

Universidad de Lima
Facultad de Psicología
Carrera de Psicología



RELACIÓN ENTRE EL ESTRÉS LABORAL Y EL JUEGO PATOLÓGICO EN TRABAJADORES ADULTOS

Trabajo de Suficiencia Profesional para optar el Título Profesional de Licenciado en
Psicología

Thalia Melissa Bautista Mejia

20082085

Lourdes Patricia Falen Coello

20082210

Asesor

Carlos Eduardo Flores Flores

Lima – Perú
Marzo de 2025

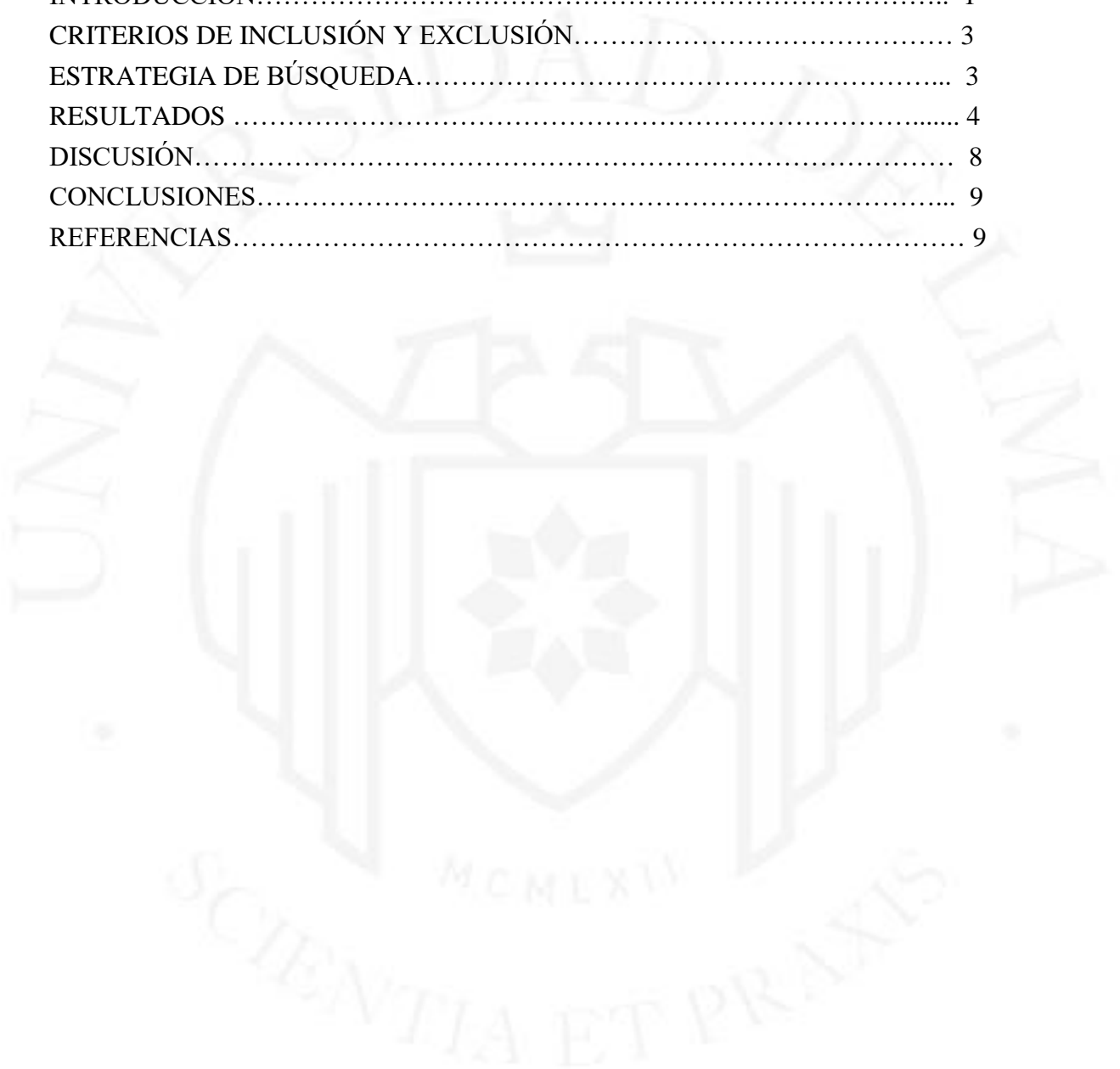




**RELATIONSHIP BETWEEN WORK STRESS
AND PATHOLOGICAL GAMBLING IN ADULT
WORKERS**

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN	1
ABSTRACT.....	1
INTRODUCCIÓN.....	1
CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN.....	3
ESTRATEGIA DE BÚSQUEDA.....	3
RESULTADOS	4
DISCUSIÓN.....	8
CONCLUSIONES.....	9
REFERENCIAS.....	9



