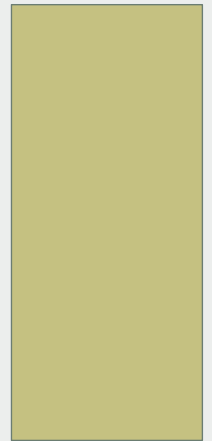


REVISIÓN ARTÍCULO CIENTÍFICO: ¿Es la  
adicción a internet un concepto útil?

ÁNGELA RUIZ ARCOS. 2 DE  
OCTUBRE DE 2013



# Australian and New Zealand Journal of Psychiatry

<http://anp.sagepub.com/>

*Viewpoint*

**ANZJP**

## **Is Internet addiction a useful concept?**

**Vladan Starcevic**

*Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*  
47(1) 16–19  
DOI: 10.1177/0004867412461693

© The Royal Australian and  
New Zealand College of Psychiatrists 2012  
Reprints and permission:  
[sagepub.co.uk/journalsPermissions.nav](http://sagepub.co.uk/journalsPermissions.nav)  
[anp.sagepub.com](http://anp.sagepub.com)



*Australian & New Zealand Journal of Psychiatry, 47(1)*

Downloaded from [anp.sagepub.com](http://anp.sagepub.com) by guest on September 10, 2013

La aparición de Internet se ha acompañado de la aparición de problemas de salud antes no descritos.

Últimamente han acaparado un lugar relevante en los medios de comunicación casos emblemáticos como el de una pareja surcoreana procesada judicialmente al morir su hija evidentemente desnutrida, mientras ellos pasaban días enteros en un cibercafé criando una "hija virtual", así como también la muerte de un joven chino tras pasar 7 días seguidos frente al ordenador jugando por internet.

De la misma manera, se han dedicado artículos a la apertura de centros de rehabilitación para adictos a internet en EE.UU., Europa y Asia, así como a las diferentes terapias disponibles.

En respuesta a lo anterior distintos autores han sugerido que podríamos estar frente al surgimiento de una nueva entidad propia del siglo XXI: la adicción a internet

El término “adicción a Internet” es polémico y la definición no está clara actualmente.

### El artículo tiene como objetivo:

- Revisar algunas de las publicaciones a cerca de las conductas en relación a Internet
- Proponer una alternativa de conceptualización.

1. ¿El uso excesivo de Internet puede tratarse de una adicción?
2. ¿Internet es un medio al que una persona pueda ser presumiblemente adicta?



# ¿Qué es la adicción?

OMS: Estado de intoxicación crónica y periódica originada por el consumo repetido de una **droga**, natural o sintética, caracterizada por:

- Una compulsión a continuar consumiendo por cualquier medio.
- Una tendencia al aumento de la dosis.
- Una dependencia psíquica y generalmente física de los efectos.
- Consecuencias perjudiciales para el individuo y la sociedad.

No aparecía como un diagnóstico ni en la Asociación Americana de Psiquiatría ni en el DSM IV TR. Sí

aparecen los términos dependencia (relacionada con el consumo de sustancias) y abuso. En el DSM V desaparecen estos dos términos para aunarlos en el término adicción.

En los últimos años hay una tendencia a cambiar el término por ADICCIÓN y a que no solo se refiera al consumo de estas sustancias, sino también a comportamientos realizados con poco o ningún control, teniendo esto consecuencias perjudiciales (adicciones conductuales).

Fue el juego patológico como ejemplo de adicción conductual, el que sirvió como modelo para la denominación de “adicción a Internet”

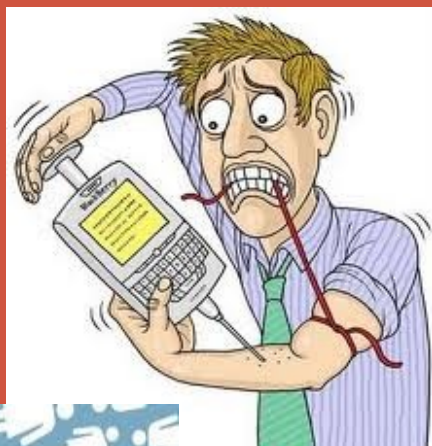
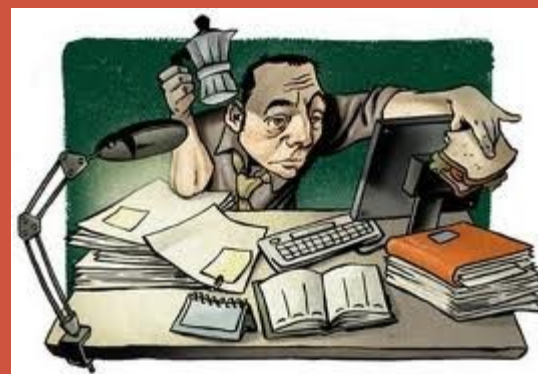
Este término era inadecuado, ya que no se establecieron las diferencias entre ambos.



