

E ENTREVISTA. VALERIA ROJAS, neuróloga infantil y pediatra del Hospital Fricke y académica de Medicina Universidad de Valparaíso:

“Hay larga evidencia sobre influencia de videojuegos violentos en desarrollo cerebral y conducta de los niños”

Rosa Zamora Cabrera
 rosa.zamora@mercuriovalpo.cl

“**U**no ve en la práctica que estamos en una sociedad violenta” debido a diversos factores, “pero uno de ellos, y fundamental, es la exposición a videojuegos violentos” en la niñez y adolescencia, sostiene la neuropediatra del Hospital Dr. Gustavo Fricke de Viña del Mar y docente de la Escuela de Medicina de la Universidad de Valparaíso, Valeria Rojas Osorio.

Hace casi dos décadas, en entrevista con este Diario, la experta ya advertía sobre el impacto de esa tendencia en el desarrollo cerebral y socioemocional de los menores, y piensa que ha sido subvalorada como elemento modelador de conductas violentas.

APAGANDO INCENDIOS

“En ese tiempo, como Sociedad Chilena de Pediatría, nos preocupamos de este tema, hablamos con los políticos y los ministerios para tener un canal edu-entretenido, porque las pantallas pueden ser muy buenas dependiendo del uso que se les dé, pero no hubo respuesta. Después se sacó un canal educativo sin comerciales, pero por la pandemia”, refiere la pediatra y neuróloga infantil.

Cree que falta crear conciencia “como sociedad, como país, como Estado, porque estamos solamente apagando incendios. Hemos llegado tarde con toda una generación, pero por lo menos tratemos de que la que viene sea más empática, más social, más compasiva y no una generación violenta como la que hay ahora”.

CONDUCTA AGRESIVAS

-**Ya en el año 2006 usted advertía que la violencia en videojuegos estimulaba vías cerebrales que favorecen conductas agresivas en niños y adultos. ¿El tiempo le dio la razón?**

-Desde hace muchos años existe evidencia sobre la influencia de las pantallas, y en especial de los videojuegos violentos, en el desarrollo del cerebro de los niños y fundamentalmente en la conducta. Es lamentable que pasado todo este tiempo recién los gobiernos propon-

“Conviene que padres revisen test de adicción a estos dispositivos”

La doctora Rojas enfatiza que las academias estadounidenses y canadienses de Pediatría se ha pronunciado sobre los riesgos de que menores se involucren en videojuegos en línea con contenidos violentos. Además, recuerda que en Internet se puede acceder a sitios que reproducen un test de adicción a videojuegos recientemente validado.

“Conviene revisarlo porque los padres a veces normalizan ciertas conductas como dormir poco; descuidar otras actividades importantes, como el contacto con la familia; dejar de participar en actividades como cumpleaños y preferir quedarse en la casa, jugando; descuidar el estudio; que otros amigos o familiares se quejen de esa conducta; estar pensando siempre en este tema, no desconectarse del videojuego o mentir sobre el tiempo dedicado a éste”.

La neuróloga infantil y pediatra plantea que “es importante que los papás realicen su chequeo para determinar si puede haber adicción a los videojuegos, que tienen ese gran riesgo, y es necesario iniciar, como en toda adicción, una terapia psicológica correspondiente”.

gan leyes para regular, por ejemplo, el uso de celulares en los establecimientos educacionales, porque ya tenemos toda una generación de niños, niñas y adolescentes (NNA) que ha estructurado su cerebro de una manera inadecuada para una vida en sociedad y empática, y eso es muy triste.

-**¿Por qué estos dispositivos electrónicos de contenidos violentos afectan el cerebro de NNA?**

- Los videojuegos tienen tres características especiales que hacen que a nivel cerebral promuevan y dejen activadas las áreas relacionadas con la violencia. En primer lugar, el NNA no es sólo un espectador, sino



INVESTIGACIONES ACTUALES RATIFICAN QUE ESTÍMULOS COMO ESTOS CONTENIDOS VIOLENTOS VAN ESCULPIENDO Y ESTRUCTURANDO EL CEREBRO.

el actor principal, está dentro del juego. Por otra parte, éste capta la atención total del jugador. Y además provee refuerzo positivo inmediato a la acción ejecutada, que es lo que genera la adicción. Todo esto determina que la exposición a ellos sea un factor de riesgo para el aumento del comportamiento agresivo, la disminución de la empatía y del comportamiento prosocial, entendido como acciones voluntarias que benefician a otros.

