

Instituto Deusto de Drogodependencias

# ¿Existen las adicciones sin sustancias?





¿Existen las adicciones  
sin sustancias?



Instituto Deusto de Drogodependencias

# ¿Existen las adicciones sin sustancias?

Edición a cargo de  
M.<sup>a</sup> Teresa Laespada y Ana Estevez

2013  
Universidad de Deusto  
Bilbao

Serie Drogodependencias, vol. 29

### **Comité de Redacción**

María Teresa Laespada Martínez.  
Elisabete Aróstegui Santamaría.  
Pablo Gómez de Maintenant de Cabo.  
Ioseba Iraurgi Castillo.  
Iñaki Markez Alonso.  
José Javier Meana Martínez.

### **Comité Asesor Científico**

Luis Felipe Callado Hernando.  
Domingo Comas.  
Nieves Corcuera Bilbao.  
Fernando Fantova Azcoaga.  
Ane Miren Gabilondo Urkijo.  
Juan Manuel González de Audikana de la Hera.  
José Félix Marcos Frías.  
Eusebio Megías Valenzuela.  
Jesús Antonio Pérez de Arrospide.  
María Purificación Pinilla Tejero.  
Federico Ruiz de Hilla Luengas.  
Javier Ruiz Fernández.

**Página web del IDD:** [www.idd.deusto.es](http://www.idd.deusto.es)

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Ilustración de portada: © LIT Images

© Los directores de la edición  
© Los autores de sus respectivos textos  
© Publicaciones de la Universidad de Deusto  
Apartado 1 - 48080 Bilbao  
e-mail: [publicaciones@deusto.es](mailto:publicaciones@deusto.es)

ISBN: 978-84-15759-28-7  
Depósito legal: BI - 130-2014

Impreso en España/Printed in Spain

# Índice

<b>Lista de autores</b> .....	9
<b>Presentación</b> .....	11
<b>Introducción</b> .....	13
<b>Capítulo 1.</b> Internet: ¿adicción o no adicción?, por <i>H. Matute</i> .....	19
<b>Capítulo 2.</b> La importancia de los factores cognitivos en la adicción al juego, por <i>F.J. Labrador</i> .....	39
<b>Capítulo 3.</b> Juego en adolescentes: nuevas formas, mismas consecuencias, por <i>A. Estevez</i> .....	53
<b>Capítulo 4.</b> De la adicción a Internet al trastorno del juego en Internet, por <i>X. Carbonell</i> .....	73
<b>Capítulo 5.</b> Adicciones con y sin sustancia: paralelismo, por <i>A. Oliva, L. Antolín-Suárez, P. Ramos, L. Jiménez, A. Jiménez-Iglesias, M.C. Moreno y M.V. Hidalgo</i> .....	87
<b>Capítulo 6.</b> Nuevas tecnologías: desde la adicción hasta la rehabilitación, por <i>S. Jiménez-Murcia, R. Granero, N. Aymami, M. Gómez-Peña, L. Moragas, A. del Pino-Gutiérrez, J.J. Santamaría, J.M. Menchón, F. Fernández-Aranda</i> .....	101

<b>Capítulo 7.</b> Oportunidades, retos y uso sin abuso de Internet, smartphones y videojuegos, por <i>J. Flores</i> . . . . .	117
<b>Capítulo 8.</b> Adicción al amor, por <i>C. Sirvent</i> . . . . .	127

## Lista de autores

### **Helena Matute Greño**

Catedrática de Psicología Experimental, Departamento de Fundamentos y Métodos de la Psicología, Facultad de Psicología y Educación, Universidad de Deusto, Bilbao.

### **Francisco Labrador Encinas**

Catedrático de Modificación de Conducta y Director del máster de Psicología Clínica de la Facultad de Psicología de la Universidad Complutense de Madrid.

### **Ana Estevez Gutiérrez**

Doctora en Psicología. Profesora del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos de la Universidad de Deusto, Bilbao.

### **Xavier Carbonell Sánchez**

Doctor en Psicología, Vicedecano de Postgrado e Investigación y profesor titular de la Universidad Ramon Llull - FPCEE Blanquera.

### **Alfredo Oliva Delgado**

Doctor en Psicología y Profesor Titular del Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Sevilla.

### **Lucía Antolín-Suárez**

Doctora en Psicología y Profesora Ayudante Doctora del Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Sevilla.

**Pilar Ramos Valverde**

Doctora en Psicología y Profesora Contratada Doctora del Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Sevilla.

**Lucía Jiménez García**

Doctora en Psicología y Profesora Contratada Doctora del Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Sevilla.

**Antonia Jiménez-Iglesias**

Doctora en Psicología y Profesora del Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Sevilla.

