frente a cualquier situación de riesgo.** Y, en definitiva, tratar de conseguir un mayor desarrollo de los jóvenes en todas las áreas que afectan a su bienestar.

Desde la FAD queremos ayudar a construir una **juventud menos vulnerable y más sana, flexible, curiosa, crítica y creativa. Respetuosa con el diferente y ciudadana del mundo.** Ése es nuestro objetivo, lo que nos mueve cada día.

Por eso quiero terminar agradeciendo de nuevo al Ayuntamiento de Valencia y el PNSD el apoyo que nos presta desde hace muchos años para poder seguir “moviéndonos” en ese sentido, para seguir trabajando en pro

de la consecución de ese objetivo – que es ambicioso, sin duda- pero que compartimos.

Espero que hoy todos y todas saquemos aprendizajes de esta Jornada y de nuevo gracias por acompañarnos.



Beatriz Martín Padura

INAUGURACIÓN OFICIAL

D^a. María Azucena Martí Palacios

Delegada del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas
Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social

Buenos días.

Muchas gracias a la organización por la invitación para participar en esta Jornada, especialmente a la Concejala de Sanidad, Salud y Deportes del Ayuntamiento de Valencia Maite Girau Meliá y enhorabuena por la elección del tema de esta **XXVII Jornada sobre Adicciones “La prevención de las adicciones: Una misión épica”**, ya que el mismo está en el orden del día de todas las personas que tenemos competencias en la prevención o en el tratamiento de las adicciones.

Ahora que estoy escuchando todo lo que tiene que ver con prevención de las adicciones tecnológicas, por decirlo de una manera resumida, me recuerda cuando hace años hablábamos de la prevención del consumo de alcohol y del tabaco, que era prioritarias, aunque que ahora también hablamos y hacemos prevención. En aquellas épocas tener tecnologías con las que trabajar en estas prevenciones era todo un reto.

Todo aquello en lo que lo seres humanos tenemos la posibilidad de hacer avances, también tenemos la posibilidad de hacer retrocesos por la mala utilización que podemos hacer en un momento determinado de un recurso como son las nuevas tecnologías. Para esa población más vulnerable que puede crear adicciones a ellas, es donde nosotros tenemos que seguir regulando desde la responsabilidad política para que las consecuencias de esa utilización no llegue a ser catastrófica para el individuo, para la familia y también para la sociedad.

Hoy en día el reto al que nos estamos enfrentando es todo aquello que tiene que ver con la regulación del juego online y su publicidad y también del juego presencial. Hablo más del juego online, ya que esto es más responsabilidad del Gobierno Central, ya que el juego presencial es una responsabilidad legislativa de los Gobiernos Autonómicos, aunque desde el Plan Nacional sobre Drogas estamos trabajando para que haya una coordinación entre los diferentes Gobiernos Autonómicos para poder regular la situación desde las Autonomías todas las actuaciones a este respecto.

En referencia al juego online y su publicidad la responsabilidad también le corresponde al Ministerio de Hacienda, con quien nuestra comunicación es continua y les aportamos toda la información propia que tenemos sobre las prevalencias en los usos, así como la que nos aportan desde las Comunidades Autónomas. En ese sentido, el objetivo es regular todo lo que tiene que ver en el juego, su publicidad, el acceso a las páginas de juego, para proteger a la población en general y también proteger a las poblaciones que son más vulnerables como son los menores, la tercera edad y población con más riesgo de exclusión.

En esto están trabajando en el Ministerio de Hacienda en un Real Decreto que esperamos que vea la luz próximamente y que podamos dejar de sufrir este bombardeo que estamos sufriendo con el tema de la publicidad, por el gran riesgo que entraña y este gran riesgo que entraña es que veamos como normal, como aceptado, como inocuo el juego, y esto no es así, ya que la percepción de riesgo y la percepción de peligro, que conocéis muy bien los que trabajáis en prevención, es lo que más trabajamos en las poblaciones en las que vamos a hacer prevención. Y si estamos bombardeados como pasó con el alcohol y con el tabaco, haciendo creer a la gente que está haciendo conductas normales, legales y que no pasa nada; pues entonces, no vamos a poder trabajar contra eso desde la prevención. Es por tanto necesario regular, no permitir que esto siga ocurriendo y esperamos que esto se haga pronto.

Desde ahí, mi enhorabuena por vuestro trabajo de día a día, y que yo he tenido hasta hace tres años, trabajar en prevención y trabajar en el tratamiento de las conductas adictivas y ahora desde la competencia que tengo, pues trabajar en las regulaciones normativas, espero que esto nos apoyen y nos haga más fácil nuestro trabajo y protejan a la población que es al final la diana de todas nuestras acciones.

Muchísimas gracias y buen trabajo para todos.



María Azucena Martí Palacios



Francisco-Jesús Bueno Cañigal

MESA REDONDA

VIDEOJUEGOS Y APUESTAS ONLINE: FORTALEZAS Y RIESGOS

MODERA

Dr. D. Francisco-Jesús Bueno Cañigral

Jefe de Servicio. Plan Municipal de Drogodependencias (PMD).

Unitat de Prevenció Comunitaria en Conductes Addictives (UPCCA-València).

Regidoria de Sanitat, Salut i Esports. Ajuntament de València.

Para hablarnos sobre **“Los elementos de juego en el aula: gamificación”**, contamos con Dña. Azahara García Peralta, que es socióloga con vocación docente especializada en la coordinación de proyectos eLearning y en el diseño de experiencias de gamificación de aprendizaje. Actualmente desarrolla su trayectoria profesional como consultora y formadora independiente. Está convencida del poder de la gamificación, el aprendizaje basado en el juego, la creatividad y la innovación educativa como motores del cambio. Aprende y disfruta con los retos y con iniciativas como *Gamifica tu aula*, *Hilos para educar*, *Asociación Espiral* y *OjúLearning*.

Para hablarnos de **“¿Por qué son adictivos los videojuegos?”**, contamos con la participación de **D. Roc Massaguer**, que tiene formación de periodista, es youtuber, pero con una gran y variada experiencia en internet, lo que le permite dar charlas informativas y formativas de diferentes tipos y en ámbitos variados. En el tema de los videojuegos, se inició como jugador, progresando en el conocimiento de los mismos y profundizando en todos los aspectos técnicos y educativos de los videojuegos.

MESA REDONDA

LOS ELEMENTOS DE JUEGO EN EL AULA: PLAY A LA GAMIFICACIÓN EDUCATIVA

D^a. Azahara García Peralta

Consultora Especializada en eLearning, Gamificación e Innovación Educativa

PLAY A LA GAMIFICACIÓN EDUCATIVA

[Enlace a la presentación](#)

¡Play a la gamificación!

Antes de darle al play de la gamificación educativa conviene preguntarse, ¿por qué el juego en el aula, en la formación, en la prevención? Al cerebro le encantan los retos, las acciones que le permitan superarse. ¿Y que si no es la vida que un juego? Un juego que nos pone a prueba cada día con innumerables desafíos.

En la vida hemos de desarrollar diversas competencias: habilidades comunicativas, creatividad, gestión de la presión, etc. Si como técnicos de prevención, docentes, monitores, formadores, etc. somos capaces de preparar a nuestros jóvenes para afrontar estos retos de una forma práctica y aprendiendo de los errores, será mucho más fácil para este colectivo enfrentarse a la toma de decisiones, por ejemplo, aprendiendo a escapar de las adicciones que tanto nos preocupan.

Neurociencia y adicciones

La neurociencia nos confirma cómo el neurotransmisor llamado dopamina (considerado el principal centro de placer del cerebro) puede llegar a tener un papel crucial en las adicciones. Cuando nos sentimos muy bien realizando alguna acción, repetimos, ya que la dopamina nos dice “disfruta, esto te está haciendo feliz”. Este neurotransmisor nos ayuda a mantener la motivación y favorecer el aprendizaje y en sí misma no produce adicción. Ahora bien, en las conductas compulsivas buscando esa dopamina de forma continua sí puede producirse. Esto va a depender del contexto y de los intereses con que se plantee el juego. Pongamos el ejemplo de los robots, pueden ayudarnos en su versión micro a eliminar células malignas del organismo o... también podrían destruir el mundo. Una muestra en la ficción (distópica) sería el del capítulo “Hated in the Nation” de Black Mirror. En él se diseñan abejas mecanizadas para reemplazar a las biológicas que se extinguieron. El

problema aparece cuando un hacker logra su control y la utiliza para fines asesinos.

Regresando a la prevención de las adicciones, podemos llegar a comprender cómo el juego dependiendo de su naturaleza puede beneficiar o no a los jóvenes. El juego que pretende concienciar de los peligros y preparar para la toma de decisiones versus el juego como fin para fidelizar clientes en una casa de apuestas al lado de un colegio. Tengamos en cuenta también lo delicado de la adolescencia debido al proceso de poda neuronal.

Citando a la web de la FAD: uno de los últimos estudios de la FAD: “Jóvenes en el Mundo Virtual”, asegura que una preocupante minoría significativa del 22% de jóvenes se conecta a internet para realizar apuestas online. Esto es doblemente preocupante si atendemos a las palabras del psiquiatra Augusto Zafra:

Hay que tener claro que la adicción es una enfermedad crónica, y si cuando se es adolescente se desarrolla una adicción a las apuestas es “para toda la vida” por el sistema de motivación ya lo tienes dañado.

Recordemos el ejemplo anterior de los nanorobots y aprovechemos a la gamificación educativa para un noble fin: la prevención de adicciones. La diferencia clave con una web de apuestas online sería la siguiente: mientras que la segunda pretende fidelizarte e intentar que sigas “enganchado” en todo momento, un sistema gamificado va a pretender cumplir sus objetivos y una vez cumplidos desaparecer como tal. Digamos que sería una estructura para resolver un problema concreto.

Gamificación educativa: ¿Qué? ¿Por qué? ¿Quién? ¿A quién? y ¿Cómo?

En palabras de Karl Kapp se definiría como:

“La utilización de mecanismos, la estética y el uso del pensamiento, para atraer a las personas, incitar a la acción, promover el aprendizaje y resolver problemas”.

Identificamos en este caso el problema: “la adicción” (con o sin sustancia) y la solución: “la prevención de las adicciones a través del diseño de un sistema gamificado”.

Sistemas, mecánicas... pero, ¿cuál sería el elemento central e imprescindible de la gamificación educativa?: ¡las personas! Hablamos de adolescentes, pero no solo de esta franja de edad. La prevención ha de venir desde la infancia,

dando respuesta a las diferentes causas de peligro, necesidades formativas y contextos particulares.

Otro aspecto muy importante será considerar la prevención como un proceso integral, en el cual todos los agentes (en la medida de lo posible) forman parte de ese proceso informativo, preventivo. Por tanto, ante la gamificación educativa conviene saber que cuantos más agentes incluyamos en el proceso de diseño más efectivo será el diseño.

Nada de lo anterior tendría sentido si no intentamos responder a la siguiente cuestión: ¿cómo aprovechamos el potencial de la gamificación educativa en este contexto? A continuación, algunas claves a considerar (una vez definidos los objetivos, establecidos los tiempos y analizado el perfil de las personas “jugadoras”):

- **Modo multijugador:** Conviene, si es posible, diseñar la gamificación en equipo, más talento y posibilidades para aprovechar. También en la propia organización del sistema suele ser positivo que se propongan mecánicas de juego donde se participe de forma cooperativa. Esto no significa que no se puedan incorporar mecánicas de acción competitivas en determinados momentos. Con cautela, eso sí.
- **Código, feedback, progreso y flow:** imprescindible que la experiencia se presente de forma impactante y atractiva, para conectar con las emociones del público a quien va dirigida. Habremos también de introducir un sistema de feedback o comunicación que haga saber si se avanza por buen camino o si los retos, niveles, desafíos, etc. no se han llegado a resolver. Debemos asegurarnos de que quien participa percibe una mejora, siente que progresa en el sistema y también, que los retos son adecuados a sus habilidades para que exista flow. Retos ni demasiado complejos (llegarían a frustrarse) y fáciles en demasía (podría aburrirse).
- **¿Triada PBL?** Los puntos, insignias y tableros suelen confundirse en muchas ocasiones con la gamificación. Esto no significa que tales elementos no puedan incluirse en un sistema gamificado, pero sepamos que la gamificación no es exclusivamente puntos, insignias y tableros. ¿Por qué? Estos elementos se centran fundamentalmente en la motivación extrínseca y realmente, a nosotros nos interesa fomentar la intrínseca, ya que es la que permanece en el largo plazo.
- **Narrativa, recursos y elementos de juego:** Qué gran poder trae consigo una historia. Ya sea basándonos en la ficción o creándola desde cero,

utilizar este medio como hilo conductor de nuestra propuesta gamificada ayudará a la comprensión del funcionamiento del sistema así como a “engancharse” a la persona a través de los diferentes sucesos y personas. ¡Imprescindible que la temática conecte con los jóvenes! Descubramos que les gusta, que les interesa. Luego hay un sinfín de herramientas (tanto analógicas como digitales) que nos permitirán dar vida a esas mecánicas de juego. Desde generadores de cartas (de todo tipo), edición de vídeo, distorsión de audio, etc. Tan infinitas como nuestra imaginación, creatividad y entrega como diseñadores de experiencias de aprendizaje memorable.

- **Implementación:** una vez diseñado el sistema, conviene probarlo para realizar mejoras (de forma previa a nuestro público real) y superadas diversas iteraciones, lanzarnos a la aventura. Hay que ser conscientes de que es probable que debamos realizar reajustes durante la propia implementación. ¡Forma parte de la aventura!

En la gran mayoría de áreas (educación, economía, salud, etc.). Existen numerosos ejemplos de gamificación. También en lo relacionado con la prevención de adicciones, como es el caso del proyecto “Resiliencia”, para el aprendizaje y entrenamiento en habilidades sociales, emocionales y cognitivas, de la asociación SIAD y que contó con la ayuda de Pepe Pedraz y todo el equipo de “A la luz de una bombilla”.

Esta iniciativa, dirigida a secundaria proponía una Sala de Escape Room precedida de un tiempo para el “Onboarding” donde a través de una web y un vídeo impactante se les presentaba la historia. Se registraban para formar parte de la aventura para concluirla no solo con ese *Escape Room* como experiencia en vivo, sino con sesiones de aula de cierre para reflexionar y profundizar sobre la experiencia (tras superar los retos). Durante esta aventura, los participantes aprendieron a identificar emociones y a gestionarlas para enfrentarse a situaciones de riesgo de cara a la prevención de adicciones.

