



En el marco del I Congreso Mundial de la World Association of Dual Disorders (WADD) y el V Congreso Internacional de la Sociedad Española de Patología Dual (SEPD), que se celebra del 23 al 26 de marzo

## **La adicción al juego es entre dos y cuatro veces más frecuente en jóvenes de 12 y 17 años que en adultos**

- El que padece una adicción comportamental -juego patológico, compras compulsivas, adicción a Internet, a las pantallas de dispositivos...- tiene una vulnerabilidad individual y sufre patología dual (coexistencia de un trastorno adictivo y otro trastorno mental), siendo lo más frecuente otra afectación psicopatológica como trastornos afectivos y/o de ansiedad, síntomas obsesivos compulsivos y trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH)
- El juego patológico es una de las adicciones comportamentales más frecuentes y la única comportamental hasta ahora incluida en la clasificación de adicciones junto a las de sustancias; entre el 10-14% de los jóvenes con adicción al juego tienen un riesgo añadido de desarrollar esta adicción en la vida adulta
- Asimismo, la compra compulsiva es otra de las adicciones comportamentales más frecuentes, que se estima tiene una prevalencia de entre el 5,8 y el 8%, y suele asociarse a trastornos depresivos y baja autoestima
- La adicción al trabajo es otra adicción comportamental que, en este caso, suele ser más aceptada y justificada socialmente y que el “laboradicto tiende a negar”

**Madrid, 24 de marzo de 2017.-** Las llamadas “adicciones comportamentales” son una serie de trastornos mentales vinculados a actividades humanas, a menudo placenteras, y que no están relacionadas con la ingesta de sustancias químicas. Para padecer una adicción de este tipo -juego patológico, compras compulsivas, adicción a Internet o a las pantallas de dispositivos- debe existir una vulnerabilidad individual, dándose la patología dual (coexistencia de un trastorno adictivo y otro trastorno mental), siendo lo más frecuente otra afectación psicopatológica especialmente en forma de trastornos afectivos y/o de ansiedad, síntomas obsesivos compulsivos y trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH).

En este sentido, “el juego patológico, que es la única adicción comportamental hasta la fecha incluida en la clasificación de adicciones por las evidencias neurocientíficas que permiten equipararla a cualquier otra adicción a sustancia, es entre dos y cuatro veces más frecuente en jóvenes de entre 12 y 17 años que en adultos, con un riesgo añadido en esos adolescentes del 10-14% de desarrollar una adicción al juego en la vida adulta”, explica el **Dr. Ignacio Basurte, miembro de la Junta Directiva de la Sociedad Española de Patología Dual (SEPD)**, en el marco del I Congreso Mundial de la World Association of Dual Disorders (WADD) y el V Congreso Internacional de la SEPD, que se celebra en Madrid durante los días **23 al 26 de marzo.**



*“La persona adicta muestra una dependencia psicológica de la conducta de la que es adicto pensando continuamente en ella, perdiendo interés por otras actividades que antes eran gratificantes, y comenzando a tener graves problemas en la vida cotidiana”,* afirma el **Dr. Enrique Echeburúa. Catedrático de Psicología Clínica de la Universidad del País Vasco (España).**

Sin embargo, según los especialistas, la prevalencia del uso problemático de Internet en adolescentes es más difícil de determinar que la del juego patológico. El principal problema de las adicciones comportamentales, a diferencia de las adicciones a sustancias, es que el componente objeto de las mismas puede formar parte necesaria de la vida diaria y del trabajo de las personas, como el caso de la adicción a Internet, siendo difícil distinguir entre ese uso y una verdadera adicción.

*El juego patológico, que es una de las adicciones comportamentales más frecuentes, se caracteriza, según el Dr. Basurte, por “el impulso persistente y progresivo en intensidad y urgencia consumiendo cada vez más tiempo, energía y recursos emocionales y materiales de la persona, repercutiendo, inevitablemente, en su calidad de vida”. Asimismo, la compra compulsiva es otra de las más frecuentes, según este experto, que se estima tiene una prevalencia de entre el 5,8 y el 8%, y suele asociarse a trastornos depresivos y baja autoestima.*

La adicción al trabajo es otra adicción comportamental que, en este caso, suele ser más aceptada y justificada socialmente, según los expertos, y que el *“laboradicto tiende a negar”*. *“Esta adicción comprende a aquellos trabajadores que, de forma gradual, pierden estabilidad emocional y se convierten en adictos al control y al poder, en un intento por lograr el éxito o la aceptación de sus jefes. Afecta en su mayor parte a profesionales varones de entre 35 y 50 años, profesionales liberales y mandos intermedio, en los cuales la adicción al trabajo suele cobijar problemas afectivos y personalidades específicas como la anancástica y narcisista”,* resalta el Dr. Basurte.

