



UNIDAD DE PEDIATRÍA Y ADOLESCENCIA

Conductas adictivas en medios digitales

M^a Angustias Salmerón Ruiz.
Hospital Ruber Internacional.
Madrid.



<https://www.mimamayanoespediatra.es/blog/>

Código QR



La atención integral en la adolescencia

Riesgos

Prevención

Detección

Abordaje

Bio

Multisistémico

Valoración

Diagnóstico

Tratamiento

¿Derivación?

Psico

Bienestar emocional

Valoración

Ayuda

¿Dx, TTO?

Derivación

Social

Bienestar social

Escolar y Familiar

Relaciones sociales

TICs

Ocio

Atención integral



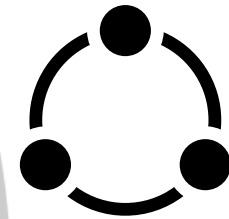
Escucha activa

No juzgar
Emponderar



Entrevista
motivacional

A solas, confidencial,
preguntas abiertas,
acompañar en su decisión



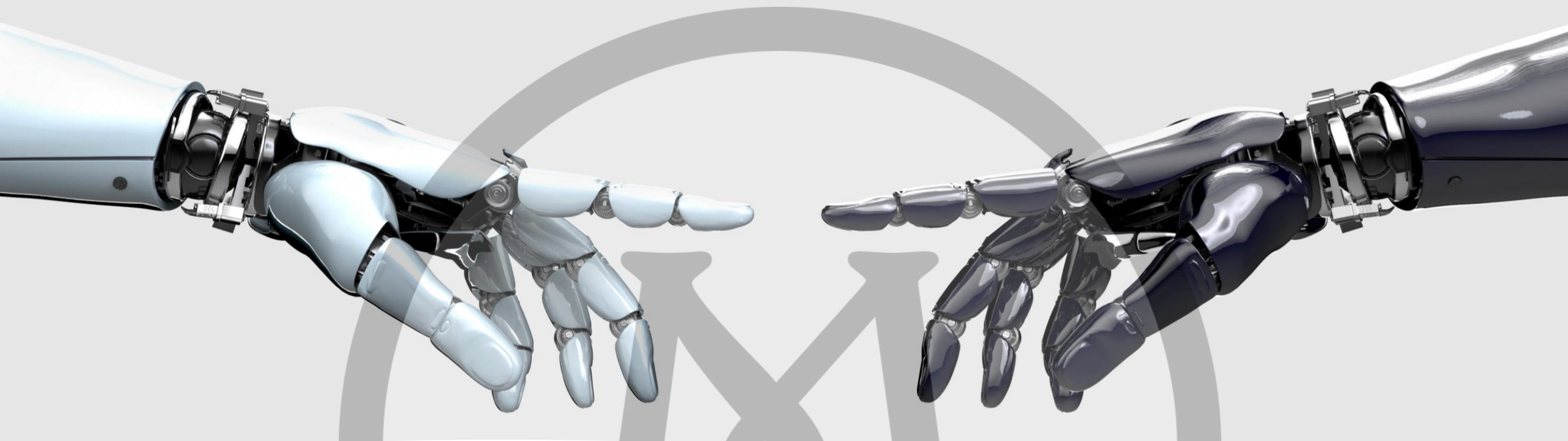
Abordaje integral

Bio-psico-social
Seguimiento hasta el alta
(aunque derivemos)



(4 psiquiatras, 12 psicólogos, 3 pediatras especialistas en m. Adolescencia)

atender y criar a un adolescente se necesita a toda una tribu



Índice

1. Introducción
2. Definición
3. Etiopatogenia
4. Diagnóstico
5. Evidencia científica
6. Derivación

Introducción (I)

¿Nueva adicción o nuevo soporte?



Modo



Introducción (II)

- Tiempo



Introducción (III)

- Tiempo



Introducción (IV)

- Espacio



Introducción (V)

