

COMPARECENCIA DEL PROFESOR TITULAR DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE VALENCIA, D. MARIANO CHÓLIZ MONTAÑÉS, ANTE LA PONENCIA CONJUNTA DE ESTUDIO SOBRE LOS RIESGOS DERIVADOS DEL USO DE LA RED POR PARTE DE LOS MENORES, EL DÍA 27 DE NOVIEMBRE DE 2013.

El señor **PROFESOR TITULAR DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE VALENCIA** (Chóliz Montañés): Muchas gracias, presidente. Lo primero de todo, quiero agradecer muy sinceramente la oportunidad de estar aquí con sus señorías; para mí es un orgullo y un honor que podamos debatir sobre cosas en que estamos trabajando en el día a día. Entiendo, además, que la soberanía del pueblo reside en sus representantes, y tener la oportunidad de dialogar con ustedes para mí es una satisfacción enorme. Además tengo amistad personal con una de sus señorías; yo vivo en La Eliana, y entonces fue una casualidad cuando me llamó a la Universidad de Valencia, y como yo estaba trabajando en esto, pues satisfacción triple.

Me llamo Mariano Chóliz; soy profesor titular de universidad, estoy acreditado a catedrático, pero corren tiempos difíciles, ¿verdad?, y está la plaza que no sale. Pero ahí estamos. Mi área de investigación son las adicciones, las adicciones comportamentales, es decir, las que no tienen sustancia; y dentro de las adicciones, la adicción al juego y las adicciones tecnológicas. Y esa es el área en la que llevo trabajando varios años.

Yo había pensado en hacer una breve introducción de los riesgos que puede tener Internet, y en concreto más las redes sociales también, en menores; y después abordar dos temas que tienen que ver con lo que son las adicciones, que son la adicción a Internet y la adicción provocada por Internet, que puede ser de otro tipo. Y en cualquier momento, si al hilo de

lo que estoy hablando sus señorías quieren comentar alguna cosa, pues podemos hablarlo, como ustedes deseen.

Más que de menores voy a hablar de adolescentes, en el sentido de que es el término psicológico, si quieren, “menor” es el término jurídico; la importancia a nivel psicológico es el desarrollo evolutivo, principalmente en la adolescencia, aunque también en la última parte de la infancia, primera de la juventud, etcétera.

En principio habría dos preguntas que hacernos: por qué son tan relevantes Internet y las nuevas tecnologías en los adolescentes y por qué provocan esta alarma social. He puesto entre comillas “nuevas tecnologías” porque para los menores no son nuevas, existen de toda la vida. Ya les habrán hablado de que son nativos digitales, nosotros somos inmigrantes digitales que hemos llegado a esa tierra ignota.

De cualquier manera, eso también es un arma de doble filo, en el sentido de que se lo decimos tantas veces que ellos llegan a pensar que son unos *hackers* y son unos auténticos expertos; son unos superusuarios (ya habrán tenido la oportunidad), con los riesgos que eso tiene. Son unos usuarios extraordinarios de las tecnologías pero no las han fabricado ellos. Y ese es uno de los problemas que pueden llegar a tener en ese exceso de confianza muchas veces.

¿Por qué son tan relevantes las tecnologías para los adolescentes? Pues provocan fascinación; para ellos no hay nada mejor que les regalen una tableta, en función de la edad será una tecnología u otra, pero es el regalo estrella. Aprenden rápidamente el manejo. Todo tiene una similitud en el manejo, y el aprendizaje se generaliza. Las utilizan, las herramientas tecnológicas las aprovechan más de lo que podemos aprovecharlas los más mayores, es una forma de ocio atractiva, y principalmente lo que a nosotros nos ocupa es que son un instrumento extraordinario para favorecer las relaciones interpersonales. Puede parecer un poco paradójico porque

muchas veces se critica “están en Internet y no están en la calle”. Están en Internet y después están en la calle o no. Pero de hecho, lo que se dicen por Internet, cara a cara no se lo llegarían a decir. Es decir, de alguna manera es un modelo de relación interpersonal que es cambiante, que está cambiando y que los adolescentes lo utilizan muchísimo. Prácticamente todos los adolescentes tienen un teléfono móvil en la actualidad. Y además, ya en la actualidad, conectado a Internet, y los videojuegos es probablemente la forma de ocio más generalizada, al menos en nuestra sociedad.