Además el constructo “adicciones conductuales” es problemático, ya que induce a pensar que cualquier comportamiento que resulta agradable puede ser adictivo.

¿Cualquier actividad que resulte placentera, (realizada en exceso y que conlleve alguna consecuencia negativa) puede conducir a una adicción?

Podríamos ser adictos a...



La adicción entendida de esta manera está de acuerdo con muchas de las definiciones más recientes que se han establecido:

La Sociedad Americana de Medicina de la Adicción (2011) ha definido adicción como “la debilitación en la conducta, en el control y el deseo, con una disminución en el reconocimiento de problemas significativos de comportamiento y en las relaciones interpersonales.”

Si el objetivo de estas definiciones es servir como base para un diagnóstico de adicción conductual se establecería el umbral de diagnóstico muy bajo:



Epidemia de “adicciones conductuales”.





Si queremos que el concepto de adicciones conductuales sea significativo y útil no sólo debería centrarse en reflejar un comportamiento excesivo y el daño asociado, sino completarlo con una serie de características como algunas que se han reflejado en la literatura actual (*Blaszczynski, 2008; Block, 2008; Charlton and Danforth, 2007; Hussain and Griffiths, 2009; Kuss and Griffiths, 2012; Sim et al., 2012*),:

1. Predominancia de una actividad que, debido a su efecto agradable y a las experiencias que provoca en el sujeto, la convierten en el centro de su vida, descuidando otras actividades importantes del día a día.

2. Pérdida de control sobre la actividad, de tal manera que resulta difícil detenerla, a pesar de una conciencia de las consecuencias negativas y de tener voluntad para cesar esa actividad.

3. La tolerancia (necesidad de pasar más tiempo realizando la actividad para lograr el mismo efecto placentero o anímico que cuando se realizaba inicialmente)

4. Manifestaciones al abandonar la actividad como irritabilidad, oscilaciones anímicas y posibles síntomas físicos.

5. Consecuencias negativas en la medida en que las conductas llevadas a cabo conlleven una interferencia en el terreno laboral, académico, funcionamiento social o interpersonal u otro tipo de efectos perjudiciales a nivel económico, alteraciones en el sueño, cambios significativos de peso u otro tipo de síntomas físicos

Si es necesario cumplir todos estos criterios sólo la Ludopatía podría ser considerada una adicción conductual.

# ¿Qué son “adictos a internet”?

Este término, ampliamente usado, es un nombre incorrecto que debería abandonarse. Esto es debido a la heterogeneidad del término. Ser adicto a Internet equivaldría a ser “adicto al casino”.

Internet sería el medio para alcanzar la actividad realizada (el vehículo para alcanzarla).



Internet sería el medio para alimentar otras adicciones



## ¿Sería más correcto hacer una diferenciación entre dos variedades de “adicción a internet”?

La adicción a internet primaria sería aquella en que el objeto de la adicción es propio del mundo digital, mientras que en la adicción a internet secundaria las nuevas tecnologías serían un mero medio para satisfacer una dependencia identificable fuera de la red.

Ejemplos de una dependencia secundaria a internet serían: la adicción al trabajo, al sexo (mediante sitios que lo facilitan), a la compras, transacciones bursátiles y el juego patológico (casinos on-line y sitios de apuestas deportivas)

### **Primarias**

- Adicción computacional: juegos en línea excluyendo los de azar como juegos de rol, de acción o simulación
- Sobrecarga de información: navegación por sitios informativos
- Adicción a las ciber-relaciones: redes sociales

### **Secundarias**

- Compulsiones en red: juegos de azar, compras, mercado bursátil
- Adicción ciber-sexual: pornografía y sexo virtual

# Problemas con el uso de videojuegos

Dada la incertidumbre acerca de la supuesta adicción a videojuegos online como una verdadera adicción , se han propuesto varios conceptos que se superponen con él.

- **Problem Video Game Use (PVGU):** preocupación por el uso de los videojuegos sin pérdida de control sobre esta actividad, con varias consecuencias negativas físicas y psicosociales. Como no tiene como característica la tolerancia no reuniría todos los criterios para definirlo como adicción conductual.

