

Trabajo Integrador Final

Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Rosario.

Título:

Aportes cognitivo-conductuales sobre la ciberludopatía y el uso problemático de tecnologías

Modalidad: Ensayo

Autor: Francisco Garavaglia

Legajo: G-6017/8

DNI: 42.840.042

Docente responsable: Ps. Augusto Ciliberti

2026

Agradecimientos

A mi familia, por acompañarme con esfuerzo y amor en cada paso que doy. A ellos les debo todo lo que soy.

A Male, por su incondicionalidad.

A Leon Savoia, amigo, referente y mentor. Gracias por acompañarme y guiarme en mi proceso de formación.

A Pulsión, por su incansable deseo de transformarlo todo. Les agradezco haber tomado el compromiso ético y político de reivindicar la formación en terapia cognitivo conductual en esta casa de estudios. Gracias por haberme permitido participar activamente de ese proceso.

A Orlando Litta y todo el equipo de Fundación LibreMente, por impulsarme intelectualmente y permitirme formar parte de este proyecto desafiante de educar para la libertad bajo un marco de responsabilidad y respeto.

A Augusto Ciliberti, por la generosidad de haber aceptado acompañarme en este proceso de escritura.

Índice

Resumen……4

Introducción……..……5

El dinero, una apuesta al éxito……...……7

Ciberludopatía como adicción comportamental……..……9

Usos problemáticos de tecnologías y ciberludopatía…….……..12

Reflexiones finales…….……18

Referencias bibliográficas…….20

Resumen

El presente ensayo reflexiona acerca de la ciberludopatía en jóvenes como una adicción comportamental en aumento en Argentina, busca analizar si su inclusión actual dentro de la categoría general de consumos problemáticos asociados al uso de tecnologías obtura sus especificidades clínicas y teóricas. La premisa central, argumentada desde un enfoque cognitivo-conductual, sostiene que en la ludopatía es posible detectar particulares tales como la función del dinero como reforzador central, las reglas verbales sociales involucradas, los sesgos cognitivos derivados y el despliegue de los circuitos dopaminérgicos. El ensayo concluye repensando que la inclusión de la ciberludopatía en la categoría general de consumos problemáticos asociados al uso de tecnologías visibiliza aspectos comunes del entorno digital pero obtura su naturaleza específica, afectando su comprensión y tratamiento específico.

Palabras clave

ciberludopatía, jóvenes, uso problemático de tecnologías, consumos problemáticos

Introducción

Los juegos de casino y apuestas han estado presentes a lo largo de la historia de la humanidad bajo un carácter de ocio y recreación, sin embargo el reconocimiento del atributo perjudicial que pueden portar se ha evidenciado a partir del 1980 con la categorización de la ludopatía en los manuales diagnósticos de trastornos mentales. La ludopatía o juego patológico puede definirse como “la incapacidad de controlar el deseo de apostar, lo que puede generar como consecuencia la destrucción de todo el capital económico, afectivo y social de una persona” (Muñoz Molina 2008, p.151).

Los juegos de azar presentan diversas modalidades y formatos. En la actualidad se evidencia un creciente predominio de adaptaciones virtuales favorecidas por medio de los avances tecnológicos. Esta expansión ha logrado incrementar la accesibilidad y consigo, los casos de ludópatas o jugadores patológicos, viéndose afectada principalmente la población juvenil (12 a 19 años) (Organización Mundial de la Salud, 2024). ‘Ludopatía digital’ o ‘ciberludopatía’ es el concepto que se suele acuñar en la literatura actual para dar cuenta de la especificidad del fenómeno en su modalidad online, aunque todavía carece de reconocimiento categorial en los sistemas diagnósticos oficiales. La utilización de este nuevo concepto para explicitar una modalidad específica de ludopatía no es azaroso, más bien responde a la necesidad de abarcar un conjunto de particularidades propias de esta modalidad, posibilitando una comprensión más precisa de la adquisición y mantenimiento de la problemática, como también de los perjuicios económicos, perturbaciones cognitivas y consecuencias socio familiares consecuentes.

La situación que atraviesa Argentina respecto al incremento de casos es similar a la del resto de los países. Diversos informes como el presentado por la Defensoría del Pueblo de CABA (2024) describen los riesgos inherentes del entorno digital en la consolidación de ciberludopatia. La normativa vigente, enmarcada en el Plan Integral para el Abordaje de los Consumos Problemáticos (Plan IACOP) promulgado por la Ley 26.934 (2014), en su artículo segundo ubica a la ciberludopatía como una adicción comportamental, incluida en la categoría más amplia de consumos problemáticos asociados al uso de tecnologías. El consumo problemático refiere a los consumos que “mediando o sin mediar sustancia alguna, afectan negativamente, en forma crónica, la salud física o psíquica del sujeto, y/o las relaciones sociales” (Ley 26.934, 2014). En este sentido, situar un consumo problemático de tecnologías supone considerar el tiempo que se pasa frente a la pantalla y la alteración que produce en los distintos ámbitos de la vida de los jóvenes, destacándose principalmente la afectación en la construcción y sostenimiento de vínculos afectivos.

