



Acencas Prevenció Activa

Resumen Ejecutivo – Caracterización Clínica, Psicológica Y Social De Las Adicciones Sociales

Título del estudio

Caracterización clínica, psicológica y social de personas con adicciones sociales según tipo de adicción y contexto familiar

Autores

Francesc Perendreu, presidente de ACENCAS Prevenció Activa (dirección del estudio)

Gioia D'Annunzio, psicóloga

1. Introducción y justificación del estudio

Las adicciones sociales o comportamentales constituyen un fenómeno de creciente relevancia en el ámbito de la salud mental y la intervención psicosocial. Se trata de conductas repetitivas y compulsivas que, aun careciendo de una sustancia química, generan un deterioro significativo en la vida emocional, relacional, laboral y económica de las personas que las padecen. Entre ellas se incluyen la ludopatía y las apuestas, el uso problemático de pantallas y tecnologías digitales, el trading financiero compulsivo, la adicción a las compras, la adicción al sexo y al consumo de pornografía, así como la dependencia emocional.

Estas conductas se desarrollan habitualmente de forma progresiva y silenciosa, en contextos sociales donde muchas de ellas se encuentran normalizadas o incluso incentivadas. La accesibilidad permanente, la gratificación inmediata y la validación social contribuyen a su mantenimiento, dificultando la detección temprana y retrasando la demanda de ayuda profesional. A ello se suma el impacto del entorno familiar y social, que puede actuar tanto como factor de riesgo como de protección.

En este contexto, el presente estudio tiene como finalidad ofrecer una caracterización integral —clínica, psicológica y social— de personas con adicciones sociales, analizando las similitudes y diferencias entre tipologías de adicción y el papel modulador del contexto familiar. El enfoque adoptado busca trascender una visión exclusivamente individual del problema, incorporando una perspectiva relacional y contextual que permita orientar estrategias de prevención, intervención clínica y acción comunitaria.

2. Objetivos y metodología

El objetivo general del estudio fue analizar las características clínicas, psicológicas y sociales de personas con adicciones sociales, identificando variaciones según el tipo de conducta adictiva y el contexto familiar.

De forma específica, se plantearon los siguientes objetivos:

- Caracterizar los perfiles clínicos y emocionales de personas con diferentes adicciones sociales.
- Examinar cómo dichas características varían en función del tipo de adicción y de las dinámicas familiares.
- Proponer orientaciones de prevención e intervención clínica y comunitaria basadas en los hallazgos obtenidos.

La investigación se desarrolló mediante un diseño cualitativo descriptivo-exploratorio. Se empleó como técnica principal la entrevista clínica estructurada, diseñada específicamente para este estudio. Se elaboraron seis cuestionarios diferenciados, adaptados a cada tipología de adicción, pero con una estructura común que permitió la comparación de resultados.

Cada entrevista incluyó tres bloques: datos sociodemográficos; preguntas clínicas centradas en emociones, impulsos y estado mental; y preguntas conductuales relativas al control de la conducta y a sus consecuencias personales, familiares, sociales y económicas. Las entrevistas se aplicaron de forma individual, garantizando el anonimato, la confidencialidad y el consentimiento informado de las personas participantes.

El análisis de los datos se realizó de manera cualitativa e interpretativa, identificando patrones transversales, diferencias entre grupos y elementos contextuales relevantes, especialmente en relación con el entorno familiar.

3. Principales resultados

3.1. Características comunes a las adicciones sociales

De forma transversal, todas las personas entrevistadas mostraron dificultades significativas en el control de impulsos y en la regulación emocional. Las conductas adictivas aparecieron estrechamente vinculadas a la gestión del malestar psicológico, funcionando como estrategias de alivio frente a emociones como ansiedad, estrés, soledad, frustración o vacío emocional.

Se identificó un patrón recurrente de gratificación inmediata seguida de sentimientos de culpa, arrepentimiento o malestar, lo que refuerza el ciclo adictivo.



Asimismo, en todos los grupos se observaron impactos negativos en la calidad de vida, incluyendo deterioro del bienestar emocional, conflictos relacionales, aislamiento social y dificultades para sostener responsabilidades laborales o académicas.

Estos hallazgos confirman que las adicciones sociales comparten mecanismos psicológicos comunes con otras adicciones, especialmente en lo relativo a la impulsividad, la búsqueda de recompensa y la persistencia de la conducta pese a las consecuencias negativas.