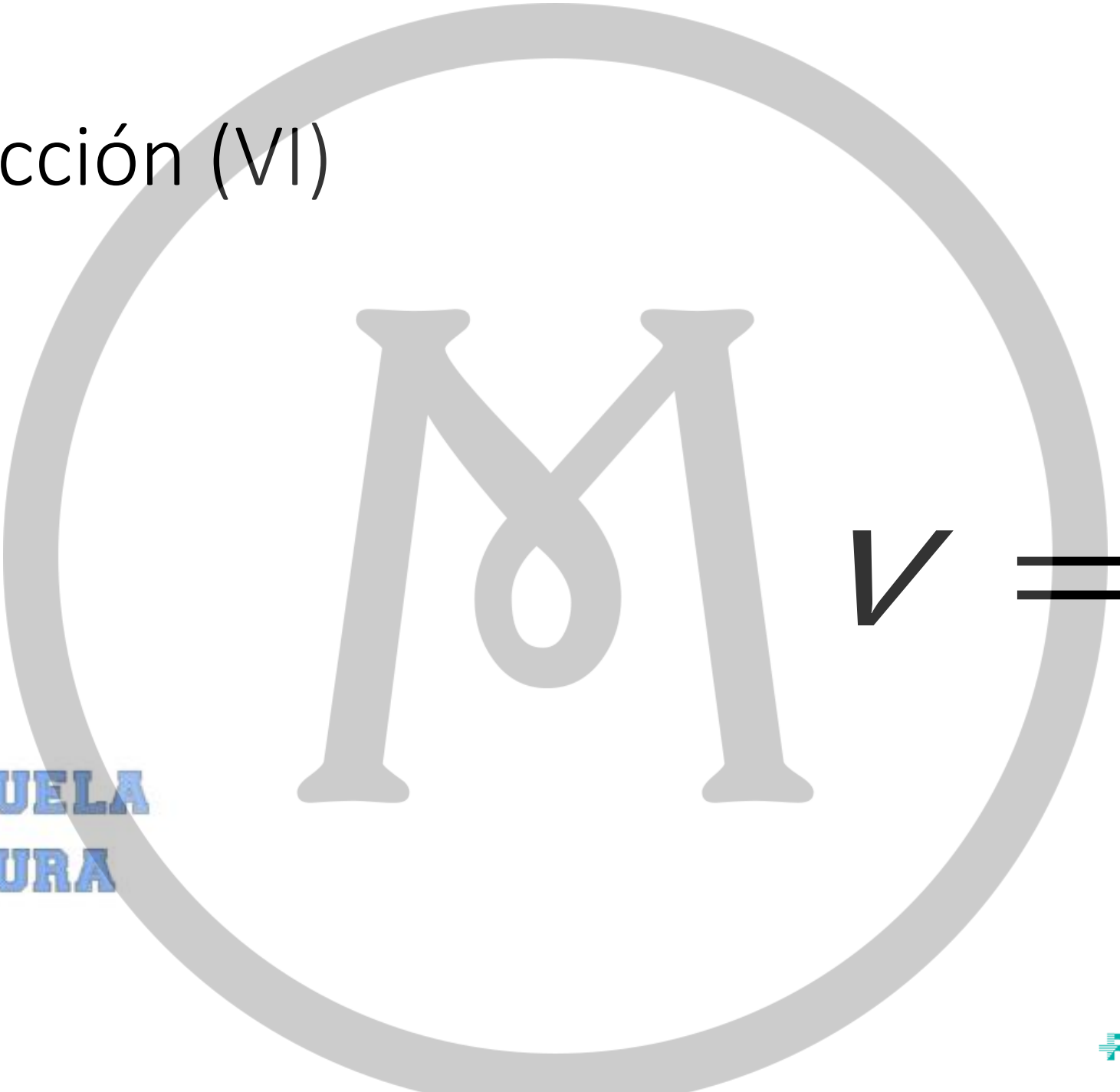
- Espacio

MM



Introducción (VI)

- Velocidad


$$v = \frac{s}{t}$$



Definición (I)

Uso frecuente

≠

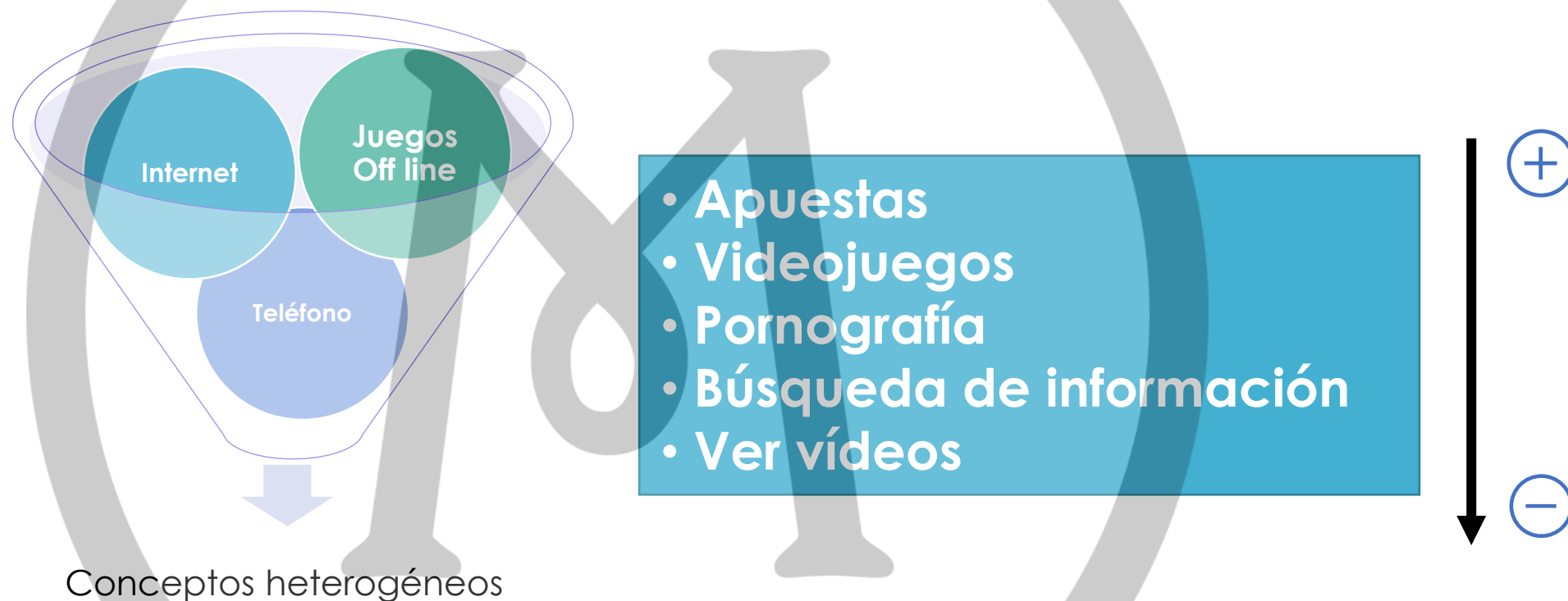
CAI

Psicopatología
Tolerancia
S. Abstinencia
P. Control
Ocultación
Abandono
Alivio de malestar
(Golberg, Young)