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Análisis de los estudios seleccionados 4

Tabla 2. Continuación de análisis de los estudios seleccionados 5



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Diagrama de Flujo..... 3



RELACIÓN ENTRE EL ESTRÉS LABORAL Y EL JUEGO PATOLÓGICO EN TRABAJADORES ADULTOS

Thalia Bautista Mejia ¹, Lourdes Falen Coello ²

20082085@aloe.ulima.edu.pe¹, 20082210@aloe.ulima.edu.pe²

Universidad de Lima

Resumen: El estrés laboral es un problema que afecta la salud mental de los colaboradores y puede estar vinculado con el desarrollo del juego patológico. Este trabajo tiene como objetivo analizar la relación entre el estrés laboral y el juego patológico en personas que laboran, mediante las indicaciones de la guía PRISMA (Page et al., 2021). Las bases de datos consultada fueron Scopus, ScienceDirect y ScIELO de las cuales se seleccionaron n=10 estudios.

Los resultados indican que el estrés laboral elevado puede llevar a los colaboradores a participar en juegos de azar como una vía de escape emocional, lo que, en algunos casos, propicia la aparición del juego patológico. Factores como la impulsividad, la búsqueda de sensaciones y las distorsiones cognitivas influyen en esta relación. Además, el alto nivel de estrés laboral y el desgaste emocional afectan la toma de decisiones y el control de los impulsos, aumentando la vulnerabilidad al juego patológico.

Se concluye que es necesario desarrollar estrategias de prevención e intervención en el ámbito organizacional, promoviendo entornos saludables y programas de regulación emocional para reducir el riesgo del juego patológico. La terapia cognitivo-conductual se presenta como una alternativa eficaz para tratar este problema.

Palabras clave: Estrés laboral, juego patológico, afrontamiento y salud mental.

Abstract: Work stress is a problem that affects the mental health of employees and may be linked to the development of pathological gambling. This work aims to analyze the relationship between work stress and pathological gambling in working people, using the indications of the PRISMA guide (Page et al., 2021). The databases consulted were Scopus, ScienceDirect and SciELO from which n=10 studies were selected.

The results indicate that high work stress can lead employees to participate in gambling as an emotional escape, which, in some cases, leads to the commencement of pathological gambling. Factors such as impulsivity, sensation seeking and cognitive distortions influence this relationship. Furthermore, high level work stress and emotional exhaustion affect decision making and impulse control, increasing vulnerability to pathological gambling.

It is concluded that it is necessary to develop prevention and intervention strategies at the organizational level, promoting healthy environments and emotional regulation programs to reduce the risk of pathological gambling. Cognitive-behavioral therapy is presented as an effective alternative to treat this problem.

Keywords: Work stress, pathological gambling, coping and mental health.

Introducción

Actualmente, un significativo porcentaje de trabajadores adultos están expuestos a demandas excesivas en el trabajo que provocan una sobrecarga emocional y como herramienta de afrontamiento y alternativa de descarga de estrés, acceden o acuden a jugar tanto de manera online como presencial en salas de entretenimiento. En el contexto de la salud, Parra (2003) señala que el trabajo puede ser fuente del estrés laboral, donde a través de éste se satisfacen necesidades profesionales, personales y económicas, para los individuos, familias y grupos sociales (Hernández Tenorio, 2021). Según Gallup (2023), el 44% de los trabajadores a nivel mundial reportaron sentirse estresados en su trabajo.

Los adultos para afrontar de manera normal las altas demandas de trabajo, a pesar del sufrimiento, construyen estrategias defensivas que permiten seguir con sus actividades. Según Neffa (2015), ello da lugar a lo que se llama "normalidad sufriente". Para estar en esta normalidad, los trabajadores compensan sus reacciones por medio de consumos excesivos, fantasías, comportamientos irritables (entre otros) lo que puede originar

conflictos sociales o una diversidad de trastornos (Hernández Tenorio, 2021).

