

Adicción a las criptomonedas: una nueva forma de ludopatía

Addiction to cryptocurrencies: a new form of gambling disease

M. Consuelo Tomás Benlloch

Psicóloga, Fundadora y Directora del Instituto Valenciano de Ludopatía y Adicciones no Tóxicas

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2098-6343>

Recibido: 10/11/2022 · Aceptado: 24/03/2023

Cómo citar este artículo/citation: Tomás Benlloch, M. C. (2022). Adicción a las criptomonedas: una nueva forma de ludopatía. *Revista Española de Drogodependencias*, 48(1), 5-12.

Resumen

La adicción al *trading* no es un fenómeno nuevo pero la aparición en 2009 de la primera criptomoneda, el Bitcoin, creada bajo el pseudónimo Satoshi Nakamoto, ha representado el auge de una nueva forma de inversión. La especulación en criptomonedas es un tema de creciente actualidad en los mercados financieros que debería tomarse en consideración dentro del campo de la psicología por el elevado potencial adictivo que entraña. Al igual que sucede con los juegos de azar, las inversiones en criptomonedas se pueden convertir en una nueva conducta adictiva que reúne las características propias de la ludopatía. En este artículo se pretende llamar la atención sobre la adicción a las criptomonedas, sus posibles causas y efectos. Asimismo, se plantea la necesidad de alertar y sensibilizar a los profesionales y población en general para poder prevenir, detectar precozmente y tratar esta nueva conducta adictiva con efectos devastadores en todas las áreas de las personas afectadas.

Palabras clave

Criptomonedas; adicción a las criptomonedas; criptoadicción; ludopatía; juego patológico; adicciones no tóxicas; adicciones.

— Correspondencia a: _____
M. Consuelo Tomás
Email: info@adiccionesvalencia.es



Abstract

Trading addiction is not a new phenomenon, but the appearance in 2009 of the first cryptocurrency, Bitcoin, created under the pseudonym Satoshi Nakamoto, has represented the rise of a new form of investment. Speculation in cryptocurrencies is an increasingly topical issue in the financial markets that should be taken into consideration within the field of psychology due to the high addictive potential it entails. As with games of chance, investments in cryptocurrencies can become a new addictive behavior that has the characteristics of gambling addiction. This article intends to draw attention to addiction to cryptocurrencies, its possible causes and effects. It also raises the need to alert and sensitize professionals and the general population in order to prevent, detect early and treat this new addictive behavior with negative effects. devastating in all areas of the people affected.

Keywords

Cryptocurrencies; cryptocurrency addiction; crypto addiction; gambling addiction; pathological gambling; non toxic addictions.

INTRODUCCIÓN

El problema de las adicciones continúa siendo una constante en nuestra sociedad y, de la misma manera que la sociedad avanza y evoluciona, las adicciones van adquiriendo nuevas formas. La aparición de Internet ha supuesto uno de los grandes cambios a nivel social, afectando a nuestras relaciones y a nuestra forma de vivir y de entender el mundo. Pero también ha influido directamente en la aparición de nuevas dependencias. Y, sin duda, una de estas formas emergentes de conducta adictiva es la adicción a las criptomonedas.

Desde que el Bitcoin (primera criptomoneda conocida, creada por Satoshi Nakamoto) hiciera su aparición en 2009, son muchas las personas que comenzaron a invertir en Bitcoins y, posteriormente, en otras divisas digitales (Ethereum, Cardano Dogecoin...). Todo ello, alentado por la creencia de po-

der conseguir ganancias sustanciosas en un corto espacio de tiempo. Idea difundida a través de diferentes medios (cursos para “aprender” a invertir, influencers o famosos, publicidad en camisetas de deportistas...) y favorecida por el entorno familiar o social. Sin embargo, este tipo de inversiones no está exento de problemas y desde el Instituto Valenciano de Ludopatía y Adicciones no Tóxicas, ya desde hace años, estamos atendiendo personas que han perdido el control y han generado una dependencia con este tipo de inversiones.

La adicción al *trading* no es un fenómeno nuevo, si bien en España el número de personas atendidas por esta problemática se incrementó con la crisis de 2008 con la caída del mercado inmobiliario y la bajada de los tipos de interés. En este contexto fueron muchas las personas que comenzaron a invertir en Bolsa u otro tipo de activos finan-



cieros que suponían un riesgo y se quedaron “atrapadas” necesitando ayuda psicológica.