motivación

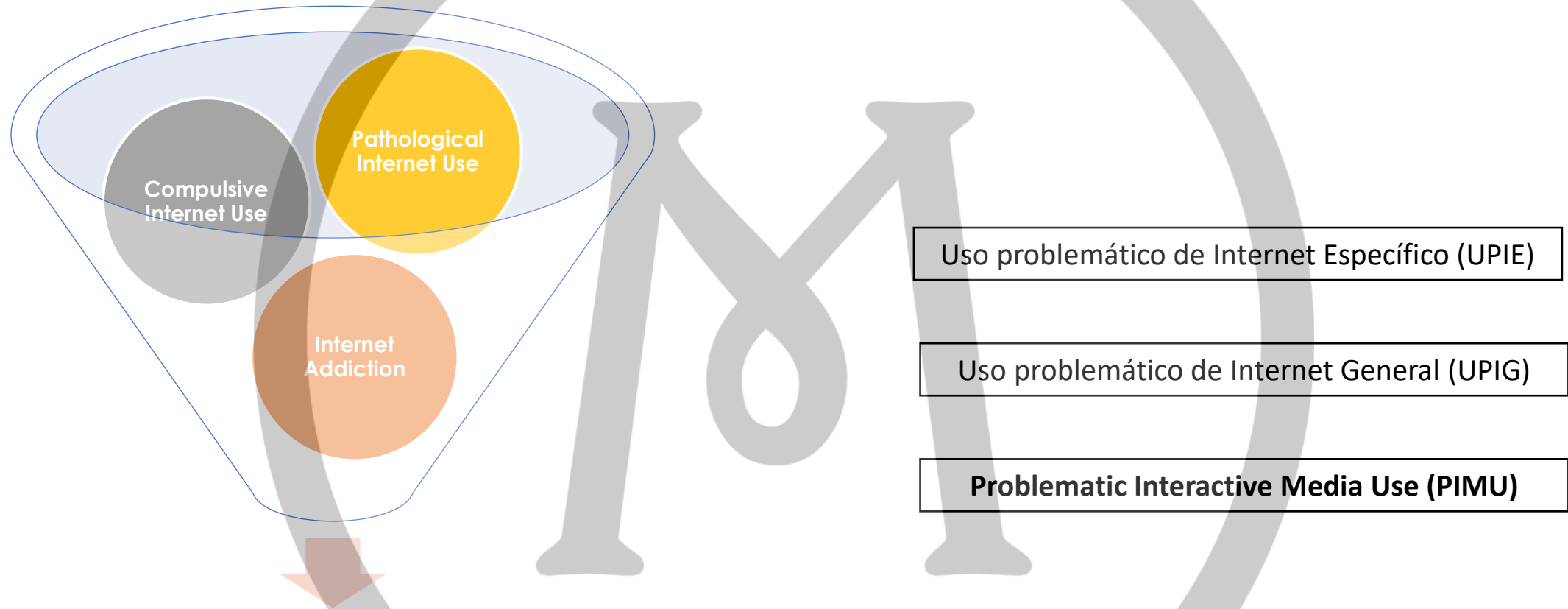


Definición (II)



Spanish Validation of the Internet Gaming Disorder Scale-Short Form (IGDS9-SF): Prevalence and Relationship with Online Gambling and Quality of Life. 2020. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32121280/> Bickham DS. Current Research and Viewpoints on Internet Addiction in Adolescents. Curr Pediatr Rep. 2021;9(1):1-10 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7796811/>

Definición (III)



Múltiples términos

Spanish Validation of the Internet Gaming Disorder Scale-Short Form (IGDS9-SF): Prevalence and Relationship with Online Gambling and Quality of Life. 2020. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32121280/> Bickham DS. Current Research and Viewpoints on Internet Addiction in Adolescents. Curr Pediatr Rep. 2021;9(1):1-10 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7796811/>



Expertos de la red europea para el uso problemático de Internet (I)

Unificación de términos

1. General: Problematic Interactive Media Use (PIMU). (Uso problemático de medios digitales).
2. Específico:
 1. Trastornos por videojuegos (negociación excesiva en el mercado de valores)*
 2. Trastorno por compras on line.
 3. Cibercondría.
 4. Trastorno de comportamiento sexual compulsivo (uso problemático de la pornografía on line)*.
 5. Ciberacosar.
 6. Uso problemático de RRSS.
 7. Acaparador digital.

Unificación de definiciones.

- Comportamientos impulsivos (redes sociales, pornografía, juego, cibersexo, apuestas, compras compulsivas)
- Comportamientos compulsivos (cibercondría o acaparador digital)



Expertos de la red europea para el uso problemático de Internet (II)

- Unificación de instrumentos de medida:
 - Escala de Uso Compulsivo de Internet (Compulsive Internet Use Scale) CIUS
 - Trastorno de juego en Internet IGTD-10
 - Actividades sexuales on line PPCS 18
 - Trastorno por el uso de redes sociales SMD-9
 - Adicción a redes sociales: BSMAS
 - Cibercondria CSS
 - El atracón por series de tV: BWESQ



Etiopatogenia (I)

Factores protectores vs factores de riesgo



Factores protectores

- Apego Seguro
- Diálogo en familia
- Comunicación asertiva
- Ocio y tiempo libre
- Educación emocional
- Educación en valores
- Autoestima
- Satisfacción de la vida escolar
- Lectura



Sexo



- ♀
- Redes sociales
- Mensajería instantánea
- ♂
- Videojuegos
- Compartir información.
- Búsquedas de información en Internet.

Otros factores asociados

15-18 años

Motivación de uso:

- Entretenimiento que produzca placer
- Aliviar el estrés o la preocupación
- Ganar la aceptación de pares en caso de conflicto

Violencia doméstica

Diagnóstico

Clínico



Asociación Americana de Psiquiatría. Trastornos relacionados con sustancias y trastornos adictivos. En: Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5). Barcelona: Masson; 2014. p. 481-591. 2.

CIE 11. <https://icd.who.int/es>.

