

Jugar no sempre és inofensiu

Dra. Núria Aragay Vicente

Psicòloga adjunta de la Unitat d'Atenció al Joc Patològic i altres Addiccions no Tòxiques del Consorci Sanitari de Terrassa

L'ús d'internet i les tecnologies de la informació i la comunicació (TICs) engloben un ampli ventall de conductes, entre les quals s'inclou jugar a videojocs en línia, navegar per internet, accedir a les xarxes socials, comprar, jugar a jocs d'atzar i fer apostes, etc. Totes elles són conductes normals, molt utilitzades per la població general, sobretot com a oci i entreteniment, però que no estan exemptes de possibles efectes adversos. Actualment encara ens manquen resultats concloents sobre la naturalesa addictiva d'algunes d'aquestes conductes, i sobre la definició, els criteris diagnòstics i les pautes d'intervenció per a cada cas.

D'entre les aplicacions que internet ofereix, l'ús de videojocs en línia ha generat una gran preocupació, per l'elevat ús que en fan els joves i adolescents i per les repercussions que pot provocar en l'àmbit personal, social, acadèmic i ocupacional de les persones que ho pateixen i del seu entorn (Lee, et al 2017). Els videojocs més utilitzats, els anomenats *massively multiplayer online role-playing games* (MMORPG), són jocs interactius, amb una gran riquesa de gràfics i que es juguen en línia. Creen un entorn de gran realisme, generant una sensació d'immersió i desconexió total, que serveixen per "evadir-se" de la realitat. El fet que siguin interactius i que es jugui en grup, potencien també la sensació de connexió social i de pertinença al grup d'iguals.

L'objectiu principal d'aquests tipus de jocs consisteix en la realització de batalles o la consecució de diferents objectius (crear poblats, defensar territoris, etc.), per tant, el jugador, a través de la seva dedicació i esforç, així com del seu treball en equip (amb altres jugadors) se sent, útil i realitzat perquè és reconegut socialment dins de la comunitat del joc. Durant el joc, el jugador va creant i millorant el seu propi personatge ("avatar"), per tant, el joc crea un entorn on la persona "és algú", on a més a més, pot ser com ell vulgui ("jo-ideal") i créixer, desenvolupar-se i avançar o millorar. En l'entorn del joc, els "èxits" assolits pels personatges dels videojocs són molt valorats i reconeguts per la comunitat del joc, mentre que els "fracassos" són fàcilment oblidables, tot el contrari del que és la vida real.

Per totes aquestes característiques és fàcil d'entendre per què els adolescents hi dediquen tantes hores i ho prefereixen abans que estudiar, treballar, ajudar a casa o afrontar el difícil món de les relacions socials i sexuals. Però el mercat del videojoc ha crescut i ha canviat molt en els últims anys (per a més informació, vegeu <http://www.aevi.org.es/web/wp->

Actualment hi ha disponibles una gran varietat de videojocs gratuïts que, darrere d'entorns d'elevada qualitat gràfica i camuflats sota el nom de jocs d'estratègia, ofereixen la possibilitat de jugar a jocs sense massa fil argumental i on el paper del jugador consisteix únicament a crear un personatge i anar adquirint elements (cartes, armes, material divers, altres personatges, etc.) per millorar el personatge i enfrontar-se a altres personatges cada vegada de major nivell. En aquest tipus de jocs no es requereix cap habilitat concreta, únicament que dediquis molt de temps a jugar. El progrés del joc es basa en el fet que el personatge adquireixi determinats elements. Pel simple fet de jugar, guanyen punts ("gemas") que serveixen per adquirir elements per millorar el personatge. A més a més, si no tens la possibilitat de dedicar prou temps, sempre pots pagar per adquirir aquests elements. El que no aconseguis amb temps ho pots aconseguir més ràpidament si hi inverteixes diners. Per tant, tot i que aparentment són gratuïts ("free-to-play"), inicialment et permeten jugar sense haver de pagar, però només podràs jugar fins a un determinat punt o amb una sèrie de personatges i elements. Un cop han aconseguit despertar l'interès del jugador, ofereixen la possibilitat de disposar "d'ampliacions", "passes de temporada", "personatges addicionals" o adquisició de determinats elements que complementen els personatges pagant amb diners reals o utilitzant monedes virtuals, obtingudes a través del joc ("pay-to-win") o "microtransacció"). A més a més, durant el joc també incorporen unes caixes sorpresa ("loot boxes") que donen la possibilitat d'aconseguir personatges, armes, etc. Aquestes "loot boxes" funcionen com "premis" que ofereixen, de manera aleatòria i independentment del rendiment del jugador. Que et toqui un premi de més o menys valor dins les caixes, també depèn de l'atzar i no del rendiment del jugador en el joc.

Durant els últims anys, havíem posat el focus en què un ús excessiu i una freqüència elevada d'aquests videojocs, així com un contingut inadequat a l'edat del jugador podia ser factors de risc per desenvolupar problemes associats a l'ús de videojocs, però recentment, a causa dels canvis que el mercat ha experimentat, s'està posant en relleu que els nous videojocs presenten nous riscos i problemes associats al seu ús, com és el potencial que tenen de facilitar l'accés dels joves a altres formes de jocs, com són els jocs d'atzar. (Sussman, C J., Harper J M., Stahl, J L., Weigle, P. (2018). Internet and video game addictions. *Diagnosis, epidemiology and neurobiology. Child adolescent Psychiatric clin N Am* 27: 307-326.; Satoko Mihara BA, Susumu Higuchi, MD (2018?). Cross-sectional and longitudinal epidemiological studies of internet gaming disorder. A systematic review of the literatura).

Totes aquestes noves característiques que han incorporat es basen en estratègies molt conegudes, de programes de reforç operant i intermitent, utilitzades per a dissenyar jocs d'atzar i per tant recorden i simulen jocs com les màquines escurabutxaques, on el jugador inverteix una quantitat de diners per aconseguir un premi de major valor, però on el resultat (guanyar o perdre) depèn únicament de l'atzar (Mark D. Griffiths & Filip Nuyens, 2017).

Totes aquestes característiques fan que els videojocs siguin atractius, que despertin un gran interès per jugar i dificulten el fet de poder parar de jugar, i s'ha vist que contribueixen i faciliten l'adquisició, el desenvolupament i el manteniment dels problemes amb l'ús dels videojocs, però a més a més, les similituds amb els jocs d'atzar no són innocus, sinó que afavoreixen que el jugador s'habitui a jugar a jocs d'atzar, de manera que augmenta el risc que els joves i adolescents consumidors de videojocs, siguin potencials jugadors de jocs d'apostes quan siguin adults.

És important que els joves i adolescents, siguin conscients de tots aquests aspectes i característiques, per tal que tinguin una visió crítica que els ajudarà a poder jugar sense patir els problemes que podrien comportar. Cal que tots els agents implicats en el mercat del Videojoc, treballin per tal que, sense perdre atractiu es pugui reduir el potencial addictiu que presenten.