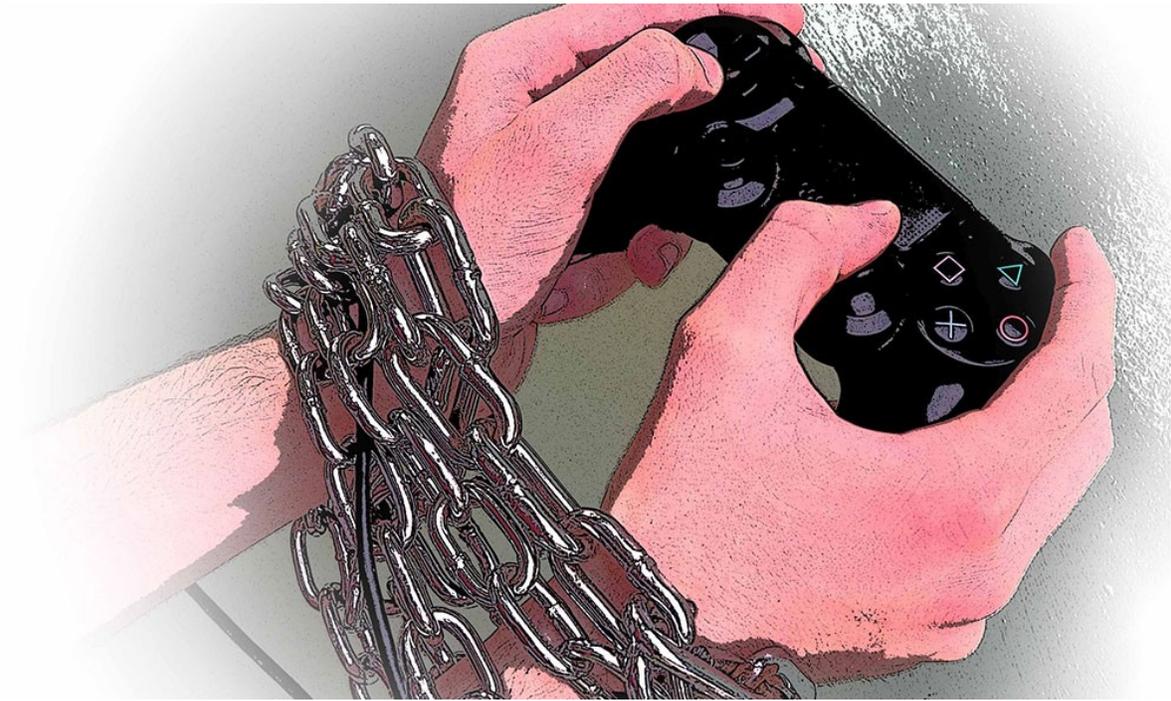


VIDEOJUEGOS:

¿Cómo controlarse, y controlar, en la tenue separación entre la afición y la adicción a ellos?



*Los videojuegos pueden llegar
a tomar precedencia
sobre otros intereses de la vida*

En la “civilización de la imagen” que nos encontramos, una de las formas de hacer comprender ciertos temas, es a través de caricaturas o viñetas que, si bien exageran o distorsionan la realidad en muchas circunstancias, haciéndolo de modo burlesco, en otras llegan a transmitir en profundidad lo que se quiere decir. Con pocas o ninguna palabra, lo dicen todo.

Una de ellas, muy decidora, mostraba a una niña, en su cuarto de dormir, tendida en el suelo frente a un computador; a su lado, retirándose - cargando un palo con una bolsa en la punta en sus hombros - iban una muñeca y un osito, tristes, con lágrimas cayendo de sus ojos, como que, diciendo: pues se acabó nuestro “trabajo”, surgió un aparato que nos desalojó del cándido y puro ambiente de la niñez.

Valga esto de introducción para penetrar en el mundo de hoy. Los acontecimientos llegan a la velocidad de un rayo a través de las redes sociales.

Un vídeo – de los calificados “viral” – mostraba a un joven maduro en que su madre le está dando la comida en la boca. ¿Estaba enfermo?, no. Se encontrada literalmente clavado frente a una pantalla, participando de un videojuego internacional.

En otro, un padre estadounidense, no tan bien dispuesto al uso de videojuegos por su hijo, lo mostraba habiendo perdido totalmente la paciencia. Advirtió a su hijo que, si no ponía límites al juego, le destrozaría el aparato. Como castigo por las bajas notas, lo obligó a romper su consola con un palo, cosa que hacía llorando, finalmente acabó pasando con su carro por encima. El preadolescente llevaba una camiseta con la leyenda: “Comer, Dormir, Fornite, Repetir”, es decir, era casi un adicto de los videojuegos (Clarín.com, 4-4-2019).

La BBC News, trasmite un reportaje de un joven, de sus 25 años, de una pequeña ciudad del Reino Unido, absorbido por los videojuegos: “me sentaba en bata frente a la computadora, nunca salía para interactuar con otras personas, mi vida estaba en internet, llegué a perder el contacto con la realidad” (14-11-2018).