Adicción a nuevas tecnologías: Internet, videojuegos y smartphones. Revisión y estado del arte. (2020)

<https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCERE/vol8num2-2020/10-17%20Tema%20de%20revision%20Adiccion%20a%20nuevas%20tecnologias.pdf>

Criterios DSM-5	Criterios CIE-11
<p>Uso persistente y recurrente de Internet para participar en juegos, a menudo con otros jugadores, que provoca un deterioro o malestar clínicamente significativo tal y como indican 5 (o más) de los siguientes en un periodo de 12 meses:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Preocupación por los juegos de Internet (el individuo piensa en actividades de juego previas o anticipa jugar el próximo juego; Internet se convierte en la actividad dominante de la vida diaria). <p>Nota: este trastorno es diferente de las apuestas por Internet, que se incluyen dentro del juego patológico.</p> <ol style="list-style-type: none">2. Aparecen síntomas de abstinencia al quitarle los juegos por Internet. (Estos síntomas se describen típicamente como irritabilidad, ansiedad o tristeza, pero no hay signos físicos de abstinencia farmacológica).3. Tolerancia (la necesidad dedicar cada vez más tiempo a participar en juegos de Internet).4. Intentos infructuosos de controlar la participación en juegos por Internet.5. Pérdida de interés por aficiones o entretenimientos previos como resultado de, y con la excepción de los juegos por Internet.6. Se continúa con el uso excesivo de los juegos por Internet a pesar de saber los problemas psicosociales añadidos.7. Ha engañado a miembros de su familia, terapeutas u otras personas en relación a la cantidad de tiempo que juega por Internet.8. Uso de los juegos por Internet para evadirse o aliviar un afecto negativo (p. ej., sentimientos de indefensión, culpa, ansiedad).9. Ha puesto en peligro o perdido una relación significativa, trabajo u oportunidad educativa o laboral debido a su participación en otros juegos por Internet. <p>Nota: solo se incluyen en este trastorno los juegos por Internet que no son de apuestas. No se incluye el uso de Internet para realizar actividades requeridas en un negocio o profesión; tampoco se pretende que el trastorno incluya otros usos recreativos o sociales de Internet. De manera similar, se excluyen las páginas</p>	<p>El trastorno por uso de videojuegos predominantemente en línea se caracteriza por un patrón de comportamiento de juego ("juegos digitales" o "videojuegos") persistente o recurrente que se realiza principalmente por Internet y se manifiesta por:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Deterioro en el control sobre el juego (por ejemplo, inicio, frecuencia, intensidad, duración, terminación, contexto);2. Incremento en la prioridad dada al juego al grado que se antepone a otros intereses y actividades de la vida diaria; y3. Continuación o incremento del juego a pesar de que tenga consecuencias negativas. <p>El patrón de comportamiento puede ser continuo o episódico y recurrente, y generalmente es evidente durante un periodo de al menos 12 meses para que se asigne el diagnóstico, aunque la duración requerida puede acortarse si se cumplen todos los requisitos de diagnóstico y los síntomas son graves.</p> <p>El trastorno por uso de videojuegos predominantemente fuera de línea se caracteriza por un patrón de comportamiento de juego ("juego digital" o "juego de video") persistente o recurrente que no se realiza principalmente por Internet y se manifiesta por:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Deterioro en el control sobre el juego (por ejemplo, inicio, frecuencia, intensidad, duración, terminación, contexto);2. Incremento en la prioridad dada al juego al grado que se antepone a otros intereses y actividades de la vida diaria; y3. Continuación o incremento del juego a pesar de que tenga consecuencias negativas. <p>El patrón de comportamiento es lo suficientemente grave como para dar lugar a un deterioro significativo a nivel personal, familiar, social, educativo, ocupacional o en otras áreas importantes de funcionamiento. El patrón de comportamiento puede ser continuo o episódico y recurrente, y generalmente es evidente durante un periodo de al menos 12 meses para que se asigne el diagnóstico, aunque la duración requerida puede acortarse si se cumplen todos los requisitos de diagnóstico y los síntomas son graves.</p>

EUPI-a: Escala de Uso Problemático de Internet en adolescentes. Desarrollo y validación psicométrica

ANTONIO RIAL BOURETA*; PATRICIA GÓMEZ SALGADO*; MANUEL INORNA FOLGAR**;
MANUEL ARAUJO GALLEGO*; JESÚS VARELA MALLOU*

- 1 Cuando me conecto siento que el tiempo vuela y pasan las horas sin darme cuenta
- 2 En ocasiones he intentado controlar o reducir el uso que hago de Internet pero no fui capaz
- 3 En alguna ocasión he llegado a descuidar algunas tareas o a rendir menos (en exámenes, deportes, etc.) por conectarme a Internet
- 4 Cada vez me gusta más pasar horas conectado/a a Internet
- 5 A veces me irrito o me pongo de mal humor por no poder conectarme a Internet o tener que desconectarme
- 6 Prefiero que mis padres no sepan el tiempo que paso conectado a Internet porque les parecería excesivo
- 7 He dejado de ir a sitios o de hacer cosas que antes me interesaban para poder conectarme a Internet
- 8 En alguna ocasión me he metido en líos o problemas por culpa de Internet
- 9 Me fastidia pasar horas sin conectarme a Internet
- 10 Cuando no puedo conectarme no paro de pensar si me estará perdiendo algo importante
- 11 Digo o hago cosas por Internet que no sería capaz de decir/hacer en persona

N= 1709, 11 centros de la ESO

En A Coruña.

11 ítems. Respuestas 1-5

Punto de corte ≥ 16

Como prueba Screening (S: 81%, E: 82,6%)

Escalas diagnósticas

¿CON QUÉ FRECUENCIA EN LOS ÚLTIMOS 12 MESES TE HA PASADO QUE...?

