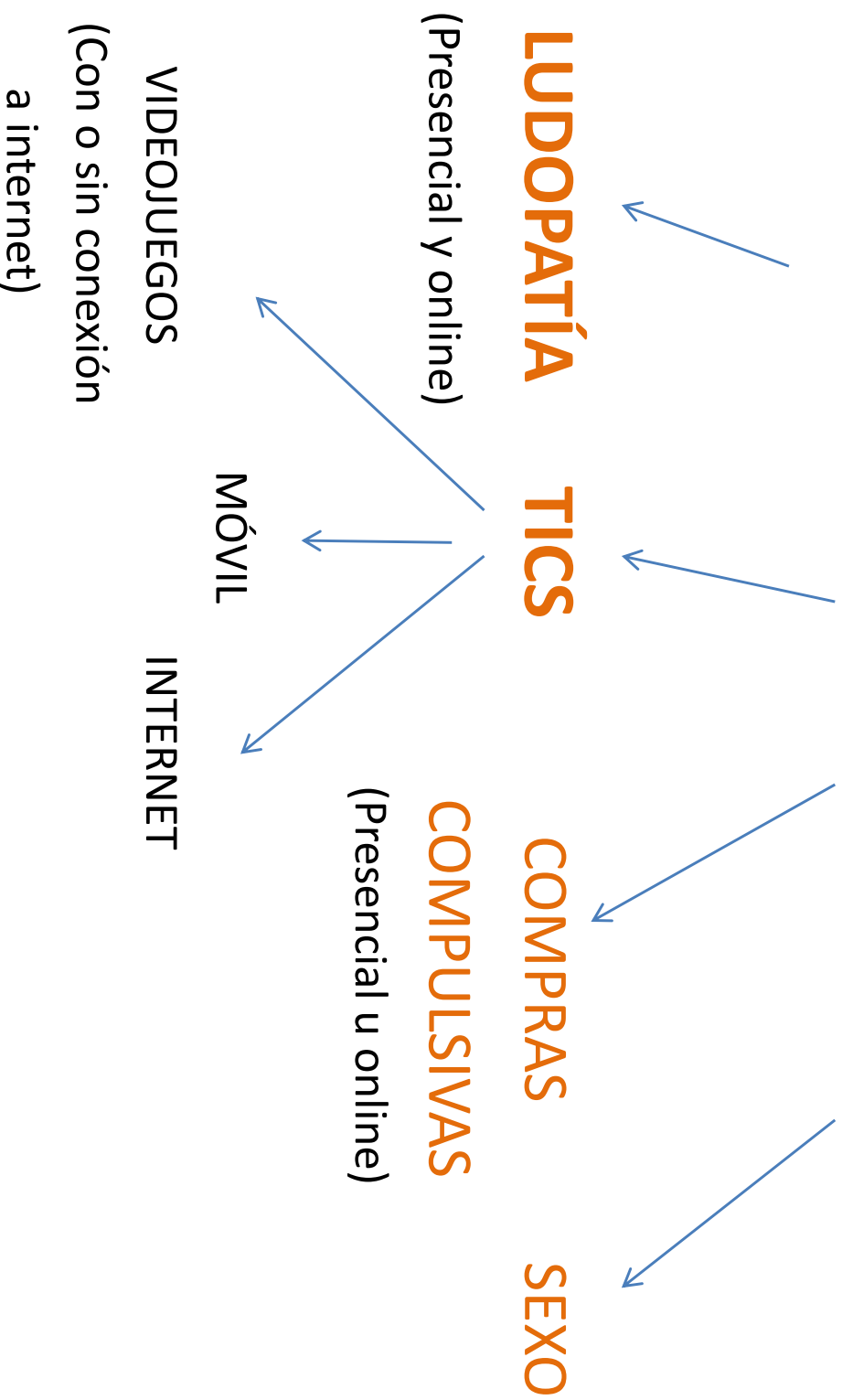


ACTUALIZACIÓN EN CONSUMOS

EMERGENTES: ADICCIONES SIN SUSTANCIA

ADICCIONES COMPORTAMENTALES



ACTUALIZACIÓN EN CONSUMOS

EMERGENTES: ADICCIONES SIN SUSTANCIA

JUEGO PATOLÓGICO: NUEVO PERFIL LUDÓPATA

- Con la nueva legislación del juego de 2011 hay un cambio en el perfil del ludópata:

*Del jugador de tragaperras de entre 40-50 años, media de 7 años desarrollo del juego, casado y con trabajo

➡ **Jóvenes** que desarrollan la adicción en menos de un año, principalmente en apuestas deportivas y juego on-line.

