

# «Jugaba 20 horas al día al Fortnite, sin comer ni dormir»

► Un adolescente de Castellón estuvo dos meses ingresado por su adicción al videojuego. El equipo médico del hospital provincial narra a ABC cómo fue su desintoxicación

TONI JIMÉNEZ  
VALENCIA

Cuando el paciente llegó al hospital, el equipo médico se dio de bruces con una realidad a la que todavía no se había enfrentado. Un caso clínico para el que no había ni manuales ni experiencia previa en el mundo: varón de entre 13 y 15 años, estudiante de ESO y adicto a los videojuegos. «Había días que jugaba cerca de 18 o 20 horas, con una dedicación exclusiva y pasando las noches en vela. Todo el tiempo que pasaba en casa estaba delante de las pantallas», señala a ABC Matías Real López, coordinador del programa de trastorno mental grave de la infancia y la adolescencia del Hospital Provincial de Castellón. Fue él, junto al resto de profesionales de esa unidad, quien trató al joven.

A pesar de su alto rendimiento aca-

démico, el menor empezó a ausentarse a las clases. Al tiempo que aumentaba el tiempo de juego, disminuía las actividades de su vida diaria: desde no verse con sus amigos hasta descuidar la higiene personal. «No salía de su habitación ni para comer con el resto de su familia», relata su médico.

## Anestesia emocional

Fortnite, uno de los videojuegos más populares, sirvió como refugio a este adolescente castellanense para evitar afrontar el «malestar emocional intenso» que le había generado la muerte de un familiar. Encerrarse en ese caparazón, lejos de aliviar su pena, le estaba devorando por dentro. «No se puede atribuir a una causa concreta, pero sí que es una de las respuestas que encuentra una persona para intentar manejar ese sentimiento»,

explica el especialista.

Un caso llevado al extremo que es solo la punta del iceberg. «Hemos atendido a chavales cuyo problema parece que son los videojuegos, porque es lo que se ve, pero lo que hay debajo es que están sufriendo algún tipo de acoso o abuso, y no son capaces de verbalizarlo ni de tolerar ese malestar. Al dedicar mucho tiempo a las pantallas consiguen una especie de anestesia emocional. Las sensaciones que provocan los videojuegos consiguen apartarlos de las otras», subraya el médico.

Ante el fracaso de los intentos ambulatorios de poner límites a lo que ya se antojaba un problema grave y la preocupante pérdida de peso, consecuencia de una alimentación precaria, los facultativos decidieron intervenir como si se tratara de una adicción a una sustancia química, por lo que el chico fue ingresado en el hospital a modo de desintoxicación para





empezar un tratamiento que se prolongó a lo largo de dos meses.

Durante las primeras semanas se le aisló completamente de su entorno y de cualquier pantalla. «Una vez pasado el malestar inicial, analizamos con él cómo era su día a día antes de que apareciera esta conducta problemática y cómo había ido derivando hasta llegar a un punto de no retorno. Eso facilitó la toma de conciencia», destaca el psiquiatra responsable del programa. El siguiente paso fue trabajar la vuelta a la realidad, es decir, «cómo poder reaccionar y qué hacer para que disminuyesen las ganas de volver a jugar». Para ello, el menor fue retomando progresivamente el contacto con su entorno y sus rutinas, al tiempo que volvía al hospital para relatar cómo habían ido las cosas y qué sensaciones había tenido al volver a su casa y, en concreto, a su habitación.

Dos meses después recibió el alta, aunque por delante todavía quedaba más de medio año de terapia grupal para ir realizando un seguimiento ambulatorio de su evolución tras su reincorporación a la actividad escolar y, el punto más complicado, poder hacer un uso más normalizado de las pantallas con limitaciones horarias.

¿Qué papel ha jugado la familia en todo este proceso? «Fue un apoyo muy importante», señala Real, al tiempo que llama a no caer en «moralismos»

## Los médicos trataron su dependencia como si se tratara de una adicción a una sustancia química

### «Los horarios de los menores son incompatibles con el del trabajo de sus progenitores. Pasan mucho tiempo solos en casa»

respecto a la actuación de los padres a la hora de poner esos límites desde el principio. «La realidad es muy compleja y los horarios de los menores son incompatibles con los del trabajo de sus progenitores. Pasan mucho tiempo solos en casa», agrega.

### No es un caso aislado

De hecho, el experto afirma que «es posible que aparezcan más casos, porque seguro que hay familias que están viviendo situaciones difíciles con el uso de los videojuegos por parte de sus hijos que no saben muy bien cómo manejar y no se han planteado que quizás necesiten ayuda». En ese sentido, cree crucial que la sociedad empiece a abrir el debate sobre el papel que juegan las tecnologías en nuestra vida diaria, sobre todo, en el caso

de los más pequeños. «Les hemos puesto en las manos unos aparatos que muy probablemente estén condicionando su desarrollo, ante la inmediatez con la que consiguen todos los estímulos y todos los resultados. Estamos criando niños a los que les cuesta mucho tolerar la espera porque en las pantallas todo es inmediato».

A partir de este caso, un equipo de investigación formado por personal del Hospital Provincial, la Universitat Jaume I y el Hospital General Universitario de Castellón ha publicado un estudio en la revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil. En este trabajo los profesionales alertan, precisamente, sobre la precocidad en el consumo de videojuegos y la necesidad de establecer «límites claros y bien definidos».

Los especialistas no consideran que estos pasatiempos supongan un problema en sí mismos, sino que su uso adecuado puede conllevar unos beneficios en los ámbitos educativo y social e incluso ser terapéutico para algunos trastornos. No obstante, en el caso del Fortnite, destacan dos aspectos de su potencial adictivo: la imposición de plazos para lograr los retos de cada temporada y no perder el progreso, y el acceso a plataformas de retransmisión en vivo que muestran a personas jugando mientras comentan sus estrategias.