Entonces, ¿por qué provocan alarma social, si las tecnologías son tan extraordinarias y para ellos tan fascinantes? Pues por varios problemas, entre ellos dos: el ciberacoso (del que en esta ponencia han tenido oportunidad de discutir varias veces) y otro, el tema de la adicción, que es en el que yo me quería centrar un poco más. Aparte de que muchas veces los adultos tienen reticencia por esas nuevas tecnologías. Cada vez menos, porque como también somos usuarios, cada vez las vamos teniendo menos, pero en principio que si el libro contra el ordenador, que si la red social y no estás en la calle, etcétera. Había, digamos, cierto recelo por estos temas, sobre todo cuando vemos que los niños son tan diestros, mucho más que los propios adultos. Entonces, eso genera una especie de alarma. Pero principalmente por los riesgos que tiene, que es el objeto de esta ponencia.

Esto lo voy a pasar un poco más rápido, pero serían los criterios del diagnóstico para un trastorno adictivo. El uso excesivo o compulsivo de las tecnologías puede llevar a tener un problema de adicción. Y en la adicción, a mí me gustaría que hicieran el parangón con lo que puede ser cualquier otra drogodependencia, pero en lugar de sustancia es el uso, en este caso de las tecnologías. Manifiestan tolerancia, es decir, cada vez necesitan utilizar más las tecnologías, se encuentran mal cuando no pueden realizarlas, digamos, o cuando se interrumpe Internet, no pueden dejar de utilizarlo

aunque lo pretendan, emplean excesivo tiempo, es decir, muestran un patrón que clínicamente es muy parecido a lo que es un trastorno adictivo.

Hablamos de menores y hablamos de adicciones en la adolescencia porque los adolescentes son especialmente vulnerables a cualquier adicción, no solamente a las tecnológicas sino a cualquier drogodependencia o a cualquier adicción, por cuestiones de desarrollo. La adolescencia es un periodo crítico para la prevención de las adicciones en este sentido. Todavía no están desarrolladas las áreas del córtex prefrontal que son responsables del control del comportamiento, de la planificación, etcétera, y eso les hace especialmente vulnerables; aparte de que ellos necesitan actividades que les activen extraordinariamente o que les provoquen mucho placer, cuando son poco resistentes a la frustración, y manejan mal sus impulsos, digamos de alguna manera (esto es una cuestión de desarrollo, todos hemos sido adolescentes). Es decir, la adolescencia es un periodo especialmente crítico para cualquier adicción. Si además estamos en que los adolescentes utilizan universalmente las tecnologías, podemos llegar a tener un problema en ese sentido de adicción a las tecnologías, iniciada en la adolescencia.

Esta sería un poco la introducción y la contextualización. Yo quería centrarme en dos tipos de problemas adictivos que están relacionados con los adolescentes y las tecnologías. En un primer lugar la adicción a Internet, y más en concreto a lo que son las redes sociales, que se reflejaría por una dependencia de la red social (hasta hace poco Tuenti, ahora Facebook) por parte de menores; y otro tipo de adicciones que son provocadas por la propia Internet. En ese caso, por el área de investigación en la que yo me encuentro, es la adicción al juego de azar. La adicción al juego es una patología grave. Y en la medida en que el juego también se hace *online*, Internet tiene una serie de aspectos que agravan, digamos, el riesgo de cualquier juego de azar. Y ahí me iba a centrar un poco.

En lo que se refiere a las adicciones tecnológicas, en la Universidad de Valencia hemos desarrollado un programa de prevención, que hemos pasado a más de 6.000 adolescentes, principalmente en la comunidad valenciana pero también en otras comunidades autónomas y también en otros países, básicamente basándonos en varios principios.

En primer lugar, que la prevención debe ser universal en el sentido de que todos los adolescentes utilizan las tecnologías; por lo tanto, debe haber en el ámbito escolar, y además ahora que ya hay especialidades de Magisterio de nuevas tecnologías, especial precaución en la prevención de este tipo de adicciones en el ámbito escolar, que además es donde los tenemos recluidos (bueno, identificados); todos los menores están escolarizados en ese sentido hasta los 16 años; entonces, debe ser universal en ese sentido.