Actualmente, el panorama de la adicción al trading se está viendo potenciado con el mercado de las criptodivisas. Destaca el hecho de que la mayor parte de personas adictas a la Bolsa eran mayores de 35 años mientras que la adicción a criptomonedas está afectando también a personas cada vez más jóvenes siendo necesario que conozcamos este ámbito y las motivaciones que subyacen.

¿QUÉ SON LAS CRIPTOMONEDAS?

Las criptomonedas o criptodivisas son monedas virtuales con las que se pueden realizar transacciones financieras o se pueden utilizar para obtener ganancias comprándolas y vendiéndolas, de forma análoga a lo que se hace en las Bolsas. Sin embargo, no dependen ni están reguladas por bancos u otras instituciones (descentralización) y utilizan un sistema blockchain (técnica de cifrado) para verificar la transferencia de fondos. Para ello, son múltiples las plataformas en Internet para realizar este tipo de transacciones (Binance, Coinbase, eToro, etc.) e, incluso, cajeros automáticos en grandes superficies comerciales. El valor de las criptomonedas depende del compromiso de los usuarios y proviene de la especulación en torno a las subidas y bajadas (oferta y demanda). Son extremadamente volátiles, pudiéndose perder en poco tiempo, un porcentaje muy importante de la inversión e incluso, desaparecer y perderlo todo.

Desde nuestra experiencia, es esencial distinguir entre “invertir” o “especular” en criptomonedas. Invertir implica un análisis racional, coherente y sensato, estableciendo

unos límites tanto para las ganancias como para las pérdidas (stop loss). Por el contrario, “especular” implica dejarse llevar por las emociones dando lugar a la pérdida de control y dependencia.

SIMILITUDES DE LA ADICCIÓN A LAS CRIPTOMONEDAS CON EL JUEGO PATOLÓGICO

Como sucede en los juegos de azar, la adicción a las criptomonedas comparte los mismos criterios que definen una ludopatía, si bien es cierto que el DSM-5 (APA, 2013) solo considera el juego patológico como un trastorno adictivo. Entre los síntomas de las personas “enganchadas” a las criptomonedas, encontramos grandes similitudes con el juego patológico: necesidad de invertir cantidades de dinero cada vez más mayores; nerviosismo o irritabilidad cuando se intenta reducir o parar estas inversiones; intentos infructuosos si se quiere dejar o parar estas inversiones; tener la mente ocupada en las noticias o subidas y bajadas del valor de las criptomonedas; invertir en momentos de desasosiego, intentar recuperar las pérdidas al día siguiente, mentir y ocultar la verdadera implicación con las criptomonedas, poner en peligro o haber perdido una relación importante o empleo o estudios y contar con los demás para aliviar la situación financiera provocada por estas inversiones.

Asimismo, la negación y falta de reconocimiento del problema hasta que las consecuencias son graves es común también en la adicción a las criptomonedas.

Ahora bien, como ya hemos indicado no significa lo mismo “invertir” que “especular” y, en este sentido, la especulación está a la



base de esta nueva forma de ludopatía: si se gana, se quiere ganar más y, si se pierde, se quieren recuperar las pérdidas “jugando o especulando” - que no invirtiendo -.

FACTORES PREDISONENTES Y MANTENEDORES DE LA ADICCIÓN A LAS CRIPTOMONEDAS

Desde nuestra experiencia clínica, estamos observando que los factores que predisponentes y mantenedores de esta adicción son similares a los de la ludopatía y tienen que ver tanto con variables personales, familiares y socio-ambientales, sin olvidar el papel que desempeñan los principios del condicionamiento clásico y operante. Si bien es cierto que se necesitan muchas más investigaciones en esta área. Como es bien sabido, no todos los factores de vulnerabilidad afectan de la misma manera a todas las personas con problemas adictivos ni su impacto es el mismo, pudiendo haber diferencias individuales (Tomás, 2019).

