

Nuevas adicciones que deterioran la convivencia familiar: ludopatía, tecnofilia y *phubbing*

New addictions that deteriorate family life: gambling, technophilia and
phubbing

Cecilia Gladys Aliaga Sandoval¹  

Cómo citar

Aliaga Sandoval. C. (2023). Nuevas adicciones que deterioran la convivencia familiar: ludopatía, tecnofilia y *phubbing*, *Socialium* 7(1), xi-xvii. <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2023.7.1.1727>

La ludopatía, la tecnofilia y el *phubbing* se han convertido en comportamiento adictivos a causa del mal uso de las tecnologías de información y comunicación; estudios científicos recientes afirman que exponer a niños y niñas desde temprana edad al uso de estas tecnologías originará en ellos estos comportamientos adictivos; si no son tratados a tiempo pueden desencadenar en adicciones asociadas a problemas de personalidad tales como el autocontrol, problemas de atención, ansiedad, depresión, insatisfacción personal; conllevándolos a experiencias tóxicas en sus relaciones sociales. El presente artículo presenta una descripción teórica sobre estas nuevas adicciones por el mal uso de las tecnologías que deterioran la convivencia al interior de las familias causando deterioro en sus relaciones intrafamiliares.

Actualmente la tecnología ha modificado la manera de ver y vivir la cotidianidad del ser humano, su accesibilidad ha permitido acortar distancias facilitando la comunicación en los diversos espacios donde interactúa el individuo. Este auge tecnológico ha desplazado las actividades físicas y motoras practicadas por los niños, niñas, adolescentes y demás miembros familiares por actividades cibernéticas; convirtiéndonos en “seres zombis” dañando su desarrollo neuronal.

Según cifras descritas por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2022) para el primer trimestre del 2022 se registra que de 100 peruanos 73 entre 6 a más años de edad han accedido al uso de internet; este dato se relaciona con el aumento de la población que accede al uso de internet; de un 52 % a 59.7 % en la población de 6 a 11 años; de un 79.7 % a 85.8 % en la población de 12 a 18

¹ Maestro en Políticas Sociales con mención en Promoción de la Infancia. Universidad Nacional del Centro del Perú. Huancayo, Perú.
caliaga@uncp.edu.pe

años; de un 90 % a 92.8 % en la población de 19 a 24 años; de un 80.9 % a 85.8 % en la población de 25 a 40 años; de 62.7 % a 67.7 % en la población de 41 a 59 años y de un 29.8 % a 35.4 % en la población de 60 a más años de edad. Estos datos también reportan que el teléfono móvil es el medio principal de acceso a internet, el lugar desde donde acceden es su hogar y la frecuencia de uso en un 90.6 % de la población es diariamente.

A partir de ello, se afirma la existencia de una sociedad digital con sus propios mecanismos de acceso y configuración tecnológica que sobrepasa la instrucción adquirida en los colegios; es aquí donde la familia juega un rol determinante como entorno socio cultural y formativo. Por ejemplo, los abuelos se introducen en este mundo digital e inician navegando por internet, alguna red social, leen algún libro digital, se comunican con amigos y familiares a través de las redes sociales de mayor acceso (*Facebook, WhatsApp*, etc.) orientados y supervisados por los hijos y/o nietos; quienes en ocasiones deben mostrarse pacientes, tolerantes por que el proceso de adaptación es lento, y se proponen en romper esas brechas generacionales. Como podemos percibir hoy se involucran casi todos los miembros familiares en el uso de las tecnologías de la información y comunicación a pesar de ser una oportunidad de apertura al exterior, se puede identificar una serie de riesgos si nos exponemos a su uso excesivo con predisposición

Jelin (2022) puntualiza que la definición clásica de familia ligado al enfoque biológico de sexualidad y procreación como necesidades que regulan, canalizan y le otorgan significado social y cultural ha ido cambiando de acuerdo con el contexto de las sociedades, hoy se habla de crecientes formas de familia y convivencia; a pesar de estas nuevas configuraciones las familias deben mantener un orden y equilibrio interno, plasmado en normas claras de convivencias.

Calle *et. al* (2022) menciona que el uso de tecnologías de la información y comunicación se han vuelto indispensables al interior de las familias; por ello es necesario realizar alfabetización digital con todos los miembros familiares, pues la tecnología llegó para quedarse y es indispensable por ser una necesidad social y de la educación.

Existen algunas adicciones que no tienen nada que ver con ingerir sustancias tóxicas, pero sus efectos deterioran la funcionalidad cerebral, estas adicciones se convierten en enfermedades crónicas y se evidencian como respuestas emocionales disfuncionales, provocando incapacidad de controlar la conducta, deseo imperioso de consumo, dificultad de reconocer los problemas significativos en el individuo; estas adicciones tienen que ver con el uso de la tecnología por su mal e inadecuado uso y debe corregirse.

