

El psiquiatra Sergio Oliveros advierte que Fortnite puede ser tan adictivo como la heroína

Fortnite es, hoy sin duda, la madre de todos los videojuegos. Muchos lo han comparado, por su elevada capacidad adictiva, nada menos que con la heroína. Su impacto ha excedido completamente a la que es habitual en un videojuego común y se ha convertido, además, en una masiva tendencia de indumentaria, bailes o músicas

Siguiendo el paradigma del genial visionario Steven Spielberg en su película Ready player one, Fortnite es el primer videojuego que es capaz de crear una realidad paralela en el juego e invitar a sus jugadores a exportarla a su vida real, acaso para rellenar el vacío que sus vidas les generan. Las alarmas sobre su potencial adictivo han generado incluso campañas de la plataforma change.org para prohibirlo, pero tienen enfrente nada menos que a 250 millones de usuarios registrados y un negocio valorado en 8.000 millones de dólares para impedirlo.

"Es innegable la genialidad de los autores del Fortnite y de sus directores de marketing, pero también su capacidad adictiva jamás mostrada antes por un videojuego especialmente en la población más joven", explica Sergio Oliveros, psiquiatra.

"Tras 25 años sin cambios, la Organización Mundial de la Salud se dispone a reconocer en breve la adicción a los videojuegos como un trastorno mental y va a incluirlo en el apartado de los Trastornos mentales, de conducta o del neurodesarrollo. La DSM5 ya incluyó esta adicción entre los trastornos adictivos no relacionados con sustancias en 2013. ¿Por qué una lo considera un trastorno de la conducta y otra una adicción? Porque se trata de una adicción comportamental, como la adicción al sexo, al porno, las apuestas online, la comida o al WhatsApp, y como tal, presenta unos síntomas que se sitúan a caballo entre una compulsión y una adicción química lo que genera diferencias en su conceptualización", explica.

Se trata de un juego colaborativo de supervivencia, comunicación y estrategia en un escenario postapocalíptico en el que media constantemente el miedo, la tensión, en análisis, la decisión, el placer y la agresividad y todo en un lapso muy corto de tiempo. "Son elementos importantísimos de supervivencia que en la naturaleza sólo están activos en periodos de caza de comida o de huida del depredador y que, en consecuencia, están programados biológicamente para actuar durante periodos cortos de tiempo. En el juego, el territorio se va reduciendo constantemente con lo que el estrés aumenta de forma progresiva y permanente. Esto explica que haya habido casos en los que un jugador, por ejemplo, ha seguido jugando durante un tornado, pues si hubiera abandonado el juego habría perdido y optó por arriesgar su vida real para ganar en el juego"- sostiene el experto.

Por si fuera poco, el Fortnite es gratis, una partida no dura más de media hora, se realiza multiplataforma y con amigos facilitando la comunicación. "El cocktail es perfecto y el éxito está asegurado. Cuenta además con bailes rituales tras las victorias e indumentarias específicas que los jugadores reproducen fuera del juego, en su vida real" -explica Oliveros.

No hay sangre en el juego, emula a los dibujos animados, no es gráficamente agresivo y no induce conductas violentas fuera del juego como ya ha quedado demostrado en varios estudios, pero es objeto de abuso por una cantidad ingente no determinada de adolescentes y en un estudio se ha evidenciado adicción en un 1,5% de adolescentes de 13 a 17 años. También afecta a adultos en los que interfiere con sus relaciones sociales y matrimoniales.

La adicción al Fortnite ¿la misma a nivel cerebral que la que se tiene por el alcohol, drogas o juego? El experto psiquiatra lo explica: "No exactamente, nuestro cerebro cuenta con el sistema noradrenérgico responsable de la respuesta lucha/huida frente a un peligro. Este sistema, basado en el locus coeruleus, facilita que analicemos rápidamente el peligro, tomemos la mejor decisión y ejecutemos rápidamente los movimientos más vigorosos y precisos para llevarla a cabo, bien sea luchando o huyendo. En esta situación de amenaza nuestra amígdala temporal nos facilita reaccionar rápidamente con una violencia proporcional. Durante la lucha en la naturaleza, abandonar equivale a morir lo que va en contra de nuestra biología por lo que nos veremos impulsados a terminar la partida (recordemos al adolescente del tornado). La información del peligro y de las formas que en pudimos sortearlo queda almacenada en nuestro hipocampo para nuevas confrontaciones", explica.

