

Financiado por:



## **INFORME CONCLUSIONES JORNADA DE ADICCIONES SIN SUSTANCIA DE UNAD. 06/05/2015**

La Comisión de Intervención de Adicciones Sin Sustancia, integrada por profesionales de diferentes organizaciones de UNAD, nace de la necesidad manifestada por parte de las entidades socias con respecto a esta problemática, así como del interés por realizar un trabajo de profundización y estudio dentro de nuestra propia red.

Entre los propósitos marcados por la Comisión, se fijó **promover el conocimiento y análisis del fenómeno de este tipo de adicciones con la finalidad de reforzar el trabajo en prevención, intervención y sensibilización.**

Para ello, el primer paso fue, solicitar a toda la red UNAD, la participación en un cuestionario para conocer esta realidad, y realizar un diagnóstico de la misma. Con una participación del 50% de las entidades socias, los datos arrojaron que el 62% de las y los profesionales que participaron, detectan un uso problemático de las TIC'S en la población atendida. Con respecto al juego patológico, los resultados obtenidos, reflejaron que un 69 % de los y las profesionales observan este fenómeno en su intervención. Las máquinas tragaperras suponen un 50% de los usos problemáticos, seguidos de los juegos online (27%), las cartas (14%), y el bingo/casino (10%).

En cuanto a OTRAS Adicciones Sin Sustancia detectadas, se extrajo que la más frecuente es la adicción al sexo, representando más del 50%, seguida de los trastornos vinculados a la comida, las dependencias emocionales o relacionales y el deporte. Las Redes Sociales, Internet, Móviles y, en menor medida, de WhatsApp, Videojuegos, Cibersexo y Chats.

El cuestionario también reflejo que el 50% de las entidades intervienen en este tipo de problemáticas, tanto en el campo de la prevención, como en el campo

Financiado por:



del tratamiento, así como, derivando determinados casos a servicios más especializados.

Por otra parte se observó que el 91 % de las personas encuestadas estaban interesadas en recibir formación en adicciones sin sustancia, en TICS y juego patológico, sobre todo a nivel de tratamiento.

Por este motivo, en base a los datos obtenidos, y a uno de los objetivos planteados desde la comisión: “**Promover el conocimiento y análisis de la problemática de las adicciones sin sustancia**”, se decidió organizar una jornada técnica, con la intención de mejorar la formación de los y las profesionales y responsables de las entidades, dotándoles así, de herramientas para afrontar esta nueva realidad.

La jornada abordó el tema de las **adicciones sin sustancia desde un enfoque biopsicosocial, preventivo y de tratamiento. Enfoque defendido por UNAD, quien apuesta por un modelo de intervención integral.** Asimismo, durante la jornada, se contrastó información y conocimiento que puso en evidencia una visión realista, y no alarmista, de la problemática de las adicciones sin sustancia, por parte de las y los investigadores, clínicos y personas que intervienen, (*intervenimos*) desde las entidades.

Durante la primera parte de la jornada se contó con la colaboración de grandes profesionales de la investigación y el tratamiento de las adicciones sin sustancia. Personas con una gran trayectoria en el estudio e investigación de este fenómeno, que desarrollan su labor en el campo, aportando nuevos enfoques y líneas de intervención:

**Dr. Enrique Echeburúa (UPV-EHU):** reflexiona sobre **cuál es el núcleo de la adicción y por qué una persona se hace adicta a una sustancia o a una conducta.** Resalta que son personas con altos factores de vulnerabilidad, con una situación familiar y social de riesgo o de exclusión, sometidas a circunstancias de estrés (fracaso escolar, frustraciones afectivas o

Financiado por:



competitividad) de vacío existencial (aislamiento social o falta de objetivos). De este modo, más que de perfil de persona adicta a las nuevas tecnologías, quizás deberíamos hablar de persona propensa a sufrir adicciones. El Dr. Enrique Echeburúa, plantea que las conductas adictivas son automáticas, emocionalmente activadas, no sujetas a un control cognitivo, con efectos positivos de forma inmediata pero negativos y perjudiciales a largo plazo.

Nos propone retos, poniendo de manifiesto que es necesario crear estrategias motivacionales para “atraer” a personas con esta problemática a los tratamientos.

Además, expone que la abstinencia debe plantearse como objetivo de tratamiento, únicamente, en el caso del juego patológico, en otras adicciones sin sustancia, la intervención debe enfocarse hacia una psicoeducación, para un manejo normalizado de estas conductas. Y establece que las etapas del cambio deben dirigirse a la conciencia del problema, la motivación por el cambio y la recuperación del control (normalización).