Por otra parte, actualmente ha cosechado bastante fama el videojuego *Fornite*, son muchos los artículos y opiniones de diversos agentes que podemos leer en los medios. Sus niveles de “engagement” entre el público y el video son brutales, Se podría hablar mucho sobre los beneficios, los riesgos y recomendaciones para una sana gestión de uso con el videojuego, más allá de esto, ¿cómo aprovechar la fama de este videojuego? Por ejemplo, customizando su “estética” (que nos es familiar) para crear un juego con

mecánicas adaptadas (quizá más cooperativas) que llamara la atención de nuestro público. Como hizo Carlos Chiva (y pudimos ver en [Twitter](#)).

Sintetizando:

- 1) ¡Juguemos para inspirarnos, mucho, todo lo posible! Juego de mesa, videojuegos, etc.
- 2) Analicemos necesidades, fijemos objetivos, comportamientos y determinemos las características de nuestro sistema.
- 3) Diseñemos las dinámicas, mecánicas y componentes de juego.
- 4) Aprovechemos el poder de la narrativa como hilo conductor.
- 5) ¡Probemos, implementemos y disfrutemos de la gamificación educativa!

Tengamos presente que no es una herramienta mágica, sino una estrategia que puede ayudarnos a conectar con esos jóvenes que tanto nos necesitan, para captar su atención y ayudar en lo posible que a sepan tomar las decisiones que les hagan bien.

Una última cuestión... si para ellos representa una experiencia de aprendizaje memorable y significativa, para nosotros como diseñadores lo será igual (como mínimo), por cumplir con nuestro trabajo y por disfrutar y aprender durante el propio proceso.

¡Play a la gamificación educativa!



Azahara García Peralta



Roc Massaguer, Francisco Bueno y Azahara García

MESA REDONDA

¿POR QUÉ SON ADICTIVOS LOS VIDEOJUEGOS?

D. Roc Massaguer

Periodista y Youtuber especializado en videojuegos

¿Los videojuegos generan adicción?

Pueden generarla, sí. No es su principal objetivo, ni parece que esa sea la principal consecuencia del aumento exponencial en número de usuarios de los últimos años, pero vale la pena analizar el fenómeno para hacer la máxima y mejor prevención posible.

Los videojuegos son un producto cultural que tiene como objetivo entretener, emocionar, enseñar y concienciar. Los hay de muchos tipos y cada uno de ellos se centra en objetivos diferentes, pero por norma general podemos decir que buscan reportar un beneficio en el que los juega.

En la última década el número de jugadores ha crecido enormemente en todo el mundo, superando en muchos casos cualquier barrera de edad, género, clase u origen. El impacto en la sociedad es innegable, poniendo de moda conceptos como la gamificación e incluso explorando el valor que pueden tener los videojuegos en aspectos como la sanidad o la educación.

Sin embargo, esta explosión también ha tenido efectos negativos que debemos conocer y combatir. Los principales para entender el riesgo de adicción que pueden generar los videojuegos son las nuevas formas de generación de beneficios dentro de la industria y el acceso masivo de los menores a juegos para adultos o no regulados.

¿Pero los videojuegos pueden crear adicción o no?

¿Existe la adicción a los videojuegos?

En 2018 la OMS incluyó la adicción a los videojuegos dentro de la lista de trastornos mentales, aunque sigue habiendo controversia al respecto y los expertos no se ponen de acuerdo a la hora de catalogarlo como adicción. Se ponen en duda los métodos elaborados en los estudios sobre la materia y el hecho de que exista una catalogación propia para los videojuegos y no una genérica de adicción a la tecnología, puesto que muchos de los factores que analizaremos a continuación también los encontramos por ejemplo en las redes sociales.

A continuación intentaremos explicar qué hace que de los videojuegos pueda derivar una adicción que no suele suceder con otros productos culturales.

La principal diferencia, desde mi punto de vista, es que el videojuego tiene mecánicas propias destinadas a engancharte, a que sigas jugando. Todos los productos culturales narrativos los tienen: el capítulo que acaba en alto, el ritmo del lenguaje cinematográfico, el misterio que no se resuelve hasta el final...

La diferencia es que muchos videojuegos no tienen un inicio y un final y ese mecanismo fácilmente se puede pervertir y provocar riesgo de adicción al no tener un límite ni objetivo finales.

Esas mecánicas se basan en la interactividad, por lo que los estímulos suelen ser aún más potentes. Además, los videojuegos no se perciben como algo nocivo (como puede suceder con la mayoría de drogas, por ejemplo) ya que con un uso moderado ofrecen muchas más ventajas que perjuicios. Los videojuegos no deberían tener efectos sobre la salud ni costarte más dinero que el de comprar el juego.

Estos serían los factores diferenciadores de los videojuegos que los convierten en potencialmente adictivos:

- Mecánicas propias que buscan enganchar
- Se percibe como inocuo
- Los menores están expuestos
- Cualquiera puede jugar, el propio juego te enseña
- Presentan un mundo de fantasía, por lo que son ideales para evadirse.

Mecánicas

Los videojuegos son un producto cultural equiparable a otras artes, pero tienen un componente diferenciador que en este caso puede jugar en nuestra contra: la interactividad. Eres tú el que maneja el juego, eres tú el que crees controlar lo que sucede y por lo tanto, la implicación en lo que hacemos/ vemos es mayor.

Esa falsa sensación de control, puesto que nuestro margen de decisión es realmente limitado, consigue engañar a nuestro cerebro.

¿Qué es una mecánica?

Las mecánicas son las normas propias de cada videojuego, que tienen como objetivo que sientas algo. Una mecánica, por ejemplo, es tener un botón para saltar en el Super Mario. Necesitas saltar para seguir avanzando e incluso para matar algunos enemigos.

Otro ejemplo puede ser el de Candy Crush: Una mecánica es que los caramelos se mueven en cuatro direcciones y se intercambian con el de al lado. Debes conseguir alinearlos para conseguir tu objetivo.

Lo más importante con una mecánica es que tenga un resultado. Cada vez que HACES algo, PASA algo. Ese algo es el feedback y tanto puede ser positivo como negativo. Si la acción es buena tendrás una recompensa, si la acción es mala tendrás un castigo, pero siempre es inmediata.

A través de este sistema, nuestro cerebro aprende a jugar. Por ensayo y error acabas aprendiendo las normas y jugando acorde a lo que se espera de ti. Esta forma de funcionar es muy efectiva, por ejemplo, para aprender, pero también es muy efectiva para engancharte a lo que estás haciendo, a través de estímulos rápidos y muy placenteros.

No soy experto en psicología en general ni mucho menos en conductas adictivas, pero para explicar cómo afecta el sistema de recompensas a nuestro cerebro, nos puede servir la teoría de los programas de reforzamiento:

Existen dos tipos básicos de reforzamiento: el **reforzamiento continuo** y el **reforzamiento intermitente**. El continuo nos daría una recompensa cada vez que hacemos algo. Por ejemplo, cada vez que eliminamos a un enemigo disparando o cada vez que hacemos click en el juego Cookie Clicker.

El refuerzo intermitente, por su lado, nos da una recompensa cada equis veces que hacemos una acción, pero sin que sepamos cuántas necesitamos. Un ejemplo sería el cofre que nos dan al ganar una partida en Clash Royale. Puede ser de plata (el mínimo), pero de vez en cuando puede ser de oro, mágico, legendario...

Una combinación de ambos es muy eficaz ya que consigue una respuesta inmediata, pero también una a más largo plazo.

Dentro del reforzamiento intermitente existen dos tipos: El de razón (en función del número de conductas) y el de intervalo (en función del tiempo). Un ejemplo del primero sería: Cada 10 partidas recibirás una recompensa y un ejemplo del segundo sería que cada 24 horas recibes un premio.

Dentro de este tipo de estímulos, hay que hacer otra división: Administración fija o variable.

- **Razón fija:** El refuerzo se obtiene después de un número fijo de respuestas/ acciones.

-
- **Razón variable:** En este caso, el número de respuestas para conseguir el reforzador varía aleatoriamente, aunque siempre dentro de un promedio determinado. Ejemplo: Más o menos sabes que cada 50 sobres te saldrá una carta de mucho valor, pero no sabes cuándo será. Puede ser a la primera, la décima o la última.
 - **Intervalo fijo:** El refuerzo aparece cada vez que transcurre una determinada cantidad de tiempo, siempre que durante el intervalo se haya dado la respuesta. Ejemplo: Te daremos una recompensa cada día... pero solo si te conectas.
 - **Intervalo variable:** El refuerzo está disponible después de un tiempo que varía aleatoriamente, pero alrededor de un promedio. Ejemplo: Si te conectas cada día, más o menos cada semana tendrás una recompensa de alto valor, pero no sabes qué día exactamente.

Cada uno de estos tipos tiene efectos diferentes para cada individuo, de forma que una combinación de todos ellos asegura que engancharás a los usuarios de una forma u otra, a corto y largo plazo. Y no siempre son refuerzos positivos, ya que a veces es más efectivo quitarte recompensas que dártelas. Llevamos peor lo de que nos quiten cosas que nos han hecho creer que son nuestras, que no la posibilidad de lograr algo que no tenemos.

Así pues, el riesgo de adicción está ahí, pero lo que multiplica el peligro es el hecho de que debido a la propia dinámica de la industria de los videojuegos, éstos son cada vez más largos, si no directamente infinitos.

Puedes jugar 100, 200, 1.500, 50.000 partidas de Fortnite y todas serán diferentes. Los estímulos funcionarán siempre y siempre serán efectivos. Eliminar el límite no ayuda al control del riesgo de adicción, sino todo lo contrario.

Para entenderlo, el juego te anima a seguir corriendo con un palo (refuerzo negativo, que suele ser la privación de algo bueno como por ejemplo no dejarte seguir jugando u obligarte a reiniciar un nivel) y una zanahoria (refuerzo positivo), pero el camino no acaba nunca. Nunca te saciarás con las zanahorias, no hay un final. Y más importante, tu cerebro cada vez querrá mejores zanahorias (recompensas), por lo que el propio juego te las va ofreciendo, subiendo por ejemplo a tu personaje de nivel.

Este tipo de estímulos consiguen que sigas enganchado incluso sin disfrutar. Acabas trabajando para el juego. Un ejemplo muy claro son los juegos clickers, que consisten en hacer click muchas veces para hacer crecer el funcionamiento

propio del juego (puede ser una fábrica de galletas o una mina o una fábrica). Cuando subes de nivel, te espera otro nivel y así sucesivamente. Cuanto más tiempo le dediques más lejos llegarás, pero sin ninguna recompensa más que el propio hecho de haber superado tu nivel anterior.

Hay expertos en este tipo de mecanismos psicológicos que diseñan los videojuegos para que la curva de dificultad y el balance de recompensas nunca te suelte. Incluso hay juegos como Candy Crush que se adaptan al jugador para no dejarte atrás ni aburrirte. Si notan que te encallas en un nivel, te lo ponen más fácil o te regalan algunas habilidades. Si ven que te picas y siempre quieres conseguirlo todo rápido, te ofrecen atajos (de pago) para mantener el ritmo.

Esto es importante: una parte importante de los recursos y decisiones en el diseño de las mecánicas de los videojuegos tienen como objetivo que te enganches a ellos. Que haya un buen equilibrio entre recompensas inmediatas, a medio plazo, a largo plazo, que dependen de ti, que no dependen de ti...

Es un ataque en todos los frentes para alcanzar a todos los tipos de cerebros y ser, por lo tanto, más efectivo con el mayor número de gente posible.

Ejemplos de mecánicas

Call of Duty está diseñado para que te encuentres con alguien cada como máximo tres segundos. Uno de sus hechos diferenciales que luego copiaron otros juegos fue mostrar el feedback en el centro de la pantalla: Si matas a alguien, las ventajas conseguidas, todo en primer plano, para reforzar esa sensación de éxtasis.

Clash Royale te da cofres gratis cada tres horas y si juegas (y ganas), cofres que tardan tres horas en abrirse. Pero uno de cada cuatro (aproximadamente) es un cofre de 8 o 12 horas, de forma que encaja perfectamente con tus horas de sueño.

Cookie clicker: El juego va solo, no hace falta que hagas nada, incluso si te desconectas, pero si entras va más rápido. Y si haces click, aún más rápido, por lo que es más satisfactorio.

Historia del formato de los videojuegos

Los videojuegos tienen poco más de 50 años de vida, pero desde su invención han cambiado sustancialmente de formato. La evolución técnica ha llevado

de la mano cambios radicales que en el caso que nos ocupa afectan de manera relevante al riesgo de adicción.

Los primeros videojuegos no tenían los recursos técnicos ni el suficiente mercado de usuarios para sacarte más dinero que la propia compra. Comprabas el juego (y a veces la consola) y ya está. Te duraba lo que te duraba hasta que te lo pasabas. Podían ser una o dos horas o 10, pero tenía un principio y un final. Te podías pasar un juego. Aunque algunas mecánicas de recompensa ya existían, los propios límites del juego acababan dejando el riesgo de adicción en mínimos.

Las máquinas recreativas son el primer ejemplo de cambio de mecánicas para una explotación comercial:

- El objetivo es que metas dinero muy a menudo para seguir jugando, lo que genera una curva de dificultad que empieza a ser más o menos accesible y de repente se dispara y la única opción que te queda es pagar para seguir.
- Capítulos/pantallas cortos para justificar pagos a menudo.
- Ritmo frenético para estimular la inmediatez y las decisiones impulsivas.
- Opción de continuar (pagando) al final de la partida... con cuenta atrás.

En los años 90 los videojuegos entraron en las casas de forma masiva y todo el ingreso para la compañía se centraba en la compra. Los juegos empezaron a ser más largos porque la tecnología lo permitía y para ofrecer la sensación de satisfacción, de que vale el precio que has pagado por él.

Pero, la llegada de Internet lo cambia todo. Junto al aumento de capacidad de las consolas y los ordenadores de sobremesa, crean formatos que buscan encontrar nuevas formas de ingreso y que, de paso, aumentan el riesgo de adicción:

1. DLC de pago: Puedes descargar (normalmente pagando) nuevo contenido después de comprarlo.

2. Juego online: Juegas contra otros usuarios, de forma que el factor humano convierte cada partida en diferente y única.

3. Transacciones in-game: El juego tiene una moneda propia que sirve para comprar ítems dentro del juego. Esta moneda normalmente se puede comprar con dinero real para ahorrarte tiempo o tener ítems exclusivos.

4. COMUNIDAD: Tú ves el nivel de otros, compites con otros, necesitas pagar para alcanzar el nivel de otros. Ej. En la saga NBA 2K, el sistema de

progresión con moneda in-game llevaba tiempo implementada, pero los usuarios empezaron a quejarse de que con dinero podías mejorar y eso era injusto cuando el juego potenció el online y podías ver en todo momento el nivel de otros jugadores.

