**ADDICIÓ A LES XARXES SOCIALS? PARTICIPACIÓ DEL CENTRE SPOTT EN EL PROGRAMA ADOLESCENTS XL DE CATALUNYA RÀDIO**

El passat 5 d’octubre, Gemma García, psicòloga i responsable del programa d'addicció a les pantalles del centre SPOTT de la Diputació de Barcelona, va participar en el programa Adolescents XL de Catalunya Ràdio, conjuntament amb Jaume Claramunt, metge referent del programa de trastorns addictius de joves del Parc Sanitari Sant Joan de Déu, i Abel Gálvez professor del centre de Recursos Pedagògics de Terrassa, per parlar sobre l'addicció a les xarxes socials.

Partint de l’èxit de la pel·lícula documental “The social Dilema”, on es destapa que l’algoritme d’aquestes xarxes socials va ser dissenyat expressament perquè ens quedem enganxats al mòbil a partir de la tecnologia persuasiva, en la taula rodona es planteja el dilema de les xarxes, manipulació o estratègia?

Es parla sobre els possibles perills de les xarxes socials i dels efectes en la salut mental dels usuaris, de què entenem per addicció a les pantalles, de quins són els criteris diagnòstics, de la necessitat de diferència entre l’ús problemàtic i l’addicció a les pantalles, de la major vulnerabilitat dels adolescents, de les recomanacions en relació amb l’ús adequat a les pantalles en relació amb l’edat i el contingut, de la importància d’incloure a la família en el tractament, dels objectius i duració del mateix i de com integrar les pantalles en l’aula com a eina de desenvolupament.

Es va incidir en la importància de l’educació per tal de restablir l’ús adaptatiu de l’entorn digital en els adolescents per a que aquest sigui una oportunitat en el seu desenvolupament i en la priorització de la detecció precoç i de la intervenció primerenca per part de recursos especialitzats.

“Les pantalles han vingut per quedar-se i cal donar-li la consideració que tenen com a instruments del nostre dia a dia i no fer-les objectiu de la nostra vida.”

<https://www.ccma.cat/catradio/alacarta/adolescents-xl/el-dilema-de-les-xarxes-manipulacio-o-estrategia/audio/1080612/>

