



🏠 > VIVIR

SALUD

¿Qué son las **adicciones** comportamentales y por qué se ceban con la adolescencia?



Ampliar

Los adolescentes muestran una mayor tendencia a llevar a cabo conductas impulsivas y de riesgo, incluyendo las conductas adictivas. **SHUTTERSTOCK / CHUBAROVA IRYNA**

GEMMA MESTRE-BACH UNIR - UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DE LA RIOJA

Publicado el 19/12/2022 a las 07:51

Hace ya más de 15 años, numerosos expertos empezaron a sugerir que algunas conductas, como el juego o el uso de videojuegos, parecían ser **adictivas**. Algunas personas que llevaban a cabo dichas conductas de manera excesiva presentaban síntomas similares a los experimentados por aquellas personas con **adicción** a sustancias (**alcohol**, **cannabis**, etc.), por lo que se empezó a proponer la existencia de las llamadas "**adicciones** comportamentales".

A día de hoy, los grandes manuales diagnósticos de los trastornos mentales (la [Clasificación Internacional de Enfermedades](#) y el [Manual de la Asociación Americana de Psiquiatría](#)) solamente han reconocido como **adicción** comportamental al trastorno de juego.

Tanto el trastorno por videojuegos, como el trastorno de compra compulsiva y el trastorno de la conducta sexual compulsiva han sido aceptados como trastornos mentales, pero por el momento no se consideran **adicciones**, a pesar de que cada vez existe una [mayor evidencia empírica](#) que da soporte a sus características adictivas.

ADOLESCENCIA: TERRENO ABONADO

La adolescencia es una etapa del desarrollo **extremadamente compleja** caracterizada, entre otros múltiples aspectos, por cambios tanto a nivel biológico, como psicológico y conductual. Entre estos cambios destacan la maduración física, la formación de la identidad y el incremento de la responsabilidad, el interés por las interacciones sociales y la [conducta exploratoria](#).

Para entender si esta etapa vital está asociada a una mayor vulnerabilidad a desarrollar **adicciones comportamentales**, los expertos han planteado distintos modelos teóricos especialmente centrados en el desarrollo cerebral de los adolescentes.

ÚLTIMAS NOTICIAS

- 1 ¿Qué son las **adicciones** comportamentales y por qué se ceban con la adolescencia?
- 2 Osteoporosis: qué debemos comer para prevenirla
- 3 La lucha continúa
- 4 Poesía y la atención hospitalaria
- 5 Las luces de Navidad

que el sistema de recompensa esta muy activado y desarrollado.

En otras palabras, los adolescentes exhiben una mayor impulsividad y una elevada tendencia a buscar recompensas inmediatas, en vez de presentar conductas orientadas a objetivos a más largo plazo. Los adolescentes, por lo tanto, muestran una [mayor tendencia a llevar a cabo conductas impulsivas y de riesgo](#), incluyendo las [conductas adictivas](#).

FACTORES DE RIESGO

Si conseguimos saber por qué algunos adolescentes son más vulnerables que otros a desarrollar estas patologías específicas y, por lo tanto, podemos detectar un perfil de adolescente con mayor riesgo, resultará más sencillo diseñar planes de prevención, detección y tratamiento focalizados especialmente en estos adolescentes.

En el caso del [trastorno de juego](#), ser chico y de menor edad, así como presentar distorsiones cognitivas y déficits en la regulación emocional, depresión o una elevada frecuencia de uso de [tabaco](#), [alcohol](#) y otras sustancias son factores que predicen un mayor riesgo de acabar desarrollando el trastorno.

Entre los factores de riesgo para que un adolescente desarrolle [trastorno por videojuegos](#) se han destacado, entre otros, [aspectos familiares](#). Por ejemplo, aquellos adolescentes que tienen una relación de menor calidad o disruptiva con su familia, o que han sido víctimas de hechos traumáticos dentro del contexto familiar presentan un mayor riesgo a utilizar los videojuegos como una estrategia de afrontamiento desadaptativa y, consecuentemente, presentan una mayor probabilidad de acabar desarrollando una [adicción](#).