**Prof. Francisco Javier Labrador (UCM)**, profundiza en los **Factores implicados en el desarrollo y mantenimiento del juego patológico**, viendo que probablemente el punto crucial para diferenciar a las personas con problema de juego serían **las distorsiones cognitivas**, en concreto, la creencia de que pueden predecir los resultados y que tienen una habilidad especial para saber cómo va a actuar el azar en la siguiente jugada.

El acceso esporádico al juego para divertirse o para ganar dinero refuerza la evolución de la conducta del jugador patológico, se juega de una forma sistemática, como forma de obtener placer-excitación como un reto. Los pensamientos irracionales, se refuerzan para “tratar de recuperarse” de las pérdidas económicas. Finalmente se produce una desorganización de la vida, personal, familiar, social y laboral.

Financiado por:



Las características estructurales del juego, que se convierte en un acto social según, expone Labrador, permiten jugar de forma continuada y reiterada. Además la existencia de cierto nivel de complejidad le otorga al juego, cierto grado de tensión emocional. Por otro lado, el premio que sigue al juego con inmediatez refuerza la conducta, apareciendo estímulos que atraen la atención sobre el juego o los resultados.

La conclusión que arroja el Prof. Labrador, es la necesidad de seguir trabajando en la investigación sobre las adicciones sin sustancia. Sin embargo, advierte que estas problemáticas cambian y se modifican con excesiva rapidez en el tiempo por lo que resulta muy complicado mantener investigaciones actualizadas.

**Prof. Olatz López (Universidad Católica de Lovaina): galardonada con el Premio Reina Sofía**, por su estudio “uso problemático de Internet y del teléfono móvil en adolescentes de Barcelona y Londres” hace referencia a la aparición en 2005 de los primeros problemas de adicciones sin sustancias relacionados con las nuevas tecnologías. Haciéndose por tanto necesarias las escalas de medida de este uso problemático. En el caso de las nuevas tecnologías, indica que el perfil de la persona jugadora ha cambiado, tendiendo a personas usuarias más jóvenes.

Para la población adolescente, lo que se ha hecho es adaptar dichas escalas, construidas en un inicio para personas adultas, además de realizar investigaciones para la creación de escalas específicas para esta población diana. Para ello, se trabaja no sólo desde el marco de la psicología clínica y la psiquiatría, sino que se incluye también la pedagogía y la sociología.

La Prof. Olatz López también señala, al igual que los anteriores ponentes, entre las principales dificultades, la escasez de las investigaciones sobre estos temas, y la rapidez con la que las nuevas tecnologías avanzan. La realidad

Financiado por:



sigue cambiando, hay mucho trabajo por hacer y resulta necesario investigar y publicar con agilidad para poder prevenir.

Prof. **Mariano Chóliz (Universitat de València)** nos adentra en los aspectos clave del **Tratamiento psicológico de la adicción a Internet y a las redes sociales**, constatando que al inicio de la intervención se debe empezar por disminuir la necesidad y enseñar su uso controlado (psicoeducación); la importancia de conseguir que la persona que se ve afectada desarrolle otro tipo de actividades y la consideración de la familia como pilar fundamental en la recuperación del proceso terapéutico.

Una segunda parte de la jornada se dedicó a, la exposición de tres experiencias de entidades de la red UNAD, que pusieron de manifiesto las buenas prácticas que se están realizando en torno a esta problemática. Comenzó Iragartxe Garai, (Fundación Etorikintza). Presentando el **proyecto #SAREAN; Compartiendo el buen uso de las tecnologías con jóvenes y adolescentes**. También se contó con la participación de Silvia Allué (Asoc. Punto Omega), que expuso el **Servicio SPANT y nos acercó al proyecto alumnos ayudantes TIC**. Y finalizó Antonio Domínguez (ARAD Rioja), con la **experiencia de intervención multidisciplinar en adicciones sin sustancia**.

La jornada cerró con la ponencia del **Dr. José Luis Rabadán**, quien ofreció una visión desde el punto de vista médico, de cómo funcionan las adicciones sobre nuestro sistema nervioso y cuáles son las repuestas neurofisiológicas ante las adicciones sin sustancia. También abordó, las **Adicciones Sin Sustancia que presentan una menor prevalencia** como, las apuestas on-line, la adicción a los videojuegos, al móvil, a internet...

Financiado por:



Las personas asistentes a la jornada de formación valoraron la misma a través de cuestionarios de satisfacción, en los que se pone de manifiesto la profesionalidad de las y los ponentes y la calidad de sus exposiciones.

Además dejaron constancia de la necesidad de seguir ampliando la formación, tanto en intervención (a través de casos prácticos), como con la intervención específica para familias.

También se valoró, de forma satisfactoria la organización realizada por parte de la Comisión y el equipo técnico de UNAD, así como las instalaciones donde se llevó a cabo la jornada.