5. Lootboxes: Se trata de cofres o sobres que te dan ítems aleatorios. El límite entre esto y un juego de azar es muy difuso e incluso la Justicia de algunos países está empezando a regularlo tratándolo como juego de azar y obligando a poner un aviso y a hacer públicas las probabilidades de cada premio.

Y aquí conectamos con otra faceta relevante, que nos lleva de la adicción por jugar demasiado a lindar con la ludopatía. Algunos juegos pueden llevar a gastar mucho dinero para seguir progresando, para ahorrarte tiempo o para conseguir cosas que no se pueden conseguir de otra forma.

Estos formatos son especialmente peligrosos porque nuestro cerebro no distingue una recompensa real (5€, por ejemplo) de una recompensa virtual (una skin o una ventaja en el juego). Los efectos para nuestro cerebro al conseguirlo son básicamente los mismos. Y cada vez se intensifica este efecto, puesto que el dinero ya apenas se toca, de forma que esa barrera va desapareciendo poco a poco en nuestro día a día.

Inocuidad

Jugar es divertido y divertirse está bien. Más allá de estar sentado mucho rato y fijar la vista, los efectos negativos de jugar a los videojuegos durante una cantidad sensata de minutos son mínimos. Jugar a menudo no es malo, siempre y cuando se descanse de vez en cuando y se adopte una buena postura.

Pero si dedicamos demasiado tiempo a jugar sin descansos y sin límites de ningún tipo, las consecuencias más habituales pueden ser alteración del sueño, trastornos alimenticios, síndrome del túnel carpiano, dolores de cabeza...

El problema principal es de adicción psicológica y dejadez de otras responsabilidades. Un videojuego puede llegar a controlar tu vida. Para poner un ejemplo propio, estuve un tiempo jugando a OGame (un juego online en el que debes gestionar tu propio sistema solar en un universo lleno de otros usuarios online). Llegué a estar enganchado de tal forma, que quedaba con los amigos o hacía mis encargos acorde con el calendario del juego. Incluso tuve

la mala suerte de conocer a una chica que estaba igualmente enganchada, que comprendía mi dedicación y con la que sincronicé la agenda para poder quedar sin que afectara al juego. Este control de tu vida por parte de un videojuego se puede considerar uno de los indicadores clásicos de adicción, sin duda.

Si esa adicción además abre las puertas o se complementa con una ludopatía entendida como la entendemos, puede llevar a la ruina a alguien. Más allá del tiempo que gastamos en jugar, la mayoría de juegos incluyen pagos in-game que son infinitos, como lo son los propios juegos. Nadie se arruina por ser adicto a comprar videojuegos, pero un solo videojuego puede arruinarte ya que siempre hay otro objetivo que lograr.

Menores

Los menores están expuestos a todas estas mecánicas con muy poca supervisión ya que existe un gran desconocimiento por parte de los padres, que no activan controles parentales y que no son capaces de diferenciar una conducta tóxica y de riesgo de una normal y sana. Eso lleva a muchos menores no solo a estar más expuestos sin control, sino a saber más que sus propios progenitores, aumentando la sensación de control por parte de ambas partes.

Los videojuegos están catalogados a través del llamado PEGI (Pan European Games Information). Se trata de una regulación de edades europea que recomienda una edad mínima y advierte de los contenidos potencialmente perjudiciales que puede tener cada juego.

Sin embargo, el PEGI no es vinculante (es solo orientativo) y apenas se mete a evaluar las mecánicas que explotan estas reacciones potencialmente adictivas de nuestro cerebro. Sí tiene una advertencia de juego, pero se refiere únicamente a dinámicas propias de casinos y juegos de azar. A finales de 2018 empezará a advertir de pagos dentro del juego, pero como digo, sin entrar en evaluar el grado de riesgo de adicción que puede provocar.

Algunos países como Bélgica están empezando a regular mecánicas como las lootboxes al considerar que son elementos de juegos de azar y que por lo tanto deberían someterse a esta normativa: advertir a menores, publicar las posibilidades reales de premio, etc.

Conclusión

En resumen, algunos los videojuegos pueden comportar un riesgo de adicción por su propia naturaleza, que puede ser más peligroso debido al contexto. Por un lado la industria usa técnicas peligrosas debido a su alta eficacia y la exposición y desconocimiento por parte de la sociedad convierte a muchos jugadores en víctimas más débiles de lo que deberían ser.

La recomendación sería por un lado una regulación más precisa y moderna y por el otro lado un acercamiento prudente e informado a los videojuegos tanto por parte de los adultos como, sobre todo, por parte de los menores o personas con riesgo de caer en conductas adictivas.



Roc Massaguer

MESA REDONDA

ACTUACIONES CONCRETAS EN PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES TECNOLÓGICAS

MODERA:

Dr. D. Rafael Aleixandre Benavent

Investigador del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC).
Instituto de Gestión e Innovación y el Conocimiento-Ingenio (CSIC-UPV).
UISYS (Unidad Mixta de Investigación Universitat de València – CSIC).

En los últimos años han aumentado enormemente su popularidad numerosas aplicaciones tecnológicas y, con ellas, ha surgido una multiplicidad de problemas debido a la adicción o a la excesiva participación de sus usuarios en ellas, constituyéndose en un grave problema de salud pública en todo el mundo desarrollado. Algunas encuestas indican que las tasas de prevalencia llegan en algunos casos al 15% entre los jóvenes de algunos países (Saunders et al., 2017). Hasta tal punto es así que algunos trastornos derivados del abuso de estas tecnologías, como la adicción al juego, se ha integrado por primera vez en el proyecto de la 11ª revisión de la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11) (Saunders et al., 2017).

Gobiernos, agencias de salud y servicios especializados en la prevención y el tratamiento de las drogodependencias de todo el mundo hacen hincapié en que deben abordarse con carácter urgente los efectos de los juegos en línea y desarrollar enfoques preventivos eficaces. Sin embargo, a pesar del gran número de estudios publicados hoy en día sobre la adicción a las nuevas tecnologías, solamente se han publicado algunos sobre la prevención de la adicción a Internet. Estos estudios se han centrado principalmente en programas basados en la escuela para entrenar hábitos de uso de Internet más saludables en los adolescentes.

Los resultados de algunos estudios son muy preocupantes. Por ejemplo, Bonnaire y Phan (2017), encontraron en una investigación sobre los hábitos de uso de aplicaciones de Internet en estudiantes de secundaria parisinos que estos pasaban una media de dos horas al día jugando videojuegos y cuatro horas al día en Internet. Sorprende que la mayoría de estos estudiantes creen que el tiempo que dedican a los videojuegos puede tener un impacto en la salud física y mental, pero no tiene impacto en el rendimiento académico. En este estudio, los dos tipos de videojuegos responsables de la problemática

eran los juegos de rol y los juegos de disparos. Los principales problemas derivados fueron trastornos de la alimentación, trastornos del sueño, problemas de visión y conflictos con los padres. Los estudiantes indicaron que los principales motivos de la adicción a Internet y al juego fueron el bajo rendimiento académico, la falta de amigos, la falta de confianza en sí mismos y los problemas familiares (Bonnaire y Phan, 2017).

Por lo general los estudios publicados coinciden en que es necesario introducir y aplicar nuevas intervenciones para los diferentes grupos de riesgo, llevar a cabo investigaciones bien diseñadas y publicar datos sobre el eficacia de estas intervenciones. Existe unanimidad en que las intervenciones de prevención deben dirigirse principalmente a niños y adolescentes en riesgo de adicción a Internet, pero también a padres, maestros, compañeros y otras personas que forman parte del entorno formativo de estas poblaciones de riesgo. Además, estas intervenciones deberían ser evaluadas rigurosamente y los resultados publicados, tanto si son positivos como negativos (Vondráčková y Gabrhelík, 2016). Algunos estudios exploran los efectos de los programas de autocontrol en la adicción a internet utilizando diversas escalas en las mediciones, como la Escala de Autocontrol, la Escala de Autoeficacia y la Escala de Prontitud de las Adicciones a Internet (Yang and Kim, 2018). Otros se centran en las intervenciones para el reforzamiento y los métodos de modificación de la conducta (Mun y Lee, 2015).

En definitiva, la eficacia de la prevención selectiva es prometedora, pero merece más atención empírica. El futuro de la prevención de los problemas de la adicción al videojuego y a Internet depende en última instancia de todas las partes interesadas, que deben trabajar en colaboración en pro del interés público, enfrentándose a la realidad con medidas de prevención basadas en la evidencia existente y con desarrollos prácticos, éticos y sostenibles. Es necesario contar con amplias iniciativas gubernamentales y enfoques a largo plazo de los planes estratégicos en los tres niveles de prevención (primaria, secundaria y terciarias) y además que ésta sea universal y selectiva (King et al., 2018).

Para hablar de estos temas que están muy relacionados con los contenidos de la **MESA REDONDA** que nos ocupa: **“Actuaciones concretas en prevención de las adicciones tecnológicas”**, contamos con las aportaciones de varios expertos que nos transmitirán sus experiencias en este campo.

En primer lugar **D. Francisco Miguel López Pina**, Docente en Usos Seguros de Nuevas Tecnologías y Prevención de Adicciones sin Sustancias. Gamer y

Betatester Que presentará la ponencia **“Experiencias de un adicto al juego. Un acercamiento multidisciplinar a la ludopatía”**.

En segundo lugar intervendrá **D^a. Alicia Salavert Cardona**, Fiscal de la Audiencia Provincial de Valencia adscrita a la Sección de Menores, que presentará la ponencia **“La influencia de la adicción a la tecnología en las conductas violentas de los jóvenes”**.

Muchas gracias por vuestra atención.

REFERENCIAS

Bonnaire, C.; Phan, O. (2017). Negative perceptions of the risks associated with gaming in young adolescents: An exploratory study to help thinking about a prevention program. *Arch Pediatr*; 24(7): 607-617.

King, D.L.; Delfabbro, P.H.; Doh, Y.Y.; Wu, A.M.S.; Kuss, D.J.; Pallesen, S. Et al (2018). Policy and Prevention Approaches for Disordered and Hazardous Gaming and Internet Use: an International Perspective. *Prev Sci*; 19(2):233-249.

Mun, S.Y.; Lee, B.S. (2015). Effects of an Integrated Internet Addiction Prevention Program on Elementary Students' Self-regulation and Internet Addiction. *J Korean Acad Nurs* ;45(2):251-61.

Saunders, J.B.; Hao, W.; Long, J.; King, D.L.; Mann, K.; Fauth-Bühler, M., et al (2017). Gaming disorder: Its delineation as an important condition for diagnosis, management, and prevention. *J Behav Addict*; 6(3):271-279.

Vondráčková, P.; Gabrhelík, R. (2016). Prevention of Internet addiction: A systematic review. *J Behav Addict*; 5(4): 568-579.

Yang, S.Y.; Kim, H.S. (2018). Effects of a prevention program for internet addiction among middle school students in South Korea. *Public Health Nurs*; 35(3):246-255.



Francisco M. López, Rafael Alexandre y Alicia Salavert

MESA REDONDA
EXPERIENCIAS DE UN ADICTO AL JUEGO.
UN ACERCAMIENTO MULTIDISCIPLINAR A LA LUDOPATÍA.

D. Francisco Miguel López Pina

Docente en Usos Seguros de Nuevas Tecnologías y Prevención de Adicciones Sin Sustancias. Gamer y Betatester.

Buenos días. Me llamo Miguel y soy ADICTO.

Además soy un nativo digital de manual¹.

Vivimos en una sociedad y momento de eTics (Tecnologías de la información y comunicación y más cosas). Otros no, otros países, sociedades y grupos viven en un ayer digital, un ayer comunicativo. No alargaré lo que tan bien define el Informe de la Sociedad Digital en España 2017 | #sdiE17².

Ambas alternativas existen en todos sus matices de grises. Es lo que algunos llamamos brecha digital, y me tendréis que perdonar no incluir un glosario y una descripción de cada termino tecnológico o psicológico puesto que consumiría todo mi “espacio” y vuestra paciencia. Nos enfocaremos mejor en lo que podemos abarcar y en lo que según creo no siempre reflexionan los profesionales en adicciones.

Es cierto que, como venimos a hablar de gamificación (por cierto, termino todavía no aceptado por todos implicados. Yo prefiero ludificación³) tenemos que usar un enfoque tecnológico, global y comunicado. Es muy raro padecer una adicción a las tecnologías si las aborrezco o si nunca he estado expuesto a ellas, así como no se puede ser un nativo digital si se crece en una comunidad sin tecnologías. Nosotros hablaremos de los seres humanos que están en una situación de riesgo en cualquiera de sus etapas. Ellos, que también somos nosotros, son los que de verdad importan en este foro.

En mi caso y mis contradicciones (años ha) diseñé, audité y evalué tecnologías para que fuesen un poco más como son ahora. Era necesario que fuesen atractivas, intuitivas, usables e insustituibles. Ya entonces sabíamos que habría sucedido inevitablemente, pero a cada uno de los productores en esta industria nos urgía ser los primeros en la cronología. Porque si algo tienen las nuevas tecnologías es su variabilidad, cambian y evolucionan mientras yo escribo y vosotros leéis. No os preocupéis porque veremos que lo importante, al final, es el momento en que estemos individualmente a la hora de prevenir o tratar riesgos.

Las tecnologías han venido para quedarse, al igual que hicieron las sustancias en los años 60, y ahora ha pasado el momento en que debíamos haber creado un filtro atmosférico para ellas y unas medidas de seguridad en caso de catástrofe. Es lógico y nada preocupante. El ser humano es resiliente y, sin recurrir a bibliografía científica o universitaria, me atrevo a afirmar que antes de aprender a usar el fuego, aprendimos a no meter la mano en las brasas. Con todas las innovaciones nos ha pasado y nos pasará lo mismo. En lo que si estamos de acuerdo es que las adicciones son perjudiciales y esto convierte en indeseable cualquier manifestación de las mismas. La sociedad de la información ha traído de la mano sus beneficios y sus riesgos (mira, como el fuego). Ahora nos corresponde a todos evaluar, investigar y limitar sus efectos indeseados potenciando los beneficiosos y en ello estamos.