La incorporación de los dispositivos digitales en la vida cotidiana ha incrementado paulatinamente los casos de consumos problemáticos ligados al uso de tecnología. Entre

ellos, la ludopatía digital ha adquirido una centralidad particular en los jóvenes este último tiempo. Ante esto, cabe preguntar ¿qué particularidades tiene esta problemática que la distingue del resto y por qué resulta predominante en los jóvenes?. El abordaje general del uso problemático de tecnologías que presenta el Plan IACOP puede resultar insuficiente para abordar las características propias de las diferentes problemáticas relacionadas, entre ellas la ciberludopatía. Si bien los alcances de la ley pueden resultar beneficiosos para proponer un abordaje integral, el incremento exponencial de casos de ciberludopatia en jóvenes puede evidenciar ciertas limitaciones.

El presente ensayo se propone indagar en las condiciones y particularidades propias de la ludopatía en su formato digital, profundizando en las aristas que permiten comprender los procesos de adquisición y mantenimiento de esta problemática. Se hará especial énfasis en el papel central que ocupa el dinero como reforzador generalizado, en los correlatos fisiológicos implicados (particularmente en su modalidad digital) y en la influencia de las reglas o normas sociales, comprendidas desde una perspectiva conductual, como contexto reforzante de aprendizaje.

A partir de este análisis, se busca reflexionar sobre los siguientes interrogantes: ¿es pertinente ubicar la ciberludopatía dentro de la categoría general de los consumos problemáticos asociados al uso de tecnologías?, ¿se obturan las particularidades de la problemática?.

Se pretende identificar los puntos de convergencia y especialmente, las tensiones que emergen de este encuadre, a fin de interrogar si dicha clasificación no contribuye, en última instancia, a desatender su especificidad teórica y clínica.

El dinero, una apuesta al éxito

Situar como primer punto a desarrollar la noción de dinero no es azaroso, permite indagar la problemática de las apuestas en términos sociales y culturales. Lleva a la abstracción, previniendo caer en reduccionismos causalistas individuales.

Skinner (1953/2022) define al dinero como un refuerzo condicionado generalizado, lo que lo ubica transversal a la cotidianeidad, es decir, no se trata de un reforzador primario (como la comida, el agua o el sueño) pues no es intrínsecamente algo que satisfaga necesidades biológicas, pero en el contexto de una sociedad capitalista aparece ocupando un lugar central en las interacciones humanas. Actualmente, podría ubicarse como elemento facilitador de experiencias, el dinero atraviesa a la experiencia.

¿Qué pasa con los jóvenes? Como se mencionó en el párrafo anterior, el dinero atraviesa todo y a todos, sin embargo en los jóvenes ocurren algunas particularidades. La adolescencia es una etapa cúlmine para la construcción de la identidad, allí comienzan a actuar con mayor notoriedad las creencias nucleares (Beck, 1983), que son aquellas ideas globales y profundas sobre uno mismo, sobre el mundo y sobre los demás, que guían la interpretación de la realidad. Además, es un periodo crítico en el desarrollo neurobiológico (Peirano, 2017) de funciones cognitivas y ejecutivas. En este sentido, puede asumirse que el repertorio conductual del adolescente está en proceso de ampliación, lo que exhibe cierta vulnerabilidad esperable. Esto no debe entenderse como un juicio de valor ni de subestimación, sino de una mera descripción de procesos lógicos característicos del desarrollo evolutivo alcanzado.

El dinero, como reforzador condicionado generalizado, adquiere un atractivo especial en los jóvenes por los discursos y premisas ligadas a este, circundantes en sus vínculos e interacciones sociales. Desde la literatura conductual, actúan las llamadas ‘reglas verbales’, premisas que describen la relación entre una situación y su consecuencia, funcionando como antecedente verbal que guía el comportamiento individual a partir de la experiencia previa acumulada en la cultura, sin la necesidad de la experimentación empírica directa (Mandil et al., 2017), anticipan lo que puede ocurrir si hay un determinado comportamiento. Intrínsecamente no son positivas ni negativas, pero sí es posible concluir que tienen un alto nivel de eficacia en el moldeamiento del comportamiento. El ambiente social influye notablemente en el comportamiento individual a través de estas reglas, la filogenia y ontogenia reflejan el valor adaptativo de la influencia social para la especie humana. En estos términos, no es posible pensar el repertorio conductual de una persona por fuera de las influencias culturales/sociales (Skinner,1953/2022).

Se observa que en los espacios de interacción en el que naturalmente habitan los jóvenes, a destacar la escuela y las redes sociales, circulan reglas sociales (explícitas o

implícitas) que ligan el éxito con el dinero: “cuanto más dinero, más exitoso, cuanto más rápido lo consigas, mejor”. Este estímulo verbal suele ser una brújula para las interacciones y el consumo de contenido en adolescentes. El dinero adquiere un valor social de reconocimiento y pertenencia, es un reforzador social simbólico. No es difícil encontrar influencers y supuestos expertos en finanzas, detallando fórmulas arbitrarias para conseguir rápidamente dinero, alimentando un relato de fortuna y prosperidad a partir de su propia experiencia de vida, ofreciéndose como garantía de éxito. Las reglas ligadas al éxito funcionan como contexto reforzante generalizado que organiza contingencias individuales, favoreciendo en este caso, patrones de conductas impulsivas en favor de expectativas de ganancias inmediatas. Lo inmediato es lo deseado, lo demás queda relegado.

