

ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS YA ES CONSIDERADA UNA ENFERMEDAD MENTAL POR LA OMS

Por: Pijama surf. 03/04/2022

LA OMS TAMBIÉN HA EMPEZADO A RECONOCER EL “USO PELIGROSO DE VIDEOJUEGOS” COMO UN FACTOR QUE INFLUYE EN EL ESTADO DE SALUD

La Organización Mundial de la Salud (OMS) actualizó su lista de enfermedades y, por primera vez, incluye la **adicción a los videojuegos como un desorden mental llamado “Trastorno de los juegos”**.

La lista actualizada de enfermedades corresponde a la undécima Clasificación Internacional de Enfermedades de la OMS (ICD-11) y es la primera revisión que se hace al listado en 30 años. Cuando se hizo la versión anterior, los videojuegos no tenían el alcance y el nivel de penetración que tienen ahora.

Además, la OMS también ha empezado a reconocer el **“uso peligroso de los videojuegos” como uno de los factores que influyen en el estado de salud**, al igual que los usos peligrosos de sustancias y en la misma categoría que los juegos de azar, la falta de ejercicio físico o los malos hábitos de alimentación.

Al incluir la adicción a los videojuegos como una enfermedad mental, la OMS busca tener un conocimiento más profundo acerca de la prevalencia de este trastorno, así como **trabajar de la mano con los gobiernos de los diferentes países en la creación de campañas de prevención** y medidas adecuadas para tratarlo.

¿Cómo saber en qué momento deja de ser un pasatiempo y se convierte en una adicción?

Aunque **no existe un estándar sobre un determinado tiempo** dedicado al juego que indique que ya es un comportamiento adictivo, hay ciertas señales que ayudan a identificarlo.

De acuerdo con Robert Jakob, el jefe del equipo de la OMS que recopiló la lista de enfermedades vigente, signos como **no poder dejar de jugar y desatender otras actividades** (escuela, trabajo, socialización) por dedicarle tiempo al juego, pueden ser síntomas de que se ha vuelto una adicción.

“La adicción a los videojuegos se caracteriza por un patrón de comportamiento de juego persistente o recurrente (a juegos digitales o videojuegos), que puede ser en línea (es decir, a través de internet) o fuera de línea”, explica la OMS en la nueva lista de enfermedades.

Entre los rasgos que distinguen a las personas con este trastorno, la OMS enumera tres principales:

- **Falta de control sobre el juego**, tanto el momento en que se realiza la actividad como en su duración o en el contexto en que se lleva a cabo. Las personas adictas, juegan sin importar lo que ocurra a su alrededor, si es de día o de noche o si están con otra persona.
- **Prioridad del juego sobre el resto de actividades vitales**. Las personas adictas al juego desatienden otras actividades, se alejan de sus relaciones e incluso descuidan su persona (higiene, alimentación, etcétera) por enfocarse en jugar.
- **Continuación o intensificación del juego a pesar de las consecuencias negativas**. Aunque empiecen a tener problemas en la escuela, el trabajo o en sus relaciones por el tiempo excesivo que dedican a jugar, no pueden dejar de hacerlo.

La OMS ha explicado que el patrón de juego compulsivo “puede ser continuo o episódico y recurrente” y puede ser **resultado de angustia o deterioro en ámbitos importantes como el personal, familiar, social o educativo**. Los videojuegos por sí mismos no constituyen un riesgo de adicción, sino que esta se da al combinarlos con otros factores del entorno y la personalidad de los usuarios.

En el comunicado donde da a conocer la nueva lista de enfermedades, la OMS señala que:

El comportamiento de juego y otras características normalmente son evidentes durante un período de al menos 12 meses para que se asigne un diagnóstico, aunque la duración requerida puede acortarse si se cumplen todos los requisitos de diagnóstico y los síntomas son graves.

La lista de enfermedades ICD-11 fue elaborada con **datos de más de 90 países, incluye 1.6 millones de casos clínicos** y novedades en materia de medicina tradicional y salud sexual, explicó la organización. Esta lista es relevante porque es utilizada por los profesionales de la salud en todo el mundo para estandarizar su labor.

[LEER EL ARTÍCULO ORIGINAL PULSANDO AQUÍ](#)

Fotografía: EL CEO

Fecha de creación
2022/04/03