	Nunca	Pocas veces	Bastantes veces	Muchas veces	Siempre
J1. Cuando te conectas sientes que el tiempo vuela y pasan las horas sin darte cuenta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J2. Has intentado controlar o reducir el uso que haces de Internet pero no fuiste capaz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J3. En alguna ocasión has llegado a descuidar algunas tareas escolares o a rendir menos en exámenes por conectarte a Internet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J4. Necesitas pasar cada vez más tiempo conectado a Internet para sentirte a gusto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J5. A veces te irritas o te pones de mal humor por no poder conectarte a Internet o tener que desconectarte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J6. Has mentido a tus padres o a tu familia sobre el tiempo que pasas conectado a Internet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J7. Has dejado de hacer cosas que antes te interesaban (hobbies, deportes, etc.) para poder conectarte a Internet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J8. Te has conectado a Internet a pesar de que sabías que podría traerte problemas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J9. Te llegó a molestar mucho pasar horas sin conectarte a Internet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J10. Has llegado a tener la sensación de que si no te conectabas podías estar perdiendo algo realmente importante	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J11. Has llegado a hacer o a decir cosas por Internet que no harías o dirías en persona	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



unicef 
para cada infancia

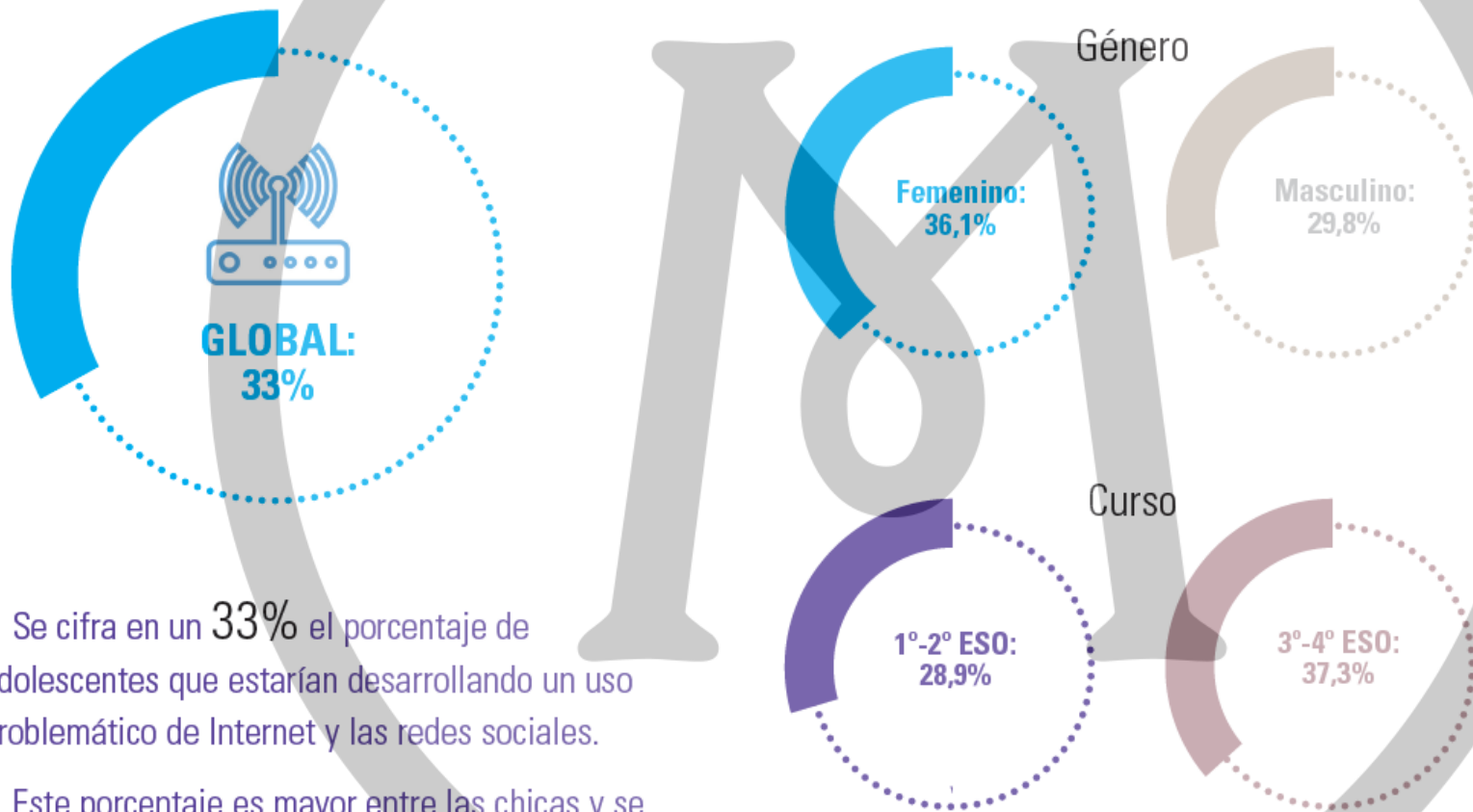
Andrade, B.,
Guadix, I., Rial,
A. y Suárez. F.
UNICEF
España. 2021:
Disponible en
<https://www.unicef.es/publicacion/impacto-de-la-tecnologia-en-la-adolescencia>