Entonces, ¿cuál sería la fórmula rápida para conseguir dinero, que demande poco tiempo, esfuerzo y lleve al éxito? Toman protagonismo los casinos virtuales. Estos logran captar especial atención en los jóvenes, persuadiendolos a partir de diferentes estrategias. Una de ellas es la utilización de bonos de bienvenida que duplican el dinero depositado inicialmente, convirtiendo la expectativa de ganancia en un atractivo mayor. Otro señuelo similar refiere a la obtención de códigos promocionales impulsados por influencers, que permiten acceder a apuestas gratuitas, con abultadas recompensas. La última estrategia a destacar es la promesa de obtención de premios económicos por invitar y registrar a conocidos, sobre este último punto, la escuela (como espacio físico) se transforma en un aliado estratégico para reclutar más usuarios a través de la persuasión entre compañeros. La escuela se convierte en un espacio de reclutamiento que genera beneficios económicos para los usuarios, también una vidriera donde exponer el éxito. Dice Bloj (2025) “Quienes juegan entran en contacto para mostrar sus ganancias (rara vez muestran sus pérdidas), que exhiben como blasones, o para hacerse préstamos de dinero (siempre virtual) cuando alguien contrajo deudas económicas” (p. 113).

El dinero queda desvinculado del tiempo y el esfuerzo gracias a la lógica de los casinos. En una población jóven, donde los procesos de autocontrol están en desarrollo, esta propuesta refuerza expectativas de ganancias inmediatas, deja de tener un encadenamiento conductual complejo[1] y pasa a operar como resultado fácilmente alcanzable por una respuesta simple, como la de apostar.

Además de la función que adquieren las reglas sociales y las estrategias propias de los casinos, la modalidad online les permite valerse de otra ventaja: las billeteras virtuales. De fácil acceso y legal a partir de los trece años[2], la tecnología financiera permite a los usuarios acceder a la totalidad de su dinero sin restricción alguna. Es

[1] Estudiar, trabajar, invertir, ahorrar.
[2] Al menos en Argentina

posible transferir durante todo el día, todos los días. Las plataformas de casino son compatibles con todas las billeteras de pago digital, facilitando la acreditación de crédito para jugar. La naturaleza no física de ese dinero conduce a la intangibilidad del mismo, un fenómeno frecuente en jóvenes, que lleva a que se pierda la magnitud real del valor utilizado. Solo se ven cifras que aparecen y desaparecen en segundos. Sobre esto, no es casual que al momento de acreditarse en la plataforma de apuestas, el dinero suele convertirse en otro elemento de menor impacto o con distinta valoración, como fichas o puntos, reduciendo el contacto con la pérdida y atenuando la función aversiva de la pérdida. En un país con ausencia financiera, como en el caso de Argentina, la intangibilidad del dinero puede pensarse como un factor de riesgo.

Ciberludopatía como adicción comportamental

Luego de haber planteado una visión global respecto al dinero, en su función de refuerzo condicionado generalizado, siendo núcleo de las reglas verbales imperantes en la sociedad que inciden en el comportamiento, resulta pertinente un análisis cuya lupa se centre en la conducta individual y en los principios de aprendizaje para comprender con rigurosidad la problemática de la ciberludopatia en adolescentes.

La Ley 26.934 referida a consumos problemáticos, ubica a la ciberludopatia como una adicción sin sustancia, es decir, como una adicción comportamental, ¿que implica esto desde una perspectiva cognitivo conductual? Fundamentalmente que se trata de un comportamiento aprendido, es decir, no se produce por el ingreso de un antígeno al cuerpo ni por consumo de alguna sustancia que afecte al sistema nervioso. Conviene detenerse sobre cómo se entiende al ‘comportamiento’ y al ‘aprendizaje’.

El comportamiento o conducta, puede entenderse como la interacción del organismo con, e influenciado por, el ambiente (Moore, 2008, p.66). La interacción no refiere únicamente a lo observable, sino también incluye pensamientos y emociones. Por ambiente se comprende al contexto externo (natural/físico y social/cultural) e interno (lo que se siente internamente, en el cuerpo). Resumidamente, esta definición propone articular la interacción individual con los eventos ambientales, otorgando un carácter relacional entre ambos. Por esto, el punto anterior buscó ahondar los aspectos ambientales ligados al dinero, que permiten pensar las influencias circundantes en las interacciones individuales. Al detenerse en los aportes cognitivos, es posible notar que el comportamiento además, va a estar influenciado por las creencias nucleares, que refieren a ideas estables, profundas y absolutas que se construyen sobre uno, sobre el mundo y los demás. Son las formas en las que interpretamos la realidad.

Para que un comportamiento se establezca y se incorpore en el repertorio conductual de una persona, debe producirse un aprendizaje, vale aclarar que no

necesariamente se trata de un acto voluntario o consciente. Esto es clave para pensar la ciberludopatía sin caer en valoraciones ligadas a la voluntad o deseo de la persona.