Con recursos finitos cada uno hace lo mejor que puede. Los psicólogos estudian mecanismos, los psiquiatras formulas, los terapeutas adaptan terapias... y pasito a pasito aprendemos a usar antes de no recomendar, prohibir o legislar. ¿Qué os voy a contar? las bebidas alcohólicas son prácticamente tan legales, accesibles y socialmente aceptadas como cualquier medicina. El caso es que las autoridades actúan en orden y relación a la gravedad de los problemas físicos, psicológicos y sociales consecuencia de los diferentes usos inadecuados o adicciones. ¿Existen las tecno-adicciones? No nos ponemos de acuerdo. Algunos dicen que la adicción al juego se ha multiplicado en su variante en línea, así como la adicción a las compras compulsivas ha cobrado fuerza con la ampliación de mercados y productos que nos ofrece internet. Otros dicen que hay nuevas amenazas nacidas de las tecnologías y los productos tecnológicos relacionados con las adicciones comportamentales. Necesidad patológica de estar informado de todo, de almacenar toda la documentación e información del universo, evasión de la realidad, adicción a la comunicación, a procrastinar y a verter nuestro tiempo. ¿Existe algo más complejo que ser adicto a trabajar?

Lo que es un hecho es que, con relativo concilio hacia sus mecanismos, interacciones y efectos secundarios, el uso inadecuado de las nuevas tecnologías se manifiesta en síntomas y consecuencias muy semejantes a los de las adicciones a sustancias⁴. Observamos cambios bruscos de actitud, irritabilidad, aislamiento, mentiras, cambios en las prioridades, reducción o falta de hábitos saludables... Llegado a cierto extremo, se relegan los hábitos higiénicos, alimentación y descanso. ¿Tenemos casos de adictos y no sabemos a qué? Claro que no. Tanto la psicología como el marketing saben que a nuestro cerebro le encantan las pantallas y no puede evitar aprender⁵.

La premisa restante es que la mejor manera de aprender es jugando⁶. Al final resulta que muchos de los beneficios que nos aportan las tecnologías son al mismo tiempo la trampa en la que nos es más fácil caer. ¿Podríamos utilizar estos recursos para ofrecer a nuestros cerebros refuerzos negativos?, pues claro, la sociedad de la información es la universidad y la enciclopedia, todo el conocimiento versión 3.0 y camino de la siguiente. ¿Lo hacemos? Definitivamente no. Visitamos y hacemos lo que disfrutamos. Nos gusta, nos sienta bien y volvemos a por más ante cualquier estímulo negativo. ¿Tiene riesgos? Pues tantos como beneficios.

Actualmente trabajo mayoritariamente para público infantil o adolescente, y por suerte para mí (y puede que para ellos también) con respecto a las tecnologías todos somos niños. La única diferencia entre infantes y adultos es que los segundos tratan de proteger a los primeros. Los adolescentes son un mundo aparte, es tan complejo ese proceso intelectual que os remitiré a www.fundacionbelen.org⁷.

A todos trato de comunicarles que las tecnologías son herramientas. Son mejor que una navaja suiza o que unos alicates multifunción. Pero debemos prepararnos para su uso y estar prevenidos de sus riesgos. Riesgos que no son pocos y dejaré de lado por el más acorde a la jornada que nos ocupa: El circuito de recompensa digital. Tampoco aceptado por todos los profesionales, pero hablando de nuevas tecnologías, todo viene con revisiones. El circuito de recompensa digital es el circuito de recompensa neurológico, que tenemos más que estudiado, con el añadido de que a nuestro cerebro le encanta todo lo que venga en pantalla⁸. Mecanismos neurológicos nos refuerzan positivamente cada vez que enfocamos nuestra atención, añadimos más neurotransmisores por tratarse de una pantalla retro iluminada, y como colofón todo es nuevo, divertido y educativo. Porque esto es otro hecho incuestionable. Todo lo nuevo es educativo, venga con refuerzo positivo o negativo. Aprendemos y nos encanta. No le quitaremos importancia a las consecuencias de los usos compulsivos de apuestas o compras en línea que ya estaban siendo tratadas en sus variantes convencionales, pero en esta ocasión estoy más preparado para hablar de la prevención que es mi experiencia más directa.

Antes refrescaremos (agua sobre mojado) una de las definiciones de las adicciones comportamentales⁹.

LAS ADICCIONES COMPORAMENTALES

Como ya indicamos, una adicción consiste en una pérdida de control de la persona ante cierto tipo de conductas que tienen como características producir dependencia, síndrome de abstinencia, tolerancia, vivir para y en función de esa conducta, etc. Aunque se han propuesto distintos tipos de adicciones, hoy podemos diferenciarlas en dos grandes grupos: aquellas producidas por sustancias químicas y aquellas producidas por conductas. Serían las adicciones químicas y las adicciones comportamentales. Entre las primeras tenemos la adicción al alcohol, a la nicotina y a las drogas ilegales (heroína, cocaína, marihuana, drogas de diseño, etc.). Entre las comportamentales, el juego patológico, el comer compulsivo, el sexo compulsivo, el trabajo compulsivo, las compras compulsivas, etc., junto a la adicción a las nuevas tecnologías (Becoña, 2006a). Entendemos por adicciones solo aquellas que en el sentido clínico cumplen los criterios más atrás comentados y que motivan al sujeto a buscar tratamiento por la incapacidad que ello les produce en su vida cotidiana, como puede ejemplificarse para la adicción al juego, al sexo y al amor romántico, al trabajo, a las compras, a la televisión, a los videojuegos, al ordenador, a internet, a los teléfonos móviles, a la religión y sectas, etc. De estas últimas la que más atención está recibiendo, y que no está recogida en el DMS-IV-TR ni en el CIE-10, es la adicción a Internet (Fitzpatrick, 2008).

Prevenir un uso inadecuado en general es difícilísimo, pero acotando los objetivos a prevenir adicciones presenta un panorama más despejado si tenemos vigilado al circuito de recompensa. Tanto niños como adultos estamos expuestos a todos sus riesgos pero se reducen y prácticamente eliminan si limitamos el factor tiempo de la exposición a los estímulos. No sé si os he dicho ya que jugar es fantástico. Jugando podemos aprender, podemos divertirnos, podemos desoxidar habilidades psicomotrices y sumergirnos en mundos de fantasía y/o magia (que tampoco es perjudicial de por sí). Controlado el circuito de recompensa el resto son técnicas de marketing. No os cuento nada nuevo si digo que las industrias y la ética siempre han tenido una relación como poco tirante. Técnicamente una tecnología no es eficiente ni usable si consume más tiempo y esfuerzo del imprescindible por parte del usuario, pero también nos exponemos a la realidad comercial de que cuanto más utilicemos una tecnología o servicio más útiles somos al productor y más beneficios obtiene de nosotros. Por ese motivo una de las funciones más demandadas de los productos es conseguir “despistar” al usuario antes de que consiga sus objetivos y, aún mejor, ofrecerle una

alternativa de diversión adicional propiciando dar un rodeo que satisfaga a ambas partes. Consumidor y productor serán más felices. A esto lo llamamos laberintos. Todas las tecnologías están plagadas de distracciones que gracias a las tecnologías Big Data son acordes a las necesidades, intereses y capacidades del usuario, acercándonos peligrosamente al umbral de las dos horas. Según las técnicas de marketing, y también afirmado por la Fundación Aprender a Mirar (FAAM), una diversión de entre 30 y 40 minutos descansa y divierte. La experiencia de más de una hora cansa. Superadas las dos horas nuestro cerebro limita sus defensas y entra en una fase en la que deberíamos activar todas las alertas¹⁰. Tratándose de juegos es más sencillo para la industria y más divertido para nosotros. Habitualmente la mayoría de juegos rara vez obligan al usuario a jugar más de 40 minutos. Si necesitas más dosis te toca jugar otra partida o acometer otra misión. Incluso simplifican los objetivos y reducen la dificultad si ven que vas a atascarte. También disponen de modos de partida rápida o de minijuegos en su interior para quienes no disponen de tiempo para una partida convencional. Actualmente los profesionales desaconsejan los videojuegos que precisan de periodos superiores a dos horas por partida por considerar que con toda la oferta siempre podremos jugar el mismo tipo de juego en una versión menos adictiva o de menos riesgo. También desaconsejan los títulos con contenidos inadecuados injustificados tanto para menores como adultos¹¹. Delinquir puede ser muy divertido en la ficción, o como parte de la historia de un juego, pero siempre debería tener unas consecuencias lógicas y educativas. Por ejemplo: En Red Dead Redemption 2 si delinques fuera de la historia terminarás muerto o encarcelado. Puedes perder tu caballo si no lo cuidas y te debilitas si no comes y descansas. Incluso interactuar inadecuadamente con los inocentes te puede hacer perder puntos de honor lo que dificultará las interacciones con el resto de personajes. Códigos éticos que transmitan valores y aprendizajes guiados junto con la diversión son el ideal de cualquier juego. Me atrevo a afirmar que de todo se puede aprender y que todo puede dar pie a un debate para ampliar cualquier aspecto, enfoque o información del tema, pero no puedo decir que esté bien exponer a ciertos contenidos o estímulos en todos los casos. Principalmente cuando están implicados menores o personalidades sensibles.

En el caso de los adultos es difícil, aunque no imposible, dedicar más de dos horas seguidas a una diversión digital a diario. En el caso de los menores sin supervisión es más probable, luego un riesgo mayor. En ambos casos debemos preocuparnos si se superan las ocho horas semanales puesto que es un

indicador de riesgo alto. Debemos atender también a que en el momento de presentar los síntomas ya descritos como indicadores de síndrome de abstinencia nos enfrentamos a una alta probabilidad de haber superado el momento de la prevención y precisemos de un especialista que evalúe la necesidad de tratamiento. En esto tiene mucho que ver el reloj cognitivo¹², sirve para medir duraciones comprendidas entre segundos y minutos y se encarga de nuestra experiencia consciente del paso del tiempo. La ventaja de este reloj es que es muy flexible y lo podemos poner en marcha y parar cuando queramos. Sin embargo, el reloj cognitivo tiene como inconveniente que existen muchos factores que pueden alterar la exactitud de sus mediciones.

Por si acaso, y llegados a este momento tecnológico, a mis compañeros y a mí nos gusta recomendar a todo el mundo unas dinámicas de auto-control para que cada uno pueda evaluar el tiempo dedicado a cada tecnología fuera de las obligaciones y responsabilidades. Un mini diario tecnológico de una semana donde podamos valorar que tecnologías y servicios utilizamos junto con la duración de cada sesión. Con estos datos podemos interpretar cuanto de diversión nos ha proporcionado y a que habríamos dedicado ese tiempo en caso de que la tecnología o servicio no existiesen.

En este punto llegamos a la contradicción con la que se encontraron los profesionales relacionados con las adicciones. Podemos deshabituarnos a un adicto al juego acostumbrándolo a dejar de jugar. Nos podremos ayudar de los tratamientos farmacológicos adecuados y reduciremos los síntomas beneficiando, en parte, el proceso. Pero ¿Cómo deshabituamos a un adicto a toda o parte de la sociedad de la información? ¿Cómo volver a una sociedad altamente tecnológica donde además tendremos necesidad de utilizar las tecnologías o parte de ellas que nos han perjudicado? La respuesta ha resultado ser aprendiendo a convivir con los estímulos y limitando o controlando los impulsos perniciosos o perjudiciales. Se puede mejorar la experiencia con tratamiento profesional pero es inevitable volver a consumir estímulos y exponerse a la situación que desencadenó el problema. En caso de ser adicto a un tipo de videojuego o a un aspecto de los mismos podemos evitar el estímulo y sus relacionados, pero no se da el caso si la situación es ser adicto al uso de redes sociales o al acceso a la información.

Cuando tratamos con menores puede parecer (desde nuestro enfoque adulto) un objetivo inabordable pero no lo es. Los niños son todavía más geniales que los videojuegos. No son más vulnerables que nosotros a los estímulos y los efectos relacionados con el circuito de recompensa, pero

como todo les sorprende y todo les divierte, disponemos de variedad de opciones, que para ellos serán igual o más divertidas que las proporcionadas por la tecnología.

No se recomienda que los niños utilicen las tecnologías hasta los 12 años pero lo cierto es que por otra parte casi los obligamos a recurrir a ellas puesto que son parte de la sociedad a la que pertenecen. ¿Cómo vamos a respetar recomendaciones incongruentes incluso con nuestras propias necesidades? Hogares conectados, aulas virtuales, libros digitales, televisión a la carta... Educar y prevenir en los usos tecnológicos también es complejo. Personalmente recomiendo confianza, supervisión y conocimientos de tecnologías y riesgos. Debemos educar también habilidades tecnológicas y llegado el momento una capacidad crítica previa a la exposición a los riesgos.

“El juego de los niños consiste en “perder el tiempo”, en perderse en el tiempo, a encontrarse con el mundo a través de una relación excitante, llena de misterio, de riesgo y aventura. Y el motor de esta acción es el más potente que conocemos los seres humanos: el placer. Por eso los niños y niñas, cuando juegan de verdad, pueden olvidarse incluso de comer”. Francesco Tonucci.

Ya hemos dicho que el aprendizaje más eficaz viene de los juegos, en el caso de la infancia tratamos con la máxima expresión de esta realidad. Los niños son quienes menos deberían exponerse a las tecnologías porque no tienen tiempo que perder. Aprender les estimula y les encanta y, pese a que lo desmientan algunos autores, el niño debe aprender habilidades físicas en tres dimensiones táctiles. Coordinación, socialización, percepción, equilibrios y cientos de cosas más. Ninguna de ellas son mejores, ni más divertidas para ellos, si les añadimos tecnologías. Llegará un momento en que debamos sentarlos frente a un teclado para que aprendan a posicionar los dedos y alcanzar un mínimo de pulsaciones por minuto. Debemos enseñarles a aceptar o rechazar una llamada telefónica o a encontrar información en una biblioteca virtual. Serán habilidades necesarias, que podremos supervisar hasta que veamos conveniente que adquieran esa responsabilidad, pero en ningún caso es preciso adelantar el momento a la necesidad. ¿Quién sabe? A este paso podría ser que el año que viene los asistentes tecnológicos escriban por nosotros al dictado, encuentren la información, o supervisen nuestras comunicaciones telefónicas. La tecnología ya la tenemos disponible.

Pero al final aquí estamos. Tenemos niños que quieren jugar en una sociedad donde todo tiende a ser tecnología plagada de riesgos y necesitan de

habilidades relacionadas con ella. Habilidades tan importantes como en su momento fueron la tabla de multiplicar o la gramática y la ortografía. Y por si acaso no era suficiente, vamos a gamificar todo lo que no son juegos. Luego volveré a la gamificación¹³. No debería sorprenderos que os cuente que cuando trato con menores de 12 años ninguno prefiere jugar solo. En la mayoría de casos les gustaría que sus padres jugasen con ellos incluso que les explicasen aspectos del juego enriqueciendo las carencias en valores o información que pudiesen presentar. También hemos explicado que a nuestro cerebro le resulta imposible dejar de aprender. En el caso de los menores además tienen una avidez de información y conocimientos insaciables. En este aspecto las tecnologías son una herramienta de la que todavía no hemos explorado ni explotado todas las posibilidades. Aunque como nos parecerá lógico dejan de ser un juego cuando se convierten en una responsabilidad o tiene una finalidad educativa excesivamente marcada. Os aseguro que cuando empiezan a pagarte y a cuantificar las actividades, que más te gusta y apetece hacer, pierden muchos de sus atractivos. A veces he pensado que nadie sería adicto a los videojuegos si le hubiesen pagado alguna vez por estar ocho horas diarias pulsando botones y gastando baterías de videoconsolas portátiles. Bromas aparte, otro factor común en los desarrolladores de aplicaciones y videojuegos es que no son sensibles a los ganchos programados, lo que nos recuerda que el factor sorpresa y novedad son indispensables en los mecanismos que nos proporcionan estímulos positivos.

