

## Per què és tan addictiu el Fortnite? Hem parlat amb una experta i això és el que ens ha explicat



Tot i no fer ni un any que es va estrenar, el Fortnite s'ha convertit en un fenomen de masses. Aquest videojoc d'Epic Games, en què el jugador lluita per sobreviure enmig d'un escenari apocalíptic, aplega més de 100 milions de seguidors arreu del món, segons les últimes dades d'aquest juliol.

La magnitud del seu èxit es va fer evident el passat maig, quan el torneig organitzat pel **Rubius va batre el rècord mundial de visites en directe a Youtube**: 1 milió de persones van seguir l'esdeveniment minut a minut.

Des de llavors que les alertes dels experts sobre els perills del Fortnite no han parat de créixer. I és que hi ha menors, com el cas de la nena britànica de 9 anys conegut recentment, que han hagut de ser ingressats per culpa de l'addicció al videojoc de moda.

V?deo: [https://www.youtube.com/watch?v=fQkos0\\_NwV0](https://www.youtube.com/watch?v=fQkos0_NwV0)

### Per què és tan addictiu?

Ania Pérez, psicologia general sanitària a l'Hospital Joan de Déu (<https://www.sjdhospitalbarcelona.org/en>) i experta en addiccions a les tecnologies, explica a Adolescents.cat que hi **ha tres factors clau que atrapen el jugador**. El primer és la complexitat del Fortnite: és un videojoc llarg que requereix hores per tal de superar els reptes que planteja.

El segon és el seu component social: el jugador pot compartir la seva actuació amb altres persones i interactuar amb ells. I el tercer són les recompenses: quan l'usuari guanya obté comentaris positius o estímuls en forma de llums i danses que assenyalen la seva victòria. Cada cop que el jugador rep una d'aquestes recompenses, el cervell allibera una dosi de dopamina, l'"hormona de la felicitat", i això li genera una sensació de benestar de la qual no es vol desfer, igual que passa amb els "likes" a les xarxes socials.

```
[playbuzz] (function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=i d;js.src='https://embed.playbuzz.com/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script', 'playbuzz-sdk'));
```

[/playbuzz]

El Fortnite, doncs, **està dissenyat per enganxar**. Ara bé, jugar-hi i dedicar-hi més de dues hores a la setmana no converteix automàticament la persona en addicta. Ania Pérez detalla que no hi ha un nombre d'hores concret per "diferenciar" els usuaris que tenen una addicció i els que no. L'aspecte que més es té en compte quan es diagnostiquen aquests tipus de casos no és el temps, sinó com afecta el joc en el dia a dia del pacient.

### Quan es converteix en una addicció?

**Els símptomes** que presenten les persones addictes al Fortnite, o videojocs similars, acostumen a ser la pèrdua de control -els costa molt parar de jugar i quan es veuen obligats a fer-ho, pensen contínuament en el videojoc-; la "tolerància" al joc - cada cop necessiten aconseguir més reptes-; i la irritabilitat - canvis d'humor sobtats quan deixen de jugar-. Així ho assegura Ania Pérez, que fa més de dos anys que tracta pacients amb aquest tipus d'addiccions.

En aquest sentit, la psicòloga precisa que **hi ha dos "perfils" de persones addictes**: els rebels i els reclosos. Els que formen part del primer grup, juguen "per una motivació més aviat lúdica" i a part del videojoc, tenen altres hobbies i interessos. Els segons, en canvi, fan servir el videojoc com un "refugi": solen quedar-se a cada la major part del dia, no es relacionen i acostumen a patir ansietat i fins i tot depressió.

Així doncs, a l'hora de tractar cada pacient no només es té present el seu grau d'addicció, sinó també les característiques de personalitat, l'entorn familiar i les conseqüències del joc -manca de concentració, descens en les notes, etc.- Això sí **en la gran majoria de tractaments mai s'obliga els pacients a abandonar les tecnologies al 100%**. "No té sentit, l'ordinador i el mòbil no desapareixeran i no els hi pots prohibir. A més, no només els utilitzen per jugar, sinó també per comunicar-se o fer treballs de classe", puntualitza la psicòloga.

```
[playbuzz] (function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=i d;js.src='https://embed.playbuzz.com/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script', 'playbuzz-sdk'));
```

[/playbuzz]

### L'addicció als videojocs, una problemàtica creixent

El fenomen del Fortnite ha fet que l'addicció als videojocs es convertís en un tema recurrent als mitjans de comunicació. Ara bé, aquesta problemàtica existeix des de fa temps. **Des del 2008 que les consultes referents a aquesta afectació no han parat de créixer** a l'Hospital Sant Joan de Déu. "A la nostra unitat ja suposen els 50% dels casos", revela Ania Pérez, que assenyalava que el grup més vulnerable són els adolescents.

De fet, aquest juny l'**Organització Mundial de la Salut** <http://www.who.int/es> ha reconegut **l'addicció als videojocs com una malaltia mental**. Vladimir Poznyak, responsable del Departament de Salut Mental i Abús de Substàncies de l'OMS, assenyalava les conseqüències negatives per a la salut que pot tenir l'ús excessiu i descontrolat dels videojocs, el qual pot acabar provocant altres trastorns a les persones afectades.