Sirviéndose de la “ley empírica del efecto” o “ley del reforzamiento” propuesta por Skinner (1938/2021), se concluye que las consecuencias que provoque la emisión de una conducta, incrementará (refuerzo) o disminuirá (castigo) la probabilidad de su aparición futura en condiciones similares. Entonces, para entender el comportamiento de una persona en una situación en particular, resultará útil comprender la función que cumple en ese contexto en el que se emite. La ley del reforzamiento sirve para explicar el funcionamiento de los casinos y la eficacia conseguida.

Las plataformas de casino son programadas bajo programas de reforzamiento intermitente. Esto consiste en que el comportamiento de la persona no va a ser reforzado continuamente, sino que va a variar sin un patrón fijo de emisión de respuestas. Es en este punto donde se consolida la adicción. Los slots[3], otorgan la recompensa de manera aleatorizada, aunque suelen estar programadas para lograr que el jugador acceda al reforzador en las primeras interacciones. Obteniendo resultados positivos en los primeros ensayos, se crea la ilusión de poder controlar el algoritmo de la máquina y se sostiene el juego aunque no se presente el reforzador en las apuestas consecuentes. Se consolida un aprendizaje, es decir, un cambio estable en el repertorio conductual como resultado de la experiencia con los acontecimientos ambientales.

El reforzamiento intermitente obtiene una gran estabilidad y altas tasas de respuestas, lo que por naturaleza no es ni beneficioso ni perjudicial, aunque en el contexto de apuestas contribuye a incrementar las respuestas, acrecentando la posibilidad de producir un efecto problemático en torno a una adicción, pues estos reforzamientos son los más difíciles de extinguir, postula Skinner (1953/2022) en relación a su investigación experimental: “en algunos programas de refuerzo intermitente podemos contabilizar hasta diez mil respuestas en la conducta de una paloma antes de que la extinción sea completa” (p.81). Aún ante grandes pérdidas económicas que redundan en conflictos en la vida cotidiana de la persona, la extinción de su conducta será difícil de alcanzar.

Otro punto que se observa respecto al reforzamiento, específicamente positivo, remite a la competencia de actividades y reforzadores. Es común, en línea general, que las propuestas que rodean a los adolescentes se relacionan al estudio y actividades académicas. Si bien esto puede resultar reforzante a mediano plazo, ya que recibir una devolución positiva acerca de un trabajo o aprobar un examen tienen consecuencias

[3] Juego de azar donde los jugadores giran rodillos con símbolos para conseguir combinaciones en líneas de pago.

positivas, las apuestas ofrecen un escenario de continua recompensa pequeña inmediata. Ante esto, los casinos ganan otro señuelo que vuelve más atractiva su propuesta.

Sería un tanto simplista plantear únicamente como factor individual al reforzamiento intermitente, pues valdría con explicitar este mecanismo de aprendizaje para erradicar la problemática de la ludopatía en general. Los jóvenes, en su construcción de identidad, se encuentran atravesados por la lógica del consumidor. Las creencias nucleares configuran la percepción de un mundo en donde prima la competencia y el consumo de experiencias, de eso se trata el individuo flotante. Los aprendizajes que se irán consolidando serán consecuentes con el funcionamiento actual de la sociedad y con las lógicas circundantes. Las creencias se van construyendo en base a lo que la persona escucha, ve, cree, le enseñan.

Los pensamientos automáticos, resultantes de las creencias nucleares, pueden volverse disfuncionales y conducir a distorsiones cognitivas. Esto puede volverse un factor de vulnerabilidad para pensar la problemática (Muñetón, 2013). El sostenimiento de la conducta de apuesta no solo responde al aprendizaje por reforzamiento intermitente, sino también por la elaboración personal[4] de pseudoargumentos referidos a abstracción selectiva, falacia de control, sobregeneralización, propios de las distorsiones cognitivas (Beck, 1995).

Las distorsiones referidas a las apuestas y al dinero son el resultado esperable ante la función reforzante de las reglas verbales enlazadas al éxito y los pensamientos elaborados a partir de las creencias nucleares. Estas distorsiones, son funcionales en el sentido de sostener la conducta de la apuesta frente a pérdidas económicas significativas. Es posible observar entonces cómo se anuda la experiencia conductual con las elaboraciones cognitivas, en un contexto de vulnerabilidad propio de la adolescencia. Los sesgos que se irán construyendo serán difíciles de derrumbar. Se consolida la idea de que la recompensa está en la siguiente apuesta, que finalmente logró descubrir cómo funciona el algoritmo, que sí apuesta algunas veces más el casino lo recompensará.

Resulta incompleto pensar en los procesos cognitivos y conductuales desarrollados anteriormente, por fuera del nivel neurobiológico. Entra también en escena el circuito de recompensa. El factor riesgo-recompensa exhibido en los juegos de casino, activa al cerebro proporcionando descargas químicas que resultan placenteras para el organismo, el principal neurotransmisor involucrado es la dopamina. Lo problemático comienza a gestarse luego de una exposición sistemática y reiterada a este tipo de experiencias. El cerebro comienza a ‘pedir’ la activación del sistema de recompensa, alterando la actividad de los mensajeros químicos. Los niveles de tolerancia se incrementa y es necesario seguir apostando cada vez con mayor frecuencia e intensidad

[4] No confundir personal con voluntad.

para volver a alcanzar los niveles de excitación iniciales, dice Kayser (2019): la disfunción dopaminérgica puede conducir a una mayor anticipación de la recompensa y a una mayor sensibilidad a la incertidumbre, lo que a su vez puede impulsar conductas adictivas de juego.