Es decir, los videojuegos serían utilizados por el adolescente como una “herramienta” que le permite aliviarse de emociones negativas intensas (en este caso, en el contexto familiar) que no sabe cómo regular de una manera más adaptativa. Asimismo, [otros factores de riesgo](#) serían ser chico, reportar elevados niveles de impulsividad y soledad, así como la presencia de problemas de conducta.

En el caso del [trastorno de compra compulsiva](#), se ha descrito la impulsividad asociada a emociones negativas como uno de los factores de riesgo principales, así como el ser chica.

También se ha sugerido que aquellos adolescentes que refieren mayores emociones negativas y elevados niveles de impulsividad presentarían un mayor riesgo de acabar desarrollando [uso problemático de pornografía](#) en comparación con aquellos que no.

Sin embargo, se requieren más estudios en estas [adicciones](#) para llegar a conclusiones sólidas.

VULNERABLES E IMPULSIVOS

A pesar de que se requiere mucha más investigación, parece que los adolescentes son una población especialmente vulnerable a desarrollar [adicciones comportamentales](#). Se encuentran en una etapa de desarrollo emocional, psicológico, físico y mental que les hace presentar elevados niveles de impulsividad.

La impulsividad y las dificultades en la regulación emocional (propias de la adolescencia) son unos de los factores de riesgo más comúnmente identificado en estas patologías, por lo que debe tenerse en cuenta a la hora de desarrollar planes de prevención, evaluación y tratamiento de [adicciones](#) en población adolescente.

[Gemma Mestre-Bach](#), Investigadora postdoctoral, doctora en Medicina e Investigación Traslacional, [UNIR - Universidad Internacional de La Rioja](#)

Este artículo fue publicado originalmente en [The Conversation](#). Lea el [original](#).

ETIQUETAS: | [Salud](#)

CONTENIDO PATROCINADO

por Taboola



Las nuevas propuestas fiscales que podrían afectar a tu bolsillo

Vozpopuli



Unidades limitadas de BMW seminuevos electrificados

BMW

Haz clic aquí

Estrena coche sin esperas

Nissan

Haz clic aquí



¿Cómo empezar a ahorrar con la energía solar?

Habitissimo

Ver oferta

Los casas prefabricadas que no se han vendido están a precio de ganga

prefabricated-homes-92011.com



Se buscan 500 probadores para un audífono innovador invisible

Prueba gratuita audífono



Buscamos 500 personas para probar gratis un audífono innovador...

OyeClaro



Faldas cortas de moda para mujeres (Buscar ahora).

Faldas | Buscar anuncios



Deja "tendría" y "podría" en 2022, empieza a hablar un nuevo idioma con...

Babbel

COMENTARIOS

Te recomendamos que antes de comentar, leas las [normas de participación](#) de Diario de Navarra

Ver comentarios



VOLVER ARRIBA

NAVARRA

Pamplona y Comarca

Tudela y Ribera

Tierra Estella

Tafalla y Zona Media

Sangüesa y Merindad

Zona Norte

Educación y Familia

DN Management

DN Inmo

OCIO

Agenda de ocio

Gente y famosos

Cultura

ACTUALIDAD

Nacional

Internacional

Economía

VIVIR

Tecnología

Ciencia

Vida sana y bienestar

DN Vivir Seguros

DEPORTES

Fútbol

Osasuna

Balonmano

Baloncesto

Pelota

DN Running

Fútbol Sala

Ciclismo

Deportes de motor

Tenis

Más deporte

SAN FERMÍN

PODCAST DN

OPINION

Cartas al director

Participación

SELECCIÓN DN



Diario de Navarra, una empresa perteneciente a Grupo La Información



Otras webs del grupo:

[Mundo DN](#) | [Definde](#) | [Clasificados](#) | [Brandok](#)

[Aviso legal](#) | [Código ético](#) | [Política de privacidad](#) | [Política de cookies](#) | [Mi cuenta](#)

© DIARIO DE NAVARRA.

Queda prohibida toda reproducción sin permiso escrito de la empresa a los efectos del artículo 32.1, párrafo segundo, de la Ley de Propiedad Intelectual

[Configuración de privacidad](#)