IMPACTO DE LA TECNOLOGÍA EN LA ADOLESCENCIA RELACIONES, RIESGOS Y OPORTUNIDADES

Un estudio comprensivo e inclusivo hacia el uso saludable de las TRIC

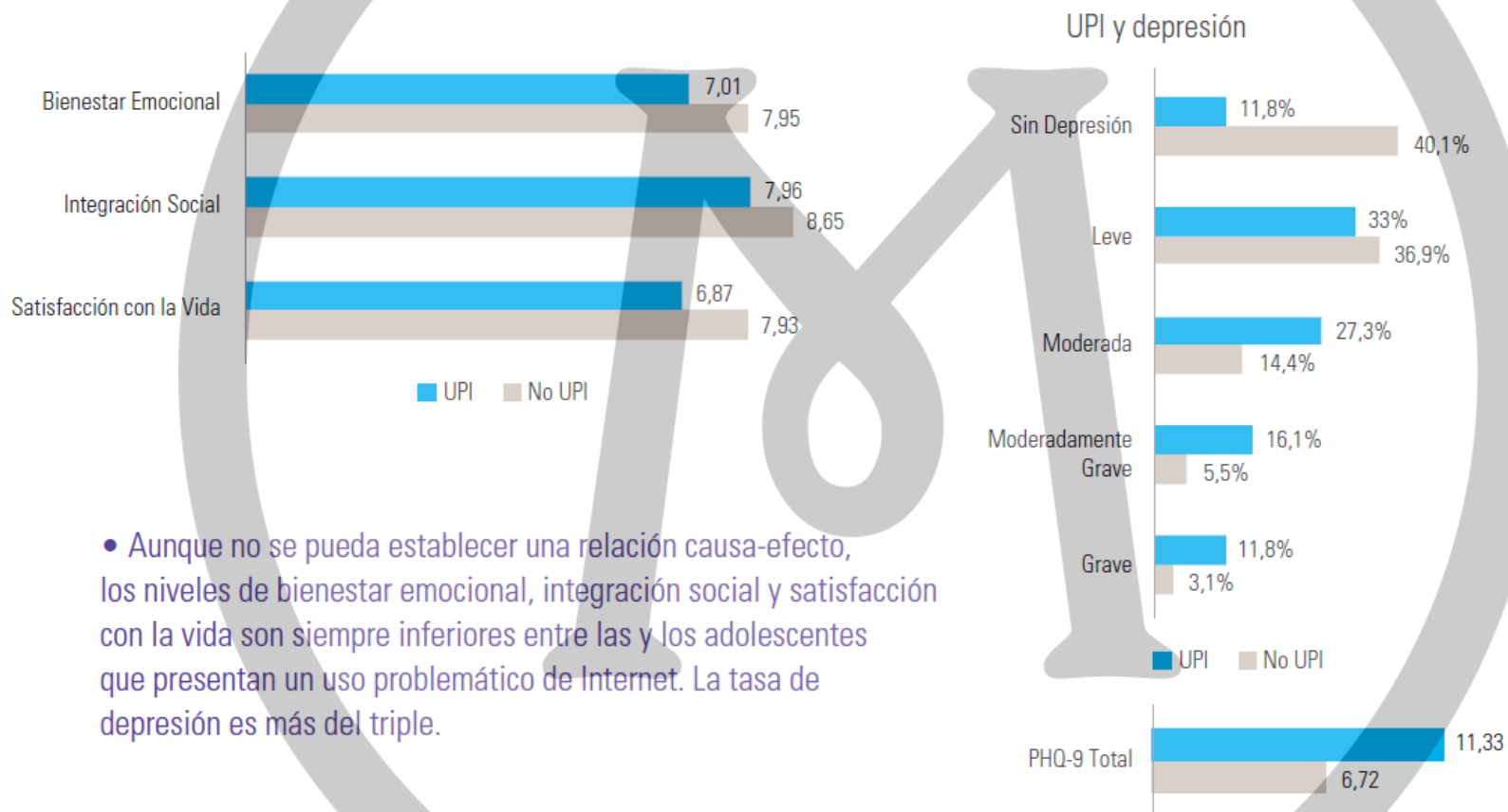
Uso problemático de Internet



- Se cifra en un **33%** el porcentaje de adolescentes que estarían desarrollando un uso problemático de Internet y las redes sociales.
- Este porcentaje es mayor entre las chicas y se incrementa significativamente en 3.º y 4.º de ESO.

RESULTADOS: UPI Y POSIBLE IMPACTO EMOCIONAL

UPI, bienestar emocional, integración social y satisfacción vital



• Aunque no se pueda establecer una relación causa-efecto, los niveles de bienestar emocional, integración social y satisfacción con la vida son siempre inferiores entre las y los adolescentes que presentan un uso problemático de Internet. La tasa de depresión es más del triple.



Prevalencia IGD España

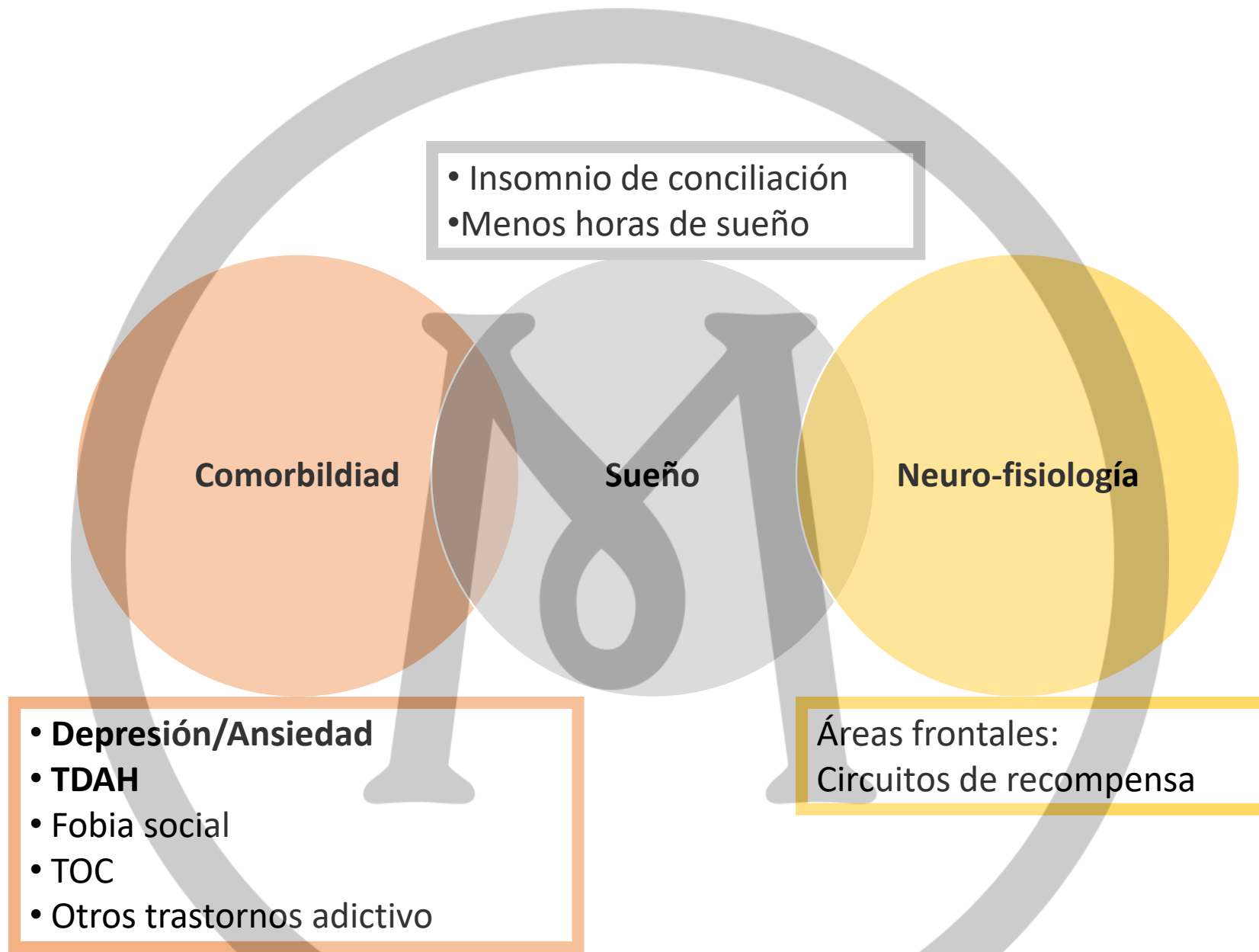
- En adolescentes 1,7% y el 10%
- ♂ 6,8 %
- ♀ 1,3%

