

ABORDAJE DE LA ADICCIÓN A LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

AUTORES: ALMUDENA LÓPEZ CASTAÑO, INMACULADA LÓPEZ CALER, MARÍA JOSÉ COBOS CARVAJAL

LUGAR DE TRABAJO: HOSPITAL TORRECÁRDENAS, ALMERÍA

E MAIL: almudenalc91@gmail.com

INTRODUCCIÓN

El uso de las nuevas tecnologías está a la orden del día en nuestro estilo de vida y en nuestra sociedad en general. Y es cada a vez a edades más tempranas donde se observa el creciente impacto del uso y abuso de muchas de ellas, lo que autores califican de “adicción sin sustancia”.

OBJETIVO

Identificar las conductas indicadoras de un posible problema de adicción a las nuevas tecnologías en nuestros jóvenes.

METODOLOGÍA

Revisión bibliográfica en bases de datos de Ciencias de la Salud y en Google Académico con las siguientes palabras clave: “adicción”, “nuevas tecnologías”, “jóvenes”.

RESULTADOS

Un estudio realizado por la Fundación Pfizer en el año 2009 afirmó que el 98% de los jóvenes españoles de 11 a 20 años es usuario de Internet.

Los estudios revelan una estrecha y coherente asociación entre el tiempo de uso de las nuevas tecnologías y la aparición de problemas, aunque autores le restan importancia al número de horas de exposición frente al grado de interferencia en la vida cotidiana de la persona.

Algunas señales de alarma se disparan de manera precoz, aislamiento, inducción de ansiedad, afectación de autoestima, privación de sueño, desatender otras actividades o relaciones sociales, pérdida de control y dependencia.

CONCLUSIONES

La adicción a las nuevas tecnologías (Internet, telefonía móvil, etc.) queda instaurada cuando la dependencia genera síntomas de abstinencia tales como ansiedad, irritabilidad o depresión.

Una vez más, la prevención sería la clave, tanto en el seno familiar como en la escuela, hay que incidir en los factores de riesgo y fomentar un uso controlado y responsable de las nuevas tecnologías desde edades tempranas.