Tenemos todas las tecnologías en oferta. Alta demanda pero mayor oferta. La consecuencia es un mercado tecnológico. Quienes más ganan más invierten y el mercado tecnológico tiende a los beneficios. La consecuencia es un mercado poco ético y una publicidad al mismo nivel. Las tecnologías son mercados, y venimos a consumir. Por desgracia la ética del marketing tiende a velar por su ausencia. La consecuencia es una oferta de riesgo. Nos dicen que solo por entrar a una página de apuestas online nuestro dinero servirá para hacer el doble de apuestas. La primera vez y por probar. No sé si compararlo con invitar al vampiro a cruzar la puerta o con que me envíen una mofeta cuando en catálogo todos vimos la foto de un gato. Mejor actualizo la frase de mi abuela: *“Nadie da bitcoins a cuatro pesetas”*. Burda simplificación de que todo tiene un valor y que, cuando se requiere nuestra picaresca, nos encontramos habitualmente ante un “timo de la estampita”, y además en riesgo de un comportamiento inadecuado. El caso es que sí. Durante una campaña de captación nos ofrecen más por menos. No siempre las reglas del marketing nos

ponen fácil diferenciar una campaña de inversión de una campaña engañosa. ¿Qué línea la separa de una campaña fraudulenta? ¿Y de una perniciosa?

Los usuarios demandamos productos sinceros y transparentes pero nuestros mercados nos muestran solo la cara bonita en el mejor de los casos. No hace tanto tiempo que una de las más conocidas redes sociales reconoció haber utilizado mecanismos psicológicos que podrían desencadenar comportamientos no saludables en sus usuarios. Siguen haciéndolo y aquí no ha pasado nada. Como consecuencia muchos colectivos demandan el acceso de las autoridades para regularlos. ¿Debería la ley interferir en el libre mercado? Desde el punto de vista de la salud. Sí. ¿Si no se permite la cocaína pese a sus efectos recreativos por sus problemas asociados porque sí que se permiten ciertas campañas publicitarias relacionadas con el juego Online? Desde luego que me encantaría vivir en una sociedad donde no fuese necesario prohibir porque nadie quisiese hacer ningún daño. Pero el caso es que vivimos en la sociedad que entre todos conformamos.

Ayer el futuro era la Gamificación. Que no siendo aceptada por la RAE yo prefiero llamar Ludificación (que tampoco lo es¹⁴). Según la referencia universal de los nativos digitales¹⁵ consiste en llevar aspectos del juego a actividades no recreativas. Sinceramente, en su momento creímos que harían divertido cumplimentar la declaración de la renta o algo así. ¿Podéis imaginar que vuestro trabajo fuese pasear por el barrio capturando tesoros? ¿Resolviendo puzles? Ya no se trata de la gente que gana dinero probando camas en hoteles de mil estrellas. Ni de los eSports donde ligas nacionales ganan dinero por participar en un juego. La Ludificación trataría de añadir aspectos de Pokemon Go a la dinámica de repartir paquetería en una ciudad. Que también se estaba haciendo antes programando refuerzos positivos e incluyendo el circuito de recompensa en el día a día laboral (pensad si no en los programas de empleado del mes). He dicho Ayer porque¹⁶ *“Karel. El cazador de patinetes que ya gana 5.000 € al mes”*. Warning (alerta). Se trata de una campaña de mercadotecnia. Probablemente sea cierto, ese caso concreto, pero obedece a un fin mayor. Ya creemos que recargar patinetes “trabajando” un par de horas diarias y ganar más de 40 € por jornada es posible. Cuando nos informan de que ese trabajo tiene aspectos de juego se vuelve superlativo. Es cierto que ambas empresas de patinetes han introducido aspectos lúdicos en la ecuación y también es cierto que no te permiten (o facilitan) ejercer la actividad por más de 40 minutos diarios. Realmente podemos convertir una actividad tediosa en un juego, ya hemos visto que nuestro cerebro hace lo posible porque así sea. Si cumplimos las reglas a rajatabla, funciona. Nunca serán duros a cuatro

pesetas, porque si fuera así, no sería un negocio, pero sí que es posible hacer que ganar dos pesetas sea mucho más llevadero y amigable y que el trabajador se lleve una de ellas.

Son los aspectos éticos los que más preocupan a los profesionales. Posible se acerca mucho a probable y probable es una lotería o una apuesta. El circuito de recompensa conlleva riesgos y seremos los potenciales adictos quienes debamos imponer nuestra voluntad a los impulsos. Vuelvo a recordar que nuestra capacidad de pensar y razonar merma a partir de que nuestro cerebro se satura de estímulos positivos y cada vez necesitaríamos más. Somos más vulnerables cuanto más nos dejamos llevar.

En Evalúe Social, la principal empresa con la que trabajo, nos gusta acercarnos a los límites. Conocer a quienes tienen los problemas para poder empatizar con ellos. Necesitamos entender para enfocar, y para ayudar. Y nunca se reprime a una persona a la que quieres ayudar. Gracias a la sociedad tecnológica aprendemos muchísimo de los participantes de las actividades así como entre nosotros.

Este año hemos confirmado que los niños siguen siendo niños otro año más. Hemos pasado unos años en los que veíamos móviles sin supervisión antes de los ocho años. Ahora se ha reducido, pero por contra prácticamente todos los menores tienen acceso más o menos limitado a internet y redes sociales desde su propia casa, cuando el año pasado no llegó al 60% en ningún grupo. Hemos vislumbrado que los usuarios en riesgo de adicción se exponen en solitario pero también preferirían hacerlo en compañía. Somos más conscientes de los riesgos pero igual de confiados en un primer contacto, tanto a tecnologías como a informaciones o a desconocidos. Tenemos mucho más claro que el año anterior que internet ofrece mucho gato por liebre. Sobre todo en las compras y negocios online. Pero lo más importante con respecto a la prevención de adicciones, y a las evaluaciones de riesgo, es que tenemos que hacer lo imposible por entender al usuario. Ser capaces de ponernos en la piel del afectado es indispensable.

Las estadísticas y normas son primordiales para nuestro trabajo pero nunca hay que olvidar que cada caso tiene que ser estudiado y evaluado individualmente antes de aventurar hipótesis. La lógica nos dice que algunos de los usuarios de riesgo podrían encontrar en las tecnologías alivios a otro tipo de conflictos psicológicos más complejos. Tenemos claro que en la sociedad del futuro tendremos acceso a todo. Beneficioso o perjudicial, solo vamos a tener acceso incondicional desde una tecnología. Es inevitable que si separamos el plano físico del virtual, en el futuro, todos tengamos intereses, anhelos y estímulos fuera del

entorno físico. Cuanto menos estimulante nuestro entorno físico más atractivo será el virtual, hasta el punto en que se podría vivir mejor en línea que offline. ¿Arriesgado? Mucho. ¿Pernicioso? Saludable desde luego no es. ¿Patológico?...

Y con más interrogantes que innovadoras revelaciones hemos llegado al final. A estas alturas ya me habréis calado y, si no, ya os descubro yo el “pastel”. Tanto título como subtítulo son marketing. Técnicas de venta aplicadas a que aguantéis una lección de casi ocho páginas plagadas de datos, anécdotas y dobles sentidos todas con una intención informativa. Como estamos entre gente avisada me es más difícil introducir datos novedosos, pero puedo ofrecer otros enfoques.

Según una de sus definiciones la adicción es el hábito de conductas peligrosas o de consumo de determinados productos, en especial drogas, y del que no se puede prescindir o resulta muy difícil hacerlo por razones de dependencia psicológica o incluso fisiológica. Otra habla de la afición desmesurada a algo. Y sí. A veces cuando digo a los menores que todos y cada uno de ellos consumen al menos una droga a diario, y que además es una droga que podría llegar a ser mortal (me refiero al azúcar, claro), alguno de ellos ha aventurado que podría ser el agua o el oxígeno. No tienen razón por poco, ambos son mortales en exceso pero ninguno de ellos es una droga y mucho menos adictiva. Son biológicamente indispensables. Cuando hablamos de tecnologías debemos aceptar que actualmente nos son indispensables. Junto con sus riesgos y sus mecanismos adictivos. Y es lo que nos toca.

Personalmente tengo una colección importante de impulsos a controlar. Me encanta jugar a videojuegos, pero no supone ningún esfuerzo no hacerlo. Cuando termino la partida puede que me apetezca otra pero la pospongo si tengo cualquier otra cosa que hacer en la lista de prioridades. Puede que a veces decida dejar para mañana lo que no quiero hacer hoy. A veces las personas hacemos eso. Nos apetece siempre, porque es neurológicamente normal, pero hacemos lo que tenemos que hacer la mayoría de veces y por eso no necesitamos “curarnos”. Mi problemas tecnológicos son dos: Aprender y la literatura. Si no me controlo podría dedicar más de cuatro horas diarias a los mundos fantásticos que me ofrecen los libros. Vivir vidas prestadas e imaginar nuevas y diferentes historias paralelas o relacionadas con la del escritor. Y se me da bien. Recuerdo prácticamente todo lo que leo (o al menos eso es lo que piensa mi cerebro) y si termino un libro releo otro ya leído. También acepto literatura nueva que volveré a releer si considero que vale el tiempo, el esfuerzo o el sacrificio de otra lectura. Warning (alerta). Me aporta algo releer un libro. Pues claro. Volver a vivir la experiencia. Pero nada es tan bonito como

la primera vez por mucho que nuestro cerebro sepa recompensarnos como si lo fuese. Releer el Principito todos los años puede parecer bonito, y también es cierto que puede ofrecer nuevas reflexiones o enfoques. Pero a estas alturas se ha convertido en un pasatiempo. Lo releo por el placer de releer. Que no es poco, siempre que sea sincero conmigo mismo. Recordad que nuestro cerebro descansa si “pierde tiempo” entre 30 minutos y una hora. Pero me pongo muy nervioso si he dejado el ebook en casa aunque haya quedado con una persona para pasar un rato. Warning (alerta). Puedo “subirme por las paredes” si voy a terminar un libro y no tengo acceso a internet para renovar o ampliar mi biblioteca digital. Warning (alerta). Y antes de las tecnologías fué peor. Quienes hayan sopesado el señor de los anillos entenderán lo que puede suponer llevar el libro a todas partes. También leo rápido. 500 páginas pesan medio kilo de promedio y en ocasiones duran menos de dos días. Podeís imaginar unas vacaciones con mochila para libros. Además me encanta leer mientras paseo. Warning (alerta). Mis problemas con el control de impulsos son importantes y arriesgados. Cierto. Pero también aportan un montón de habilidades y recursos que son necesarios en mí día a día. Mi trabajo es, en parte, aprender cosas nuevas continuamente, y fue y sigue siendo, vivir de primera mano la inmersión tecnológica. Y mi cerebro lo demanda, lo ansia. Es genial porque mientras recuerde como interactuar con las personas, comer, descansar y asearme, me hace ser el profesional que soy.

Un consejo. Preocuparos cuando, al menos una vez al día, no os apetezca jugar.

BIBLIOGRAFÍA

1. https://es.wikipedia.org/wiki/Nativo_digital
2. Fundación Telefónica edita todos los años un informe magistral sobre el estado de la sociedad digital que nos detalla todos los aspectos relacionados con el estado en ese momento de la sociedad de la información.
https://www.fundaciontelefonica.com/arte_cultura/sociedad-de-la-informacion/sdie-2017/
3. Carita sonriente y dedo tocando la nariz.
4. Estudios iniciales de adicción a internet por parte de la doctora Kimberley Young pionera en el campo.
5. Demencia digital. Manfred Spitzer. Ediciones B, 2013.
6. Muy recomendable Homo ludens de Johan Huizinga.
7. El cerebro adolescente. Francés E. Jensen. RBA, 2015.
8. En este caso os remito a una publicación de la Dirección General de la Familia y el Menor para la Comunidad de Madrid por la fundación Aprender a mirar. <http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM014077.pdf>

-
-
9. Manual por parte de socidrogalcohol y la Universidad de Córdoba.
<http://www.ipbscordoba.es/uploads/Documentos/ManualAdiccionesParaPsicologos.pdf>
 10. La neuropsicología clínica aplicada nos avisa de que los excesos de tiempo son totalmente perjudiciales para el cerebro de cualquier persona: provocan un exceso de secreción de cortisol, dopamina y endorfinas, lo que perjudica al cerebro en su fortaleza para tomar decisiones, debilita la voluntad, la atención, la concentración, y disminuye la capacidad para valorar sobre tiempo y diversión.
 11. Solo entenderé videojuegos como Gran thefh auto (GTA) como ejemplos de malas conductas y comportamientos inaceptables.
 12. “¿Cómo percibimos el paso del tiempo?” Ángel Correa Torres. Dpto. De Psicología Experimental, Universidad de Granada, España. Publicado en www.cienciacognitiva.org.1 abril, 2013.
 13. Carita con guiño.
 14. Carita ojos en x sacando la lengua.
 15. <https://es.wikipedia.org/wiki/Ludificación>.
 16. <https://www.meneame.net/m/actualidad/karel-cazador-patinetes-gana-5-000-euros-mes-cargandolos>.



Francisco Miguel López Pina

MESA REDONDA

LA INFLUENCIA DE LA ADICCIÓN A LA TECNOLOGÍA EN LAS CONDUCTAS VIOLENTAS DE LOS MENORES””

D^a. Alicia Salavert Cardona

Fiscal de la Audiencia Provincial de Valencia adscrita a la Sección de Menores

I. PRESENTACIÓN

Constituye un honor y un grato placer atender a la amable invitación a esta Jornada organizada por la Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD) y la Regiduría de Sanidad, Salud y Deportes del Ayuntamiento de Valencia, destinadas a servir de guía en la difícil materia de prevenir las adicciones al uso de internet, en particular a los videojuegos y apuestas online.

