

# Xavier Carbonell: "Las adicciones a las nuevas tecnologías y a las drogas son comparables psicológicamente"

Los padres deberían superar sus miedos y prejuicios para conocer las tecnologías que usan sus hijos, según el investigador Xavier Carbonell

[Joel Albarrán](#) | Barcelona | 15/02/2010 | Actualizada a las 01:20h | [Internet y Tecnología](#)

Se adentró en la investigación de las adicciones trabajando con drogadictos. A la investigación del efecto de la heroína y otras drogas en las personas, el doctor en psicología Xavier Carbonell ha sumado en los últimos años el estudio del abuso de las nuevas tecnologías de la comunicación, como el móvil, ciertos videojuegos o determinadas aplicaciones de internet.



Xavier Carbonell, doctor en psicología especializado en adicciones / Joel Albarrán Bugié

Pese a los riesgos de adicción a ciertos videojuegos y aplicaciones de Internet en los que se puede ocultar la propia identidad, Carbonell –director del centro investigador Condesa del universidad URL-Blanquerna- asegura que no hay ninguna "epidemia" y que si los niños, adolescentes y jóvenes se vuelcan a las nuevas tecnologías es consecuencia de la sociedad en la que viven.

## -¿Existen las adicciones a las nuevas tecnologías?

-Actualmente, nuestras investigaciones señalan que, aunque pueda haber adolescentes o jóvenes que los utilicen más tiempo del conveniente, la adicción al móvil y a los videojuegos no existen. En relación a Internet, se puede ser adicto a las aplicaciones que permiten poner en juego tu identidad, como los juegos de rol en línea (tipo World Warcraft, Final Fantasy o Everquest) o a los chats, pero no al Messenger.

## -¿Los adolescentes no son adictos al Messenger?

-No. Puede que pasen demasiado tiempo en el Messenger pero no es una adicción. Normalmente lo que sucede es que los jóvenes pasan una temporada de su vida muy conectados y después se les pasa. Sucede lo mismo que antes con el teléfono de casa: están mucho rato y hablan con personas de las que se acaban de despedir, sí, pero no es una adicción. Están demasiado tiempo conectados y ya está.

## -Pero ha dicho que sí hay adicción a los chats.

-En el Messenger se chatea con personas que ya se conocen. Son los chats donde la identidad no es conocida por los otros miembros y puedes hacerte pasar por otro los que permiten jugar con la identidad y pueden ser adictivos.

## -¿Porqué?

-Haciéndome pasar por otro puedo lograr un reconocimiento que no tengo en la vida real, puedo sentirme mejor jugando que en la vida real y acabar pensando que lo que vale la pena vivir es el juego, que donde estoy realmente es en este mundo de fantasía. Que el otro es un ser corpóreo que tiene que alimentarse, pero que este no soy yo.

**-¿Las redes sociales pueden producir este efecto?**

-En la española Tuenti, por ejemplo, estás conectado con personas que conoces. Creemos que siempre que se mantenga esta premisa no hay riesgo de adicción sino de uso excesivo.

**-¿Están aumentando el número de adictos?**

-Que está aumentando el número de personas que usan estas tecnologías está claro, que esté aumentando el número de adicciones no está tan claro. Hay muchos casos que no son adicciones, así que no hay una epidemia sino casos aislados que piden tratamientos especializados.

**-Pero la sociedad está preocupada porqué los jóvenes cada vez se aíslan más.**

-Sí, es cierto. Los adolescentes y los jóvenes cada vez pasan más tiempo frente a su ordenador y están más solos. Eso es seguro. Es una situación paradójica: están más conectados con el mundo, pero están menos conectados con las personas que tienen próximas. Yo diría que esto es un reflejo de lo que está pasando en la sociedad en general. En mi generación quedábamos para jugar a fútbol y bajábamos a la calle. La generación de mis hijos quedan para jugar al Call of Duty a las ocho de la noche.

**-¿Cada uno en su casa?**

-Cada uno en su casa. Y los padres nos sentimos mejor de que esté en casa y no salga. Que estén más aislados y solos es un reflejo de nuestra sociedad.

**-¿Cómo afecta a las personas el convertirse en adictas a las nuevas tecnologías?**

-La definición de adicción implica que haya unas consecuencias graves, derivadas del consumo de una sustancia o de efectuar una conducta. Estas consecuencias graves empiezan por uno mismo y después se extienden hacia todos los ámbitos de relación. Empiezan por la propia persona (psicológicos) y después viene el resto.

**-¿La adicción a las nuevas tecnologías es comparable a la adicción a las drogas?**

-Psicológicamente son comparables. También el tabaco y la heroína comparten ciertos procesos psicológicos: las consecuencias varían, pero el funcionamiento mental es el mismo. Con estas conductas estamos ante una situación similar, aunque la gravedad de las consecuencias no es la misma.