ACTUALIZACIÓN EN CONSUMOS

EMERGENTES: ADICCIONES SIN SUSTANCIA

JUEGO PATOLÓGICO: AUMENTO EN MENORES

- **Mayor disponibilidad** con el aumento de juego online, máquinas de apuestas en bares y proliferación de salones de juego donde no hay control de acceso, sólo se exige en una parte acotada dentro. (Decreto 55/2015, 30 abril del Consell)
- Apuestas mínimas **asequibles y bonos gratis** por inscribirse en alguna plataforma de juego.

ACTUALIZACIÓN EN CONSUMOS

EMERGENTES: ADICCIONES SIN SUSTANCIA

JUEGO PATOLÓGICO y MENORES:

- **Mayor proporción de juego presencial**

*Inmediatez del cobro de los premios

*Más difícil jugar en plataformas online legales

*Suelen utilizar los salones de juego como lugar de reunión y una alternativa más de ocio.

- **Modalidad de juego preferida: las apuestas**

ACTUALIZACIÓN EN CONSUMOS

EMERGENTES: ADICCIONES SIN SUSTANCIA

TICS (Ciberadiciones, adicción tecnológica, nuevas tecnologías...)

- **Uso excesivo de cualquier dispositivo tecnológico con o sin acceso a internet: Móvil, ordenador, tablet, consolas...**
- **Las principales adiciones tecnológicas son los videojuegos y uso de internet.**
- **El objetivo ideal del tratamiento sería el USO CONTROLADO y no la abstinencia.**

ACTUALIZACIÓN EN CONSUMOS

EMERGENTES: ADICCIONES SIN SUSTANCIA

TICS (*Recomendaciones AAP*)

- **No móviles hasta después de los 12 años**
- **Controlar qué aplicaciones usan:** adecuadas a su edad
- **No usar móviles o pantallas una hora antes de ir a dormir**
- **No cargarlo en la habitación**
- **No usar móviles o tablets a la hora de comer/cenar**
- **Marcar un tiempo máximo de uso (OMS/AAP)**
- **Marcar un tiempo en familia sin pantallas**

ACTUALIZACIÓN EN CONSUMOS

EMERGENTES: ADICCIONES SIN SUSTANCIA

TICS (*Recomendaciones AAP*)

- No pantallas mientras se hacen **tareas escolares**
- No pantallas **en la escuela** ni en la calle
- No en los viajes cortos
- No en el cochecito o silla de paseo.
- **Mejor contenido descargado**

ACTUALIZACIÓN EN CONSUMOS

EMERGENTES: ADICCIONES SIN SUSTANCIA

TICS: INFORMACIÓN DE INTERÉS

•Fundación Aprender a Mirar (FAAM)

Ministerio Educación, Cultura y Deporte.

• Trabaja por la defensa de los usuarios de los medios de comunicación audiovisual, en especial de los niños y jóvenes.

• A través Formación, información, acción social de prevención, denuncia, defensa y promoción de valores.

(Programas de educación audiovisual, Alertas contenidos de apps, moverse seguro por la red, defensa del menor, prevención cyberbullying..)

ACTUALIZACIÓN EN CONSUMOS

EMERGENTES: ADICCIONES SIN SUSTANCIA

VIDEOJUEGOS (Gaming disorder):

CONSEJO A LOS PADRES (Guía C. Madrid y FAAM, 2017):

- **Conocer a lo que juega:** Edad recomendada, temática
- **Negociar los tiempos:** Estudio 1º.
 - No más de 1 hora/día
- **Proponer alternativas No digitales:**
 - * Creativas
 - * Favorezcan las relaciones sociales
 - * Aire libre
- Promover la **lectura**
- Minimizar pantallas: Cuidado con **dispositivos clandestinos**
- **Gastos/Micropagos**

ACTUALIZACIÓN EN CONSUMOS

EMERGENTES: ADICCIONES SIN SUSTANCIA

INTERNET

El uso de internet responde a dos tipos de necesidades:

***Búsqueda de Información:** YouTube, plataformas de streaming (netflix, Spotify) navegar por la red..

***Búsqueda interacción social:** Redes sociales (Instagram, TikTok) y mensajería instantánea (WhatsApp, Snapchat..).

Cómo y cuándo preguntar a los menores en las revisiones de Pediatría?