Pertenezco a la Carrera Fiscal desde hace 25 años y siempre ha llevado la materia de menores. Al principio no con exclusividad, pero si desde que se crearon en las fiscalías secciones especializadas en este ámbito, en el año 2000, con la aprobación de la vigente Ley Orgánica Regulador de la Responsabilidad Penal de los Menores

Ciertamente es una materia muy gratificante porque trata de proteger y reeducar al sector de la sociedad como son los menores cuya especial vulnerabilidad en cierta manera predicable con carácter general, contribuyendo en este sentido al objetivo irrenunciable para cualquier sociedad justa y desarrollada: la plena efectividad de los derechos de todos sus miembros, particularmente, de aquellos que no pueden hacerlos valer por sí solos.

Por lo que a mí me afecta trataré de explicar la intervención del Fiscal en dos aspectos: **la reeducación y la protección de los menores de edad**. Esta última es faceta que probablemente sea de las menos conocidas por el público de ahí que quiera destacar la firme implicación del Ministerio Fiscal en este ámbito, que está en constante expansión

En efecto, la Fiscalía de Menores de Valencia, integrada por once fiscales, con competencia territorial en toda la provincia, tiene asignadas no solo las competencias derivadas de la comisión de hechos tipificados en el Código Penal como delitos, cometidos por menores de entre 14 y 17 años de edad reguladas en la LO5/2000, de 12 de enero, reguladora de la Responsabilidad Penal de los Menores, sino también otras cuestiones de indudable trascendencia social y protección de los derechos fundamentales como son:

-
-
- La superior vigilancia y control por parte de la Administración competente para adoptar medidas como la declaración en riesgo y desamparo y tutelar a los menores *“a causa del incumplimiento, o del imposible o inadecuado ejercicio de los deberes de protección establecidos por las leyes para la guarda de los menores, cuando éstos queden privados de la necesaria asistencia moral o material”*. (art. 172 del Cc.).
 - La defensa del derecho a la enseñanza obligatoria frente al absentismo escolar, de los derechos al honor, la intimidad y la propia imagen de los menores, etc.
 - Y como no la protección de los menores frente a todo tipo de conductas adictivas, ya sea al alcohol, a las drogas y por supuesto a todo aquello que pueda favorecer la adicción de menores al juego online, como puede ser la publicidad en horas de audiencia infantil y juvenil, apertura de casas de apuestas cerca de los colegios, etc.

Como no podría ser de otra manera la Fiscalía afronta la utilización de las TIC (Tecnologías de la Información y Comunicación) desde esa doble perspectiva:

- **Reforma:** Reeducación de los menores que incurrir en tipos penales relacionados con el uso de las nuevas tecnologías
- **Protección:** Prevención y medidas de protección y defensa de los menores que son víctimas de adicciones, o delitos relacionados con la criminalidad informática.

Dando cumplimiento a la función que la el artículo 124 de la Constitución encomienda al Ministerio Fiscal como el órgano que constitucionalmente tiene asignada la misión de promover la acción de la justicia en defensa de la legalidad, los derechos de los ciudadanos y el interés público tutelado por la ley.

II. INFLUENCIA DE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS EN CONDUCTAS VIOLENTAS DE LOS MENORES, EN ESPECIAL A LOS CASOS DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR. RESPUESTA PENAL. PREVENCIÓN A NIVEL FAMILIAR Y ESCOLAR.

Voy a dar un dato concreto que nos puede dar idea de la entidad del problema con que nos enfrentamos, derivado del abuso o mala utilización de las TIC por parte de los menores y jóvenes:

La Fiscalía de Valencia recibe cinco denuncias diarias contra menores que agreden a sus padres: 160 menores de entre 14 y 17 años acabaron detenidos el año pasado por agredir a sus padres en enfrentamientos relacionados con el uso del móvil.

Se están produciendo cada vez más casos en que jóvenes, e incluso niños, son incapaces de controlar su adicción a las nuevas tecnologías. Cuando esto sucede, pierden totalmente la noción y se les va la situación de las manos.

Si estableciéramos un ranking de los delitos que pasan por la Fiscalía de Menores, las agresiones a los progenitores, hermanos y familiares ocupan ya un tercer puesto, por detrás de los robos y las lesiones a otras personas diferentes a los progenitores como compañeros del colegio, colegas de la pandilla o grupos rivales.

A modo de ejemplo:

1.- Me ha llamado la atención por su gravedad un caso ya juzgado por el Juzgado de Menores Número Uno de Granada.

Los hechos sucedieron en enero de 2018

Un adolescente de tan solo 14 años asestó una puñalada a su madre en la mano después de haberse quedado sin conexión a Internet. Obcecado con el parón repentino de la línea que le impedía continuar jugando, ordenó a su madre que lo solventase, pero la mujer tenía que acudir a su puesto de trabajo. Para impedir su marcha el menor cogió un cuchillo de la cocina y se clavó en a mano.

Al menor se le impuso una medida de diecisiete meses de internamiento terapéutico.

2.- Personalmente, en la Fiscalía recientemente he llevado un caso de un menor con retraso cognitivo por falta de estimulación ya que llevaba en casa encerrado desde hace años y con su madre y abuela, que iba en silla de ruedas, y se dedicaba a comer sobre todo comida basura (pesaba 120 kilos) y a jugar a la play online.

Los enfrentamientos con su madre eran constantes. Se trata de una familia monoparental muy humilde (la madre fregaba escaleras). El menor un día se quedó con su abuela, ésta le dijo que dejara de jugar a la play y le quitó el mando. Para recuperarlo el menor la cogió en brazos de la silla de ruedas y la arrojó al suelo violentamente, rompiéndole la cadera.

Al menor se le impusieron 14 meses de internamiento en un centro de reforma.

Tras el cumplimiento de la medida de en el Centro Mariano Ribera no solo aumentaron sus habilidades sociales, perdió 40 kilos de peso, se le educó

y se le dieron pautas para una alimentación equilibrada, adoptó el hábito de practicar deporte y abandonó su adicción a los videojuegos. Fue uno de los casos más gratificantes a nivel personal que he llevado como fiscal de menores

¿Qué hace que un chaval ataque a quienes más le quieren?

Como detonantes directos aparecen los siguientes:

- la imposición de horarios,
- la obligación al orden o al estudio,
- la negación de dinero a los adolescentes
- y ahora se suma otro factor: la limitación en el uso del teléfono móvil e internet por parte de los padres.

¿CÓMO SE FORMA UN NIÑO VIOLENTO?

1. Sin límites tempranos.

Entre los factores que desatan la agresividad infantil destaca la ausencia de límites en la infancia. Si los padres no los fijan en esta etapa no podemos pretender ponerlos en los 14. Deben aprender a decir «no» con más frecuencia, enseñar a los hijos a tolerar la frustración e inculcarles que todo requiere esfuerzo.

2. Castigos excesivos.

Al igual que una permisividad excesiva en la infancia puede generar violencia contra los padres en la adolescencia, una educación hostil con constantes órdenes o castigos físicos también puede desembocar en un menor agresivo. La clave es el equilibrio

3. El efecto espejo.

Aunque se ha dicho hasta la saciedad, muchos padres siguen sin aprenderlo. Si los progenitores no aparcan conductas violentas, gritos, insultos, palabras malsonantes o faltas de respeto en casa, los hijos acabarán contagiándose e imitando esos comportamientos.

Asimismo un factor de riesgo es aplaudir la violencia. «Si te pegan, pega más fuerte». Todavía hay entornos familiares y de barrio donde pervive esta idea.

Similar peligro encierra inculcar al menor una competitividad insana y los programas de debate o reality con protagonistas agresivos, maleducados y chabacanos.

4. Drogas y adicciones.

La Fiscalía de Valencia ha comprobado que algunos de los chavales que agreden a sus padres ya han comenzado a tontear con las drogas o incluso son adictos. Los primeros porros elevan la irritabilidad entre los jóvenes. El cannabis es el principal peligro en menores.

A las anteriores adicciones debemos añadir la obsesión con el uso de internet, donde se incluyen las adicciones a videojuegos y apuestas online.

Algunos padres no están sabiendo controlar a sus hijos con el uso de las nuevas tecnologías y cuando menos se dan cuenta y desconectan de manera forzada el acceso a internet de sus hijos genera en ocasiones importantes estallidos de violencia.

Por más que se empeñen, un niño no necesita un teléfono móvil las 24 horas del día. Y si se lo dan antes de los 14 no deberían tener acceso a redes sociales. Esa es la edad donde comienza la responsabilidad penal, la misma que exigen en Instagram o Facebook para registrarse.

Permitir a un hijo entrar antes es como dejar un coche a un chaval que aún no tiene 18 años.

Hay niños, al igual que los adultos, hiperconectados: Se levantan y miran el WhatsApp, a la hora del recreo se pasan conectados a Instagram o jugando a sus juegos favoritos y por la noche, incluso de madrugada siguen fijando la vista en sus dispositivos móviles

¿Cuándo se pasa de un uso normal a ser una adicción?

Ante todo hay que dejar claro que la mayoría de jóvenes utilizan mucho la tecnología, y obviamente eso no es sinónimo de tener una adicción.

Los primeros indicativos de que nuestro hijo puede ser adicto al móvil los podemos encontrar en:

- la necesidad que tiene de estar conectado el máximo tiempo posible para sentirse satisfecho.
- si no lo consigue, se siente deprimido, nervioso o enfadado, estados anímicos que desaparecen cuando vuelve a usar la tecnología.
- si no consigue controlar el tiempo que pasa con sus dispositivos, ha dejado de lado otras tareas y obligaciones o prefiere las relaciones online.

Si detectamos que nuestro hijo hace un uso abusivo de los dispositivos tecnológicos, la solución nunca va a ser prohibirle que se conecte. Lo que en

realidad debemos hacer es ayudarle a desaprender ese hábito y que vuelva a utilizarlos de una forma controlada, sustituyendo hábitos inadecuados por otros más positivos.

Es necesario supervisar y estar al tanto de sus pautas de conductas tecnológicas para evitar problemas mayores y asegurarnos de que existe un equilibrio entre su vida digital y la que vive fuera de la tecnología.

Es algo tan sencillo como establecer unos horarios, lugares y tipos de usos de cumplimiento estricto.

Por ejemplo,

- 1) en determinadas horas, la tableta y el ordenador solo se utilizan con el fin de consultar información para estudiar.
- 2) el lugar para conectarse a internet y conversar online con los amigos ha de ser un espacio común, como el salón
- 3) durante la hora de comer y cenar el móvil se queda fuera de la cocina.
- 4) y por supuesto, predicar con el ejemplo.

En cualquier caso, si lo anterior falla siempre está la posibilidad de acudir a un especialista

¿QUÉ ES LO QUE HACE QUE LOS PADRES SE DECIDAN A DENUNCIAR A UN HIJO?

Cuando la denuncia llega a Fiscalía es porque ha habido una progresión. Denunciar a un hijo no es un paso sencillo para los padres. Casi siempre lo hacen cuando la situación se torna ya insostenible, ven peligrar seriamente su integridad o llevan años padeciendo ese maltrato silenciosamente, perdonando una y otra vez.

Primero llega la desobediencia, luego el insulto, la amenaza y los objetos rotos. El siguiente paso es el empujón. Y a partir de ahí, las patadas, puñetazos, estirones de pelo, etc.

Y no se trata de simples rabietas. En la mayoría de los casos son intervenciones en los que la madre o el padre acaban llamando a la Policía o a la Guardia Civil por pura desesperación, con heridas a consecuencia de esas agresiones.

Si bien las agresiones de menores a sus padres suelen emerger a los 14 y agravarse a partir de esa edad, a la Fiscalía de Valencia ya han llegado denuncias de agresores de sólo 12 años.

Sexo y nivel social

A diferencia de lo que sucede con otros delitos juveniles como los robos, donde se aprecia un predominio masculino, las agresiones de hijos a sus padres investigadas por los juzgados de menores de Valencia no presentan diferencias significativas entre sexos. Está absolutamente equilibrado al 50%. Pegan tanto los chicos como las chicas.

Y lo mismo sucede con el nivel social, educativo y económico de las familias afectadas por los malos tratos de sus hijos. Estamos viendo casos en todos los estratos, en todo tipo de profesionales. Las agresiones de chavales a los padres son un problema que nada tiene que ver con el poder adquisitivo o el nivel de vida de los progenitores.

A las madres les cuesta más denunciar a un hijo que a un marido maltratador. Y no hay que sentir ninguna vergüenza por hacerlo. Puede ser la solución. Muchos lamentan no haberlo hecho antes.

III. LOS MENORES ANTE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS. TIPOS PENALES. RESPONSABILIDAD DE LOS PADRES O TUTORES LEGALES.

Los menores frente a la utilización de móviles con acceso a internet o utilizando ordenadores con acceso a la red se pueden convertir tanto en víctimas como en autores de diferentes tipos penales frente a los que la actuación preventiva adquiere una gran relevancia. La prevención debe partir necesariamente de la familia y del colegio, debiendo las instituciones públicas realizar actuaciones concretas de prevención del uso de los dispositivos móviles por parte de los menores y especialmente en los menores de 14 años.

No se debe desconocer que el derecho penal no es un instrumento eficaz de prevención por cuanto siempre reacciona cuando ya se ha producido el hecho delictivo y por consiguiente su respuesta siempre es a posteriori.

La actuación de los adultos en la educación a los menores en el uso de las nuevas tecnologías ha llegado demasiado tarde, habiendo fallado en el tema de la educación y en la prevención de las conductas dado que la adicción de los menores a tales instrumentos ha corrido paralela al desarrollo y difusión de los mismos, mucho más que entre los adultos.

Además ha proporcionado a los menores una forma de comunicarse desconocida para los padres y profesores dado que la utilización de las redes sociales se ha extendido entre los menores con una gran rapidez. En la

actualidad el uso irresponsable de los dispositivos permite a un menor estar permanentemente comunicado con sus amigos sin salir de su casa.

El uso de los llamados teléfonos inteligentes ha llevado además que un menor ni siquiera este controlado parentalmente cuando accede a internet, dado que puede conectarse a la red en cualquier lugar.

Respecto la responsabilidad penal de un menor es necesario destacar la que la LORPM, distingue en su art. 3 entre menores de 14 años y mayores de dicha edad y menores de 18 años, dado que los menores de 14 años son irresponsables penalmente, queriendo el legislador que su responsabilidad se ejerza en el ámbito educativo y familiar, lo cual ha llevado a la idea de que existe una cierta irresponsabilidad de los mismos frente a las acciones que cometen y que las mismas carecen de una respuesta sancionadora adecuada.