La prevención debe ocurrir antes de que aparezca la conducta problemática, si no, ya después tenemos que ir a tratamientos. Y la información es necesaria, eso se ha visto en cualquier tipo de prevención, pero no es suficiente. Además de informar, que hay que informar, por supuesto, hay que sensibilizar y hay que enseñar a la gente qué es lo que tiene que hacer. Entonces, nosotros desarrollamos un programa de prevención que, si a alguna de sus señorías le interesa, se lo puedo hacer llegar, que nos lo va a editar TEA (TEA es una editorial de test psicológicos) y que se lo voy a presentar ahora.

No sé el tiempo que llevo. ¿Quince minutos ya? Entonces se lo voy a presentar simplemente así para que lo vean, y si a alguna de sus señorías le interesa, se lo paso con mucho gusto.

Es un programa de prevención que va en un DVD y que pretende utilizarse en el ámbito escolar, en lo que son las clases de tutorías; hay un módulo de móvil, otro de Internet y otro de videojuegos, con tres sesiones. La primera sesión es puramente informativa, en la que a los chavales se les

dice cuáles son las ventajas, ya de una manera didáctica, interaccionando con ellos: ¿qué ventajas tiene Internet? Pues las ventajas que puede tener Internet. ¿Qué inconvenientes puede llegar a tener Internet? Y después se les pasa una serie de cuestionarios (en psicología tenemos que medir), y se les enseñan actividades. Esto está pensado para el ámbito escolar, pues vamos a hacer tres tareas: ponte un horario semanal para conectarte a Internet, procura no conectarte todos los días, no conectarte más de una hora los días que te conectes; y antes de conectarte, por ejemplo, decide qué es lo que vas a hacer. Se llega a una negociación. Un ejemplo: me voy a conectar los martes de 7 a 8, los jueves de 8 a 9 y los sábados en este horario, y cada uno el horario que le convenga. Y después, a la semana siguiente, se revisa.

Si hay tiempo, se le explica lo que son los criterios de adicción a Internet, y si no hay tiempo ya se pasa a la siguiente sesión, en la que se intenta ver qué tal les ha ido el trabajo durante la semana, si recuerdan los criterios de la adicción a Internet. Y ya, para sensibilizar, utilizamos dos tipos de estrategias: o bien el humor (mediante cómics), o bien los testimonios de chavales que han tenido ese problema con adicción a Internet. Entonces, aquí tenemos un vídeo de un chaval que tenía problemas de adicción a Internet (si quieren las señorías, después lo vemos). Y se debate qué problemas ha tenido. Si queda más tiempo, se va con el humor: “querido Miguel, ¿cómo te va? Por aquí bien pero te echamos de menos; por favor, apaga el ordenador y baja a comer algo. Con cariño, tus papás”. Y a los chavales se les dice; esto se lo podemos decir, pero igual que se lo dice su maestro, igual que se lo dicen sus padres. Con el humor, digamos que de alguna manera rompemos las barreras que tienen. ¿Qué le pasa, qué le ocurre? Y los chavales debaten qué es lo que le ocurre: que se aísla de su familia por utilizar demasiado Internet, está demasiado tiempo, no puede dejar de conectarse, etcétera.

Y después, qué es lo que se puede hacer: utilizar Internet en una zona común, etcétera. Es decir, buscar estrategias que sean ellos mismos los que las propongan, porque cuando uno propone las estrategias es más fácil que después las cumplan. Hay decenas de cómics, hay varios testimonios también para que los tutores, los profesores puedan utilizarlo en la medida en que consideren.

Después habría otra sesión también igual, para reforzar, y lo mismo para móvil o videojuegos. Nosotros recomendamos que se haga una cada año: tres sesiones de Internet un año, tres de móvil otro, tres de videojuegos. Ya digo, esto lo hemos pasado a más de 6.000 adolescentes, es un programa que está acreditado por la Generalitat Valenciana como oficial para prevención de adicciones tecnológicas; es el único que hay, y que pongo a su disposición por si a alguien le interesa, por supuesto. De aquí han salido dos tesis doctorales, tenemos varios trabajos científicos; puede ser interesante. Y aparte, también hemos creado una unidad para tratamiento, que sería el libro que les he presentado.