**-¿Pero es recomendable ir a tratamiento?**

-Sí. En el Hospital Clínic hay jóvenes en tratamiento.

**-Considera que en el caso del móvil no hay adicción sino abuso. ¿Cuál es la diferencia?**

-Significa que hay cierta problemática, pero no una patología ni un trastorno mental. Hay personas para quienes el uso del móvil puede tener alguna consecuencia negativa, como que prefieran expresarse telefónicamente o con un mensaje de móvil a hacerlo personalmente. Los jóvenes, que precisamente están aprendiendo a comunicarse, pueden coger pautas equivocadas de relación y evitar enfrentarse a sí mismos, a las vergüenzas, miedos o dificultades de comunicación que todos tenemos.

**-Algunos niños tienen su primer móvil a los 8 años ¿Es demasiado temprano?**

-Puede ser que lo tengan por una necesidad de los padres de comunicarse con ellos. Entonces, no es que el niño tenga un problema con el móvil sino que refleja la sociedad en la que está viviendo. Quizás sí que el niño está más solo y usa más el móvil, pero no por culpa del móvil sino por culpa de la soledad de llegar a casa solo. El padre lo quiere tener controlado y esto pone de manifiesto el efecto paradójico que pueden tener estas tecnologías de la comunicación: parece que nos acercan pero a veces reflejan que estamos distantes.

**-Pero también lo usan para comunicarse entre ellos.**

-Claro, es lógico. A los adultos nos cuesta acostumbrarnos a esta situación.

**-¿No es preocupante?**

-No es necesario escandalizarse.

**-En secundaria el 92% de los jóvenes tiene móvil. ¿No le parece excesivo?**

-A mí no me sorprende. Cuando yo era joven, en el pueblo de veraneo quedábamos a las cinco en la plaza e íbamos apareciendo. Ahora los jóvenes de 20 o 25 años se llaman al móvil e improvisan, así que también tenemos que comprender que un joven de 12 años empiece a hacer lo mismo. Es normal.

**-¿No se pierden habilidades de comunicación?**

-La sociedad está cambiando en muchos sentidos, incluida la comunicación. Seguramente todos estaremos de acuerdo en que estos cambios conducen a sociedades más comunicadas pero al mismo tiempo más aisladas. Es algo paradójico. Hemos pasado de quedar y hablar en grupo a hablar en grupo por el Messenger. No sabemos como seremos dentro de 15 años. Yo no me dedicaría a alertarme por esto.

**-Los adolescentes dominan más las nuevas tecnologías que sus padres. ¿Cómo pueden estos enseñarles a usarlas correctamente?**

-Si no conocen la tecnología difícilmente podrán instruirlos y, además, muchos padres tienen miedos y rechazos. En este sentido, sería aconsejable que los padres se acercaran a esas tecnologías y las pudieran usar.

**-Es difícil superar los prejuicios...**

-Se habla de nativos digitales e inmigrantes analógicos. Nunca será lo mismo, pero si quieres estar al lado de tu hijo te tienes que instruir, igual que si quieres jugar con él a fútbol tienes que saber qué es una pelota. Cuando los padres enseñan a sus hijos a ir en bicicleta, ellos ya saben ir, pero la situación que tenemos ahora es que el niño tiene que enseñar al padre a ir en bicicleta. Es una situación en la cual no es el adulto quien tiene la experiencia y enseña y esto si lo pudiéramos evitar estaría bien.

**-¿El uso tecnología disminuye la atención de las nuevas generaciones?**

-Hay quien dice que es imposible que mantengan la concentración con cuatro tareas a la vez. Pero mi generación es la que empezó a hacer los deberes con la radio puesta y nuestras madres también decían que era imposible que nos concentráramos así. Hoy hacen los deberes en el ordenador, con el Messenger abierto, escuchando música y bajándose una serie. Algunos autores creen que es imposible que estén concentrados, pero otros afirman que se están preparando para lo que les pedirá la sociedad, que lo único que están haciendo es entrenándose para la situación en la que vivirán en el futuro nos guste o no. Yo puedo tener unos valores y ellos otros. Que sean espacios de concentración más cortos e intensos probablemente sea porque tienen que adaptarse a esta sociedad.

**-Entonces ¿menos preocuparse y más adaptarse?**

-Hay que hacer ambas cosas. A los niños y adolescentes tenemos que pautarlos. Tenemos una responsabilidad y no podemos abandonarlos a esta tecnología y estar a su lado. Pero tampoco podemos decir nuestros valores son mejores que los suyos. Hay que ver que valores positivos tiene esta nueva cultura.