Estas nuevas adicciones están relacionadas con el uso de las tecnologías de información y comunicación, básicamente PC, Tablet, Smartphone; si bien es cierto el avance tecnológico nos trajo grandes ventajas, pero su uso inadecuado e inapropiado también da lugar a estas nuevas prácticas adictivas sin uso de sustancias tóxicas como son la ludopatía, la tecnofilia y el *phubbing* con mayor énfasis en adolescentes y jóvenes.

Ludopatía

Ramos (2006) afirma que “jugar no es malo”; considerando que el juego contribuye en el proceso de maduración a aprendizaje del ser humano; entre sus beneficios se puede destacar el hecho de enseñarnos a respetar reglas, estudiarlas habilidades del oponente, poner en práctica nuestras habilidades e ir superando cada día algunas dificultades identificadas. El problema surge cuando “en el juego interviene el azar” y estamos supeditados al logro de “una recompensa” que se vuelve obsesión y nos atrapa en la adicción, se pierde el control. Es aquí donde se define a la ludopatía como aquel trastorno para controlar nuestros impulsos y se evidencia una necesidad incontrolable hacia el juego. Flores (2022) luego de haber estudiado el comportamiento de 257 estudiantes peruanos de nivel secundaria determina que existe una relación directa entre la ludopatía y el grado de dificultad en las relaciones interpersonales en adolescentes; evidenció mayor ludopatía en varones a diferencia de las mujeres, la accesibilidad a los juegos fue a través de su celular; 9 de cada 100 estudiantes ludópatas a los videojuegos con conexión a internet presentan alto grado de dificultad en sus relaciones interpersonales. Quispe (2022) estudió a 324 adolescentes peruanos, demostrando que el 63.9% muestran adicción a los videojuegos y presenta algún nivel de disfunción familiar.

La ludopatía al convertirse en una adicción sin necesidad de usar una droga habitual, y su obsesión respecto al videojuego interfiere drásticamente en el normal desarrollo de su convivencia cotidiana, en primer orden las relaciones con sus miembros familiares se van deteriorando, se incumplen retiradamente las normas de convivencia familiar, los niveles de comunicación se deterioran. Los estudios nos demuestran que son los varones los más expuestos a este tipo de adicción.

Tecnofilia

Escobar (2020) afirma que las nuevas tecnologías de información y comunicación han manifestado nuevos tipos de afecciones o enfermedades, que a simple vista pueden parecer inofensivas, pero con el pasar de los días atrapan a sus usuarios y los sumergen en gran dependencia. A partir de ello se define a la tecnofilia como aquella adicción de querer acceder y depender de manera compulsiva al

uso de dispositivos tecnológicos generalmente computadoras, equipos informáticos y *smarthphones* de manera prioritaria.

La tecnofilia se va convirtiendo en una adicción al incurrir en un mal uso y abuso de las diversas tecnologías, los internautas han encontrado un espacio más placentero de convivencia en las redes sociales y los videos juegos que los aísla de su cotidianidad.

Escobar (2020) luego de estudiar a 202 universitarios peruanos halló que los estudiantes prefieren comunicarse a través del uso de redes sociales y para ello es indispensable acceder a dispositivos móviles, mejor si son de última gama; evidenciándose que no les importa gastar dinero para adquirir el *smarthphone*, tampoco les interesa invertir su tiempo en estar sumergidos en las redes sociales interactuando a cada minuto, el no hacerlo muchas veces causa enojo, ansiedad y alteraciones del sueño. Escobedo y Rodríguez (2021) partiendo de la definición de “tecnofilia” (tecno= tecnología y filia= afición) afición a la tecnología, identifican a sus usuarios y los denominan como “tecnófilos” y los describen como personas con gran dependencia al uso de las tecnologías como la computadora, el uso de internet, los video juegos y la telefonía móvil (*smarthphone*) en algunos casos personas con conductas obsesivas para obtener y utilizar esos aparatos tecnológicos.

La tecnofilia al ser catalogada como una adicción afecta las relaciones familiares y sociales, perjudicando el desarrollo integral del individuo, especialmente de niños y adolescentes, quienes pierden el control de sus decisiones. La exposición continua a estos aparatos tecnológicos los va volviendo seres asociales, poco comunicativos, poco expresivos, indiferentes, perdiendo paulatinamente la noción del tiempo y espacio.