En consonancia, se ha visto que en personas con conductas problemáticas ligadas al juego tienen una menor activación de la corteza prefrontal que una persona promedio. Como se ha planteado, la corteza prefrontal es la región cerebral crucial en las funciones ejecutivas como planificación y toma de decisiones. Esta área está en proceso de desarrollo durante la adolescencia, lo que lo vuelve un factor clave para entender la tendencia a los comportamientos impulsivos propios de esa etapa, que tienen un lugar protagónico en esta adicción comportamental.

Ahondar en lo comportamental desde estos engranajes contribuye a la comprensión de los fenómenos propios de la problemática en la población adolescente. A través de la ley de reforzamiento y las distorsiones cognitivas se arriba a una explicación respecto a la pérdida de control y deterioro del repertorio conductual. El aumento de la conducta problemática, tanto en tiempo como en intensidad, conlleva un estrechamiento del repertorio que se refleja en la pérdida de conductas alternativas. La persona se convence que puede revertir su situación, utilizando la misma receta. Esto resulta aún más comprometido si su contexto social refuerza esta idea. Cómo se desarrolló en el primer punto, los adolescentes transitan gran parte de su día en la escuela, espacio clave para agudizar este tipo de problemáticas en donde pueden toparse con otros jugadores o con reglas que incentivan a continuar por ese camino. Se ve una priorización progresiva de la conducta de apuesta. En este sentido, el aumento de este comportamiento problemático conlleva una búsqueda de mayor intensidad debido a los niveles de tolerancia y habituación desarrollados por el circuito de recompensa, el cerebro necesita seguir apostando para alcanzar placer, de lo contrario mostrará signos de abstinencia.

Usos problemáticos de tecnologías y ciberludopatía

Es posible aseverar que en los jóvenes de Argentina se encuentra una constante expansión de casos de ciberludopatía (Bazan, 2025). Esta problemática viene destacándose por sobre otros tipos de consumos problemáticos asociados al uso de tecnologías, ante este escenario surge el interrogante sobre los límites conceptuales que plantea esta clasificación general sobre la comprensión de la problemática de la ludopatía digital. Retomando uno de los interrogantes que guían este trabajo, ¿se obturan las particularidades de la problemática? Para responder esto, conviene indagar cómo es entendido el uso problemático de tecnologías.

La normativa vigente citada en este trabajo[5] no presenta una definición clara acerca de cómo se comprende al uso problemático de tecnologías, más bien ofrece una formulación amplia, en donde se remite a que debe afectar negativamente, en forma crónica, la salud física o psíquica del sujeto, y/o las relaciones sociales, además de la presencia de conductas compulsivas. Esta amplitud permite abarcar diversos fenómenos, aunque dificulta precisar características específicas de cada uno de ellos.

Desde la literatura científica con soporte empírico, el uso problemático de tecnologías puede entenderse a partir de un criterio temporal y funcional, es decir, de cuánto tiempo se pasa inmerso en el espacio digital, la pérdida de control y las consecuencias de las interacciones que allí se producen (Díaz-Vicario et al, 2019). En relación a los dispositivos involucrados, se observa una predominancia del uso de celular y computadora. Los aspectos que se desprenden de este uso prolongado e inmersivo son variados. Se presentan fenómenos globales y transversales que involucran el debilitamiento de habilidades sociales y aislamiento, así como también problemas físicos asociados a trastornos de sueño, obesidad, problemas cervicales, visuales y auditivos. El espacio digital de los principales usos problemáticos de tecnología remite a las redes sociales.

Las redes sociales toman protagonismo a partir de un amplio desarrollo en mecanismos conductuales de persuasión que buscan resultar atractivos para que las personas pasen allí el mayor tiempo posible. Además, es el espacio por excelencia en el cual transcurre la vida social de los jóvenes en la actualidad, las redes sociales son un lugar para conectarse con otros y compartir lo que ocurre a diario. Los entornos digitales son presentados como inofensivos, Trimboli (2025) construye el término ‘ciberlaxia’ para aludir a un “estado de baja percepción de riesgo en entornos digitales, en el que los usuarios, especialmente los más jóvenes, interactúan como si no hubiera consecuencias”. Una de las características psicológicas para describir este concepto refiere la impulsividad y necesidad de gratificación inmediata, propias de estos espacios. La ciberlaxia puede ser un terreno fértil para la aparición de problemáticas ligadas al uso de tecnologías.

Detenerse en las redes sociales, espacio digital por excelencia en jóvenes, posibilita resaltar dos categorías que le otorgan un carácter adictivo distintivo a estas plataformas, el “FoMo” y el “scrolleo infinito”.

