

La Adicción a la Computadora

Buenos Aires EFE. Un adolescente está siendo atendido en un hospital de día especializado en drogodependencia por hacer un uso abusivo de la computadora desde los nueve años. Esa dependencia terminó cuando sus padres decidieron este tratamiento inusual.

Buenos Aires EFE. Un adolescente está siendo atendido en un hospital de día especializado en drogodependencia por hacer un uso abusivo de la computadora desde los nueve años. Esa dependencia terminó cuando sus padres decidieron este tratamiento inusual, luego de que el chico mostró conductas parecidas a las de un adicto a las drogas. Lo extraño del caso es que el joven de 18 años, tímido y con problemas de sobrepeso, es asistido en un centro de atención de adicciones al que concurren jóvenes con problemas con las drogas, ante la ausencia de centros especializados en atender esta demanda aún poco conocida que surge de las nuevas tecnologías. El chico pertenece a una familia de clase media, vive en Barrio Norte en la Capital Federal con sus padres y un hermano menor y desde los nueve años se sienta largas horas frente a la computadora a jugar en red. El problema, que se fue presentando de a poco para los padres (el chico robaba dinero, las llaves de la casa, se ausentaba sin permiso), culminó el día en que el joven desapareció por tres días para jugar por Internet y derivó primero en la internación en un psiquiátrico y luego en la decisión de tratarlo en el hospital de día. La psicóloga, que atiende al joven, dijo que su paciente, "tiene una personalidad compulsiva". Y explicó que ante la falta de otras terapias se eligió esta intervención para controlar lo que aún para muchos es la gran discusión: si se trata de una adicción o de uso abusivo. Así como un adicto a las drogas necesita cada vez más droga, el "adicto" a Internet necesita cada vez más tiempo frente a la pantalla y más estímulos, le resulta difícil apagar la máquina, no se "desconecta" mentalmente ni siquiera cuando la PC está apagada, y va dejando de lado las relaciones físicas y reales, destacó la especialista. Por el momento, el adolescente tiene prohibido acercarse a una computadora y permanece bajo un control muy estricto para evitar que se escape del hospital. Para la mayoría de nosotros sería muy difícil imaginarse vivir sin la computadora. Y es que este maravilloso aparatito nos permite un sinfín de posibilidades que hacen nuestra vida más sencilla y entretenida, sobre todo el acceso a esta gran comunidad virtual que llamamos internet y sin la cual no podríamos realizar muchas de nuestras actividades diarias. Por supuesto que como todo invento, tiene sus pros y sus contras. Entre estos últimos, quizá la mayor de las complicaciones sea que puede generar adicción. La adicción a la computadora es también la culpable de otros tipos de adicciones como la ciberadicción, alterando nuestras relaciones con los demás y nosotros mismos. Es sencillo para otras personas darse cuenta de que alguno de sus amigos o familiares tiene este problema. Sin embargo, quien lo padece no es conciente o no quiere aceptar su adicción. Para detectarla, a continuación algunos de los síntomas más comunes:

- Pasar más de 2 horas frente a la computadora en actividad no laboral.
- Sentir gran molestia por tener que acabar una sesión cuando alguien utiliza la PC en nuestro lugar.
- Experimentar ansiedad en el tiempo que no la estamos utilizando.
- Preferir las relaciones virtuales con alguien del chat o de los juegos en red antes que la compañía de la familia o amigos de "carne y hueso". Como se apuntó anteriormente, la adicción a la computadora puede generar otras adicciones como la de chatear, jugar en línea o buscar información. O bien sin recurrir a internet, usar juegos no interactivos, como el solitario o buscaminas. Si identificamos nuestro caso o el de otras personas con más de 3 síntomas, es necesario tomar conciencia que estamos al borde de un problema que puede hoy parecer inofensivo pero que posee un alto riesgo si no se toman los correctivos necesarios de convertirse en una seria e incapacitante adicción; por lo cual no está de más buscar personas capacitadas que nos orienten sobre cómo ayudarnos a nosotros mismos y a los que estén en peligro de sufrir este problema.