Entre las posibles circunstancias que favorecen el origen y mantenimiento de la adicción a las criptomonedas encontramos que en el **ÁREA PERSONAL**, la impulsividad y búsqueda de sensaciones, sobre todo en los jóvenes, pueden desempeñar un papel importante, de forma similar a lo que sucede con la ludopatía tanto en investigaciones de la década de los 80 como en estudios más recientes (Blaszczynsk et al., 1986; Negro et al., 2015; Turek et al., 2020, entre otros). De igual manera, estados emocionales negativos o situaciones difíciles pueden ser favorecer la aparición de la criptoadicción (p. ej. la falta de motivación en jóvenes). Las

oscilaciones en el valor de las criptomonedas aumentan niveles de activación fisiológicos como sucede en los juegos de azar (Ruiz y Cuadrado, 1999; Navas, y Perales, 2014; Antons et al., 2020; de Noreña et al., 2022), provocando cambios en el sistema de recompensa cerebral, neurotransmisores y funcionamiento neurofisiológico.

Una de las variables cruciales a tener en cuenta, tal y como ponen de manifestó todos los pacientes atendidos en nuestro centro, son las creencias erróneas o sesgos en torno a la facilidad para conseguir dinero fácil y en torno a las ganancias o pérdidas producidas. Están plenamente convencidos de podrán conseguir dinero rápidamente y si ganan consideran es gracias a sus conocimientos, realización de cursos de trading, inteligencia o habilidad personal, mientras que cuando pierden, creen que se debe a factores externos que nada tienen que ver con ellos. Como en la ludopatía, estas distorsiones dificultan que puedan tener una comprensión objetiva y ajustada a la realidad, poniendo en peligro tanto su salud financiera como la física y psicológica. Diferentes autores como Labrador, han destacado la importancia de los sesgos cognitivos en la ludopatía que como venimos observando en nuestra consulta, se dan también en el campo de las criptomonedas. Afirmaciones de las personas atendidas en nuestro centro que dan buena cuenta de ello, son las siguientes. “sé que puedo ganar más” “seguro que tarde o temprano recuperaré las pérdidas” “invertir cuando sale una criptomoneda nueva, hará que gane rápidamente” “Aunque pierda, seguro que esta criptomoneda, recuperará su valor”, “He hecho un curso y sé cómo invertir y ganar dinero con criptos”, “la culpa de mis pérdidas es por la guerra de Ucrania” (cuando empezó este conflicto) o actualmente “si pierdo es por culpa de la inflación”... Incluso hay pacientes



que nos han comentado que están seguros que podrán vivir de la rentabilidad de las criptomonedas en contra de la evidencia y haber sufrido importantes mermas en su economía.

Si atendemos al **ÁMBITO FAMILIAR**, es lógico pensar que si en el entorno cercano los allegados también invierten en criptomonedas, será más fácil que se desarrolle esta conducta mediante el aprendizaje vicario que Bandura ponía en relieve en 1987. También el hecho de que los familiares o la propia persona den importancia al dinero y a los símbolos materiales (ropa cara, móviles de última generación...), de una forma indirecta, fomenta la necesidad de obtener dinero de forma casi inmediata y abre las puertas a llevar a cabo este tipo de inversiones. Asimismo, la falta de cohesión e integración familiar, así como la ausencia o dificultades de comunicación entre sus miembros, representan un factor de riesgo de la génesis y mantenimiento de las adicciones (Miguel et al., 2016; Normar y Forman, 2020, entre otros).

Y si nos centramos en los **FACTORES SOCIO-AMBIENTALES Y CULTURALES**, la permisividad y aceptación social que este tipo de prácticas están teniendo en la actualidad, propician que las inversiones en criptomonedas estén creciendo de forma alarmante. Destaca la facilidad con la que se puede acceder en cajeros en nuestras calles y grandes superficies, así como la proliferación de plataformas para invertir en Internet que preservan el anonimato y posibilidad de realizar transacciones económicas las 24 horas al día en cualquier lugar a través de los dispositivos móviles. Es conveniente señalar que los valores materialistas y falta de normativas en este sentido junto con la gran oferta de cursos para “aprender” a operar con las criptodivisas, así como la publicidad (p. ej. en camisetas de influencers o equipos deportivos, pancartas en

estaciones de tren como la Estación de Atocha en Madrid, etc.) son, entre otros, factores que despiertan el interés en la población.

CONSECUENCIAS DE LA ADICCIÓN A LAS CRIPTOMONEDAS

Las consecuencias de esta adicción son devastadoras afectando todas las áreas de vida. Cabe destacar el estrés, ansiedad y tensión ocasionados por la alta volatilidad de las criptomonedas. Es más, en ocasiones, detrás de estos mercados pueden existir estafas con intención de engañar y apropiarse del dinero de los demás o, criptosectas que ofrecen cursos y persuaden a los jóvenes para alejarse de sus familias organizando eventos en un marco piramidal de ventas en el mundo cripto.