Spanish Validation of the Internet Gaming Disorder Scale-Short Form (IGDS9-SF): Prevalence and Relationship with Online Gambling and Quality of Life. 2020. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32121280/>



Evidencia científica

Escasa

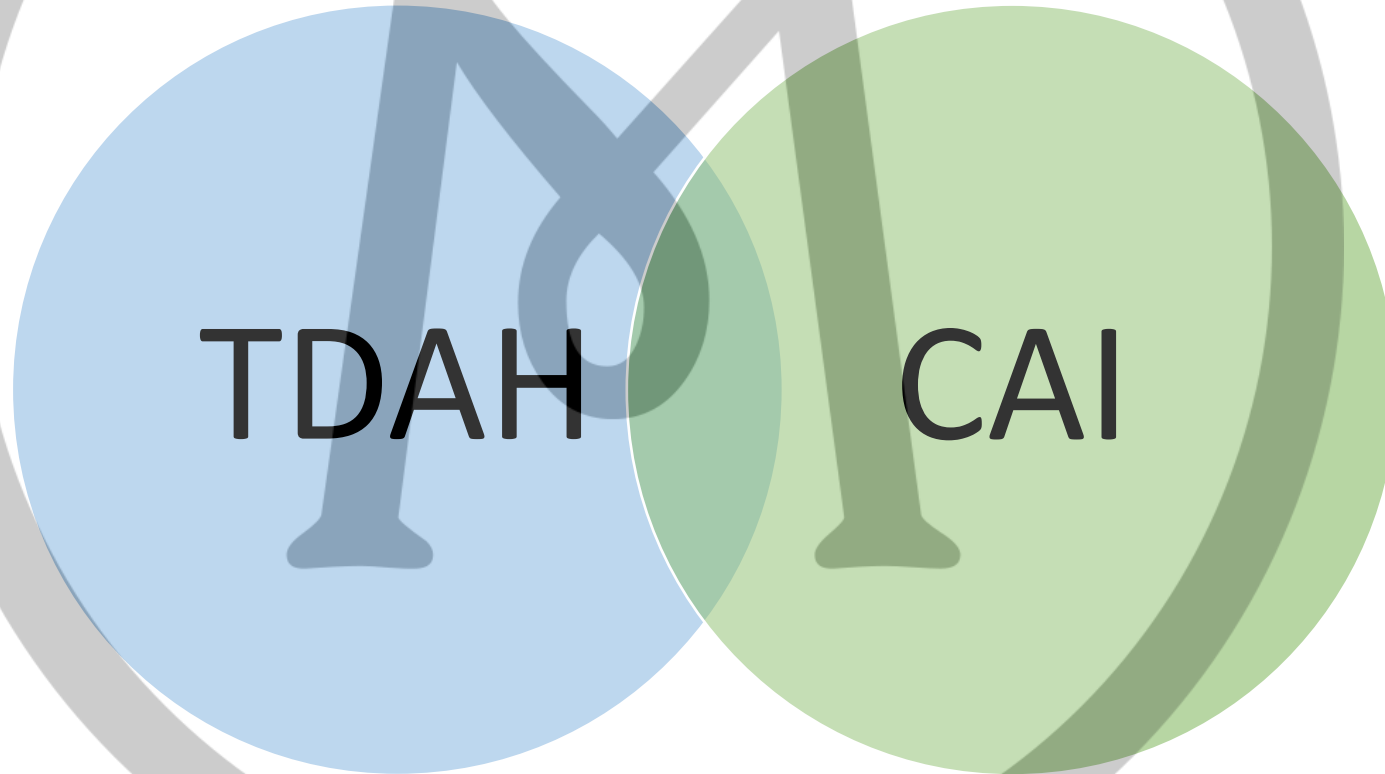


Internet addiction and sleep problems: A systematic review and meta-analysis. Sleep Medicine Reviews 47 (2019)

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31336284> Mihajlov M1, Vejmelka L. Internet Addiction: A Review of the First Twenty Years. (2017) <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=INTERNET+ADDICTION%3A+A+REVIEW+OF+THE+FIRST+TWENTY+YEARS>

¿TDAH v.s CAI?

♂ adolescentes



Prevención

¿Los adultos somos un buen ejemplo?



