

## LA ENFERMERA ESPECIALISTA EN SALUD MENTAL EN LA ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS.

Montero Morona, María Pilar; Zarza Belda, Virginia; Pastor Cerdán, Ana; Tordesillas Paniagua Irene  
Enfermeras Residentes de Salud Mental -Hospital Universitario Príncipe de Asturias de Alcalá de Henares.

### INTRODUCCION

La prevalencia de personas que juegan a videojuegos es cada vez mayor, pudiendo estar asociados con otros problemas como el aislamiento social, dificultad en el sueño y descanso, descontrol de impulsos, reacciones emocionales negativas o sedentarismo.

### OBJETIVOS

- Demostrar que los videojuegos tienen un impacto emocional sobre la persona.
- Valorar la posible relación de la adicción a los videojuegos con algunos diagnósticos de enfermería.
- Demostrar que la enfermera está capacitada para trabajar con personas que padecen una adicción a videojuegos.

### METODOLOGIA

Revisión bibliográfica en bases de datos (Dialnet, Medline, Pubmed y Scielo.) y libros especializados.

Palabras clave: : adicción a videojuegos, adicciones comportamentales, emoción y adicción a la tecnología

### DESARROLLO

Se propone trabajar con estos pacientes en grupo que se reunirá una vez a la semana en sesiones de 1 hora y media de duración en el que se abordaran los siguientes puntos:

- Adquisición de una rutina de sueño y descanso adecuado, a través de mindfulness y relajación como método inductor al sueño.
- Favorecer las relaciones interpersonales a través del grupo, al ser este presencial.
- Expresar las emociones, estableciendo un clima de apoyo y un espacio seguro.
- Incorporación de rutinas de ejercicio a través de paseos cada 15 días.

### CONCLUSIONES

La adicción a los videojuegos es un problema de salud pública que implica dificultades en la persona a nivel biopsicosocial. La enfermera especialista en salud mental está capacitada para trabajar en este ámbito; siendo el trabajo en grupo favorecedor de un mayor compromiso y motivación para el cambio, con menor sentimientos de culpa o rechazo al saber que están con personas con su misma problemática.

### BIBLIOGRAFIA

- Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones. Informe sobre Adicciones Comportamentales 2021: Juego con dinero, uso de videojuegos y uso compulsivo de internet en las encuestas de drogas y otras adicciones en España EDADES y ESTUDES. Madrid: Ministerio de Sanidad. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas, 2022. 82 p.
- Asociación Española de videojuegos. La industria del videojuego en España. Anuario 2021. Madrid: Asociación Española de videojuegos, 2021. 85 p
- Bonnaire C, Baptista D. internet gaming disorder in male and female Young adults: the role of alexithymia, depression, anxiety and gaming type. Rev psychiatric research. 2019; 272: 521-530.
- Jauregui P, Estevez A, Macía L, López-González H. Gambling motives: association with addictive disorders and negative and positive mood in youth. Addictive behaviors. 2020; 110: 1-8.
- Yuan G, Elhai J, Hall B. the influence of depressive symptoms and fear of missing out on servery of problematic Smartphone use and internet gaming disorder among chinese Young adults: a three-wave mediation model. Rev addictive behaviors. 2021; 112 (106648): 1-8.
- Rodríguez Rodríguez M, García Padilla F. El uso de videojuegos en adolescentes. Un problema de salud pública. Rev electrónica trimestral de enfermería. 2021; 62: 557- 574.
- Ryu H, Lee J, Choi A, Park S, Kim D, Choi J. the relationship between impulsivity and internet gaming disorder in Young adults: Mediating Effects of interpersonal relationships and depression. International journal of environmental research and public health. 2018; 15 (458): 1-11.