Disculpen ustedes por la rapidez, pero quería centrarme ahora en el siguiente tema, que es el juego *online*, la adicción al juego *online*. Hemos hablado un poco de la vulnerabilidad de los adolescentes a las tecnologías, a las adicciones tecnológicas; hemos visto quizás una de las socialmente más visibles, que es el tiempo que pasan los chavales en Internet y todo el problema que eso tiene.

Pero Internet es también una herramienta extraordinariamente útil, qué voy a decir, Internet es la seña de identidad de nuestras sociedades, pero que en el caso del juego puede llegar a ser un problema. En DSM-V, que es el manual de clasificación de los trastornos psiquiátricos, en mayo de este año lo que antiguamente se llamaba ludopatía y después juego patológico se ha categorizado en el mismo paquete que las drogodependencias; ahora están drogodependencias, alcoholismo,

tabaquismo y juego como trastornos adictivos, puesto que ha habido un incremento de evidencias –leo textualmente de la APA– consistente en que el juego activa el sistema cerebral de recompensa de forma similar a como lo hacen las drogas de abuso, ya que los síntomas clínicos de los trastornos provocados por el juego son similares a los que provocan las drogas. Es decir, cuando estamos hablando del juego patológico no estamos hablando ni de un vicio ni de alguien que juega porque quiere y tal, sino de una verdadera enfermedad mental, similar en este caso a las drogodependencias.

Hay una serie de síntomas clínicos que me voy a pasar.

A modo de perspectiva social sí quería poner un par de datos. El juego, aparte de ser un problema, la adicción al juego, es una de las actividades económicas más relevantes, supone más del 2% del PIB en España en la actualidad. Esta sería la evolución de lo que los españoles nos hemos gastado en juego desde 1996 hasta 2011 en miles de millones de euros (en 2008, 32.000 millones de euros), en juegos legales (loterías, casinos, bingos, tragaperras). A partir de 2008 y por efecto directo de la crisis, fue disminuyendo la cantidad de juego que se jugaba; actualmente estaremos en 23.000 millones de euros en ese tipo de juegos.

En 2011 ocurre otro fenómeno, que es la ley de regulación del juego. Hasta 2011 el juego *online* en España era ilegal; no estaba legalizado y en ese momento todo el juego que no estaba expresamente permitido estaba prohibido. Sin embargo, se venían patrocinando equipos de fútbol (Bwin el Real Madrid, etcétera, Unibet al Valencia y tal). Era ilegal, pero, bueno... En 2011 se legaliza y esta sería la gráfica. Es decir, introduciendo, incorporando los juegos legales de azar al *online*, tendríamos que en 2011 (esto sería en el gasto: casinos, bingos, lotería nacional, esto es sorprendente, las tragaperras, las máquinas tragaperras), y el juego *online* en 2011 era sobre 3.000 millones de euros, ya, en el momento de la

aparición de la ley. En 2012 todos los juegos bajan, excepto el *online*, que sube. Y por estimaciones, porque no son datos totalmente... fiables sí son, pero no son al euro, digamos, estaríamos hablando de 5.000 millones de euros.

Además yo participo en una asociación de jugadores como asesor, en FEJAR, que es una federación nacional, y actualmente el juego *online* ya es el segundo juego en gravedad para provocar adicción al juego, solamente detrás de las tragaperras, que por supuesto son las reinas del mambo todavía, en este caso. Pero en juego *online* ya estamos hablando de que habrá 1.400.000 personas que están identificadas para jugar y se han gastado 5.000 millones de euros; es decir, 4.000 euros por persona de media al año; hay gente que puede estar perdiendo fortunas, como de hecho creo que está pasando.

