

NOTA DE PRENSA

Las adicciones digitales se solapan: juegos de azar, redes sociales o compras compulsivas comparten mecanismos comunes

- La Universidad Internacional de La Rioja (UNIR) participa en un estudio publicado en *American Journal of Psychiatry*, una de las revistas más importantes del mundo en psiquiatría, que examina la convergencia entre adicciones comportamentales en el entorno online.
- La investigación revela que estas adicciones comparten mecanismos subyacentes comunes, como el refuerzo positivo y negativo de los comportamientos, las motivaciones compulsivas y los hábitos arraigados, así como la falta de autocontrol.
- Estas adicciones suelen coexistir con otros problemas psiquiátricos, como la ansiedad y la depresión.
- El reciente informe del Plan Nacional sobre Drogas revela que el 20,5% de los adolescentes podría presentar un uso problemático de internet y un 4% podría presentar trastorno de juego.

Logroño/Madrid, 19 de febrero de 2024.-

Un estudio publicado en la prestigiosa revista *American Journal of Psychiatry* destaca la creciente convergencia entre diferentes adicciones conductuales en entornos en línea. La tecnología puede exacerbar estas adicciones y difuminar los límites entre problemáticas, como en el caso de los juegos de azar y los videojuegos, o el uso problemático de las redes sociales y las compras compulsivas, complicando su identificación y tratamiento.

Gemma Mestre-Bach, investigadora principal del Grupo de Investigación en Adicciones Comportamentales de la **Universidad Internacional de La Rioja** (UNIR) ha participado en este estudio, que analiza el estado actual del conocimiento sobre estas adicciones y las mejores estrategias para su tratamiento.

La revista científica *American Journal of Psychiatry* (AJP) se sitúa entre el 2% de las mejores publicaciones en el índice científico JCR y es una de las publicaciones más prestigiosas y reconocidas a nivel mundial en el campo de la psiquiatría. Es la revista oficial de la Asociación Americana de Psiquiatría (APA), la organización de psiquiatría más grande e influyente del mundo.

La investigación se enfoca en cinco adicciones principales: trastorno por juego de azar, trastorno por juego en Internet, trastorno por comportamiento sexual compulsivo, trastorno por compras compulsivas y uso problemático de redes sociales, a fin de conocer las mejores estrategias para su tratamiento.

El estudio muestra que estas adicciones tienen mecanismos comunes, como el refuerzo positivo y negativo de ciertos comportamientos, la compulsión y los hábitos arraigados, así como la falta de autocontrol. No obstante, cada adicción tiene características clínicas únicas, con diferentes niveles de prevalencia, síntomas y otros trastornos asociados, lo que dificulta su tratamiento.

Impacto sobre la salud mental de los más jóvenes

Las adicciones comportamentales, como el juego de azar, el uso problemático de internet, la compra compulsiva y el uso problemático de pornografía tienen un impacto notable sobre la salud mental.

En España, el reciente informe del Plan Nacional sobre Drogas revela que el 20,5% de los adolescentes podría presentar un uso problemático de internet y un 4% podría presentar trastorno de juego, destacando la urgencia de desarrollar estrategias de intervención más efectivas.

El estudio en que participa UNIR muestra que estas adicciones comparten mecanismos neurobiológicos con los trastornos por uso de sustancias y suelen coexistir con otros problemas psiquiátricos, como la ansiedad y la depresión. Por ello, la detección temprana y el acceso a tratamientos eficaces, como la terapia cognitivo-conductual y la neuromodulación, son esenciales para mejorar los resultados en las personas afectadas.

"El informe del Plan Nacional sobre Drogas y nuestro estudio coinciden en la necesidad de seguir investigando cómo las nuevas tecnologías influyen en el desarrollo y mantenimiento de estas adicciones, especialmente en los jóvenes. Ambos trabajos resaltan la importancia de impulsar políticas públicas basadas en la evidencia para mejorar la prevención y el tratamiento de estos trastornos", indica la investigadora de UNIR, Gemma Mestre-Bach.

Mecanismos que impulsan la adicción

El estudio profundiza en los mecanismos neurobiológicos y psicológicos que impulsan las adicciones conductuales. Explora el papel de neurotransmisores como la dopamina, así como la interacción entre refuerzo, compulsión y autocontrol en el desarrollo y mantenimiento de estas adicciones.

"La era digital ha creado nuevas vías para el desarrollo de adicciones conductuales. La facilidad de acceso a estímulos gratificantes en línea, combinada con la naturaleza adictiva de algunas plataformas y juegos, puede conducir a comportamientos compulsivos y a la pérdida de control", agrega la experta.

Los investigadores subrayan la necesidad de herramientas de diagnóstico más precisas y de una mejor comprensión de los factores que contribuyen a las adicciones conductuales, además

de la importancia de regular las industrias relacionadas con estos comportamientos y de educar a la población sobre los riesgos.

Más información:

Brand M, Antons S, Bóthe B, Demetrovics Z, Fineberg NA, Jimenez-Murcia S, King DL, Mestre-Bach G, Moretta T, Müller A, Wegmann E, Potenza MN. (2025). Current Advances in Behavioral Addictions: From Fundamental Research to Clinical Practice. *Am J Psychiatry*. 182(2), 155-163. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.20240092>

SOBRE UNIR:

UNIR es una universidad que ofrece una educación superior de calidad a través de las tecnologías más innovadoras, siempre con el estudiante en el centro de su actividad. En España, imparte 55 grados, 155 másteres oficiales, 83 títulos propios y 4 programas de doctorado que tienen como objetivo acercar una educación integral y personalizada a los más de 90.000 estudiantes que trabajan en sus aulas presenciales-virtuales desde un centenar de naciones, principalmente en España e Hispanoamérica. Su método de enseñanza, adecuado a las demandas del mercado laboral, hace de UNIR una auténtica palanca social que rompe barreras y ayuda a que cada uno, esté donde esté, cumpla sus sueños de formación y de progreso personal y profesional. UNIR pertenece al grupo educativo Proeduca, que, junto a otros centros de enseñanza superior y no reglada, atiende a más de 105.000 estudiantes.

PARA MÁS INFORMACIÓN

Departamento de Comunicación UNIR comunicacion@unir.net www.unir.net
Sala de prensa: <http://www.unir.net/sala-de-prensa/> Twitter: [@UNIRUniversidad](https://twitter.com/UNIRUniversidad) y [@PrensaUNIR](https://twitter.com/PrensaUNIR)

Paloma Gamarra (La Rioja) 94 121 02 11 ext. 1285 paloma.gamarra@unir.net
Sara Puerto 648 573 733 sara.puerto@unir.net
Isabel Álvarez 639 117 638 isabel.alvarezcastro@unir.net
Diego Caldentey (LATAM) 659 641 848 diego.caldentey@unir.net
José María Fillol (LATAM) 628 902 302 josemaria.fillol@unir.net
Bosco Martín (Director) bosco.martin@unir.net