**M.<sup>a</sup> Carmen Moreno Rodríguez**

Doctora en Psicología y Catedrática del Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Sevilla.

**M.<sup>a</sup> Victoria Hidalgo García**

Doctora en Psicología y Profesora Titular del Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Sevilla.

**Susana Jiménez-Murcia**

Doctora en Psicología, Especialista en Psicóloga Clínica, y Coordinadora de la Unidad de Juego Patológico del Servicio de Psiquiatría del Hospital de Bellvitge, IDIBELL y CIBEROBN, Barcelona.

**Jorge Flores Fernández**

Fundador y Director de PantallasAmigas.

**Carlos Sirvent Ruiz**

Médico psiquiatra. Fundador y Director de la Fundación Instituto Spiral.

# Presentación

Hace exactamente 25 años, pasados ya los primeros años de la transición española, fue cuando un grupo de profesionales del ámbito clínico comenzaba a dar las primeras señales de aviso de la presencia creciente y notable de personas que se acercaban a la atención sanitaria demandando ayuda por abuso y dependencia a sustancias entonces nada convencionales en la sociedad española. Fueron los y las profesionales de la medicina, especialmente la psiquiatría quienes se enfrentaron en primer lugar.

La falta de información y evidencia científica sobre cuestiones, algunas de ellas muy elementales hoy en día, dieron lugar a intervenciones iniciales bien intencionadas pero de escasa eficacia clínica y con criterios y disparidad clínica.

Pero la conjunción de intereses y el trabajo en red entre la comunidad científica y la práctica clínica, así como la presencia creciente de otros profesionales vinculados a la educación, psicología, sociología, criminología y algunas otras disciplinas, dieron lugar al desarrollo de todo un marco conceptual y teórico sobre la intervención en drogodependencias del que nos alimentamos y construimos sobre ello hoy en día.

Parto de esta reflexión, porque hace 25 años la confluencia de preocupaciones e intereses de distintos profesores de la Universidad de Deusto, de profesionales de la red pública sanitaria vasca y de las organizaciones no gubernamentales posibilitó la creación del Instituto Deusto de Drogodependencias (IDD) que ha dedicado todos estos años a indagar, estudiar, investigar y crear foros donde debatir ideas, opiniones y crear ciencia para mejorar la intervención en el área de las drogo-

dependencias. Desde entonces, hemos preparado profesionalmente a unos cuantos cientos de personas que actualmente están ejerciendo su profesión y destreza por muchas partes del mundo.

Sin temor y sin prejuicios el IDD ha ido abordando cuestiones espinosas y de complicado afrontamiento en momentos históricos concretos que años más tarde quizás se incorporaban con cierta normalidad en el elenco de tratamientos o intervenciones a desarrollar en drogodependencias. Hemos afrontado debates con el ánimo de ayudar a construir pensamiento científico y evidencia científica para que la intervención profesional, se haga desde la disciplina que se haga, cuente con herramientas suficientes para tener garantía de éxito en el quehacer diario. Debo señalar que este abordaje ha ido siempre realizado con serenidad, esa que la Academia impone para dar tiempo a que aquello que parece oportuno, novedoso o útil acumule datos suficientes para mostrarlo, procurando no caer en tendencias falaces o argumentos carentes de justificación.

Por ello, toda esta línea de trabajo ha estado marcada siempre por dos líneas que hemos procurado no traspasar nunca; la primera se refiere, lógicamente a una cuestión ética, todo lo dicho, debatido y enseñado parte del más escrupuloso respeto a los Derechos Humanos, a la Igualdad de derechos y responde al respeto y la solidaridad hacia quienes han corrido peor suerte. Y, la segunda se refiere a la necesidad de guardar criterios científicos; de debatir y enseñar aquello que tenga soporte tras la investigación contratada o tenga evidencia científica y práctica contrastada. Es decir, sólo lo que la comunidad científica y el reconocimiento profesional establecen como intervenciones válidas son aquellas que hemos mostrado y debatido con rigor y seriedad.

Precisamente desde este punto de partida, este libro aborda las adicciones sin sustancia, comportamentales o conductuales. De ahí la interrogación de su título. Más allá de ser retadores hacia el lector para estimular su lectura, se trata, más bien, de mostrar que no existe acuerdo sobre si existe o no conductas adictivas más allá de las drogas, con la única excepción reconocida por el juego patológico.

*María Teresa Laespada*  
Instituto Deusto de Drogodependencias-  
Universidad de Deusto  
Bilbao, diciembre 2013

# Introducción

Adicciones sin sustancia, adicciones comportamentales, adicciones conductuales... existe toda una terminología aún sin concretar que quiere referirse a la presencia creciente de desajustes compulsivos de la conducta y que sin mediar sustancias adictivas, están siendo clasificadas como conductas adictivas.