Phubbing

Villanueva y Cubas (2019) afirman que el término *phubbing* surge de la unión de dos palabras: “*phone*” (teléfono) y “*snubbing*” (despreciar); describiendo el comportamiento de ignorar a otro interlocutor en un dialogo, todo por estar prestando mayor atención al uso de un *smartphone*, de esta forma se interrumpe la comunicación interpersonal. Fernández (2020) puntualiza que la era de la revolución tecnológica en estrecha relación con el fenómeno de globalización traen como efecto la masificación y accesibilidad al *smartphone* e internet, hecho que produjo el ascenso de manera exponencial de usuarios, quienes para el año 2020 son aproximadamente 3.000 millones a nivel mundialmente; siendo China, India y Estados Unidos países con mayor número de usuarios. Villanueva y Cubas (2019) afirman que el *phubbing* afecta drásticamente las relaciones interpersonales de aquellos que lo practican; reconocen que el “*phubbing*” limita la interacción “*face to face*” con el otro

interlocutor y su entorno que los rodea”; también identifican en el “*phubber*” (persona que practica *phubbing*) consecuencias psicológicas como: “déficit de atención, mala memoria, ansiedad, procrastinación y trastornos del sueño”; consecuencias físicas como: “accidentes de tránsito, alteraciones posturales (síndrome de *TextNeck*), síndrome del túnel carpiano y lesiones por esfuerzo repetitivo”; y consecuencias sociales como: “el impacto negativo en las relaciones personales e interpersonales (sentimentales y círculos amicales)”. De lo descrito surge la importancia de realizar el presente artículo de revisión bibliográfica con la finalidad de brindar información teórica para afianzar el conocimiento sobre el tema tratado, también puede ser citado en la construcción del marco teórico de investigaciones académicas similares o afines.

El “*phubbing*” afecta tanto a adolescentes, jóvenes y adultos; por ello las comunicaciones interpersonales se ven afectadas por la práctica de este hábito inadecuado, expresado cuando dos personas que vienen conversando de manera amena y de pronto uno de ellos centra su atención en algún mensaje recibido en su *smartphone* por alguna red social al cual se encuentra suscrito sea *WhatsApp*, *Facebook*, *Instagram*, etc. para responder o sencillamente poner un “*like*”, distrayéndose de la conversación y desairando al interlocutor; quien muestra actitudes de fastidio, malestar e incomodidad ante el hecho.

El ser humano es un ser social de manera innata, el acceso a las tecnologías no es malo, lo malo es hacer uso inadecuado de estas tecnologías, por tanto los seres humanos para desarrollarnos necesita interactuar con sus pares; comunicar sus ideas, expresar sus emociones, etc. todo dentro de un proceso comunicativo donde ocurre procesos de interacción y donde fluye la información basada y descrita en mensajes; pero si estos proceso comunicativos se quiebran, las relaciones de los individuos también se deterioran surgen conflictos y rupturas, conllevando al individuo a experimentar frustración y fracaso; por ello es importante identificar las causas que originan la ludopatía, la tecnofilia y el *phubbing*; como lo citan muchos autores son comportamientos inadecuados que debería evitarse; luego de acuerdo a los hechos ir planteando algunas alternativas como acciones educativas de orientación y asesoramiento en su uso adecuado, implantar normas de convivencia donde se respete el espacio y actividad sin interferencia ni quiebre de la comunicación cara a cara y otras acciones que nos permita dejar de lado este hábito inadecuado producto de un mal uso de las tecnologías de la información y comunicación.

Referencias

- Calle, S., Torres, K, y Tusa, F. (2022). *Las TICs, la enseñanza y la alfabetización digital de la familia*. Transformación, 18(1), 94-113. Epub 01 de enero de 2022.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-29552022000100094&lng=es&tlng=es
- Escobar, D. M. (2020). *Caracterización de la tecnofilia en los estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad Técnica del Norte*. [Tesis de pregrado, Universidad Técnica del Norte].
<http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/10509>
- Escobedo, G., Rodríguez, M. (2021). *La Tecnofilia: uso compulsivo de las TIC y las redes sociales*. Memorias “Problemas actuales y posibles soluciones”. Universidad Autónoma de Coahuila. México, 116-120.
<http://www.cus.uadec.mx/docs/academicos/eventos/espanol/MEMORIAS%20FORO%202021.pdf#page=117>
- Fernández R. (2020, 16 setiembre). Usuarios de teléfonos inteligentes a nivel mundial 2016-2021. Statista. <https://es.statista.com/estadisticas/636569/usuarios-de-telefonos-inteligentes-a-nivel-mundial/>
- Flores, T., (2022). *Asociación entre ludopatía por videojuegos y el grado de dificultad en las relaciones interpersonales de adolescentes escolares*. Universidad Privada Antenor Orrego.
<http://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/9020>
- Jelin, E. (2022). *Pan y afectos. La transformación de la familia*. Fondo de Cultura Económico de Argentina.
<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=ObyREAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT2&dq=la+familia+actual++2022&ots=hWX96kEwc1&sig=Ro0rzZCJ-9zcaYMT8qqoMDSIGBY#v=onepage&q=la%20familia%20actual%20%202022&f=false>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (2022). *Informe técnico Estadísticas de las Tecnologías de la Información y Comunicación en los Hogares*. <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-725-de-la-poblacion-de-6-y-mas-anos-de-edad-del-pais-accedio-a-internet-en-el-primer-trimestre-de-2022->