3.2. Diferencias según el tipo de adicción

Si bien existen elementos comunes, el estudio evidenció diferencias relevantes en función de la tipología de adicción. En el caso de la ludopatía y las apuestas, así como del trading financiero compulsivo, el impacto económico apareció como una de las consecuencias más visibles, incluyendo endeudamiento, pérdidas financieras y ocultación de la conducta al entorno cercano.

Las adicciones a las pantallas y tecnologías digitales mostraron una afectación destacada en la productividad, el rendimiento académico o laboral y las relaciones familiares, asociadas a la hiperconectividad y a la dificultad para establecer límites temporales.

Por su parte, la adicción al sexo y al consumo de pornografía se asoció principalmente a consecuencias emocionales y relacionales, como sentimientos intensos de culpa y vergüenza, deterioro de la intimidad y dificultades para mantener vínculos afectivos estables.

La dependencia emocional presentó un perfil diferenciado, centrado en la necesidad excesiva de aprobación y afecto, el miedo al abandono y la dificultad para desarrollar autonomía personal, con una marcada repercusión en la autoestima y en la capacidad de establecer límites saludables.

3.3. Influencia del contexto familiar

El análisis del contexto familiar reveló un papel determinante en la aparición, mantenimiento y posible recuperación de las adicciones sociales. Las dinámicas familiares caracterizadas por conflictos frecuentes, comunicación deficiente, estilos de crianza rígidos o sobreprotectores y antecedentes de conductas adictivas se identificaron como factores de riesgo relevantes.

Por el contrario, los entornos familiares que ofrecían apoyo emocional, comunicación abierta, supervisión adecuada y validación afectiva actuaron como factores protectores, favoreciendo una mayor conciencia del problema y una mejor disposición a buscar ayuda profesional.



Durante los procesos de recuperación, la implicación de la familia se mostró especialmente significativa. La participación en espacios terapéuticos, la comprensión de la adicción como un problema de salud y no como un fallo moral, y el refuerzo positivo de los avances contribuyeron a una mayor adherencia al tratamiento y a la reducción del riesgo de recaídas.

4. Discusión e implicaciones

Los resultados del estudio refuerzan la necesidad de abordar las adicciones sociales desde una perspectiva integral y transdiagnóstica. Aunque cada conducta presenta particularidades, los mecanismos subyacentes y el impacto emocional comparten elementos comunes que justifican estrategias de intervención basadas en la regulación emocional, el control de impulsos y el fortalecimiento de los vínculos relacionales.

La normalización social de muchas de estas conductas, junto con la influencia de la publicidad, los entornos digitales y la presión cultural hacia el consumo y la hiperproductividad, constituye un factor clave en su mantenimiento. Por ello, las respuestas exclusivamente individuales resultan insuficientes si no se acompañan de acciones preventivas y de concienciación social.

El papel del contexto familiar emerge como un eje central tanto en la prevención como en la recuperación, lo que subraya la importancia de incluir a las familias en los procesos terapéuticos y de ofrecerles herramientas de psicoeducación y acompañamiento.

5. Conclusiones y recomendaciones

El estudio concluye que las adicciones sociales presentan perfiles clínicos y psicológicos complejos, caracterizados por impulsividad, dificultades de regulación emocional y un impacto significativo en la vida personal, familiar y social. Si bien existen diferencias según el tipo de adicción, el contexto familiar y social actúa como un modulador clave de la gravedad y evolución de estas conductas.

A partir de los hallazgos, se recomienda:

- Implementar programas de prevención centrados en la educación emocional, el uso responsable de la tecnología y la identificación temprana de conductas de riesgo.
- Desarrollar intervenciones clínicas individualizadas, adaptadas al perfil de cada persona y a la tipología de adicción.



Acencas Prevenció Activa

- Incluir a las familias como agentes activos en los procesos de tratamiento y recuperación.
- Impulsar campañas de sensibilización social que contribuyan a desnormalizar conductas adictivas y a reducir el estigma asociado.

En conjunto, este estudio aporta evidencia cualitativa relevante para profesionales de la salud mental, entidades sociales y responsables de políticas públicas, ofreciendo una base sólida para el diseño de estrategias integrales de prevención y abordaje de las adicciones sociales.