

ADICCIONES TECNOLÓGICAS: QUÉ SON Y CÓMO TRATARLAS

Consulte nuestra página web: www.sintesis.com
En ella encontrará el catálogo completo y comentado



Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con autorización de los titulares de la propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y sigs. Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos (www.cedro.org) vela por el respeto de los citados derechos.

ADICCIONES TECNOLÓGICAS: QUÉ SON Y CÓMO TRATARLAS

XAVIER CARBONELL SÁNCHEZ (COORD.)



Reservados todos los derechos. Está prohibido, bajo las sanciones penales y el resarcimiento civil previstos en las leyes, reproducir, registrar o transmitir esta publicación, íntegra o parcialmente, por cualquier sistema de recuperación y por cualquier medio, sea mecánico, electrónico, magnético, electroóptico, por fotocopia o por cualquier otro, sin la autorización previa por escrito de Editorial Síntesis, S. A.

© Xavier Carbonell Sánchez (coord.)

© EDITORIAL SÍNTESIS, S. A.
Vallehermoso, 34. 28015 Madrid
Teléfono 91 593 20 98
<http://www.sintesis.com>

ISBN: 978-84-907706-7-2
Depósito Legal: M. 33.498-2014

Impreso en España - Printed in Spain

Índice

<i>Relación de autores</i>	9
<i>Introducción</i>	11
1. ¿Qué son las adicciones tecnológicas? Internet, MMORPG y redes sociales ...	13
<i>Xavier Carbonell Sánchez</i>	
1.1. Críticas al constructo de adicción aplicado a las tecnologías de la información y la comunicación	14
1.2. Breve recorrido histórico de la adicción a las TIC	16
1.3. El teléfono móvil	17
<i>1.3.1. Reforzadores intrínsecos y motivación del uso de móvil, 18. 1.3.2. Diferencias de uso de móvil en función del género y de la edad, 22.</i>	
1.4. Los videojuegos y los MMORPG	22
<i>1.4.1. Diferencias entre los videojuegos tradicionales y los MMORPG, 23. 1.4.2. Gratificación y motivación en los MMORPG, 25.</i>	
1.5. Las redes sociales <i>on-line</i>	26
<i>1.5.1. Redes sociales en línea e identidad, 27. 1.5.2. Redes sociales en línea y estereotipos de género, 28. 1.5.3. Redes sociales en línea y adicción, 29.</i>	
1.6. Prevalencia del uso adictivo de internet, videojuegos y móvil	29
<i>1.6.1. La situación en España, 30. 1.6.2. Uso problemático de teléfono móvil, 31. 1.6.3. Grupos de riesgo, 31.</i>	
1.7. El DSM-5 y la adicción a los videojuegos.....	32
<i>1.7.1. El DSM-5 y las adicciones conductuales, 32. 1.7.2. Las horas de juego y la comunicación alterada de identidad, 35.</i>	