Una vez validados los criterios para PVGU se realizó un estudio on line anónimo e internacional (Portero et al., 2010)



8 % de jugadores de videojuegos tenían PVGU

Curiosamente, otros estudios que usan criterios y terminología diferentes (p.ej. **“excessive computer game playing “** y **“pathological video game use”**) reportaron datos similares:

( Gentil, 2009; Grüsser et al., 2007; Tejeiro Salguero y Morán, 2002), sugieren que afecta entre el 8.5 % y 11.9 %, siendo por lo tanto una minoría los jugadores de videojuegos on line los que desarrollan un modo de empleo que pueda parecerse a la adicción.

Ante la cuestión de si realmente existiría una adicción a videojuegos on line como forma de adicción conductual, el artículo expone una comparación con la ludopatía.

Ludopatía

vs

adicción a  
videojuegos on line



- La opinión está dividida y la evidencia es ambigua en cuanto a si la **tolerancia** se asocia con el juego on line. Este hecho es determinante ya que consideraría el PVGU como una verdadera adicción.
- Algunos autores (Chappell et al., 2006) han destacado las similitudes entre el uso adictivo de videojuegos y la adicción a sustancias.
- Los fabricantes de videojuegos on line estudian las características que hacen a este tipo de juego tan adictivos para incorporarlas y potenciarlas en sus nuevos productos (Kuss y Griffiths, 2012).



# Clasificación y conceptos publicados en relación al dsm- v

-Se ha eliminado la distinción entre “**Dependencia**” y “**Abuso**” de sustancias, ampliando la nueva categoría de “**Adicción**” que reemplazaría a ambas.

-Creación de un grupo diagnóstico más amplio llamado “**Abuso de sustancias y trastornos adictivos**”. En el se incluye las “**adicciones conductuales**” donde sólo se encuentra la ludopatía, rebautizado con el término “**desorden del juego**”

-La adicción a Internet se consideró para su inclusión pero finalmente se desestimó para el DSM-V.

1. Está preocupado por internet (piensa acerca de la última conexión y anticipa la próxima)
2. Necesita conectarse a internet incrementando el tiempo de uso para obtener la misma satisfacción inicial
3. Ha realizado esfuerzos sin éxito para controlar, reducir o detener el uso de internet
4. Presenta fatiga, irritabilidad o síntomas depresivos cuando intenta disminuir o detener el uso de internet
5. Se mantiene conectado más del tiempo originalmente previsto
6. Ha arriesgado o minimizado la pérdida de relaciones significativas, trabajos, oportunidades académicas o profesionales por el uso de internet
7. Ha mentado a familiares, terapeutas u otros para ocultar el uso excesivo de internet
8. Utiliza internet como vía de escape de problemas o para alivio de síntomas disforicos

### SECCIÓN 3:

Una nueva categoría para los desórdenes que no serán cubiertos por las compañías de seguro, ya que necesitan mayor investigación. Aún no se podrían considerar enfermedades mentales. Entre ellos se incluyen:

- Síndrome de psicosis atenuada
- Trastorno de juegos Online
- Autolesiones no suicidas
- Conducta suicida

Recordemos: en el DSM-IV las adicciones no químicas no se encuentran incluidas como tales, sino que vienen incluidas en los **trastornos del control de impulsos** (p.e. juego patológico).  
El término **adicción** se reservaba para los trastornos producidos por el abuso de sustancias psicoactivas.

Las futuras investigaciones deberían ir encaminadas a varios aspectos:

- Determinar bajo qué circunstancias el juego on line excesivo constituye un trastorno mental, delimitando la normalidad del “desorden” para así poder intervenir cuando se considere que existe un problema.
- Estudiar la relación con otra psicopatología para saber otros factores que se relacionen con este trastorno (Starcevic et al., 2011). Ciertas patologías como depresión, ansiedad social y déficit de atención e hiperactividad pueden ser un factor de riesgo o predisponer a estos problemas.
- Estudiar la posible existencia de un contínuum en la severidad de estas conductas.

# Conclusión

1. El término “adicción a Internet” es engañoso, debiendo ser sustituido por adicción a actividades relacionadas con Internet, que estaría incluido en el grupo de las alteraciones conductuales.

2. De estas actividades, la que parece tener mayor potencial de uso excesivo/problemático/adictivo son los videojuegos on line.