Tradicionalmente nos hemos sujeto a la terminología dependencia para referirnos a la conducta compulsiva y desajustada en la que la ingestión de una sustancia causaba un deterioro o malestar clínicamente significativo en los sujetos. Sin embargo, con el transcurrir de los años y desde la clínica práctica se comenzaron a tratar y diagnosticar conductas que, sin sustancia de por medio, tenían la capacidad de producir dependencia y acarreaman todas las características que las dependencias con sustancias tenían.

El debate se abría entonces, entre quienes consideran que tales conductas aun cuando pudieran ser disruptivas y/o compulsivas no debían clasificarse como adictivas y quienes, por el contrario, aventuraban que aunque no existiera sustancia adictiva la conducta se manifiesta de forma muy similar a las dependencias tóxicas luego tales conductas debían ser consideradas adictivas.

Así, en los últimos años han ido surgiendo corrientes científicas que avalan una línea y la contraria. Se están llevando a cabo multitud de proyectos de investigación desde las dos líneas teórico-argumentales y mientras las revistas científicas en adicciones comienzan a publicar con cierta profusión resultados de investigaciones que avalan ambas alternativas, parece que cuaja con mayor facilidad la tendencia a considerar que puede existir conducta adictiva o compulsiva, sin sustancias. Pero,

curiosamente, desde las estructuras más estrictas y científicamente más avaladas para el reconocimiento de tales conductas como adictivas, no acaban de reconocerlas como tales, nos referimos a los manuales diagnósticos DSM-V, su anterior el IV-TR o el CIE-10.

Únicamente la ludopatía ha sido reconocida y avalada como conducta adictiva, si bien como trastorno del control de los impulsos. Pero ello ha permitido abrir toda una línea de trabajo clínico perfectamente reconocido sobre este trastorno adictivo.

Tal es así, que en varias investigaciones y encuestas que llevamos a cabo nosotros, el IDD, en el municipio de Vitoria-Gasteiz trabajamos en la elaboración de estadísticas y prevalencias del juego patológico para esa ciudad. En el año 2012 por vez primera, la encuesta Euskadi y Drogas también recoge cifras de juego y sitúa la prevalencia de jugadores excesivos en 0,3 % de la CAPV, es decir, algo más de 4.000 personas.

Esta misma encuesta se aventura a medir el abuso de internet y para ello toma el test de adicción de Orman para cifrar el uso problemático de internet en 1,6 % de la población vasca, cifra evidentemente muy reducida si tenemos en cuenta que la penetración de internet en la población vasca superará ya el 70 % de los hogares vascos.

Es innegable que vivimos tiempos de cambio. Vivimos tiempos exponenciales donde todo parece multiplicarse por el altavoz de los medios de comunicación y conductas disruptivas llevadas a cabo por colectivos muy reducidos pueden verse en el escenario de lo social como si de pandemias se tratase por el efecto multiplicador que produce una noticia muchas veces repetida.

Manuel Castells con la clarividencia que le caracteriza publicaba un artículo en la Vanguardia titulándolo «Internetfobia» y hacia una alegoría a las dificultades que en algunos colectivos existen para aceptar los cambios y las transformaciones sociales, situando ya Internet como si de la electricidad se tratase.

Es innegable también que vivimos tiempos donde toda conducta puede ser susceptible de ser patologizada por su morbosidad y extendida falsamente a colectivos donde quizás, sólo hacen un uso abusivo, pero uso al fin y al cabo.

Pero tampoco puede cerrarse los ojos a la evidencia. Cada vez con mayor profusión se presentan conductas compulsivas que acarrear un importante malestar a la persona o su entorno y que requieren de atención clínica oportuna. ¿Son adicciones?, ¿son trastornos de control de los impulsos?, no hay nada definitivo. La controversia está presente en los círculos científicos y académicos y los manuales diagnósticos no acaban de recogerlos como tales.

Y mientras la comunidad científica no se ponga de acuerdo sobre cómo tratar estos desajustes de la conducta, el escenario se abre para que todo se transforme en adicción y se banalice en exceso. Así se mezclan cuestiones que sí son recogidas y reconocidas como las ludopatías con otras de más dudosa clasificación como adicciones como las adicciones al sexo, a las dependencias emocionales, a las compras, al trabajo, a internet, a la vigorexia.... Y un sinfín de posibilidades pueden abrirse a ser considerados trastornos adictivos.