Los mayores de 14 años son plenamente responsables ante las conductas tipificadas en el código penal y por consiguiente pueden ser acusados, llevados ante un tribunal y condenados por sus actos, estando sometidos al código penal de los adultos salvo en la imposición de las penas, dado que la respuesta punitiva se tiene que acomodar al catálogo de medidas previstas en la LORPM.

La utilización de smartphones o tabletas con acceso a internet permite que se desarrollen determinadas conductas peligrosas para los menores y que los conviertan con facilidad en víctimas de delitos de índole sexual o de acoso por parte tanto de adultos como de otros menores. Si antes la relación con el exterior podía cortarse con relativa facilidad cuando un menor se encontraba en su domicilio o incluso en el exterior adoptando determinadas precauciones, en la actualidad dichos dispositivos no sólo ha modificado la manera de relacionarse entre los menores, sino que los ha convertido en más vulnerables ante conductas que siempre han existido.

El derecho penal ha ido siempre por detrás y ha ido tipificando y sancionando aquellos comportamientos que quedaban al margen del derecho penal porque no existían dichas tecnologías. Además, antes que su introducción en el código penal conviene destacar que la terminología utilizada proviene del mundo anglosajón porque el desarrollo tecnológico es mayor en países como Estados Unidos o Gran Bretaña.

Sin ánimo de ser exhaustiva se pueden englobar las siguientes conductas:

GROOMING

En el lenguaje de la calle bajo dicha denominación anglosajona se comprenden aquellas conductas que desarrolla un adulto para contactar con un menor a través de las nuevas tecnologías con la finalidad de obtener datos que permitan posteriormente su utilización para conseguir de dicho menor encuentros sexuales o imágenes pornográficas. Se trata de una de las conductas que más frecuentemente utilizan los depredadores sexuales, que amparados en el anonimato y aprovechando la inocencia propia de la edad consiguen satisfacer sus desviados deseos sexuales y que lejos de ser algo anormal sea convertido en una conducta que desarrolla con frecuencia, residiendo el mayor peligro para un menor porque normalmente este tipo de comportamientos cuando el adulto pretende obtener un encuentro sexual no es infrecuente que haya visto a la víctima por su cercanía o por ser vecinos.

La LO 5/2010 de 22 de junio incluyó un tipo penal en el art 183 bis) dentro de los delitos contra la libertad sexual para sancionar la conducta del que a través de internet, teléfono u otra tecnología de la información y comunicación contacte con un menor de trece años y le proponga realizar actos de contenido sexual y siempre que se acompañe tal propuesta de actos materiales encaminados al acercamiento, etc.

Tal conducta, denominada en inglés grooming, refleja el desconocimiento y peligro que se presenta para un menor que en una red social otra persona, de la que desconoce más datos y que se suele presentar como un amigo o compañero termina por proponerle contactos sexuales.

No se sanciona cualquier contacto, tiene que ser por los medios tecnológicos dichos y el acercamiento tiene que ser de contenido sexual. Presenta mayor gravedad si se utiliza con intimidación coacción o engaño.

SEXTING

Dentro de las conductas que los menores desarrollan especialmente es la utilización de los smartphones para difundir videos o imágenes de contenido sexual. Ocurre que normalmente la difusión comienza porque el sujeto afectado las manda a otra persona voluntariamente, pero desconoce o le falta la educación necesaria para saber que dichas imágenes pueden ser enviadas a otras personas lo que ocasiona al final una vejación para la persona que las envía. En la actualidad dicha conducta es impune, salvo que se trate difusión de imágenes de menores con escenas de contenido sexual, art 189.1.

Dicho comportamiento se ha generalizado con especial virulencia entre los menores por el uso de la aplicación WhatsApp o más recientemente online, los cuales de forma prácticamente gratuita se instalan en los dispositivos móviles y con gran facilidad permiten la difusión de videos o fotografías eróticas. Dicho comportamiento se produce especialmente en la franja de menores de 12 a 16 años.

Se sanciona la difusión de imágenes íntimas, aunque la inicial distribución haya sido con el consentimiento de la persona afectada. (art. 197, 1, 2 y 3).

En el caso de menores, cuyo comportamiento sí que se encuentra amparado por el código penal los problemas se plantean porque si están por debajo de 14 años los autores de la difusión la justicia penal no puede actuar y porque cuando puede actuar las imágenes íntimas se han distribuido y las han visto tal cantidad de personas del círculo del menor que el daño para éste es irreparable.

La difusión de dichas imágenes en el ámbito escolar tiene que tener una respuesta adecuada por parte del Centro Educativo. La sentencia de la Audiencia Nacional, Sala de lo Contencioso Administrativo, de fecha 26 de septiembre de 2013, amparando al Director de un Centro Docente que accede al contenido del móvil de un menor de 12 años enseñando un video sexual a una compañera. Prima la LO de Educación de 1985 de 3 de julio, art 6, frente a la intimidad de los datos. Ningún derecho es absoluto, y debe primar el desarrollo integral de los menores frente al derecho a la intimidad cuando se produce una conducta que agrede al menor.

CIBER ACOSO-BULLYNG

Otra conducta especialmente reprochable y que los menores suelen cometer con asiduidad es la utilización de los smartphones para grabar peleas, golpes o actos vejatorios de una persona y difundirlos con rapidez con la intención de humillar a la víctima delante de sus compañeros de clase o grupo de amigos. Suele ser frecuente que exista un concierto previo entre el menor que graba la pelea y el que provoca la misma o realiza el acto vejatorio hacia su víctima. Esta clase de comportamientos se realizan con el propósito de que la humillación sea vista por el más amplio grupo de personas posibles por lo que su difusión suele ser rápida provocando la angustia y frustración de la víctima menor que ve como el grupo de iguales se burla o lo ridiculiza.

Dicha conducta es especialmente reprochable dentro de lo que se denomina acoso escolar o bullying, que supone una acción consciente y dirigida por un menor matón, tendente a humillar a otra y darle una mayor difusión entre los

iguales para provocar la humillación en la víctima, que suele ser una persona especialmente vulnerable.

No cuenta con una tipificación penal expresa y hay que acudir al 173 del cp.

La acción preventiva tiene que venir desde el centro escolar, que es el responsable de garantizar los derechos de los alumnos y la convivencia pacífica en el centro. El principal problema que cuenta la víctima es que la acción se minimice desde el entorno escolar y que no se produzca una respuesta educativa rápida.

La denuncia se impone en la LO de Protección Jurídica del Menor, en su artículo 13 establece la obligación de denunciar la situación de riesgo ante las autoridades sin perjuicio de prestarle la asistencia inmediata que precise dicho menor.

USURPACION-UTILIZACION DE CONTRASEÑAS AJENAS

La usurpación de personalidad para navegar en la web, haciéndose pasar por otra persona tiene una difícil solución puesto que no está expresamente tipificado como delito y requiere que con esa atribución de personalidad se veje o humille a dicha persona entre sus amistades, lo que supone un conocimiento de la persona que se quiere agraviar.

Un aspecto de dichas conductas a través de internet es el robo de contraseñas para utilizarlas y acceder a los datos de mensajería o de redes sociales para ver su contenido. Los menores suelen dar con frecuencia sus contraseñas, no suelen ser cuidadosos con su intimidad. Carecen de la educación e información necesaria para comprender lo peligrosos que supone que su compañero conozca la contraseña que utiliza dado que puede acceder a la red haciéndose pasar por él, lo que suele ser utilizado para amenazar y coaccionar a otras personas.

El art 197 del Código Penal sí que tipifica una serie de conductas que atentan contra nuestra intimidad como son el robo de contraseñas, cuentas de correo ajenas, mensajería, redes sociales, sistemas informáticos:

1. El que, para descubrir los secretos o vulnerar la intimidad de otro, sin su consentimiento, se apodere de sus papeles, cartas, mensajes de correo electrónico o cualesquiera otros documentos o efectos personales o intercepte sus telecomunicaciones o utilice artificios técnicos de escucha, transmisión, grabación o reproducción del sonido o de la imagen, o de cualquier otra señal de comunicación, será castigado con las penas de prisión de uno a cuatro años y multa de doce a veinticuatro meses.

2. Las mismas penas se impondrán al que, sin estar autorizado, se apodere, utilice o modifique, en perjuicio de tercero, datos reservados de carácter personal o familiar de otro que se hallen registrados en ficheros o soportes informáticos, electrónicos o telemáticos, o en cualquier otro tipo de archivo o registro público o privado. Iguales penas se impondrán a quien, sin estar autorizado, acceda por cualquier medio a los mismos y a quien los altere o utilice en perjuicio del titular de los datos o de un tercero.

3. El que por cualquier medio o procedimiento y vulnerando las medidas de seguridad establecidas para impedirlo, acceda sin autorización a datos o programas informáticos contenidos en un sistema informático o en parte del mismo o se mantenga dentro del mismo en contra de la voluntad de quien tenga el legítimo derecho a excluirlo, será castigado con pena de prisión de seis meses a dos años.

RESPONSABILIDAD DE LOS PADRES. RESPONSABILIDAD DE LOS CENTROS DOCENTES

Para los mayores de 14 años la LORPM establece una responsabilidad solidaria de los padres por los daños y perjuicios causados por sus hijos la cual se exige en el proceso penal salvo renuncia o reserva de la acción civil por el perjudicado.

Lo trascendental es que el menor en el momento de la comisión del hecho delictivo tenga entre 14 y 18 años cumplidos, aunque durante la tramitación del expediente rebase dicha edad.

La responsabilidad que instaura la LORPM es de carácter marcadamente objetiva y responde a la necesidad de asegurar la reparación del daño causado al perjudicado, dado que de otra forma sería imposible su satisfacción dado que la amplia mayoría de menores infractores son insolventes y por otro lado la necesidad de que los padres se comprometan activamente en la educación de su hijo. Por ello el juez puede sólo y muy excepcionalmente moderar dicha responsabilidad, nunca eximir por completo a los padres.

Para los hechos cometidos por menores de 14 años la responsabilidad civil se enmarca dentro del art 1903 del CC. La responsabilidad que regula el Código Civil es una responsabilidad basada en la culpa, solidaria y directa y responden tanto los padres respecto de sus hijos como los tutores respecto de los menores que tienen a su cargo.

También es posible exigir responsabilidad a los centros docentes frente a las acciones cometidas por los menores, desplazando el párrafo quinto del art 1903

del Código Civil la tradicional responsabilidad de los profesores o maestros a la responsabilidad del centro docente como tal, pudiendo exonerarse del centro si prueba que obró con la diligencia de un buen padre de familia.

El fundamento de la responsabilidad del Centro Docente hay que buscarla por el incumplimiento de los deberes que imponen las relaciones de convivencia social, de vigilar a las personas y a las cosas que están bajo la dependencia de otra determinada.

REGLAS DE CONDUCTA.

Sin pretender realizar un catálogo de actuaciones preventivas a desarrollar por parte de los padres y profesores en el respectivo ámbito de competencia sí que resulta adecuado, dado el foro y dada la experiencia adquirida a través de las denuncias que llegan a fiscalía advertir que con un mayor control los menores no se verían expuestos como víctima y se evitaría que se convirtieran en sujetos activos de comportamientos delictivos que tanto daño causan a otros menores.

La mayoría de las recomendaciones, como no podía ser de otra forma va dirigida a los padres o tutores que como titulares de la patria potestad son los que se erigen en principales líderes en la educación de sus hijos siendo un gravísimo error desplazar la responsabilidad a los centros docentes o profesores.

Resulta necesario que exista una regulación legal sobre la utilización de teléfonos con acceso a internet por parte de menores, en su doble vertiente de acceso indiscriminado a los contenidos que circulan por internet, como al uso de tales dispositivos.

Siendo los menores de 14 años irresponsables penalmente ante la sociedad y con una capacidad de obrar totalmente limitada carece de sentido que puedan utilizar dichos dispositivos. El daño que pueden causar o que les pueden causar por su normal carencia de formación debería ser suficiente para su prohibición.

De hecho, el parlamento francés recientemente ha prohibido por ley el uso de teléfonos móviles y relojes inteligentes en centros escolares de primaria y secundaria, donde estudia los menores de 15 años, salvo que se trate de un uso pedagógico o que el niño padezca una discapacidad y lo precise.

La permisividad con que los menores acuden a los centros escolares con dichos dispositivos, lejos de formarles y educarles los expone a realizar conductas vejatorias, tanto activas como pasivas por lo que se debería prohibir no sólo

su uso, sino la introducción en el centro. No existe ninguna justificación para que un menor acuda al centro escolar con dichos dispositivos.

Si unos padres responsables no dejarían a su hijo menor solo en la calle, en horas nocturnas no tiene sentido que le dejen sólo ante el ordenador de su casa. Dicho mecanismo le expone al menor a los mismo riesgos que los que los padres tratan de evitar no dejándole solo .Es un error pensar que su hijo está protegido por el hecho de estar en casa.

Procurar que el ordenador se encuentre en un lugar visible y accesible por los padres y que no tenga cámara web. Controlar su uso, el acceso a páginas web que visite es un ejercicio de responsabilidad que los menores agradecerán dado que supone implicarse en la educación de su hijo.

Los padres deben educar a sus hijos en el uso correcto de los sistemas de comunicación por internet, indicando que las contraseñas son de uso personalísimo y que es ilícito navegar por la web suplantando a otra persona.



Alicia Salavert Cardona



Laura Ferrer

CONFERENCIA DE CLAUSURA PRESENTACIÓN:

D^a. Laura Ferrer Mora

Responsable Programas FAD en PMD/UPCCA-València

Estamos llegando al final de esta XXVII Jornada sobre Adicciones y todo el equipo del Plan Municipal de Drogodependencias y la Concejala de Sanidad, Salud y Deportes, Maite Girau, esperamos que os esté resultando una jornada interesante.

Nosotros, todo el equipo, cuando nos planteamos cada año el tema de esta Jornada, y ya llevamos 27 ediciones, tratamos de seleccionar temas, obviamente de actualidad, interesantes para nuestra labor preventiva, teniendo en cuenta, además, que los asistentes venís desde diferentes ámbitos, de la docencia, también padres y madres, técnicos en prevención de las adicciones, estudiantes universitarios, y por eso el reto es aún mayor y por ello las ponencias, las intervenciones han sido variadas, hemos intentado tocar un poquito de cada ámbito. Esperemos que estéis satisfechos y, sobre todo, que haya sido movilizador, que salgáis de aquí con ganas de poner en marcha nuevos proyectos con los nuevos conceptos que seguro hemos aprendido hoy.

Para el cierre, en esta Conferencia de Clausura, tenemos hoy con nosotros a Tíscar Lara que es Directora de Comunicación de la Escuela de Organización Industrial (EOI) y experta en comunicación digital y redes sociales.

