

## **Professionals i experts analitzen els riscos i les oportunitats de l'entorn digital en la infància i l'adolescència i les seves repercussions en la clínica.**

El passat 22 de novembre es va celebrar, al Col·legi Oficial de Metges de Barcelona, la jornada titulada "Més enllà del cel o l'infern de les pantalles: una mirada a la complexitat", organitzada per la Fundació Congrés Català de Salut Mental, com a Jornada prèvia al 7è Congrés Català de Salut Mental de la Infància i l'Adolescència "Transicions, exclusions i soledats: desafiament i respostes", previst per l'octubre de 2020.

La jornada es va estructurar a partir de dues taules debat, una més centrada en l'etapa infantil i la segona en l'adolescència i finalment una tercera taula més de caràcter informatiu sobre el diagnòstic de situació i perspectives des de l'administració.

La primera taula, "La pantalla: cap a una nova quotidianitat en la clínica infantil", va comptar amb la participació de dos convidades.

Núria Tomás, va tractar el canvi que ha suposat l'arribada de les tecnologies tant a nivell individual com col·lectiu. S'interrogà sobre com poden influir en la manera d'aprendre, vincular-se i comunicar-se de l'infant, per exemple quin efecte poden tenir les noves tecnologies en el desenvolupament de les capacitats empàtiques i d'introspecció. També ens va parlar de la mirada a través de les pantalles i tot el que això representa en un moment en què el púber està caminant pel seu desenvolupament emocional. També va reflexionar sobre la mirada dels pares, nascuts en molts casos a l'era preinternet, i trobant-se davant el repte de la criança quan, a vegades, els fills tenen més coneixements de les xarxes que ells mateixos. Així mateix, va destacar la seva experiència amb grups de pares preocupats per l'ús de les pantalles en els seus fills, assenyalant que les intervencions grupals constitueixen una eina important d'ajuda a ambdós. Sembla obvi, en aquest sentit, que ha d'existir una supervisió parental que reguli el contacte dels nens petits amb les pantalles i n'eviti una sobreexposició tan innecessària com perjudicial. Finalment, també va valorar els canvis que suposa en els professionals, en la mesura que, tant la història clínica com les psicoteràpies no poden quedar al marge d'aquestes noves realitats. Va concloure que ens falta perspectiva o distància temporal per a calibrar un fenomen que ens està afectant a tots de manera massiva i continuada.

Per la seva part, Lara Vaimberg, des de la seva experiència al projecte FOCUS (Grups Terapèutics mediats amb videojocs), va analitzar la irrupció de les pantalles, concretament dels videojocs, en la seva vessant clínica, lúdica, d'aprenentatge i com a eina de socialització en el dia a dia dels nens. De fet, nens i joves, a través de l'ús dels videojocs posen en qüestió la separació entre món virtual i físic, i mostren la pluralitat diversa d'activitats lúdiques que s'agrupen sota el terme genèric de "videojoc", destacant el valor de conèixer i entendre els diferents tipus de jocs i diferents gestions del joc que fan els nens. Es planteja, de nou, la necessitat d'acompanyar-los en aquest tipus d'activitat que ocupa una gran part del seu temps i diferents espais de la seva quotidianitat.

Un joc en el que queden molt sols i que pot generar por i ansietats tant als propis nens com a les seves famílies. Finalment, va plantejar el valor i les possibilitats que ens donen els videojocs a nivell tècnic, tant a nivell diagnòstic com en la intervenció. A modus d'exemple, no és el mateix que un infant jugui a jocs que premien la destrucció que la construcció, tampoc que es jugui *online* o individualment; també és útil valorar si són jocs per cercar plaer de manera impulsiva o requereixen de construccions que s'allarguen en el temps. Aquests, entre d'altres són els

diferents elements d'anàlisi de tot l'entramat que envolta al videojocs, extremadament útils pels clínics en la seva tasca d'acompanyament i intervenció.

A la segona taula, "Més enllà de l'impacte de l'entorn digital: propostes d'actuació", Jordi Bernabeu va fer una àmplia revisió del tema en l'etapa de l'adolescència i de com ha evolucionat el fenomen al llarg dels anys, així com la creixent preocupació de pares i mares per l'impacte de l'entorn digital en els joves. Va desenvolupar una possible classificació dels problemes habituals detectats en salut mental per situar i entendre millor la casuística que ens trobem (conductuals, de relació, introversió, sobreexposició del jo) i la progressiva digitalització dels ritus de pas de la generació Z al món adult (identitat digital, xarxes socials, *mobile first*, nous hàbits de consum online, etc.). Es van proposar interessants reflexions (smartphone: pròtesi o apèndix digital?), propostes i perspectives per una intervenció des de l'acompanyament de nens i joves: calen adults que acompanyin, necessitat de normes i regulacions clares, aspectes a treballar i com treballar la sobreutilització fomentant una visió crítica (ús de les dades que facilitem, riscos en la privacitat, buits legals, etc.

Manuel Armayones, va fer una revisió de com ha evolucionat l'entorn digital i les competències necessàries per donar-hi resposta, així com de l'ús de les aplicacions en l'àmbit de la salut. Va parlar de la figura del Chief Behavioral Officer, cada cop més present a les grans companyies digitals (Amazon, Netflix, Facebook, etc.) per analitzar el comportament d'usuaris i clients i aplicar dissenys de tecnologia persuasiva eficaç (basant-se, p.ex., en el model de Fogg) per captar-ne l'atenció (disseny atractiu, fàcil usabilitat, ús gamificació, funcionament algorítmic basat en perfil d'interessos de l'usuari, *retargeting*, etc.). Va proposar, per últim, per a desactivar l'efecte d'aquests mecanismes i com a estratègia de vacunació psicoeducativa, poder mostrar i informar els adolescents de l'existència d'aquestes estratègies de màrqueting i manipulació dissenyades per a promoure patrons addictius i de consum.

Finalment, a la tercera taula, va intervenir Susanna Puigcorbé, en representació de Mireia Ambròs. Va presentar unes dades preliminars del diagnòstic de situació que disposa el departament de salut a partir de dades assistencials i d'unes primeres propostes d'intervenció a la xarxa pública a partir d'uns grups focals. Propostes provisionals en les que encara s'hi està treballant.

La Jornada va tenir molt bon nivell de convocatòria, va comptar amb més de 200 participants, el debat va ser molt participatiu i va ser valorat de forma molt positiva. Des de la Fundació CCSM i el Comitè Organitzador del 7è Congrés Català de Salut Mental de la Infància i l'Adolescència, vam assumir el compromís de seguir treballant en l'anàlisi i desenvolupament dels diferents temes tractats.