EFFECTO MODELADOR

- **También planteaba el efecto modelador de conducta de los videojuegos donde al jugador se le recompensa por matar al enemigo. ¿Eso es un premio a la violencia?**

- Exactamente. Lo que ocurre es que en el desarrollo cerebral los contenidos audiovisuales se “saltan” el lóbulo frontal, que nos proporciona el juicio, el análisis, la reflexión, y se van directo a las emociones. El cerebro es sumamente plástico y los factores ambientales van afectando el entramado, la arquitectura cerebral, el desarrollo socioemocional en los seres humanos. Y estímulos como estos contenidos violentos van esculpiendo y estructurando el cerebro. Esto se sabía hace

veinte años y las investigaciones actuales lo han ratificado en forma categórica.

- **La regulación entonces tiene un rol fundamental.**

- En los últimos años la evidencia en esta materia ha sido tan contundente que los gobiernos han tenido que empezar a cambiar sus prácticas y comenzar a regular un poco. La autorregulación también es muy importante, enseñarles a los niños y adolescentes desde la prebásica cómo usar los distintos dispositivos.

TRASTORNO PSIQUIÁTRICO

- **Ya en el 2006 usted precisaba que “los videojuegos violentos son un ambiente ideal para aprender a ser violento lo que explicaría entre el 13% y el 22% del aumento de la conducta agresiva de los jóvenes”.**

- Y con la pandemia esto tuvo una explosión, un aumento muy significativo. Por eso, ahora el DSM-5, que es la clasificación de los trastornos psiquiátricos, incluye el trastorno por videojuegos online, algo que antes no estaba. Y es porque tenemos evidencia que es distinto jugar videojuegos con uno mismo que hacerlo online, que genera mucho más riesgo de adic-

ción y mucha más conducta violenta. Por eso las recomendaciones en el transcurso de los años han ido cambiando.

- **¿Se puede decir que están en el origen de la violencia escolar y el bullying que tanto problema generan hoy en la educación?**

- Yo diría que no es lo único, pero es muy importante y creo que está subvalorado, no se lo ha ponderado como uno de los factores más relevantes. Tenemos la privación socioambiental, el maltrato infantil y otros factores, pero éste es muy masivo, no distingue sexos ni clases sociales, es omnipresente en las familias. Estudios recientes dicen que los jóvenes puede que estén ocho horas diarias frente a las pantallas, y eso significa que ellas son las que están esculpiendo el cerebro de nuestros niños. Lamentablemente muchos están inmersos en videojuegos en línea, que es lo más peligroso.

HOGAR Y ENTORNO

- **¿Qué incidencia le asigna al hogar, el entorno y otros factores ambientales?**

- El hogar es fundamental y por eso tenemos que enseñarles a los padres la importancia de esto, a preocuparse más de lo que

sus hijos están viendo o están jugando, y de que dediquen tiempo a otras actividades que son más nutritivas para el cerebro. Creo que si bien se le ha dado relevancia en los últimos años, porque ya no podemos tapar el sol con un dedo, no es suficiente. Si no, tendríamos leyes, se destinarían recursos para educación sobre este tema en medios, en televisión, pero eso no lo vemos. Incluso en las pantallas de los hospitales se pasan los matinales. Falta crear conciencia como sociedad, como país, como Estado, porque estamos solamente apagando incendios. Hemos llegado tarde con toda una generación, pero, por lo menos, tratemos de que la que viene sea más empática, más social, más compasiva y no una generación violenta como la que hay ahora.

- **En un estudio que publicó en noviembre de 2008, usted mencionaba la encuesta Adimark-Time Ibope y Mindshare, según la cual los niños de 4 a 12 años veían cuatro horas de TV al día.**

- 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. ☺