Ambos fenómenos pueden analizarse conductualmente, evidenciando que comparten procesos de reforzamiento y aprendizajes que contribuyen a la consolidación de sesgos, los cuales derivan en un uso problemático de tecnologías. El ‘fear of missing out’ (FoMo) puede describirse como un patrón de comportamientos ligado al chequeo

[5] Ley 26.934.

constante de redes sociales, plataformas digitales y monitoreo de notificaciones por temor a quedar excluido o no acceder a reforzadores sociales, se sostiene en la creencia de que si no se está conectado todo el tiempo, se pierde información valiosa. Si bien puede asociarse principalmente al uso de redes sociales, no es exclusivo. Ocurre lo mismo con portales de noticias y plataformas de videojuegos. El 'FoMo' contribuye a la dependencia ante la necesidad constante de estar conectado, disminuyendo el rendimiento personal y afectando los tiempos de descanso. Además puede enlazarse a otros fenómenos consecuentes, como la desinformación o el acceso a información falsa. A nivel neurobiológico, puede asociarse a un estado de hipervigilancia y alerta en el cerebro, produciendo un incremento en los niveles de estrés y en algunos casos severos posibilitando la aparición de alucinaciones auditivas asociadas a la vibración o sonido del celular (Lin et al., 2013)[6].

Por otra parte, el fenómeno comportamental de scrolleo infinito remite a la conducta reiterada de deslizar la pantalla en búsqueda de nuevo contenido apetitivo[7], en donde la interrupción de la conducta puede vivenciarse de manera aversiva ante la expectativa de perder contenido valioso y cortar el reforzamiento propio de esa interacción continua. Las personas quedan seducidas por esa presentación de contenido infinito, que parece una interfaz inofensiva, pero se trata de un mecanismo planificado, caracterizado por la presentación de contenido de formato breve, resultando ameno para sostener el interés.

Estos dos fenómenos presentados son complementarios y característicos de las plataformas digitales, se corresponden con ejemplos de lo que Trimboli (2025) entiende por 'ciberlaxia', lo que inicialmente parece un rasgo inofensivo de las plataformas digitales, tiene un potencial adictivo rigurosamente diseñado. Algunas de las consecuencias de estos fenómenos aluden a la intolerancia de la incertidumbre, incremento de los niveles de ansiedad y desregulación emocional e incapacidad para realizar otras actividades consideras valiosas (Moralejo Aguirre et al., 2024).

La selección de 'FoMo' y scrolleo infinito no fue aleatoria. El repertorio de problemáticas incluidas en la categoría general de consumo problemático ligado al uso de tecnologías es vasto[8], sin embargo se plantea esta selección por evidenciar puntos en común pero también grandes diferencias respecto al abordaje y entendimiento de la ciberludopatia, pertinentes de situar al momento de retomar la pregunta núcleo del trabajo: ¿Es pertinente ubicar la ciberludopatía dentro de la categoría general de los consumos problemáticos asociados al uso de tecnologías?

---

[6] Conviene aclarar que no se está planteando una correlación directa entre 'FoMo' y alucinación, pero sí una articulación posible.

[7] Debe entenderse en términos de reforzamiento, no como sinónimo de agradable.

[8] Entre ellos: adicción a los videojuegos, ciberbullying, grooming.

Como primer punto, puede destacarse el rasgo común e innato que posee el espacio digital respecto a su diseño visual, tanto en redes sociales, como en plataformas de casino. Se presenta una gama de colores intensos, fuertes y llamativos que logran captar la atención del usuario, usualmente acompañado por animaciones y sonidos que resultan agradables. Es decir, se presenta un ambiente cuidadosamente diseñado para lograr un reforzamiento generalizado inicial.

Por otra lado, es posible aseverar que tanto en el uso problemático de redes sociales como en la ciberludopatía hay reforzamiento intermitente aunque con diferentes programas de condicionamiento. En el primer caso, se presentan mayoritariamente[9] programas de razón e intervalo fijo, esto remite a que el reforzador (como puede ser un 'like', contenido nuevo, notificación) aparecerá automáticamente luego de una cantidad de interacciones preestablecidas o de un tiempo fijo determinado. A diferencia de esto, en los juegos de casino los programas de razón e intervalo son variables, siempre. Pareciera que se trata de una diferencia minúscula, pero la diferencia es notoria. Los programas de condicionamiento de razón e intervalo variable son los más difíciles de extinguir.

Otro aspecto que cobra destacada relevancia bajo este enfoque es el referido al circuito de recompensa. En la ciberludopatía la liberación de dopamina puede caracterizarse como intensa en un breve lapso de tiempo, mientras que en el uso de celular o redes sociales se presenta de manera gradual y sostenida, lo que puede hacer que este circuito se atenúe y sea menos intenso que en la otra problemática. La evidencia permite concluir que la intensidad y velocidad de descarga del circuito dopaminérgico se encuentra directamente articulado a la probabilidad de consolidar una adicción (Volkow et al, 2007; Yale Medicine, 2022). Esto no anula el carácter adictivo que presentan las plataformas digitales, pero sí permite establecer un diferencial importante.

Si bien, como fue expuesto, la ciberludopatía comparte con otros usos problemáticos de tecnologías similares procesos de reforzamiento y activación del circuito de recompensa, estas similitudes resultan insuficientes para comprender la especificidad de la conducta de apuesta en entornos digitales. Es posible detectar dos puntos nodales referidos a las reglas verbales y el uso de dinero que remiten a una especificidad propia de la ciberludopatía.