Finalmente la victoria produce un placer que libera dopamina en los núcleos de recompensa del cerebro, en especial el núcleo accumbens. "Tal victoria por sí misma provoca esta recompensa, pero si es exhibida además frente a los derrotados mediante los bailes rituales o a los acólitos, la recompensa aumenta. Este núcleo es el responsable de que pasado un tiempo cada vez más corto, por acúmulo de una sustancia llamada delta FosB, comience a enviar señales que incrementan nuestro apetito por repetir la conducta lo que determina la adicción. Los mecanismos de recompensa participan en todas las adicciones comportamentales y tóxicas, pero en las adicciones químicas cada tóxico condiciona además cambios específicos que modulan la adicción de una manera especial. En ellas la participación de los circuitos de lucha/huida y reacción apenas tienen relevancia"-sostiene.

Cómo saber si hay o no adicción

Aplicando los criterios actuales de la DSM 5 para la adicción a videojuegos online (Internet Gaming Disorder) la adicción al Fortnite estaría definida por los siguientes criterios:

Preocupación u obsesión con el Fortnite.

Síntomas de abstinencia cuando no se juega.

Tolerancia: se necesita pasar más tiempo jugando cada vez.

Intentos infructuosos de detener o restringir el juego.

Pérdida de interés en otras actividades de la vida, como pasatiempos.

Mantenimiento del juego a pesar de tener conciencia del daño.

Mentiras sobre su uso.

La persona lo usa para aliviar la ansiedad o la culpa: es una forma de escapar.

La persona ha perdido o puesto en riesgo y oportunidad o relación debido al Fortnite.

Otros síntomas.

Pérdida de la noción del tiempo.

Insomnio, descuido de la higiene y la alimentación.

Inquietud, estado de ánimo triste o irritabilidad cuando no se juega.

Incapacidad para parar de jugar cuando se fija una hora límite.

Aislamiento, pérdida de relaciones interpersonales significativas.

Abandono de los estudios o de la actividad laboral por el juego.

Complicaciones físicas como contracturas musculares en espalda y cuello, Síndrome del Túnel Carpiano, cefaleas, problemas de visión, sequedad de la conjuntiva con lesiones corneales, obesidad, hipertensión, etc.

Relación entre la adicción al fortnite y la violencia

Se ha discutido mucho sobre relación entre videojuegos y violencia, pero los resultados de los estudios más recientes han podido demostrar de forma contundente en dirección apuesta igual que ocurre con la música o las películas violentas. "La exposición a juegos violentos se asocia a una tasa menor de violencia- explica el experto psiquiatra- es posible que la descarga de la agresividad en el juego evite su descarga en la vida real. Otra cosa es que los sujetos violentos per se opten por juegos violentos, pero lo que ha podido ser estadísticamente demostrado es que aquellos carecen de un efecto transformador negativo sobre la violencia en la conducta".

Orientación a los padres

El psiquiatra recuerda que "como en cualquier otra adicción comportamental debemos distinguir cuatro etapas diferentes y no alarmarnos si no es necesario":

Uso normal: consumo infrecuente que no perjudica al sujeto.

Consumo perjudicial: consumo ocasional que comienza a dañar la salud del sujeto.

Abuso: consumo frecuente que daña seriamente la salud del sujeto.

Adicción: necesidad de un consumo continuo con aparición de tolerancia y síntomas abstinencia.

"En las fases iniciales podemos realizar una eficaz prevención del trastorno en el plano familiar limitando el empleo los videojuegos como una niñera vicariante, realizar conjuntamente con el menor un horario para que se reparta equilibradamente el tiempo entre estudio, juegos con sus hermanos/amigos y Fortnite, fomentar los juegos a aire libre y jugar con él, explorar nuevas actividades que le resulten de interés y utilizar los videojuegos como un premio más por la correcta realización de sus tareas escolares, además, es importante descartar la coexistencia de otros trastornos que suelen estar presentes (TOC, TEA, fobia social, personalidad dependiente y esquizoide) y tratarla específicamente para mejorar el pronóstico. El tratamiento luego se basará en fármacos que disminuyen el impulso para jugar y mejoren el apetito por el juego y en la psicoterapia cognitivo-conductual centrada en el control de los impulsos, la gestión de la ansiedad, y la prevención de recaídas"- concluye

Datos de contacto:

Agencia de comunicación MAD&COR
www.madandcor.com
675943952

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Medicina](#) [Sociedad](#) [Juegos](#) [Hardware](#) [Entretenimiento](#) [Gaming](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>