Sociedades científicas (I)

Sueño	<ul style="list-style-type: none">• Evitar el uso de pantallas 1-2 horas antes de acostarse• Mantener los dispositivos apagados y fuera de la habitación.
Alimentación	<ul style="list-style-type: none">• Evitar el uso de pantallas durante las comidas.
Actividad física	<ul style="list-style-type: none">• Actividad física regular según recomendaciones por edad.
Dolor	<ul style="list-style-type: none">• Ergonomía
Atención	<ul style="list-style-type: none">• Dispositivos que no sean necesarios apagados o fuera de la habitación.
Lugares	<ul style="list-style-type: none">• En lugares comunes del hogar.• Evitar las pantallas en baño y dormitorio.
Dispositivos	<ul style="list-style-type: none">• Apagar los dispositivos que no se estén utilizando (ruido de fondo).• Eliminar del dispositivo las aplicaciones que no se usen.
Desconexión	<ul style="list-style-type: none">• Leer, alimentarse, ejercicio físico, juegos en familia, socialización...• Dispositivos estarán silenciados y en un lugar previamente pactado

Sociedades científicas (II)

<18 meses

- No consumo
- Solo video chats

18-24 meses

- Si padres desean introducir contenido digital
- Alta calidad y en compañía padres

2-5 años

- 1 hora/día
- Alta calidad y en compañía padres

6 años

- Límites coherentes sobre tiempo y contenido
- Asegurando tiempo sueño, actividad física...



ORIGINAL

Recibido: 8 de junio de 2020
 Aceptado: 4 de noviembre de 2020
 Publicado: 14 de enero de 2021

HÁBITOS FAMILIARES RELACIONADOS CON EL USO EXCESIVO DE PANTALLAS RECREATIVAS (TELEVISIÓN Y VIDEOJUEGOS) EN LA INFANCIA

Montserrat Pons (1), Andreea Bordoy (1), Elodia Alemany (2), Olga Huget (3), Analia Zagaglia (4), Silvia Slyvka (5)
 y Aina Maria Yáñez (6,7)

Tabla 3
Tiempos de uso de TV y videojuegos, según el tipo de día de la semana y franjas de edad.

Características	≤ 2 años Media (DS) N=81	> 2-6 años Media (DS) N=155	> 6-10 años Media (DS) N=143	> 10-14 años Media (DS) N=139	p-valor ^(*)
TV laborable	41,6 (48,7)	67,6 (46,9)	77,9 (47,5)	81,8 (52)	<0,001
TV fin de semana	54,8 (59,4)	99 (64)	132 (74)	135 (86)	<0,001
Videojuegos laborables	23,4 (24,7)	31,2 (35,2)	33 (34,4)	52,8 (53)	<0,001
Videojuegos fin de semana	25,9 (29)	38 (40)	65 (57,4)	93 (80)	<0,001
Tiempo de pantallas recreativas ^(**)	71,1 (66,5)	112,8 (71,4)	133,9 (69,7)	160,2 (80,6)	<0,001
Tiempo de pantallas recreativas ^(**) ≥ 2 horas/día	11 (17,7)	50 (37,9)	72 (52,9)	90 (67,2)	<0,001

Los datos que se presentan son la media en minutos/día y (desviación estándar), excepto la variable tiempo de pantallas recreativas ≥ 2 horas/día, N (%); (*) Significación estadística (Text Anova); (**) Pantalla recreativa (tiempo de TV + tiempo de videojuegos).



Tabla 2
Variables socioculturales y ambientales relacionadas con el uso de pantallas recreativas.

Características		Total N (%)	< 2 horas/día pantallas recreativas N (%)	≥ 2 horas/día pantallas recreativas N (%)	p-valor ^(*)
Edad inicio TV	< 24 meses	395 (79,2)	173 (76,3)	182 (81,6)	0,05
	> 24 meses	104 (20,8)	54 (23,7)	41 (18,4)	
Actividad preferida	TV y/o Juegos de pantalla	143 (28,6)	34 (14,1)	107 (48,9)	<0,001
	Otros	357 (71,4)	207 (85,9)	112 (51,1)	
Uso TV durante el almuerzo	A menudo	261 (51,7)	98 (40,8)	143 (63,8)	<0,001
	Nunca o casi nunca	244 (48,3)	142 (59,2)	81 (36,2)	
Uso TV durante cena	A menudo	308 (60,9)	122 (50,6)	166 (74,1)	<0,001
	Nunca o casi	198 (39,1)	119 (49,4)	58 (25,9)	
Mira la TV solo	Habitualmente	305 (60,4)	120 (50)	160 (71,7)	<0,001
	Ocasionalmente	200 (39,6)	120 (50)	63 (28,3)	
TV de fondo ^(**)	< 50 % del tiempo	270 (52,8)	147 (62)	97 (44,1)	<0,001
	≥ 50 % del tiempo	241 (47,2)	90 (38)	123 (55,9)	
TV dormitorio	No	368 (71,5)	194 (80,5)	135 (60,8)	<0,001
	SI	147 (28,5)	47 (19,5)	87 (39,2)	
Nº de pantallas hogar	≤ 5 pantallas	289 (66,7)	171 (74,7)	118 (57,8)	<0,001
	≥ 6 pantallas	144 (33,3)	58 (25,3)	86 (42,2)	
TV del progenitor	< 2 horas/día	352 (77,2)	210 (88,6)	142 (64,8)	<0,001
	≥ 2 horas/día	104 (22,8)	27 (11,4)	77 (35,2)	
Información del uso de pantallas recreativas	No	392 (81)	187 (82)	162 (79)	0,432
	Sí	92 (19)	41 (18)	43 (21)	

(*) Test Chi cuadrado; (**) TV de fondo: TV en funcionamiento, aunque nadie le preste atención.

Plan digital familiar AAP

ENGLISH COURSE

American Academy of Pediatrics
DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™



Guardado

Zonas libres de pantallas

Tener áreas de la casa libres de pantallas beneficia la salud y el desarrollo de los niños de muchas maneras. Una parte importante de esto es comprender y acordar como familia los lugares donde no se permite tener pantallas.



Volver
6 de 11



continuar
8 de 11





¡Muchas gracias!

atender y criar a un adolescente se necesita a toda una tribu

mariasalmeronruiz@gmail.com

Ruber Internacional