DESARROLLO FACTORES PROTECCIÓN:
(Estrategia Nacional Adicciones)

INFANTIL	PRIMARIA	SECUNDARIA
Autocontrol	Comunicación	Búsqueda I
Autoestima	HH.SS (Decir no)	Actitud Crítica
Autoconcepto +	Afront + problemas	Presión social
I. Emocional	Técnicas estudio	Tol. frustración
Apoyo académico		Trat. + conflictos
		Actitud Anti-D
		HH Resistencia
		Drogas

Cómo y cuándo preguntar a los menores en las revisiones de Pediatría?

DESARROLLO FACTORES PROTECCIÓN EN LA FAMILIA:
NIDA, 2004

- **Habilidades educativas:** Límites claros y disciplina aplicada consistentemente
- **Aumentar participación de los padres en la vida de los hijos**
- **Habilidades comunicación**

Cómo y cuándo preguntar a los menores en las revisiones de Pediatría?

EXPERIENCIAS EN EL ÁMBITO NACIONAL:

ASTURIAS

2017: Desarrolla la primera **Guía de prevención del consumo de alcohol** en edad pediátrica para profesionales y los menores e incluyen **dos preguntas en las revisiones de los 10 y los 13 años**

CANARIAS

Enero de 2019. Aprueba una proposición no de ley para realizar **test de drogas** a los menores en la revisión de pediatría de los **14 años** cuando los padres lo soliciten expresamente.

GALICIA

Plan Nacional sobre Drogas (Ministerio Sanidad) ha puesto en marcha un **Proyecto Piloto para detección precoz y consejo breve** en conductas adictivas en las revisiones de menores con el pase de dos cuestionarios: **Cribado de alcohol y drogas CRAFFT** (12-18 años) y **Cuestionario para abusos de Internet, juego online y videojuegos, EUPI-a** (11-17años)- **Antonio Rial Bouteta**.

Cómo y cuándo preguntar a los menores en las revisiones de Pediatría?

Detectar las **señales tempranas de riesgo en la infancia o niñez temprana (7-9 años):**

A nivel individual:

- * Conducta agresiva/Bajo autocontrol
- * Bajo rendimiento escolar

A nivel familiar:

- * Estilo de crianza ineficaz: Baja supervisión/Baja calidez
- * Cuidador que abusa de drogas

. ¿Cómo? Preguntas abiertas:

- * **¿Insulta, golpea objetos o personas y faltas de respeto para resolver algunas situaciones?**
- * **¿Le cuesta avanzar en el aprendizaje escolar?**
- * **Escala de estilos parentales**

Cómo y cuándo preguntar a los menores en las revisiones de Pediatría?

Detectar las señales de riesgo inmediatas en la **pubertad y adolescencia:**

A nivel individual:

- * Baja competencia social/Conducta agresiva
- * Falta de interés/Fracaso académico

* **Asociación con compañeros consumidores**

* **Actitud favorable hacia las drogas**

} Claros predictores de consumo inmediato

A nivel familiar:

* Distanciamiento/ruptura vínculo familiar

• **¿Cómo? : Preguntas abiertas:**

* **¿Conoces a alguien que bebe o ha consumido? ¿Has visto a alguien bajo los efectos de la bebida u otras drogas? ¿Qué conoces del alcohol y las drogas? ¿ Y sus consecuencias?**

Cómo y cuándo preguntar a los menores en las revisiones de Pediatría?

PAUTAS PARA LA EXPLORACIÓN EN PEDIATRÍA:

- Favorecer un contexto de confianza, con actitud empática y aceptación.
- Incluir la exploración en un marco más amplio de entrevista. Interesarse por el contexto y circunstancias personales, familiares y sociales del menor, estudios, hábitos de vida...
- Explorar factores de protección: **¿Cómo resuelves los problemas? ¿Consigues mantener la calma ante los problemas? ¿Te sientes bien contigo por cómo le van las cosas?...**

Cómo y cuándo preguntar a los menores en las revisiones de Pediatría?

PAUTAS PARA LA EXPLORACIÓN EN PEDIATRÍA:

- **Explorar esta área a lo largo de las diferentes revisiones, comenzando con preguntas abiertas y más indirectas cuanto más joven es el menor.**

Cómo y cuándo preguntar a los menores en las revisiones de Pediatría?

PAUTAS PARA LA EXPLORACIÓN EN PEDIATRÍA:

- A la hora de preguntar directamente por el consumo plantear las preguntas de la manera más concreta posible: **¿Has bebido algún sorbo en fiestas? ¿Has probado la cerveza, un cubata...?**
- Explorar al menor **sin la presencia de los padres** en algunas partes de la entrevista puede favorecer la **sinceridad**.