El estado anímico se ve influido en función de las ganancias o pérdidas afectando a los pensamientos, conductas y sentimientos. Irritabilidad, nerviosismo, problemas de concentración, son habituales y, en algunos casos, sentimientos de vergüenza y culpabilidad. No solo se desarrollan problemas en el ámbito emocional, sino también en la salud física (p. ej. alteraciones en la calidad y cantidad de sueño o alimentación).

Cualquier esfera se ve gravemente comprometida: conflictos familiares, desatención a miembros de la familia o responsabilidades, abandono o falta de interés en actividades que antes sí eran satisfactorias, reducción de contactos sociales o circunscribirse a los que experimentan la misma atracción, bajada del rendimiento académico o laboral y graves problemas económicos que pueden desembocar en problemas legales, son, el día a día, de las personas con adicción a las criptomonedas.



A MODO DE CONCLUSIÓN

La especulación en criptomonedas se puede convertir en un trastorno adictivo, de forma idéntica a lo que estamos viviendo durante años con los juegos de azar. Sin embargo, de poco nos ha servido la experiencia porque nuevas formas de ludopatía están emergiendo sin que se tome conciencia de ello ni se adopten medidas necesarias para frenar dicha adicción. Nos planteamos una vez más, cuántas personas y familias se tienen que ver afectadas por este problema para que se empiecen a tomar medidas de cara a prevenir esta situación.

La adicción a las criptomonedas reúne los criterios establecidos por Griffiths (1988) para considerar un comportamiento como adictivo: relevancia, modificación del humor, tolerancia, síndrome de abstinencia, conflicto en diferentes ámbitos y posibilidad de recaídas. Consideramos que es importante que tanto la Organización Mundial de la Salud (O.M.S) como la Asociación Americana de Psiquiatría (A.P.A.) en futuras revisiones de sus manuales incluyan y se refieran a la adicción a las criptomonedas como trastorno adictivo ya que reúne los mismos requisitos que definen el trastorno de juego patológico.

El potencial adictivo de las criptomonedas es enorme y se explica por la conjunción de factores predisponentes y mantenedores (personales, familiares y socio-ambientales-culturales) semejantes a los relacionados con la ludopatía. Es más, es fundamental que tengamos en cuenta que jóvenes con problemas con los juegos de azar, sobre todo, apuestas deportivas, están trasladando su adicción a las criptomonedas como venimos observando en nuestro centro. Motivo por el que nuestra intervención terapéutica contempla con especial atención esta realidad

para evitar el desplazamiento o sustitución entre estas adicciones.

Se considera imprescindible que la adicción a las criptomonedas se tenga en cuenta en la formación de los profesionales que trabajan en la salud mental y se incluya en los planes de drogodependencias y conductas adictivas. Es fundamental tener información básica de cómo funcionan estos mercados para poder implementar programas de prevención y tratamiento eficaces. Prevención que abarque el individuo, la familia, escuela y ámbito comunitario, haciendo especial hincapié en los adolescentes y jóvenes.

De igual forma, es esencial controlar el mercado, plataformas y publicidad de las criptomonedas. Si bien es cierto que la Comisión Nacional del Mercado de Valores está intentando poner algunas limitaciones, éstas son insuficientes. El hecho de que se permita que influencers, famosos o equipos de fútbol, exhiban plataformas para poder operar en criptomonedas o utilizar *tokens* - aunque no reciban una remuneración económica por ello - no significa que en los seguidores o fans no se aliente la idea de invertir-.

Ganar dinero fácilmente no es un objetivo en la vida y la difusión de valores basados en el esfuerzo son recomendables en la prevención de esta adicción. El prestigio y valoración personal y social nada tienen que ver con las ganancias obtenidas con la compra-venta de criptomonedas. Nos encontramos en un contexto en el que la permisividad y admiración a las personas que operan con criptos dificultan el reconocimiento de este trastorno. Pese a considerar que es una nueva forma de ludopatía, no genera la misma impresión ver a una persona que juega a las máquinas tragaperras en un bar de barrio que una persona que invierte en criptomonedas, a la que se le presupone cierto status social e inteligencia.