En los entornos digitales que no están ligados a casinos o apuestas, el uso de dinero no es requerido ni forma parte de su núcleo, esto no desconoce la existencia de plataformas que ofrecen diferentes servicios o mejoras a partir de adquirir un plan pago, pero no se vuelve condición necesaria para su utilización ni puede asociarse a las características de su uso problemático. Como fue desarrollado, en la ciberludopatía el dinero ocupa un lugar central, sin este reforzador desaparece la problemática como tal,

[9] Por supuesto que hay excepciones, sería imposible abarcar la totalidad de plataformas.

las plataformas de casino y apuestas podrían entonces plantearse como una modalidad más de videojuegos y lo problemático hipotéticamente podría apuntar al tiempo de uso y al aislamiento social consecuente, los circuitos de recompensa estarían activos pero de forma sostenida y atenuada. El dinero es uno de los rasgos diferenciales presentes en la ciberludopatía, es el reforzador que intensifica la experiencia de apostar y uno de los responsables de que el circuito de recompensa se presente de manera intensa.

Por su parte, las reglas sociales circundantes en la actualidad, configuran un contexto socio verbal que estimula conductas de apuesta. El comportamiento no ocurre en un vacío, está influenciado por el ambiente. En los usos de plataformas digitales pueden rastrearse reforzamientos sociales ligados a la importancia de mantenerse conectado, planteando que la globalización que produjo internet, posibilita acceder a información relevante todo el tiempo[10] e interactuar con otras personas (incluso en plataformas de videojuegos). Si bien estas reglas tienen la función de fomentar el uso de pantallas, resultan un tanto ambiguas y no remiten al uso de una plataforma en particular[11] o un medio específico. Es posible aseverar que en la problemática de la ciberludopatía se pueden rastrear reglas sociales específicas que apuntan a ligar el éxito con la obtención de dinero y que el medio para lograrlo facil y rapidamente es mediante apuestas. El estímulo se construye como un mensaje específico, delimitado y concreto, con una función clara, incentivar el comportamiento de apuesta.

La articulación entre la función reforzadora del dinero y determinadas reglas sociales ligadas al éxito y las ganancias, configura un escenario particular que le otorga cierta especificidad a la problemática de la ciberludopatía. El entorno digital es el medio por el cuál se desarrolla, pero no su núcleo explicativo. A diferencia de otros usos problemáticos de tecnologías, donde lo problemático suele involucrar la necesidad de conexión permanente, la búsqueda de aprobación social o el acceso irrestricto a nuevo contenido potencialmente relevante, la ciberludopatía se encuentra atravesada por una dimensión diferente, en la que el dinero y las reglas sociales adquieren una centralidad organizadora para pensar la adquisición y sostenimiento de la problemática. Los dispositivos tecnológicos habilitan y facilitan la conducta de apostar, pero el núcleo puede rastrearse en la articulación de contingencias sociales, conductuales, cognitivas y neuroquímicas.

En este sentido, la ciberludopatía comparte con otros usos problemáticos de tecnologías el hecho de desplegarse en el entorno digital y de apoyarse en mecanismos de reforzamiento propios de las plataformas virtuales. Sin embargo, es posible aseverar que ubicar a la ciberludopatía dentro de esta categoría general descuida las

[10] Nótese la articulación con el fenómeno de “FoMo” desarrollada anteriormente.
[11] Esto sin contar la publicidad propia que cada plataforma o empresa pueda destinar, claro está.

particularidades y obtura, en cierto sentido, la comprensión y abordaje de la problemática. Esto permite plantear una posible hipótesis para explicar por qué en los últimos años se ha dado un incremento de casos de ciberludopatía en jóvenes, respecto a otras problemáticas digitales.

Reflexiones finales

La legislación argentina entiende a la ludopatía digital como un tipo de uso problemático de tecnologías. Ante el incremento de casos en la población juvenil de este país, se plantearon dos interrogantes claros: ¿es pertinente ubicar la ciberludopatía dentro de la categoría general de los consumos problemáticos asociados al uso de tecnologías?, ¿se obturan las particularidades de la problemática?.

Respecto a si es pertinente ubicar la ciberdulopatia dentro de una categoría general, es posible repensar que efectivamente hay aproximaciones explicativas comunes a los consumos problemáticos ligados al uso de tecnologías y al formato en el que se presentan, como el diseño visual, la utilización de sonidos y el entorno digital compartido, cuyo objetivo es mantener conectados a la mayor cantidad de personas durante el máximo tiempo posible. Sin embargo, también se logra argumentar que situar la ludopatía digital al interior de una categoría general acaba por descuidar las particularidades teóricas y clínicas para su abordaje y comprensión. Los procesos comportamentales referidos al reforzamiento intermitente configuran la dinámica de funcionamiento de las plataformas de casino, a diferencia de lo que ocurre en otros espacios digitales. Además, la función de las reglas verbales que asocian el dinero con el éxito, incrementan el valor de los casinos como medio para lograr esa premisa. El dinero es un reforzador central que sostiene la problemática, es sobre este que se van sosteniendo sesgos cognitivos que facilitan el mantenimiento de las apuestas incluso ante resultados negativos. Esto tampoco es exclusivo en otros usos problemáticos de tecnologías. Otra variable para analizar es el aspecto neurobiológico, allí también se detecta un diferencial respecto al resto de problemáticas contempladas por la ley actual. En la ciberludopatía la activación de circuitos dopaminérgicos se caracteriza por ser intensa en un lapso breve, mientras que en otros usos problemáticos de tecnologías se presentan activaciones más atenuadas, con descargas de menor intensidad pero sostenidas en un mayor lapso de tiempo.

