



## Adicciones conductuales ¿Qué son?

Psicología, 25/06/2019



Las adicciones conductuales están a la orden del día, cada vez son más las personas que tienen este tipo de problemática. Son aquellas que no

están relacionadas con el abuso de alguna sustancia.

Con el aumento de las nuevas tecnologías, es decir, internet, teléfono móvil, redes sociales, etc. cada vez son más las personas que hacen un uso abusivo de ellas. Sin embargo, utilizar las nuevas tecnologías demasiado acarrea una serie de consecuencias negativas como: problemas para iniciar y conciliar el sueño, problemas familiares, problemas sociales, problemas laborales, problemas académicos, consecuencias psicológicas negativas como ansiedad o depresión, problemas económicos, etc.

A pesar de que tienen graves consecuencias para la vida diaria de las personas, no están incluidas en los principales manuales diagnósticos de trastornos mentales. En la última edición del Manual de la Asociación Americana de Psiquiatría (DSM-5) tan solo se contempla el trastorno referido al uso continuado de juegos de internet. No se hace alusión al uso desmesurado del teléfono móvil, de redes sociales, etc.

Por todo ello, se podría decir que estamos ante un problema importante porque son muchas las consecuencias que tiene pero no está delimitado en los manuales diagnósticos de trastornos mentales. En consecuencia, no existen criterios diagnósticos, son pocos los instrumentos de evaluación, etc.

Para más información: [Adicciones Conductuales](#).

