



# ADICCIÓ A LES NOVES TECNOLOGIES I +

## GUIA EDUCATIVA

**Autor**

**ALEX PALAU**

**PSICOLEG**

**COL. NUM. 11.527**

**Doctor!!! no levanto la cabeza,  
me río solo, no hablo con la  
gente, me hablan y no pongo  
atención... parezco un idiota...  
¿qué tengo Doctor???**

**“Un iPhone”**



# GENERALITATS SOBRE LES NOVES TECNOLOGIES

- ◆ **Fa dècades que convivim amb elles.**
- ◆ **Presenten un entorn desconegut per molts adults.**
- ◆ **Internet és la llibertat.**
- ◆ **Si no estàs a internet no EXISTEIXES.**
- ◆ **Han esdevingut imprescindibles.**
- ◆ **Estableixen nous rangs i jerarquies, que no tenen per què correspondre amb el món real.**

# CRITERIS DSM – IV

## PER ADICCIÓ

- 1. Tolerància**
- 2. Abstinència**
- 3. Es manté la conducta addictiva més del que pretenia**
- 4. Desitjos de deixar-ho però no poder**
- 5. Tot gira al voltant de la conducta addictiva**
- 6. Deixar de fer altres activitats**
- 7. Saber que és perjudicial i seguir jugant / connectat.**

període

- Expressat per 3 o més ítems en un continuat de 12 mesos.

# CONSEQÜÈNCIES FISIOLÒGIQUES

- ◆ **Sedentarisme**
- ◆ **Cansament**
- ◆ **Son**
- ◆ **Desnutrició**
- ◆ **Fatiga ocular**
- ◆ **Cefalees**
- ◆ **Problemes musculars**
- ◆ **Esgotament mental**
- ◆ **Epilèpsia**
- ◆ **Convulsions**
- ◆ **Retard en el desenvolupamen**

# CONSEQÜÈNCIES PSICOLÒGIQUES

- ◆ **Depressió, inestabilitat emocional**
- ◆ **Empobriment afectiu**
- ◆ **Agressivitat**
- ◆ **Confusió món real – imaginari**
- ◆ **Infantilisme social, immaduresa, fantasia extrema**
- ◆ **Manca d'habilitats d'afrontament**

# CONSEQÜÈNCIES PSICOSOCIALS

- ◆ **Aïllament social**
- ◆ **Conflictes familiars, escolars, laborals ...**
- ◆ **Incompliment activitats quotidianes**
- ◆ **Problemes econòmics**

# ÚS, ABÚS I DEPENDÈNCIA

## ÚS

- Cap indicati addictiu
- Utilitza NT per divertir-se,
- Comunicar-se, jugar ...
- No interfereix altres activitats i obligacions

## ABÚS

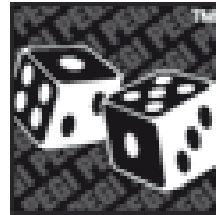
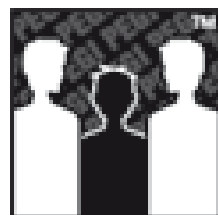
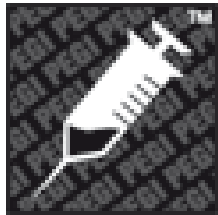
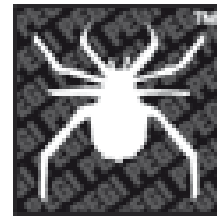
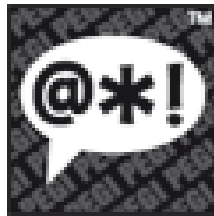
- Interferència greu en vida quotidiana
- Pèrdua d'interès per altres activitats
- Vida gira al voltant de NT
- Conflictes paterns
- Negació per part de l'adolescent
- Mentides i manipulacions

## DEPENDÈNCIA

- Es manté excessiu ús tot i conseqüències negatives
- Pèrdua del plaer, alleujament de malestar.
- Necessitat imperiosa de fer-la