### **Redes sociales y pérdida de control**

Las adicciones asociadas a la necesidad de estar conectados a Internet incluyen todas sus modalidades, desde juegos en línea, pornoadicción hasta redes sociales. Pero, *“una cosa es el mal uso de las redes y otra la adicción”,* puntualiza el Dr. Echeburúa, a la vez que añade que hay adicción cuando el uso de las redes sociales supone una pérdida de control, una absorción a nivel mental y hay una interferencia grave en la vida cotidiana (a nivel escolar, familiar o social) de la persona afectada. *“Más que el número de horas conectado a la red, lo determinante es el grado de interferencia en la vida cotidiana”,* continúa.

Según este especialista, *“el abuso de las redes sociales virtuales puede facilitar el aislamiento, el bajo rendimiento, el desinterés por otros temas, los trastornos de conducta y el quebranto económico (los videojuegos), así como el sedentarismo y la obesidad”*. Estas personas buscan, tal y como apunta el doctor, *“ser visibles ante los demás, reafirmar la identidad ante el grupo. La persona muestra un ansia por las redes sociales y se produce un flujo de transrealidad que recuerda a la experiencia de las drogas”*.

*“Existe también un riesgo a crear una identidad ficticia, potenciada por un factor de autoengaño. Se facilita la confusión entre lo íntimo, lo privado y lo público y se fomentan conductas histriónicas y narcisistas, cuando no deformadoras de la realidad”,* afirma. Las principales señales de alarma que denotan la conversión de una “afición” en una adicción son:



1. Privarse de sueño (<5 horas) para estar conectado a la red, a la que se dedica unos tiempos de conexión anormalmente altos.
2. Descuidar otras actividades importantes, como el contacto con la familia, las relaciones sociales, el estudio o el cuidado de la salud.
3. Recibir quejas en relación con el uso de la red de alguien cercano, como los padres o los hermanos.
4. Pensar en la red constantemente, incluso cuando no se está conectado a ella y sentirse irritado excesivamente cuando la conexión falla o resulta muy lenta.
5. Intentar limitar el tiempo de conexión, pero sin conseguirlo, y perder la noción del tiempo.
6. Mentir sobre el tiempo real que se está conectado.
7. Aislarse socialmente, mostrarse irritable y bajar el rendimiento en los estudios.
8. Sentir una euforia y activación anómalas cuando se está delante del ordenador.

### **Educación y tratamiento**

Los especialistas recomiendan en el ámbito de la infancia que los adultos elaboraren junto con los niños un horario en los que clasificar las distintas tareas a realizar, limitar el tiempo de conexión (unas 1,5 horas diarias, con excepciones los fines de semana) y revisar los contenidos, lo que resulta más sencillo cuando se ubican los ordenadores en lugares comunes (el salón de la casa, por ejemplo). En Europa ya se han creado centros para tratar este tipo de adicciones y cada vez es mayor la conciencia social y política desde la perspectiva de un problema de salud, según el Dr. Basurte.

En el ámbito de las adicciones a sustancias (tabaquismo, alcoholismo, dependencia a opiáceos, etc.) la meta terapéutica utilizada suele ser la abstinencia total respecto a la sustancia. *“Sin embargo, en el tratamiento de las adicciones comportamentales resulta implanteable, con la excepción del juego patológico. Se trata de conductas descontroladas, pero que resultan necesarias en la vida cotidiana, como ocurre en el caso de conectarse a Internet, de hablar por el móvil, etc. El objetivo terapéutico debe centrarse, por tanto, en el reaprendizaje del control de la conducta”*, dice el Dr. Echeburúa.

A este respecto, según este experto, *“a medida que avanza el tratamiento, el control de estímulos tiende a hacerse menos estricto, pero la persona debe seguir unas reglas de conducta determinadas. Más a largo plazo, conviene solucionar los problemas específicos (ansiedad, depresión, problemas de pareja, etc.) e introducir cambios en el estilo de vida, de modo que la persona sea capaz de obtener otras fuentes de gratificación alternativas al mundo virtual”*.

Para más información: <http://www.icdd-congress.com/>

Y puedes seguirnos en **@dualdisorders** y **@SEPD\_es** y a través del hashtag del evento: **#ICDD2017**

### **Sobre la SEPD**

La Sociedad Española de Patología Dual (SEPD), líder a nivel internacional en este campo, es una sociedad científico-médica sin ánimo de lucro constituida en el año 2005 e integrada en la actualidad



por más de 2.000 profesionales multidisciplinares que desarrollan su labor en el ámbito clínico, docente y/o investigador de lo que ya denominamos Patología Dual.

El objetivo de esta Sociedad es el de promover programas de I+D+i en esta área, y formar, difundir y concienciar sobre la problemática de la patología dual entre los profesionales, la administración pública y la sociedad en general.



**Para acreditarse como prensa en el Congreso contactar con:**

**Gabinete de Prensa  
Berbés Asociados**

Irene Fernández/ Clara Compañé / Paula Delgado  
Telf 91 563 23 00

[irenefernandez@berbes.com](mailto:irenefernandez@berbes.com) / [claracompañé@berbes.com](mailto:claracompañé@berbes.com) / [pauladelgado@berbes.com](mailto:pauladelgado@berbes.com)  
+34 661 67 82 83/ +34 697 55 99 61 / +34 678 88 96 12



@Berbes\_Asoc