2. Detección y evaluación.....	37
<i>Josep Matalí Costa</i>	
2.1. Adicción a Internet	38
2.2. El adolescente con adicción.....	41
2.3. Predictores de adicción a Internet	43
2.4. Necesidad de evaluar la comorbilidad	45
2.5. Instrumentos de evaluación.....	46
2.5.1. <i>Evaluación del uso patológico de Internet</i> , 46. 2.5.2. <i>Evaluación del uso problemático de los juegos en línea</i> , 49. 2.5.3. <i>Evaluación del uso problemático del móvil</i> , 50. 2.5.4. <i>Evaluación del uso problemático de las redes sociales</i> , 51.	
3. Intervención en adolescentes.....	53
<i>Rosa María Díaz Hurtado</i>	
3.1. La adicción a las tecnologías en niños y adolescentes: aspectos diferenciales	54
3.1.1. <i>Diagnóstico y detección precoz</i> , 55. 3.1.2. <i>Mecanismos etiológicos y comorbilidad</i> , 57.	
3.2. Estrategias de intervención.....	61
3.2.1. <i>Técnicas motivacionales y adaptación a la fase de cambio</i> , 61. 3.2.2. <i>Técnicas cognitivas</i> , 64. 3.2.3. <i>Técnicas conductuales</i> , 66. 3.2.4. <i>Intervenciones familiares</i> , 68. 3.2.5. <i>Grupos psicoeducativos, de terapia y autoayuda</i> , 70. 3.2.6. <i>Tratamiento farmacológico</i> , 71. 3.2.7. <i>Hospitalización total y parcial</i> , 72. 3.2.8. <i>Programas residenciales</i> , 73.	
3.3. Un protocolo de intervención basado en la evidencia científica	73
<i>Exposición de un caso práctico: Arnau</i>	78
4. Intervención en adultos.....	87
<i>Montse Gómez García</i>	
4.1. Diagnóstico y análisis funcional de las adicciones tecnológicas	87
4.1.1. <i>Diagnóstico único</i> , 87. 4.1.2. <i>Diagnóstico secundario o encubierto</i> , 88. 4.1.3. <i>Diagnóstico dual de las adicciones tecnológicas</i> , 89. 4.1.4. <i>Análisis funcional de las adicciones tecnológicas</i> , 89.	
4.2. Objetivos del tratamiento de las adicciones tecnológicas	91

Índice

4.3. Características generales del programa terapéutico	94
4.3.1. <i>Modalidades terapéuticas</i> , 96. 4.3.2. <i>Niveles de intervención</i> , 96.	
4.3.3. <i>Áreas de intervención</i> , 96.	
4.4. Componentes terapéuticos del tratamiento	97
4.4.1. <i>Componentes de la etapa de pretratamiento</i> , 97. 4.4.2. <i>Componentes de la etapa de tratamiento</i> , 98. 4.4.3. <i>Componentes de la etapa de tratamiento de los problemas asociados</i> , 110. 4.4.4. <i>Componentes de la etapa de tratamiento de los trastornos psicopatológicos asociados</i> , 111. 4.4.5. <i>Etapas de cotratamiento de la adicción a las nuevas tecnologías</i> , 112.	
<i>Exposición de un caso práctico: Ramón</i>	112
5. <i>Neurobiología y tratamiento farmacológico en las adicciones tecnológicas</i>	117
<i>Javier Goti Elejalde</i>	
5.1. Neurobiología en los procesos adictivos	118
5.1.1. <i>Neurobiología en los trastornos adictivos por sustancias</i> , 118. 5.1.2. <i>Paralelismo entre adicción a sustancias y adicciones comportamentales</i> , 123.	
5.2. Tratamiento farmacológico en las adicciones tecnológicas	125
5.2.1. <i>Antidepresivos</i> , 125. 5.2.2. <i>Estabilizadores del humor</i> , 127. 5.2.3. <i>Antagonistas de receptores opioides</i> , 128. 5.2.4. <i>Antipsicóticos atípicos</i> , 128. 5.2.5. <i>Farmacoterapia de la comorbilidad en las adicciones tecnológicas</i> , 129. 5.2.6. <i>Resumen sobre recomendaciones en el tratamiento farmacológico</i> , 130.	
6. <i>Guía para posibles pacientes</i>	133
<i>Montse Gómez García</i>	
6.1. ¿Qué son las adicciones a las nuevas tecnologías?.....	133
6.2. ¿Qué probabilidades tengo de “engancharme” a las TIC?	133
6.3. ¿Qué factores de riesgo se relacionan con las adicciones a las TIC?	134
6.4. ¿Cuándo debo alertarme sobre mi uso de las TIC?	139
6.5. ¿Qué debo hacer si quiero moderar mi uso de las TIC?	142
6.6. ¿Cuándo debo preocuparme seriamente por mi uso de las TIC?.....	144
6.7. ¿Cuándo debo buscar ayuda psicológica profesional para solucionar mi problema de abuso o adicción con las TIC?	148
6.8. ¿Cuándo debo buscar ayuda psicológica profesional para solucionar mi adicción psicológica a una aplicación de las TIC, pero no a las TIC?	148
6.9. ¿Cómo puedo colaborar en el tratamiento de mi abuso o adicción a las TIC?	149

