

“Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres”  
“Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia”

## **MINSA: LA PANDEMIA POR LA COVID-19 HA INCREMENTADO LA ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS EN NIÑOS Y ADOLESCENTES**

*Pasan más horas delante de la computadora o el celular y usan las consolas con mayor frecuencia que antes.*



Desde el inicio de la pandemia por la COVID-19, se ha podido apreciar el aumento de la adicción a los videojuegos en niños, adolescentes y jóvenes, debido al encierro y la falta de interacción con otras personas de su misma edad, advirtieron especialistas del Hospital Víctor Larco Herrera (HVLH), del Ministerio de Salud (Minsa).

En este sentido, la médica psiquiatra del HVLH, Julissa Castro, resaltó que en estos grupos etarios se ha incrementado la interacción con la tecnología digital, ya sea por estudios o entretenimiento y esto puede perjudicar otros ámbitos de la vida de una persona.

“Los menores de edad están horas delante de la computadora, tablet o celular, pero además su modo de diversión también está cambiando por estas vías digitales. También para jugar utilizan las consolas de Nintendo Wii, Nintendo Switch, PlayStation, con mayor frecuencia que antes de la pandemia”, destacó Castro.

Se debe estar alerta ante situaciones de dependencia mayor que pueda ocasionarles problemas posturales, falta de horas de sueño, trastornos alimenticios por no querer ‘desconectarse’ para almorzar o cenar, abandono de actividades vitales, como alimentarse o dormir, así como problemas de conducta.



"Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres"  
"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

"Si no desea entrar a las clases o hacer las tareas por preferir jugar, incluso si se orina en su sitio porque prioriza seguir jugando antes que ir al baño, estos son casos de mayor gravedad que indican que se debe recibir ayuda profesional", anotó la especialista.

Sostuvo que los profesionales de la salud mental atienden cada vez más niños y adolescentes con estos problemas de adicción que, aunque no se tienen cifras oficiales donde se mencione sobre el incremento de las horas de juego virtual o de exposición a las pantallas digitales, las plataformas demuestran que hay un aumento general de los jugadores en línea.

Es importante analizar los videojuegos que están usando los jóvenes en su día a día. "En cada hogar son diferentes y los padres deben estar atentos porque la mayoría de estos juegos electrónicos forma parte de la manera de socializar de los hijos. En muchos casos, los niños de 8 años aproximadamente juegan Roblox, donde los usuarios interactúan entre sí. Entonces, no solo se divierten, sino que se están integrando socialmente", puntualizó.

Sugirió que cada familia establezca un tiempo de juego no mayor a tres horas, de preferencia durante el fin de semana para que complemente las actividades del colegio. El juego también debe comprender una interacción con sus compañeros de clase o personas conocidas para evitar riesgos. En esa línea, los padres deben identificar quiénes son los amigos de sus hijos y mostrar interés en ellos, será una gran oportunidad para conocerlos.

Cabe destacar que la Academia Americana de Pediatría hace referencia que desde los 3 hasta los 12 años, lo adecuado sería que el uso de los videojuegos sea entre 1 a 2 horas al día y preferiblemente en los fines de semana. Castro recomienda que de lunes a viernes no haya videojuegos, pero que los fines de semana sería variable dependiendo de la edad y del tiempo libre que tenga el niño y el adolescente.

Magdalena del Mar, 13 de marzo de 2021

**Hospital Víctor Larco Herrera**  
**Oficina de Comunicaciones**