Singular situación: quedan tan atrapados, que ni se preocupan por hacer sus necesidades básicas de alimentación y hasta fisiológicas; menos aun asumir sus responsabilidades de estudio o trabajo. Es lo que acaba de calificar la Organización Mundial de la Salud (OMS) como una enfermedad, reconocida

y diagnosticable: la adición a videojuegos y juegos digitales, que produce un comportamiento persistente, que llega “tomar precedencia sobre otros intereses de la vida”.

Se pierde, según la OMS, el sentido del lugar y del tiempo, no consiguiendo limitar la cantidad de horas que pasan en esta actividad; lo prioritario es jugar sobre cualquier otro interés o actividad diaria, que acaban pasando a un segundo plano. Al mismo tiempo, se produce un aumento de la frecuencia en el juego y de la cantidad de tiempo ocupado. La considera como: “una enfermedad mental”. Entró en la Clasificación Internacional de Enfermedades (ICD, siglas en inglés), como: “trastorno por videojuegos”, dado “que produce una marcada aflicción y una disfunción significativa en las relaciones personales y familiares, y en las actividades educativas y sociales de la persona” (BBC News Mundo, 18-6-2018).

Si bien que la OMS deja en claro que afecta a una porción muy pequeña de la población, es una problemática que los padres de familia enfrentan con más frecuencia y no saben cómo resolverla, declarándose, en muchos casos, incapaces de limitarles el uso a sus hijos. Quedan intranquilos viendo la falta de motivación hacia estudios u otras actividades, sienten que son enfrentados cuando les quieren limitar el tiempo, ven que se aíslan, que sus horarios de sueño son alterados y, claro, decaen en el rendimiento académico. Es realmente un trastorno que produce angustia y deterioro en el relacionamiento social. La OMS define que, un patrón de comportamiento persistente y recurrente de videojuegos provoca un malestar clínicamente significativo. La intención es que los profesionales de la salud estén mejor preparados para las nuevas tendencias, además de estimular el debate en busca de soluciones.

No quiere decir que quien juegue mucho sería adicto por definición. Sólo sería adicto quien muestra un comportamiento persistente o recurrente durante 12 meses, y con las consecuencias en el sueño, alimentación, caída de la actividad física. Es un proceso: del uso normal se pasa al excesivo y de allí a la adicción, en que todo gira entorno a los videojuegos.

Claro que las empresas fabricantes – de las más importantes económicamente a nivel mundial – se defienden diciendo que no es verdad, que son casos extremos, que es una minoría. Tal sería que lo reconociesen, pues perderían su especial negocio. Pero, los especialistas afirman, en sentido contrario, que los juegos están creados para que los que jueguen lo hagan de forma reiterativa, el seguir jugando y jugando y, de pasatiempo, se transforma en adicción. Programados están, para generar necesidad de seguir jugando.

Lo concreto es que puede ir transformándose en una calamidad, la que algunos llaman de “adicción sin sustancia” y “silenciosa”. No tiene un deterioro inmediato, no es tan “tóxica”, pero va afectando la vida cotidiana por el aislamiento, el abandono de las obligaciones y la disminución de la concentración, con sus implicaciones. Algunos entendidos insisten en la necesidad de abordar esta situación sin dramatizar, pero, trabajar seriamente en la prevención; incluso, siendo un tema controvertido, que lo consideren “prematureo”, pidan “cautela” o promuevan “una mejor investigación”.

Pareciera que no se quiere reconocer la triste realidad que se vive en los hogares, cada vez más padres presentan su preocupación por el excesivo tiempo que sus hijos pasan frente a los videojuegos. Queda claro, eso sí, que es un fenómeno existente, y que es necesario prevenir ante él,

Hasta el príncipe Harry de Inglaterra entró en la polémica expresando, durante un evento sobre salud mental, su preocupación: “fueron creadas para ser adictivas, una adicción para mantenerte frente a una computadora el mayor tiempo posible. No aportan ningún beneficio al hogar” (BBC News Mundo, 5-4-2019).

¿Qué hacer? Según especialistas, es fundamental que los padres les pongan límites claros a los pequeños ante el uso de la tecnología. Poner reglas razonables acerca del tiempo, y que tendrán consecuencias si no cumplen lo preestablecido. Promover para ellos actividades alternativas. Conversar con ellos enseñándoles a usar con responsabilidad los medios electrónicos, especialmente los videojuegos. Y claro, si no somos modelos de moderación ante ellos, y somos casi adictos a nuestros celulares, pues...será difícil ayudarlos.

Es preciso saber controlar y controlarse en la tenue separación que va entre la afición a los videojuegos y la adicción a ellos.

La Prensa Gráfica, 9 de junio de 2019.

P. Fernando Gioia, EP
www.reflexionando.org