Desde sus comienzos, Tíscar Lara ha impartido comunicación digital y periodismo en una decena de universidades, ha formado a cientos de profesores en el uso de las nuevas metodologías. Tenemos el placer de contar de nuevo con ella, puesto que ya participó con nosotros en otras jornadas hace años, y contar con su perspectiva, ya que tiene muchos años de recorrido, en la visión de cómo podemos ayudar a los menores a desarrollar un pensamiento crítico con el uso de las tecnologías y también a utilizarlas de manera creativa y constructiva.

Sin más, os dejamos ya con **Tíscar Lara**, con la ponencia **“Nuevas misiones en prevención de adicciones: entramos en el juego”**.

Muchas gracias.

CONFERENCIA DE CLAUSURA

DIÁLOGO DIGITAL: CÓMO ACOMPAÑAR PARA UN FUTURO TECNOLÓGICO

D^a. Tíscar Lara

Directora de Comunicación de la Escuela de Organización Industrial (EOI) y
Experta en Comunicación Digital y Redes Sociales

<http://www.tiscar.com>

Vivimos en un mundo móvil, globalizado y fuertemente mediado por la tecnología digital. Un mundo en el que uno de los principales líderes mundiales gobierna a golpe de Twitter, en el que la opinión pública se puede fabricar en Facebook y en el que nuestro estado emocional depende de cuántos likes consigamos en Instagram.

Pero también un mundo donde se construyen prótesis de código abierto con impresoras digitales en África o donde cualquier niño del planeta puede hacer un curso de ingeniería de Harvard online. Todos los informes sobre prospectiva del futuro nos dicen que más de la mitad de los empleos que hoy conocemos desaparecerán en unos años superados por la robótica de unas máquinas que se encargarán de liberarnos de tareas rutinarias. Lo que no está tan claro es por qué tipo de profesiones serán sustituidos, pero nadie puede dudar de que la tecnología tendrá un papel clave en el diseño de los mismos. Y serán los niños y niñas de hoy quienes estén llamados a decidir ese rumbo.

En las visiones sobre la tecnología del futuro nos encontramos habitualmente con dos posturas enfrentadas: desde las más distópicas que nos despiertan los miedos más viscerales, a las más utópicas que nos envuelven con su magia acrítica. Es en ese entorno en el que está creciendo la nueva generación llamada a tomar las riendas de ese futuro y es nuestra responsabilidad, como educadores, familias y profesionales el construir un ecosistema que les facilite afrontar el desafío.

¿Qué podemos hacer? ¿En qué apoyarnos? Empecemos por observar la información que recibimos al respecto.

Este estado de incertidumbre salta a la prensa que, en lugar de intentar alumbrar el caos, nos envuelve con su propia trituradora de lo fugaz. En los medios de comunicación vemos desde una noticia sobre el daño cognitivo que pueden causar las pantallas a los menores hasta la última proeza de un niño que aprendió a programar con 6 años. Así leemos que Francia quiere prohibir por ley los móviles en los colegios, al mismo tiempo que una niña ha

aprendido a bailar *dupstep* con los vídeos de YouTube. Si llegamos a la sección de deportes, entonces veremos un buen número de jugadores cuya camiseta luce publicidad de juegos online mientras una noticia nos dice cómo están creciendo las casas de apuestas en los barrios más pobres y con ello también la ludopatía en los más jóvenes. Pero parece que los videojuegos no son tan malos, pues vemos otro titular que dice que España es la novena potencia del mundo en su producción. Un mismo día, en un medio cualquiera, toda una suerte de noticias positivas y negativas, de un estudio a favor y otro que lo niega, con un Consejo de Ministros que quiere sacar una ley para limitar la publicidad sobre el juego y decenas de anuncios que nos asaltan en pantalla invitándonos a jugar. Y ya, por si fuera poco, la última moda de los padres más tecnológicos de Silicon Valley de prohibir a sus hijos el contacto con pantallas, lo cual nos hace sentir aún más culpables en nuestra crianza al dudar si estaremos haciendo bien comprando el último tablet a los nuestros. Pero ¿No habíamos dicho que el futuro digital será con ellos o no será? Nadie entiende nada.

¿Qué sabemos de esta nueva generación y de su acceso digital?

Si nos fijamos en España, según datos del INE de 2017 sabemos que el acceso a internet y a un ordenador está muy extendido entre los menores (un 92% y 95%, respectivamente). Son cifras que se asemejan a la disponibilidad de teléfonos móviles en la franja de edad de los 15 años (94%) y que va creciendo a partir de los 10 años cuando 1 de cada 4 menores tiene ya uno propio.

Independientemente de plataformas o ámbitos geográficos, si nos fijamos en estudios previos, aun con diferentes muestras, alcances y metodologías, normalmente nos encontramos con que los usos recurrentes de los menores tienen que ver con tres motivaciones: buscar información, comunicarse con otros y expresarse a partir de sus propias producciones. Esos usos son curiosamente también los preferidos de los adultos, aunque el contenido de lo que se busque en internet, con quien se comunique o qué se intercambie sea distinto. Es desde ahí, desde las motivaciones reales desde las que podemos conectar y construir un diálogo digital.

Para ello conviene cuestionar el mito de los nativos digitales, mal entendidos como sabios que por su mera circunstancia cronológica vienen con todo aprendido de serie, y sacudirse el estigma de los inmigrantes digitales, nosotros los adultos ya sea en calidad de padres o educadores, que por mucho que nos esforcemos no tenemos a nuestro alcance lograr la ciudadanía digital pues siempre conviviremos con un acento que nos delatará en su

dificultad para integrarse en el nuevo territorio. Muy al contrario, hay mucho campo por recorrer juntos, por construir un diálogo intergeneracional que nos permita compartir saberes, dudas, problemas y retos para crear sentido del momento tecnológico en el que vivimos.

Si partimos de la base de que inevitablemente el futuro será digital, que necesariamente tendremos que vivir con ese entorno y damos un paso más allá, con la ambición de no solo convivir sino de liderar esa evolución, tendremos que asumir que el rechazo, la resistencia y la negación no son opciones posibles ni mucho menos deseables. Ni para familias ni para educadores. ¿Pero qué pueden hacer unos y otros?

Ser padre/madre o educador/a nunca fue fácil, pero hoy nos parece aún más complicado por el propio desconocimiento del entorno. Por un lado debemos ser conscientes de las oportunidades que la sociedad digital ofrece a nuestros hijos mientras combatimos nuestros propios miedos ante el posible efecto adictivo y alienante de la tecnología.

¿Son los videojuegos el problema? ¿Podemos combatir sus riesgos prohibiendo su uso? Durante mucho tiempo, y aún persiste, se ha vivido bajo el paradigma de la exposición, como ya ocurriera con el mismo dilema frente a la fascinación que ejercía la televisión en los años 70. De hecho las preguntas recurrentes de las familias es saber cuántas horas máximas debe estar un menor frente a la pantalla, algo que parece darse por sentado en 2h por día cuando la media de exposición mediática ronda va desde las 6 a las 9 horas diarias.

Pues bien, este tipo de aproximaciones cuantitativas no son la receta para curar la angustia digital que nos pueda generar el futuro incierto de nuestros hijos. Ni cuánto tiempo de pantalla ni a qué edad darle su primer móvil. Debemos empezar a dejar de obsesionarnos con el cuánto y empezar a trabajar en el cómo. Así lo recomiendan desde hace tiempo investigadores especializados en educación digital desde el ámbito familiar, que han estado entrevistando a padres, madres y adolescentes, y observando su comportamiento en el hogar durante varios años. Personas como Mimi Ito desde EE.UU. o Sonia Livingstone y Alicia Blum-Ross desde Inglaterra, nos llaman la atención sobre la importancia de asumir una actitud ponderada, lejos de los perfiles de abrazo y rechazo más extremos, para asumir y potenciar la tecnología digital desde usos críticos y creativos.

En concreto, Mimi Ito habla de que los padres deberían convertirse en «héroes digitales» para sus hijos como modelos normalizando y, a la vez, cuestionando

prácticas digitales de aquello que para ellos también es cotidiano: el uso de la tecnología. Para ello habla de dar prioridad a ciertos comportamientos y actitudes frente a otros que son dominantes y que hay que esforzarse por revertir. Entre ellas, destaca la disposición de una mayor empatía frente a la hipocresía que se suele mostrar («condenamos a nuestros hijos por algo que nos ven hacer a nosotros»), la disposición y negociación de rutinas dentro del espacio familiar por encima de las normas rígidas y la apertura hacia el disfrute en el uso creativo de la tecnología frente a la autopercepción de culpabilidad en la crianza de los hijos. De esta forma se pretende conectar con ellos y abrir un diálogo fructífero de aprendizaje mutuo en lugar de imponer y generar rechazo.

Por su parte, Livingstone y Blum-Rose dicen que en lugar de Cantidad hay que enfocarse en el Contexto (dónde, cuándo y cómo se accede al contenido), el Contenido (qué es lo que se está viendo o usando) y las Conexiones (qué relaciones se establecen o no y cómo se están facilitando o impidiendo otras). Para ello nos dan algunas claves que ayudan a cambiar el foco sobre lo cuantitativo para fijarse más en los efectos:

1. Estar atentos a señales de alarma y mantener los miedos en perspectiva
2. Mantener un equilibrio y preguntarnos:
 - ¿Está físicamente sano y durmiendo lo suficiente?
 - ¿Se relaciona socialmente con familiares y amigos?
 - ¿Rinde adecuadamente en el colegio?
 - ¿Tiene sus propios intereses y hobbies?
 - ¿Se está divirtiendo y aprendiendo en el uso de los medios digitales?
3. Unirse en la búsqueda del aprendizaje significativo

En esa línea se encuentra también la crítica reciente a la serie de reportajes del periódico New York Times sobre cómo evitan los ejecutivos de empresas líderes en tecnología que sus hijos estén expuestos a la misma, que paradójicamente ellos contribuyen a crear, y que tanta repercusión mediática ha tenido. Según su autora, Anya Kamenetz, el artículo presenta un serio problema de sesgo de base en cuanto a técnica periodística (primar un cierto enfoque sin ofrecer otras perspectivas o fuentes) y adolecen estos reportajes, a su juicio, de entrar al fondo de la cuestión y explicar cuestiones tales como el diferente grado de oportunidades de aprendizaje y de ocio que tienen las familias más acomodadas frente al resto, lo cual genera a su vez un sentimiento de culpabilidad en estas últimas al carecer de otros recursos,

formativos y de acompañamiento en el hogar, con los que plantear una dieta digital saludable a sus hijos.

¿Qué sucede con la Escuela, cómo puede afrontar este reto?

La Escuela vive inmersa en el día a día en las presiones del currículum, con su distribución horaria, con sus temarios, con sus pruebas de evaluación externa, etc. La alfabetización digital está contemplada en las competencias clave de la educación básica, pero como competencia no asociada directamente con una disciplina (matemáticas, lengua, ciencias, etc.) sino que se supone integrada en cada una de ellas. Eso hace que viva la paradoja de la transversalidad: lo que es de todos no es de nadie. Así sus debilidades son fáciles de camuflar y sus aciertos, cuando se dan, a menudo acaban siendo actos heroicos y aislados de profesores motivados.

La Escuela no es ajena a la esquizofrenia social que hemos señalado tanto a nivel mediático como a nivel doméstico. Si por un lado se vuelcan sobre ella las esperanzas de formar a la nueva generación digital, por otro nos encontramos con llamadas a la prohibición de los dispositivos móviles (cuando, recordemos, con 15 años ya tienen uno propio y con 10 años el 25% también) o una situación de rechazo y parálisis ante los riesgos del mal uso de la tecnología.

Nunca es tarde, sino más urgente si cabe, seguir reclamando una mirada más global y empoderada sobre la tecnología, huyendo de concebirla como una mera herramienta y considerarla como parte de un ecosistema más complejo. Si somos educadores deberemos dejar de pensar en «cómo enseñar con TIC» y transformarlo en «cómo aprender sobre lo digital, con lo digital y en lo digital». Esto nos permite mover el foco de la enseñanza al aprendizaje y aplicar una triple aproximación: como objeto de estudio, como medio y como contexto de aprendizaje.

Este enfoque parte de los principios de la Educación en medios o Media Literacy aplicada al entorno digital (una evolución se puede consultar en la defensa del término «Alfabetización Transmedia»). Inspirados en teóricos y precursores como Paulo Freire, entre otros, podemos abordar el entorno mediático digital con el reto de formar consumidores críticos pero también productores creativos en un proceso iterativo que trabaja constantemente tanto el análisis como la práctica. Esto nos permite adentrarnos en el mundo digital conociendo sus lenguajes, sus códigos y sus técnicas para ser capaces de generar una distancia emocional del mismo y tomar decisiones

más informadas. De igual forma, seremos capaces de generar discursos y prácticas situadas en el contexto aprovechando las oportunidades que nos brindan los nuevos medios.

Una buena forma de estructurar esta aproximación es partir de las motivaciones que guían el uso digital (información, comunicación y producción) y desvelar sus mecanismos con ejemplos cercanos a los intereses de los jóvenes para que incorporen herramientas de pensamiento crítico y de expresión creativa. Por ejemplo: ¿Sabemos cómo funciona el marketing digital? ¿Por qué cuando visitamos una web o pulsamos en un anuncio, este nos persigue allá donde naveguemos? ¿Qué papel juegan los algoritmos en la imagen del mundo que recibimos en nuestro perfil social? ¿Cómo distinguir a un presentador real de su avatar creado por Inteligencia Artificial en las noticias? ¿Qué información tiene de nosotros Facebook y cómo vende nuestro perfil a los anunciantes? ¿Cuáles son las mecánicas de los videojuegos que hacen que resulten tan adictivos? ¿A qué estímulos de anticipación, recompensa o habilidad responden?

Desde el plano creativo, hay mucho también por hacer y, lo que es más importante, aprender con nuestros alumnos. ¿Por qué no participar en una liga escolar de Esports liderada desde ámbitos educativos y no meramente comerciales? ¿Cómo diseñar una campaña para pedir un mejor etiquetado en la alimentación? ¿Cómo crear una estrategia en Instagram para promover la belleza real?

Para ello es clave que el profesorado no se sienta solo en este desafío, sino que comparta ansiedades y establezca relaciones en comunidad (alumnos, profesores, familias) y que se lance a experimentar sin miedo al fracaso anteponiendo el proceso sobre el resultado y disfrutando de la cultura digital conociendo sus límites y aprovechando sus oportunidades.



Tiscar Lara



AJUNTAMENT DE VALÈNCIA
REGIDORIA DE SANITAT, SALUT I ESPORTS



fad



www.valencia.es/pmd

www.valencia.es/kmecontas

www.tutoriasenred.com

Colaboran:

