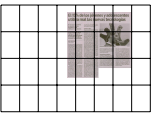


Diario de Navarra Navarra General Diaria		Tirada: 68.841 Difusión: 59.062 (O.J.D) Audiencia: 206.717	Sección: - Espacio (Cm_2): 435 Ocupación (%): 47% Valor (€): 1.436,65 Valor Pág. (€): 3.050,00 Página: 65	 Imagen: Si
		03/11/2008		

El 15% de los jóvenes y adolescentes utiliza mal las nuevas tecnologías

El mal uso se convierte en adicción cuando perjudica la vida cotidiana de los jóvenes

La personalidad influye mucho, y el riesgo de adicción aumenta cuando la autoestima es baja y escasean las habilidades

MANU MEDIAVILLA
Colpisa, Madrid

El salto del mal uso de las nuevas tecnologías (el problema alcanza al 15% de adolescentes y jóvenes) a la adicción, se produce "cuando empieza a influir negativamente en la vida cotidiana, cuando roba tiempo al ocio saludable y a las relaciones personales". Lo subraya la psicóloga María José Mayorgas, coordinadora técnica de proyectos de la Fundación Gaudium, quien añade una segunda señal de alerta, que se recurra a ellas "para evitar el malestar que causa el no hacerlo", para calmar la "sensación de desazón, por ejemplo, por no estar conectado a Internet o no saber quién ha entrado en tu red social".

Aunque la experta rechaza el alarmismo contra esas nuevas tecnologías que ofrecen enormes posibilidades educativas y sociales, el problema del mal uso necesita un abordaje riguroso. Es lo que pretende la Fundación Gaudium al organizar unas Jornadas científicas para analizar a fondo la cuestión, que tiene tantos perfiles (Internet y juegos interactivos,

móvil y videojuegos, chat y redes sociales) como enfoques preventivos y terapéuticos.

Primeros datos

Hay pocos estudios todavía sobre el alcance del enganche tecnológico, pero los suficientes para confirmar su existencia, que, además, va asociada muchas veces al consumo abusivo de sustancias. Mayorga recuerda que el problema ya ha llamado a la puerta de Proyecto Hombre, donde rondaría el 5% de casos, y la cifra sube al 10-15% en su propia consulta. Según una investigación de Madrid Salud con chavales y jóvenes de 12 a 25 años, el 4,5% abusa de la navegación por Internet, el 8,1% hace un uso compulsivo del móvil y el 4,1% admite problemas con el chat. Según otro trabajo del Defensor del Menor madrileño, un 37% de menores necesita conectarse con frecuencia, un 38% desarrolla reacciones adversas si se le priva del móvil y el 14% confiesa su enganche a algún videojuego.

La utilización masiva de las nuevas tecnologías en España (con apenas 10-15 años, el 94,1% tiene ordenador, el 82,2% Internet y el 65,8% móvil) plantea un importante reto sobre su buen uso. La personalidad influye mucho, apunta Mayorgas, y el riesgo de adicción crece cuando la autoestima es baja y escasean el espíritu positivo y las habilidades sociales. De hecho, el enganche tecnológico suele esconder problemas personales, familiares y sociales. "Los padres llegan a la consulta por problemas de estudios de sus hijos, o porque es tímido y le cuesta relacionarse",



Una joven habla por el teléfono móvil.

ARCHIVO

señala la experta, "pero lo que hay en realidad es un problema de relación, no que sea simplemente introvertido".

Autoestima protectora

Al fondo se dejan ver casi siempre prácticas de mínima sociabilidad, como el virtual aislamiento "en su cueva o minipartamento", en esa habitación infantil o juvenil en la que "hay de todo: baño, ordenador, videoconsola, menos cocina, pero se les lleva la bandeja con comida". Y esa "soledad" se produce justo cuando los menores,

como recalca Mayorgas, tienen más "necesidad de orientación en una etapa de crecimiento personal". De ahí la primera receta protectora contra la adicción tecnológica de los chavales: "Inculcarles fortaleza", favorecer su autoestima para "aumentar su capacidad de enfrentarse a situaciones complicadas y solucionar problemas sin recurrir a sustancias ni a otra cosa". Y los padres también deberían trasladar al ámbito tecnológico la lógica curiosidad por conocer las amistades de sus hijos.