¿Y por qué en una ponencia de menores esto? Pues porque arranca ya aquí. Es decir, el juego *online* es un juego que se lleva a cabo en Internet, que hay dos tipos de juegos que son especialmente atractivos, más para jóvenes; vamos a ver, los menores no pueden jugar, pero tampoco pueden beber alcohol, ¿no? De hecho, juegan. En la capacidad que tienen y con los subterfugios que tengan, pero sobre todo están aprendiendo a jugar. Porque, a mi juicio, estamos llevando una deriva a que el juego *online* se ve como una oportunidad de negocio, como efectivamente lo es para algunas personas o algunas empresas, pero tiene sus riesgos, tiene riesgos importantes. El juego *online* tiene una serie de características que estructuralmente lo hacen muy peligroso: es muy accesible, ya se puede jugar técnicamente con teléfonos móviles, se puede jugar en cualquier conexión a Internet. El premio es inmediato: esa es una de las características por las cuales las tragaperras son tan adictivas, porque el premio te lo dan inmediatamente, es atractivo. Y aprovechan todos los recursos de las nuevas tecnologías: te dan bonos de bienvenida. Esos bonos

de bienvenida, en psicología se llama “muestra de reforzamiento”, es una estrategia que se utiliza cuando una conducta es muy raro que se lleve a cabo y la tienes que reforzar antes, le tienes que dar el premio antes. Claro, aquí te dan equis euros para jugar, de otra manera nadie se pondría a jugar.

Pero sobre todo es que es un nuevo nicho de mercado: quiero decir, todos los juegos que estaban legales, digamos, anteriormente, eran principalmente personas adultas, a partir de 40 años, principalmente. La mayor parte de personas que están accediendo por primera vez al juego, y al juego *online*, son jóvenes. Aquí tenía un anuncio de Rafa Nadal jugando al póquer.

Esto es una página de *20 Minutos*, que es un periódico gratuito, de tirada, en la que esto se habla de tres veinteañeros que se han forrado por llevarse un montón de millones jugando al póquer. Esto en realidad es un anuncio; parece una noticia, pero es publicidad de una casa de apuestas. Hay un interés en promocionar el póquer *online*, y además venderlo como si fuera una forma profesional. A ver si tengo la oportunidad de que se vea... Son dos minutos y medio o una cosa así.

[VÍDEO]

El tema es cómo se está vendiendo esta actividad, ¿no? Una actividad que de hecho ha movido en España 5.000 millones de euros este año, que realmente mueve mucho dinero. Y aquí el dinero, si me permiten, ni se crea ni se destruye, solo cambia de bolsillo; quiero decir que las ganancias de todos estos chavales son fruto de las pérdidas de otros. Porque en el póquer, unos ganan y otros pierden. Yo no digo que se vaya a prohibir, pero que habrá que regular de alguna manera, porque si no después, ¿cómo hacemos prevención nosotros? ¿Y qué valores les estamos transmitiendo cuando están viendo esto?, a los chavales, me refiero.

Cuando hacemos nuestro programa de prevención como el que hemos hecho de redes sociales y decimos “el valor del esfuerzo” y tal, dicen “¿pero para qué?”. Les estamos vendiendo otra cosa.

Y algo que todavía no está, pero que sería a mi juicio bastante peligroso es una noticia relativamente reciente, de 888, que es una de las casas de apuestas más fuertes del mundo; 888 ha reconocido el potencial de los juegos sociales. Nuestra oferta de Facebook Freemium, en juego por diversión, han encontrado una importante audiencia y estamos muy entusiasmados con la oportunidad de los juegos de dinero real en Facebook; estamos trabajando codo a codo con Facebook en este lanzamiento asegurando que introducimos lo mejor de ambos mundos, de dinero real y los juegos sociales. Con lo cual, si no solamente en Internet, si se meten en Facebook, que tiene, ¿cuántos usuarios?, mil y pico millones en el mundo, pues podemos tener un problema. Aquí esto no es tan sencillo puesto que hay barreras internacionales y todas esas cosas, cada país tiene su legislación. Pero puede ser un problema.

Y por último, ya para dejarlo un poco más... Digamos que la reflexión que a mí me gustaría hacer aquí es eso, el tema de cómo vamos a prevenir a los menores la adicción al juego *online* diciéndoles lo importante que es el esfuerzo, que el dinero no es todo, en fin, cuando te vienen con historias de este otro tipo. Es muy difícil.

Y si quieren sus señorías... Esto es un anuncio muy antiguo

[VÍDEO]

Quiero decir, ¿qué valores les estamos transmitiendo? Quiero decir que es un tema que a mí como docente y como profesor, que estás viendo a los chavales y que los ves ahí, pues me preocupa.

Y de nuevo les agradezco la atención que me han prestado, y a su disposición para lo que deseen.