

Cómo prevenir las adicciones en niños y adolescentes: Charla de FamiliaE con el psicólogo Santiago Romero Lerma

En respuesta a la creciente preocupación sobre las adicciones en niños y adolescentes, FamiliaE organizó una charla el pasado 26 de enero en Civivox Iturrama. El evento contó con la participación del psicólogo sanitario Santiago Romero Lerma, quien abordó de manera integral y perspicaz las diversas facetas de este tema de plena actualidad.

Santiago Romero Lerma, psicólogo sanitario que ejerce como profesional en el centro PsicoSalud Pamplona Dr. Ramírez, se dirigió a una treintena de asistentes, principalmente padres, para arrojar luz sobre las adicciones que afectan a niños y adolescentes en la sociedad actual.

El psicólogo destacó que la proliferación de adicciones relacionadas con la pornografía, los móviles, las redes sociales, los juegos de azar y las drogas comparten aspectos comunes. Las carencias psicoafectivas y las heridas personales, según Romero Lerma, crean un caldo de cultivo propicio para el desarrollo de estos problemas.

En su presentación, Romero Lerma enfatizó la importancia de la labor de los padres en la prevención de las adicciones. Subrayó que dedicar tiempo de calidad, prestar atención y amar a los hijos son elementos esenciales para fortalecer los lazos familiares y prevenir la inclinación hacia las adicciones.

Asimismo, se abordaron cuestiones específicas, como el uso excesivo de redes sociales y móviles, donde se reveló que las personas pasan un promedio de dos horas diarias conectadas, siendo TikTok la red líder. Se alertó sobre signos de dependencia, como la incapacidad de estar más de tres horas sin mirar el móvil o conectarse a una red social.

En relación con los juegos de azar, se señaló que la facilidad de acceso y la existencia de aplicaciones que imitan la experiencia de juego contribuyen a su popularidad, mientras que en el campo de la pornografía, se destacó que los primeros contactos se producen alrededor de los nueve años y que los casos de adicción empiezan con 14 y 15 años en chicos y chicas respectivamente; también que la pornografía genera graves trastornos en las posteriores relaciones de pareja, pues se crea una imagen distorsionada de la realidad.

El evento concluyó resaltando la importancia de buscar ayuda profesional cuando sea necesario, subrayando la necesidad de abordar los problemas de manera que genere cambios profundos y duraderos en la personalidad o la forma de pensar del paciente.

Para más información sobre futuros eventos y recursos relacionados con la prevención de adicciones en niños y adolescentes, se anima a la comunidad a ponerse en contacto con FamiliaE.