Cómo y cuándo preguntar a los menores en las revisiones de Pediatría?

PAUTAS PARA EL CONSEJO EN PEDIATRÍA:

- **Si no consume reforzarlo**
- **Si va con gente que consume pero el menor no se ha iniciado** explorar o reforzar **pautas para afrontar la presión social** y ampliación de amistades/actividades alternativas
- **Si consume valorar los distintos parámetros** para establecer Consejo breve o Derivación a Recurso Especializado.
- **No mostrarse alarmista ni catastrofista:** Resta credibilidad
- **No dar sermones ni charlas**

Cómo y cuándo preguntar a los menores en las revisiones de Pediatría?

PAUTAS PARA EL CONSEJO EN PEDIATRÍA:

- Informar de los efectos perjudiciales a **corto plazo** más que a largo plazo: **La salud no es una preocupación** primordial en la adolescencia pero sí lo es la **Estética, la Imagen Social y la Competencia Física**. Ofrecer información que incluya estas áreas puede tener más impacto en ellos. Por ejemplo: *Cómo afecta el consumo a los dientes, piel, falta de higiene, deporte, capacidad cognitiva, pérdida control sobre su conducta, conductas vergonzosas, accidentes, agresiones (agresor o víctima), etiquetas, carnet de conducir...*

- Invitar a que busque determinada información en internet.

Cómo y cuándo preguntar a los menores en las revisiones de Pediatría?

PROPUESTAS DE VALORACIÓN ADICCIÓN TECNOLÓGICA EN

PEDIATRÍA:
(AAP/OMS)

Algunos estudios muestran que una mayor exposición a las pantallas de los niños está asociada a una mayor prevalencia de:

- **Problemas de autocontrol**
- **Déficit de atención**
- **Depresión infantil**
- **Mayor fracaso escolar**

Cómo y cuándo preguntar a los menores en las revisiones de Pediatría?

PROPUESTAS DE VALORACIÓN ADICCIÓN TECNOLÓGICA

EN PEDIATRÍA:

(AAP/OMS)

Desde los 0-2 años: NADA DE PANTALLAS

¿Sueles darle/ponerle delante una pantalla para que se calme o para que se entretenga?

**Sí: Consejo breve/Orientar alternativas
(juegos activos/actividad física)**

Cómo y cuándo preguntar a los menores en las revisiones de Pediatría?

Desde los 2-5 años: ENTRE MEDIA Y UNA HORA/DÍA

¿Sueles darle tu móvil o ponerle la TV para entretenga? ¿Cuántas horas/día?

*** R: 1 h o menos. Consejo:** No restar tiempo al ejercicio físico/tiempo en familia

*** R: Más de una hora. Consejo:**
Aconsejar límite de tiempo y asesorar actividad alternativa
(juegos activos y creativos/A.física)

→ EN AMBOS CASOS CONTENIDOS DE ALTA CALIDAD Y CON ELLOS

Cómo y cuándo preguntar a los menores en las revisiones de Pediatría?

Desde los 6-12 años: UNA HORA CON UN ADULTO DELANTE

¿Suele utilizar cualquier tipo de pantalla?

¿Cuántas horas/día? ¿Está con un adulto o solo?

***R: 1 h o menos. Consejo:**

Tras el resto de tareas y nada tras la cena.

***R: Más de una hora. Consejo:**

- Aconsejar límite de tiempo
- Supeditado al resto de tareas y Nunca tras la cena
- Asesorar planning semanal

→ EN AMBOS CASOS RECOMENDAR LA PRESENCIA DE UN ADULTO

Cómo y cuándo preguntar a los menores en las revisiones de Pediatría?

Desde los 12-15 años: UNA HORA y MEDIA. CUIDADO CON LAS REDES SOCIALES

¿Suele utilizar cualquier tipo de pantalla?

¿Cuántas horas/día? ¿Para qué las utiliza?

R: 1.30 h o menos. Consejo:

Tras el resto de tareas y nada tras la cena.

R: Más de 1.30 h. Consejo:

- Informar límite de tiempo
- Supeditado al resto de tareas y Nunca tras la cena
- Asesorar planing semanal

→ **EN AMBOS CASOS INTERESARSE POR EL USO QUE LE DAN .**

Cómo y cuándo preguntar a los menores en las revisiones de Pediatría?

**Más de 16 años: DOS HORAS. NO PANTALLAS
EN LOS DORMITORIOS**