7. Guía para padres y familiares.....	151
<i>Ursula Oberst</i>	
7.1. Riesgos del uso no saludable de las nuevas tecnologías	155
7.1.1. <i>Riesgo de desorientación</i> , 155. 7.1.2. <i>Posible riesgo para la capacidad cognitiva y el rendimiento escolar</i> , 156. 7.1.3. <i>Riesgo por contenidos peligrosos</i> , 156. 7.1.4. <i>Riesgo por contactos e interacciones no adaptativas</i> , 157. 7.1.5. <i>Riesgo por consecuencias negativas para la vida familiar y social</i> , 159.	
7.2. ¿Qué niños están en mayor riesgo y cuáles son los signos de alarma?.....	159
7.3. Consejos y pautas para reducir el consumo de las tecnologías en los niños y adolescentes.....	160
7.3.1. <i>Evitar la iniciación prematura en el uso de las TIC</i> , 160. 7.3.2. <i>No sobrevalorar el uso didáctico de determinados juegos electrónicos</i> , 160. 7.3.3. <i>Pautar un horario de conexión</i> , 161. 7.3.4. <i>Controlar el acceso</i> , 161. 7.3.5. <i>Fomentar actividades off-line y un clima familiar de confianza y de intercambio</i> , 162.	
7.4. A propósito de un caso: “¿Lo apagas tú o lo apago yo?”.....	162
8. Consejos saludables para padres y educadores.....	167
<i>Miquel Àngel Prats Fernández</i>	
8.1. El contexto y el entorno sociotecnológico	168
8.2. Retos, límites y riesgos de las herramientas tecnológicas más comunes....	169
8.2.1. <i>En cuanto al correo electrónico</i> , 170. 8.2.2. <i>En cuanto al chat y la mensajería instantánea</i> , 170. 8.2.3. <i>En cuanto a las redes sociales</i> , 171. 8.2.4. <i>En cuanto a la navegación web</i> , 171. 8.2.5. <i>En cuanto a móviles</i> , 172. 8.2.6. <i>En cuanto a videojuegos</i> , 172. 8.2.7. <i>En cuanto a la televisión</i> , 173.	
8.3. El uso y abuso de las nuevas tecnologías en el ámbito familiar: consejos saludables	173
8.3.1. <i>En cuanto a actitudes y comportamientos en casa</i> , 173. 8.3.2. <i>En cuanto al concepto de identidad digital</i> , 174. 8.3.3. <i>En cuanto a medidas preventivas con el ordenador</i> , 174.	
8.4. Decálogo final de buenos usos y hábitos saludables tecnológicos.....	175
<i>Bibliografía</i>.....	177

Relación de autores

COORDINADOR

Xavier Carbonell Sánchez

Doctor en Psicología, profesor titular de la FPCEE Blanquerna (Universitat Ramon Llull).

COLABORADORES

Rosa María Díaz Hurtado

Doctora en Psicología, Servicio de Psiquiatría y Psicología Infantil y Juvenil (Hospital Clínic Barcelona).

Montse Gómez García

Especialista en psicología clínica, coordinadora del Grupo de Trabajo de Juego Patológico y otras Adicciones Psicológicas.

Javier Goti Elejalde

Médico psiquiatra, Servicio de Psiquiatría y Psicología Infantil y Juvenil (Hospital Clínic Barcelona).

Josep Matalí Costa

Psicólogo clínico, coordinador de la Unidad de Conductas Adictivas del Adolescente (Hospital Sant Joan de Déu de Barcelona).

Ursula Oberst

Doctora en Psicología, profesora titular de la FPCEE Blanquerna (Universitat Ramon Llull).

Miquel Àngel Prats Fernández

Maestro, psicopedagogo doctor en Pedagogía, FPCEE Blanquerna (Universitat Ramon Llull).