

Click, gana y vuelve a jugar: adicción al juego online en mayores

Sin lugar a dudas, el perfil del jugador online es el de un joven que, móvil en mano, apuesta en plataformas digitales. Sin embargo, esta representación ha quedado obsoleta. En la última década, el entorno digital ha captado también la atención de personas mayores que acceden cada vez más a casinos virtuales, bingos online y juegos de azar desde la comodidad del hogar. Esta tendencia no es anecdótica: estudios recientes apuntan a una preocupante invisibilización del juego patológico en la tercera edad, una adicción silenciosa que avanza sin apenas estrategias de prevención ni reconocimiento clínico.



El envejecimiento poblacional y la creciente digitalización han creado el caldo de cultivo perfecto para el desarrollo de conductas problemáticas asociadas al juego online en

personas mayores. Como señalan Johnson et al. (2023), muchos adultos mayores recurren a estas plataformas como una forma de combatir la soledad, el aburrimiento o el duelo, encontrando en ellos una vía de escape emocional. La facilidad de acceso, las interfaces intuitivas y las campañas de marketing dirigidas a públicos amplios convierten el entorno digital en una opción especialmente atractiva para quienes buscan distracción o evasión. Esta repetición constante del ciclo “click, gana y vuelve a jugar” puede consolidarse como una rutina cotidiana, especialmente entre quienes presentan mayor vulnerabilidad psicosocial. En este contexto, factores como el aislamiento, la jubilación, que conlleva una reducción del contacto social y del sentido de propósito, el deterioro cognitivo o las pérdidas afectivas, funcionan como aceleradores de esta conducta adictiva. Tal y como recoge Granero et al. (2020), los adultos mayores con trastorno por juego presentan perfiles clínicos diversos, donde destacan síntomas depresivos, disfunciones ejecutivas e inicios tardíos del juego problemático.

Las plataformas de juego online están disponibles las 24 horas, ofrecen recompensas inmediatas y permiten jugar en soledad, sin la presión social del entorno físico. Venuleo et al. (2021) argumentan que el atractivo del juego online radica en su capacidad para crear una “realidad alternativa” en la que el jugador siente que recupera el control o escapa de su malestar emocional. Esta percepción puede ser especialmente seductora para personas mayores que atraviesan transiciones vitales complejas, como el envejecimiento en solitario o la enfermedad crónica. El perfil de los jugadores mayores presenta particularidades que van más allá del simple deseo de lucro: según el mismo estudio, el juego se convierte en una búsqueda simbólica de significado, control o conexión emocional. Esta dimensión subjetiva transforma la conducta en una estrategia de afrontamiento ante sentimientos de pérdida, desconexión o falta de propósito vital. De hecho, en su análisis cualitativo en el estudio mencionado, las autoras advierten cómo la narrativa personal de muchos mayores gira en torno a la necesidad de “*sentirse vivos*” o “*dar emoción a los días*”.

A diferencia de otros grupos de edad, los mayores experimentan una progresión más rápida hacia el juego problemático. Granero et al. (2020) encontraron que, en personas de edad avanzada, especialmente mujeres, los factores precipitantes incluyen viudez, enfermedad crónica, aislamiento social y comorbilidades psiquiátricas. Además, el juego no siempre es

percibido como un riesgo por su entorno, sino como un entretenimiento inofensivo, lo que retrasa aún más la detección y la intervención. En esta línea, Subramaniam et al. (2015) destacaron que los mayores que buscan tratamiento suelen presentar niveles más altos de culpa, desesperanza y deterioro funcional que los jugadores jóvenes, lo que complica su recuperación.

En el plano neurocognitivo, estudios como el de Ren et al. (2023) han demostrado alteraciones en la toma de decisiones y el procesamiento de la recompensa en personas mayores, similares a las observadas en trastornos por uso de sustancias. Estas disfunciones, junto al deterioro cognitivo asociado a la edad, dificultan el reconocimiento del problema y reducen la capacidad de autocontrol frente a los estímulos digitales. Además, se ha observado que ciertos patrones de juego online, como las tragamonedas virtuales o los juegos con refuerzo inmediato, están especialmente diseñados para explotar estas vulnerabilidades cognitivas.

La respuesta institucional, sin embargo, aún no ha estado a la altura. Según la revisión de Johnson et al. (2023), la mayoría de los programas de prevención y tratamiento siguen centrados en jóvenes, dejando fuera a un segmento de la población que no solo crece en número, sino también en exposición al riesgo. Por ello mismo, es urgente diseñar campañas específicas para mayores, que incluyan estrategias de alfabetización digital crítica, formación a profesionales sociosanitarios y sistemas de detección precoz en centros de salud y atención primaria.

“Las personas no se vuelven adictas a un objeto, sino a una solución aparente que responde a una necesidad emocional no resuelta” (Venuleo et al., 2021).

Referencias bibliográficas:

Granero, R., Jiménez-Murcia, S., Del Pino-Gutiérrez, A., Mena-Moreno, T., Mestre-Bach, G., Gómez-Peña, M., Moragas, L., Aymamí, N., Giroux, I., Grall-Bronnec, M., Sauvaget, A., Codina, E., Vintró-Alcaraz, C., Lozano-Madrid, M., Camozzi, M., Agüera, Z., Martín-Romera, V., Sánchez-González, J., Casalé, G., Sánchez, I., ... Fernández-Aranda, F. (2020). Gambling Phenotypes in Older Adults. *Journal of gambling studies*, 36(3), 809–828. <https://doi.org/10.1007/s10899-019-09922-4>

Johnson, R.H., Pitt, H., Randle, M. et al. A scoping review of the individual, socio-cultural, environmental and commercial determinants of gambling for older adults: implications for public health research and harm prevention. *BMC Public Health* 23, 362 (2023). <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14930-y>

Ren, X., Li, Y., Wang, Y., & Wang, X. (2023). Risky decision-making with reward and punishment frequency feedback in older adults. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 15, 1078455. <https://doi.org/10.3389/fnagi.2023.1078455>

Subramaniam, M., Wang, P., Soh, P., Vaingankar, J. A., Chong, S. A., Browning, C. J., & Thomas, S. A. (2015). Prevalence and determinants of gambling disorder among older adults: A systematic review. *Addictive Behaviors*, 41, 199–209. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2014.10.007>

Venuleo, C., Marinaci, T., & Mossi, P. (2021). Problem gambling among older people: An Italian study on habits, representations, levels of engagement and psychosocial determinants. *Journal of Gambling Issues*, 47, 1–28. <https://doi.org/10.4309/jgi.2021.47.3>