A las personas que pierden el control en las criptomonedas les cuesta asumir que el azar también juega un papel importante en este tipo de “inversiones”, ni son conscientes del riesgo que asumen si alguna de las plataformas en las que se deposita el capital para invertir o guardar las criptomonedas, quebrará (FTX, Binance, EToro...). Tampoco pueden tener la certeza de que la creación de alguna criptomoneda nueva esté suficientemente respaldada y solo sea una estafa para apropiarse del dinero del inversor. Al igual que en la ludopatía, el quebranto económico que supondría perder una importante parte del capital, ya sea porque ha disminuido el valor de las criptomonedas o por quiebras o estafas, sería entre otros, uno de los indicios para poder reconocer el problema y plantearse la necesidad de buscar tratamiento, pero en la mayoría de los casos, lejos de hacerlo, se continúa “especulando” para revertir las pérdidas, esgrimiendo excusas, autoengaños o distorsionando la realidad (lo que conocemos como sesgos cognitivos). Todo ello, pese a poner en peligro relaciones y de las graves consecuencias en otras facetas. Así se entra en un círculo vicioso hasta que la situación ya es insostenible o es descubierta por la familia.

Es conveniente diferenciar las inversiones en criptomonedas (análisis racional) de la especulación en la que las emociones juegan adquieren protagonismo y se subraya la necesidad de llevar a cabo investigaciones y formación de profesionales en este área.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th edition).
- Antons, S., Brand, M. y Potenza, M. N. (2020). Neurobiology of cue-reactivity, craving, and inhibitory control in non-substance addictive behaviors. *Journal of the Neurological Sciences*, 415, 116952.
- Blaszczynski, A. P., Wilson, A. C. y McConaghy, N. (1986). Sensation seeking and pathological gambling. *British Journal of addiction*, 81(1), 113-117.
- De Noreña, D., Muñoz, A., Ezpeleta, D. y Latorre, G. (2022). *Juego patológico: historia y bases neuroanatómicas y fisiopatológicas*.
- Griffits, M.D. (1988). Internet adicción: Does it really exit? En J. Gackenbach (ed.), *Psychology and the internet: Intrapersonal, interpersonal and transpersonal implications* (61-75). Academic Press.
- Labrador, F. J., y Alba. A. F. (2004). Juego patológico y errores cognitivos. *Mente y Cerebro*, (8), 11-17.
- Labrador, F. J., Fernández-Alba, A. y Mañoso, V. (2002). Relación entre las distorsiones cognitivas referidas al azar y éxito terapéutico en jugadores patológicos. *Psicotema*, (14), 551-557.
- Miguel, P. B., Pascual, I. R. y Sánchez, C. M. (2016). Contexto familiar y adicción al juego. Factores que determinan su relación. *Salud y drogas*, 16(2), 81-91.
- Navas, J. F., & Perales, J. C. (2014). Comprensión y tratamiento del juego patológico: aportaciones desde la Neurociencia del Aprendizaje. *Clínica y salud*, 25(3), 157-166.
- Negro, D. W., Corel, W. H., Crowe, R. R. et al. (2015). Trastornos de personalidad, impulsividad y búsqueda de novedad en personas con juego patológico DSM-IV



- y sus familiares de primer grado. *J Gambl Stud*, 31, 1201–1214. <https://doi.org/10.1007/s10899-014-9505-y>
- Normar, J. y Forsman, A. K. (2020). Una revisión sistemática de los riesgos psicosociales del juego y el juego problemático en los países nórdicos. *Salud, Riesgo y Sociedad*, 22(3-4), 266-290.
- Ruiz, J. S., Y Cuadrado, Á. I. (1999). Las bases neurobiológicas del juego patológico. *Anuario de psicología*, 30(4)47-65.
- Tomás, M. del C. (2019). Adicción al tarot: ¿mito o realidad? Consecuencias y factores de riesgo. *Revista Española de Drogodependencias*, 44(2), 13-25.
- Turek, A., Machalska, K., Chrobak, A. A., Siwek, M, y Dudek, D. (2020). Impulsiveness and cyclothymic traits of affective temperament as predictors of risky gambling behavior. *Psychiatria Polska*. 54(3), 537-552. <https://doi.org/10.12740/pp/onlinefirst/110472>