

- En esa época era la televisión, ahora es el celular, donde ven todo, en todas partes, a toda hora, porque muchos siguen jugando mientras los papás duermen, afectando el sueño.



“ El DSM-5, que es la clasificación de los trastornos psiquiátricos, ahora incluye el trastorno por videojuegos online, algo que antes no estaba. Es distinto jugar videojuegos con uno mismo que hacerlo online, que genera mucho más riesgo de adicción y mucha más conducta violenta”.

Todo esto ha llevado también, aparte de los trastornos conductuales, a una explosión de trastornos de salud mental, déficit atencional por falta de sueño, además de que los juegos violentos afectan las funciones de atención, concentración y autorregulación, entre otras, de tal manera que tenemos muchos trastornos. No se dan espacios de calma mental, que son los que nos permiten generar grandes ideas. Ni existe capacidad de aburrirse, que es la que lleva a la creatividad. En cambio, se recurre de inmediato al celular.

QUIÉN CONTROLA

- En ese tiempo su recomendación era que los niños desde los 2 años en adelante, adolescencia incluida, no debían permanecer más de una hora y media al día frente a la pantalla. El punto es quién controla.

- Generalmente pasa que las medidas regulatorias se van flexibilizando por la presión del medio. La clasificación cinematográfica de hace 20 o 30 años atrás no tiene nada que ver con la actual, que es mucho más permisiva en términos de contenidos violentos y sexuales a más temprana edad. Y los NNA siguen siendo los mismos, con el mismo desarrollo de su lóbulo frontal que va filtrando los contenidos. La gente que

estudia este tema, los creadores de contenidos, Steve Jobs, la gente de Google, de Silicon Valley, a sus hijos no les permiten tener dispositivos electrónicos hasta muy avanzada edad porque saben el impacto que tienen y los cuidan.

- La adicción a videojuegos debe tener un efecto devastador en el rendimiento escolar.

- Totalmente. No sólo en la conducta, la socialización, sino que también puede generar dificultades escolares que se pueden malinterpretar, como déficit atencional o trastornos del aprendizaje, pero es una adicción a videojuegos o bien desplazamiento de tiempo que es algo muy importante. Porque puede que tú no seas adicto a videojuegos, pero el tiempo que los estás consumiendo desplaza el realizar otras actividades recreativas, deportivas, sociales, de estudio, que son fundamentales para el desarrollo de NNA. No terminamos de esculpir nuestro cerebro a los 12 o 13 años sino al concluir la adolescencia, y eso puede ser entre los 18 o 25 años. Por lo tanto, es súper importante el tiempo de exposición, no sólo en la niñez sino también en la adolescencia. No podemos pensar que porque tiene más de 13 años puede estar en las pantallas con tranquilidad.