# NORMES PEGI (Pan European Game Info.)



# INTERNET I XARXES SOCIALS

1. Adicció a xarxes socials.
2. Compres compulsives.
3. Joc patològic.



App Store



Google play

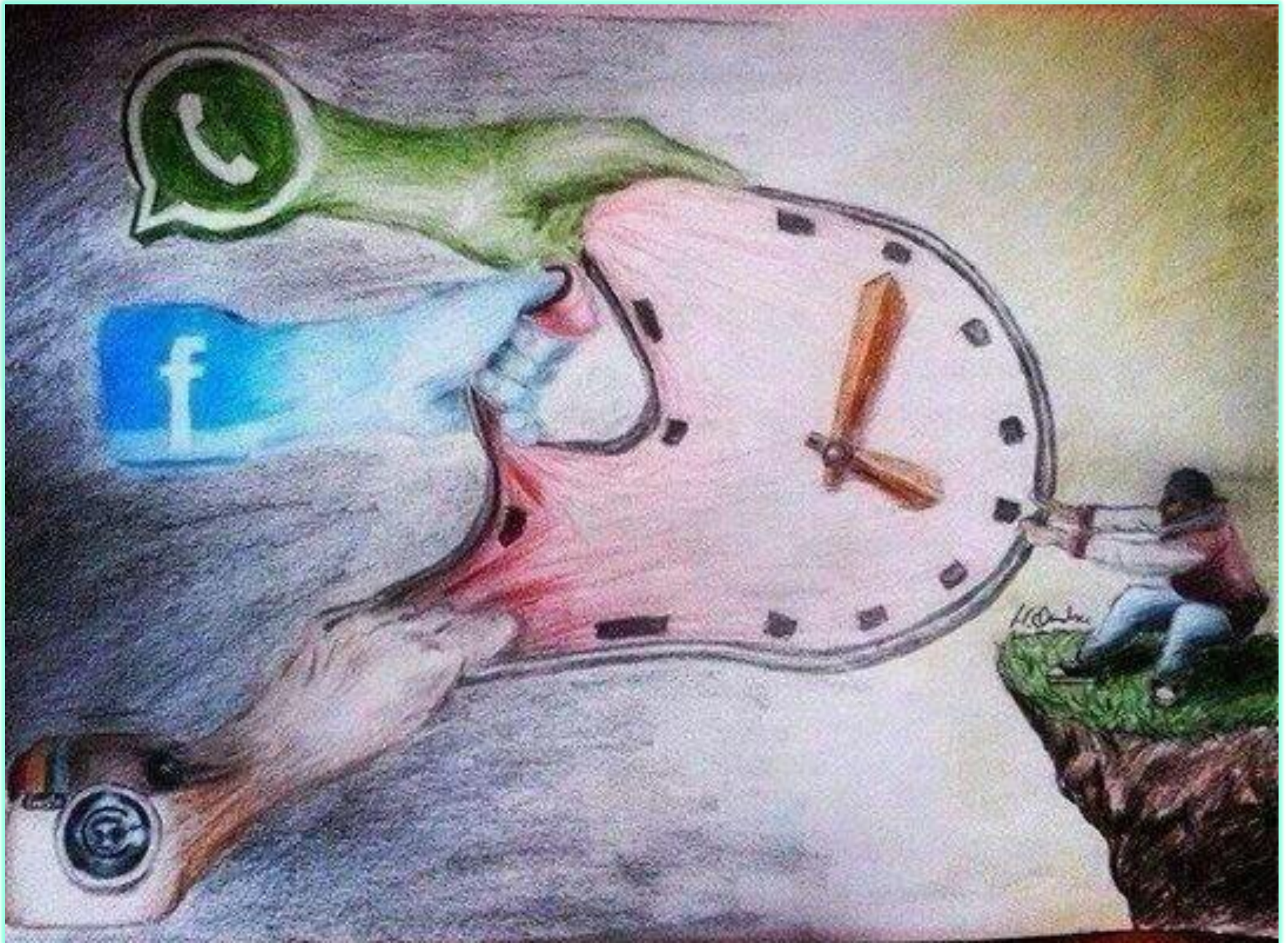


snapchat



WhatsApp





hospitalitat

QUALITAT

RESPECTE

RESPONSABILITAT

ESPIRITUALITAT

# TIPUS DE ADDICTES INTERNET

- 1. Addicte cibersexual**
- 2. Xarxes Socials**
- 3. Compulsions a la Xarxa**
- 4. Sobrecàrrega d'informació**



**2012, Diputados de l'assamblea de Madrid**



**CELIA VILLALOBOS**



**Rafa Nadal i Ronaldo**





# A MÉS DE L'ADICCIÓ...

- 1. Ciberbulling.**
- 2. Grooming.**
- 3. Sexting**
- 4. Phishing**

# SENYALS D'ALARMA

- 1. Connectar l'ordinador només arribar a casa.**
- 2. Ficar-se en Internet res més aixecar-se.**
- 3. Ser l'últim que fa abans d'anar a dormir.**
- 4. Reduir el temps per a tasques quotidianes com menjar, dormir, parlar amb la família ...**

**\* Més que el n<sup>o</sup> d'hores connectat, el determinant és el grau d'interferència en la vida quotidiana.**





hospitalitat

QUALITAT

RESPECTE

RESPONSABILITAT

ESPIRITUALITAT



# INICIATIVES



Denuncia directa y anónima  
desde tu móvil o tablet  
**¡Descargala en tu market!**

- <http://www.protegeles.com>



Sant Joan  
de Déu

The text 'Sant Joan de Déu' is written in a colorful, handwritten-style font. The letters are in various colors: 'S' is red, 'a' is green, 'n' is purple, 'J' is blue, 'o' is a smiling face, 'a' is red, 'n' is blue, 'd' is red, 'e' is green, 'D' is blue, 'é' is orange, and 'u' is blue. To the right of the text is a red circular emblem with a crown on top and a black dot pattern inside.

<http://faros.hsjdbcn.org/es/tema/consejos-uso-otros>



Les noves tecnologies de la informació i la comunicació (TIC), en les quals estan compreses, entre d'altres, l'ordinador, internet, el telèfon mòbil i les videoconsoles, han representat un gran avenç en la manera de comunicar-nos i d'informar-nos. No obstant això, també han generat noves patologies, sobretot entre els adolescents. Les unitats especialitzades en conductes addictives dels hospitals gairebé han duplicat en els darrers anys les consultes d'adolescents que, acompanyats per les seves famílies, hi acudeixen a la recerca d'ajuda per a vèncer l'ús compulsiu de les videoconsoles, o d'internet, o del messenger... Aquest llibre, escrit per dos especialistes a partir de l'experiència amb pacients adolescents addictes a les TIC, ofereix la informació necessària per a detectar els símptomes d'aquesta addicció i les claus per a saber reconduir aquest trastorn de l'adolescent.



hospitalitat

QUALITAT

RESPECTE

RESPONSABILITAT

ESPIRITUALITAT