3. Son precisos más estudios que clarifiquen si la adicción a videojuegos on line existe y si debe incluirse en los sistemas de clasificación internacional

# Cuestiones...

1. ¿Toda sustancia o conducta que se considere que puede producir placer podría llegar a ser adictiva?
2. ¿Ha sido acertado eliminar la distinción entre abuso y dependencia de una sustancia ? ¿La palabra adicción reemplaza a ambos?
3. ¿Existe tolerancia en determinadas conductas para que se califiquen de adictivas?
4. En caso de aparecer en sistemas de clasificación internacional ¿se deberían incluir junto a las adicciones químicas, dentro de los trastornos de control de los impulsos o crear un grupo aparte de alteraciones conductuales?



# Por último algunas noticias...

## **31/08/2013: *Japón combatirá la adicción a a Internet con campamentos sin gadgets:***

*Nihon estudió a 100,000 alumnos y los investigadores encontraron que el 8.1% podrían tener una severa adicción a Internet. Los síntomas que se tomaron en cuenta fueron la obsesión con actividades en internet las 24 horas del día, depresión, mal desempeño escolar y trombosis venosa profunda. El gobierno japonés creará campamentos libres de Internet donde los niños no tendrán acceso a sus gadgets y pasarán tiempo en el exterior haciendo diferentes actividades en grupo.*



Impreso el día 29/09/2013 . Fuente: El País.

## **Crean un hospital público para adictos a internet.**

**El objetivo del programa es conseguir que los pacientes usen Internet de forma responsable. "Erradicar su uso no sería algo realista ni acorde con los tiempos actuales", destacaron.**

- *Este lunes abre sus puertas el primer centro que trata a ciberadictos asentado en un hospital público del país -en Bradford, Pensilvania-. Al no estar incluida la adicción a Internet en el nuevo DSM 5, los seguros sanitarios estadounidenses no cubren el tratamiento. Aquellos que quieran acceder al programa tendrán que pagar unos 14.000 dólares de su bolsillo. Existen otros centros privados que tratan esta adicción en el país, en Estados como Illinois, Washington y Connecticut. Pero este, es el primero que se va a impartir en un hospital público y en el que los pacientes estarán ingresados "para acelerar su curación", concluyó Young, en el mismo texto.*

**08/03/2013 Un estudio determina que los adictos a Internet y los drogadictos experimentan síntomas similares en el proceso de desintoxicación:**

*Los investigadores de las universidades de Milan y Swansea (Reino Unido) afirman que quitarse de una adicción a Internet puede desencadenar síntomas muy parecidos al síndrome de abstinencia por el que pasan los drogadictos. Para llegar a esta conclusión, los científicos examinaron el **uso de Internet asociado a los niveles de ansiedad** y estados de ánimo de un grupo de 60 sujetos británicos de una media de 25 años.*

*Los sujetos que más usaban Internet sufrían acusados bajones de ánimo después de desconectarse del ordenador. El investigador Phil Reed de la Universidad de Swansea explica que «cuando estos usuarios se desconectan, su humor se vuelve cada vez más negativo, **como las personas que se quitan de drogas ilegales, como el éxtasis**»*



## **30/09/2013: La «adicción a internet» en adolescentes causa daños cerebrales según un estudio**

La investigación, que estudió a 17 adolescentes "adictos a internet" y comparó los resultados con los de otros 16 jóvenes, determinó que el uso de la red entre jóvenes cuyo cerebro aún no se ha formado completamente puede causar daños en la "materia blanca" de este órgano (en concreto, el excesivo uso de internet desgasta la mielina)

Los 17 adolescentes adictos estudiados son pacientes del Centro de Salud Mental de Shanghái (este de China).

**18/07/2012: Joven de 18 años en Taiwán fallece después de jugar 40 horas seguidas al Diablo 3**

Un joven de 18 años llamado Chuang murió el pasado fin de semana después de pasar casi dos días jugando al Diablo 3 en su modo online. El fallecido reservó el viernes una sala privada en un cibercafé de su ciudad y pasó casi dos días de juego sin ingerir alimento alguno. Tal y como relató una empleada del establecimiento, el pasado domingo acudió a la sala alquilada por el joven y le descubrió dormido. Tras despertarle, Chuang se levantó por su propio pie pero acabó desmayándose momentos después de despertar. El joven fue trasladado al hospital pero finalmente falleció. El hecho de no haberse alimentado parece el principal motivo de la muerte, aunque aún no están claras todas las circunstancias del fallecimiento.





**¡GRACIAS!**