Ante estas diferencias expuestas, es posible concluir que ubicar a la ciberludopatía dentro de la categoría general de consumos problemáticos asociados al uso de tecnologías, descuida y obtura las particularidades de la problemática, afectando su comprensión y tratamiento.

A partir de las reflexiones planteadas en el presente ensayo, nacen nuevos interrogantes y discusiones. Es importante que estos disparadores puedan ser abordados en un futuro cercano, ya que los datos estadísticos delatan una profundización de la problemática. Ante esto, una posible sugerencia para un abordaje riguroso, es la de elaborar un nuevo artículo, en la ley vigente, exclusivo para la ludopatía digital, contemplando aspectos como la regulación de publicidad, educación financiera, talleres

en ámbitos escolares para detección temprana de casos de ciberludopatía y psicoeducación, entre otros. Se sostiene que una legislación clara es una forma de prevención.

Por último, es pertinente advertir la importancia de un abordaje integral y subjetivo. Las particularidades de la ciberludopatía requieren pensar en un trabajo focalizado en el caso a caso con el fin de abordar, de forma precisa, los factores cognitivo-conductuales de adquisición y mantenimiento de la problemática, pero además requiere un compromiso social enfocado en el análisis crítico de los discursos imperantes en la cotidianeidad.

Referencias bibliográficas

Bazán, J. (2025, 2 agosto). Ludopatía adolescente: la epidemia silenciosa que ya no se puede negar. *Clarín*. https://www.clarin.com/sociedad/ludopatia-adolescente-epidemia-silenciosa-puede-negar_0_XjX20Ytjra.html

Beck, A. T. (1983). *Terapia cognitiva de la depresión*. Declée de Brouwer

Beck, J. (1995). *Terapia cognitiva: conceptos básicos y profundizaciones.* Gedisa Editorial

Bloj, A. (2025). *Jugar en la virtualidad.* Noveduc

Defensoría del Pueblo C.A.B.A.(2024). Guia 2024: Prevención del Juego Compulsivo y Problemático. https://www.defensorba.org.ar/pdfs/guia-2024-prevencion-del-juego-compulsivo-y-problematico.pdf

Díaz-Vicario, A., Juan, C. M., & Sallán, J. G. (2019). Uso problemático de las TIC en adolescentes. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, *21*, 1-11. https://doi.org/10.24320/redie.2019.21.e07.1882

Kayser, A. (2019). *Dopamine and Gambling Disorder: Prospects for Personalized Treatment.* Current Addiction Reports. 6(2), 65-74. https://doi.org/10.1007/s40429-019-00240-8

Ley 26.934 de 2014. (29 de mayo de 2014). *Plan Integral para los Consumos Problemáticos.* Boletín Oficial de la República Argentina, n°32894.

Lin, Y., Lin, S., Li, P., Huang, W., & Chen, C. (2013). Prevalent Hallucinations during Medical Internships: Phantom Vibration and Ringing Syndromes. *PLoS ONE*, *8*(6), e65152. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0065152

Mandil, J., Maero, F., & Quintero, P. J. (2017). *ACT: Terapia de aceptación y compromiso con adolescentes*. Akadia Editorial

Moore, J. (2008). *Conceptual Foundations of Radical Behaviorism*. The Cambridge Center

Moralejo Aguirre, A., Lamas, M. C., Leumann, M., Auxiliadora, O. B. J. (2024). *Fear of missing out (FoMo) y regulación emocional en jóvenes universitarios de Ciudad Autónoma de Buenos Aires (CABA).* Repositorio Institucional UCA. https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/18633

Muñetón, M. J. B. (2013). *Relación entre esquemas inadaptativos, distorsiones cognitivas y síntomas de ludopatía en jugadores de casinos*. Dialnet. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4772964

Muñoz-Molina, Y. (2008). *Meta-análisis sobre juego patológico 1997-2007*. Redalyc.org. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=42210114

Organización Mundial de la Salud: OMS. (2024, 2 diciembre). *Juegos de azar y de apuestas*. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/gambling

Peirano, L. (2017). *Periodos críticos o períodos sensibles* [Ficha de cátedra]. Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Rosario.

Skinner, B. F. (2021). *La conducta de los organismos*. ABA España. (Obra original publicada 1938)

Skinner, B. F. (2022). *Ciencia y conducta humana*. Cátedra Externa ABA España, Universidad de Cadiz. (Obra original publicada 1953)

Trimboli, A. (2025). *Ciberlaxia: Riesgos de la exposición digital ingenua en infancias y adolescencias : intervención clínica y prevención de los consumos problemáticos en entornos digitales*. Noveduc.

Volkow, N.D., Fowler, J.S, Wang, G., Swanson, J. M., Telang, F. (2007). *Dopamine in Drug Abuse and Addiction: Results of Imaging Studies and Treatment Implications. Arch Neurol.* 2007;64(11):1575–1579. doi:10.1001/archneur.64.11.1575

Yale Medicine (2022, 25 mayo). *How an Addicted Brain Works*. https://www.yalemedicine.org/news/how-an-addicted-brain-works