Es necesario que vayamos arrojando luz sobre comportamientos que desde las distintas ópticas profesionales exigen respuestas, desde la educación, el tratamiento clínico, la sociedad, los medios de comunicación y eso es lo que intentamos realizar en esta publicación.

Hemos solicitado a investigadores y profesionales de reconocido prestigio en esta materia para que muestren desde la evidencia científica y/o la práctica clínica las teorías que sustentan, hipótesis de trabajo o pareceres ajustados a su experiencia clínica.

No pretendemos cerrar el debate, ni mucho menos. Pretendemos acercar el debate en sus justos términos a la comunidad de profesionales que trabajan con personas y que en el quehacer diario deben enfrentarnos un día y otro a decisiones delicadas, de tal modo que puedan hacerlo a la luz de información contrastada.

Pretendemos dar herramientas para la reflexión y discursos coherentes desde la evidencia científica y desde la academia con largo recorrido para que mientras las líneas de debate sigan abiertas, se pueda trabajar con los mejores conocimientos posibles, con las mejores herramientas de las que disponemos en la actualidad.

Por ello a lo largo de este texto se exponen datos y reflexiones que ayudan a situarse frente a las nuevas adicciones y conocer más en profundidad los nuevos retos que se presentan.

En el primer capítulo, Helena Matute bajo el sugerente título, adicción o no adicción, esa es la cuestión, plantea las dificultades de calificar la existencia de adicción a Internet, a pesar de que se esté hablando de ello de forma profusa. Por ello, su sugerencia pasa por considerar terminología más precisa como «uso patológico de Internet» o «uso problemático» o «abuso de Internet», por considerarlos más neutros y que a partir de ahí la ciencia podrá avanzar, ya que no se presupone ninguna causa o explicación y se deja más abierto al debate. También sugiere la necesidad de tipologizar a los sujetos objeto de esta conducta en tres grandes grupos y centrarse en aquellos que manifiestan una conducta problemática sólo con internet y eliminando otras cuestiones.

En segundo lugar, Francisco Labrador aborda las razones para que las personas sigan jugando a pesar de la reiterada experiencia de daño económico, familiar, social, laboral, etc. Tal y como se describe en este capítulo se hace un recorrido por los diferentes factores que pueden intervenir en el desarrollo y mantenimiento de la conducta de juego patológico. Uno de los aspectos que más resultados ha obtenido han sido la presencia de sesgos o distorsiones cognitivas que llevan a pensar que se puede ganar en el juego. Sin embargo, estos sesgos no son exclusivos de los jugadores. Las personas sin problemas de juego también presentarían sesgos cognitivos, incluso en elevados porcentajes, aunque eso sí menores que los jugadores. Como consecuencia, en el tratamiento debería incluirse una intervención dirigida a modificar las distorsiones de los jugadores, en especial las más relevantes.

En tercer lugar, Ana Estévez se centra en analizar el juego entre adolescentes. Las nuevas tecnologías, especialmente internet, permiten configurar nuevos tipos de juego patológico que la población adolescente es especialmente vulnerable. Estévez presenta los resultados de una investigación llevada a cabo en una muestra amplia de adolescentes y jóvenes. Entre sus conclusiones sostiene que el juego ocasiona graves consecuencias en quienes lo sufren. Alerta sobre los nuevos escenarios de juego cuya disponibilidad y anonimato podrían incrementar, sobre todo en chicos adolescentes, conductas problemáticas de juego que dieran lugar durante la edad adulta ayudasen a desarrollar juego patológico.

En cuarto lugar, Xabier Carbonell realiza una reflexión sobre las consideraciones para la inclusión y no inclusión en el DSM V de las adicciones sin sustancia. El juego patológico deja el apartado de los trastornos de control de los impulsos y pasa a incluirse en los trastornos relacionados con sustancias y trastornos adictivos. Las adicciones tecnológicas requieren estudios posteriores y en algunas adicciones como la adicción al sexo o a las compras muestran poca evidencia para su consideración como trastornos mentales. Es una reflexión en la que se analizan especialmente los denominados MMORPG que se trata de videojuegos que permiten a miles de jugadores introducirse en un mundo virtual de forma simultánea a través de Internet e interactuar entre ellos. Este tipo de juegos virtuales no tienen apuesta y son diferentes a los anteriores juegos ya que entre otras cosas, se juegan en grupo y algunos estudios muestran buena adaptación de quienes los utilizan.

En quinto lugar, Alfredo Oliva, estudia en su capítulo el paralelismo entre las adicciones sin sustancia y las adicciones con sustancia. Por ello, estudia los componentes de los trastornos adictivos tales como la falta de control y la dependencia en las adicciones sin sustancia. Los re-