De acuerdo a lo expuesto anteriormente, el estrés laboral en personas adultas conlleva a que busquen experiencias nuevas, en este caso, a través del juego. Se sabe que en el mundo existe una amplia oferta para acceder de manera fácil a juegos online y acudir a salas de entretenimiento, donde no se prioriza prevenir los efectos psicológicos negativos a largo plazo. Ahora bien, las salas de juegos son espacios de ocio para las personas, donde muchos de ellos crean una sensación de bienestar y placer; sin embargo, el exceso del juego conlleva a efectos desfavorables tanto para la salud física y mental. Temcheff et al. (2020) señalan que el juego patológico es un tipo de trastorno adictivo. Asimismo, se considera juegos de apuesta (gambling) a los juegos en los que se pretende predecir la aparición de un evento sobre el que no se tiene control, sino que es aleatorio, dependiendo total o parcialmente del azar. Se arriesgan cantidades variables de dinero o bienes materiales (Veloz et al., 2020, p.514).

De acuerdo con Muñoz Londoño, el DSM-IV establece que el diagnóstico de juego patológico se realiza cuando una persona cumple con al menos cinco de los siguientes criterios: (1) preocupación constante por el juego o por obtener dinero para jugar; (2) aumento de la cantidad de dinero o del tiempo dedicado al juego en comparación con lo previsto; (3) necesidad de incrementar la cantidad o frecuencia de las apuestas para alcanzar la excitación deseada; (4) intranquilidad e irritabilidad cuando no se puede jugar; (5) pérdidas recurrentes de dinero debido al juego y la conducta repetida de jugar para recuperar lo perdido; (6) intentos fallidos de abandonar o reducir el juego; (7) sacrificio de responsabilidades familiares, sociales o laborales para poder jugar; y (8) persistencia en el juego, a pesar de la incapacidad de pagar las deudas crecientes y los problemas significativos que esto conlleva (Hernández Cruz & Bujardón Mendoza, 2020).

Echeburúa, Fernández-Montalvo y Báez consideran que el juego patológico no se detecta con prontitud, ya que la pérdida de control no es evidente a simple vista y resulta imperceptible desde el exterior. Además, como ocurre en otros trastornos adictivos, la planificación de la enfermedad es un aspecto común (Hernández Cruz & Bujardón Mendoza, 2020).

En este caso, los comportamientos están orientados a suscribirse a juegos en línea o acudir a salas de entretenimiento, que, cuando se presentan en exceso y sin regulación, se convierten en una patología. Temcheff et al. (2020) señalan que el juego patológico es un tipo de trastorno adictivo. En 2021, cerca de 3.24 billones de personas en todo el mundo jugaban videojuegos, y de estas, casi una cuarta parte podría experimentar problemas en sus vidas provocados por el juego. Los juegos problemáticos en internet pueden surgir de manera comórbida con síntomas depresivos, conducir a tasas más altas de abuso de sustancias y aumentar la angustia psicológica, particularmente la ansiedad y el estrés (Bowditch et al., 2024).

En el contexto actual, el estrés laboral y el juego patológico están influenciados por factores tecnológicos, sociales y económicos. Desde una perspectiva tecnológica, la accesibilidad y la comodidad de los juegos en línea y las salas de entretenimiento han aumentado la exposición al juego y el riesgo de desarrollar un trastorno adictivo. Además, las redes sociales y las plataformas de juego en línea pueden crear comunidades que perpetúan el juego problemático. Los juegos problemáticos en internet pueden surgir de manera comórbida con síntomas depresivos, conducir a tasas más altas de abuso de sustancias y aumentar la angustia psicológica, particularmente la ansiedad y el estrés (Bowditch et al., 2024).

En el panorama socio-político, la cultura laboral y las expectativas sociales pueden contribuir al estrés laboral y al juego patológico. La presión para cumplir con las demandas laborales y la falta de apoyo social pueden llevar a las personas a buscar escapes como el juego. Además, la estigmatización del juego patológico puede impedir que las personas busquen ayuda. La cultura de responsabilidad social se refiere a las actitudes y enfoques adoptados por los gobiernos y la industria para equilibrar la generación de ingresos con prácticas socialmente responsables para prevenir o reducir el juego nocivo (Hilbrecht et al., 2020).

Desde un enfoque económico, el estrés laboral y el juego patológico pueden tener un impacto significativo en la productividad y el absentismo laboral, lo que puede generar costos económicos para las empresas y la sociedad en general. Además, la industria del juego es una fuente importante de ingresos para muchos países, lo que puede crear un conflicto de intereses entre la regulación del juego y la generación de ingresos. Según Grote & Matheson, et al., 2004 a nivel macroeconómico, se presta atención a las estimaciones monetarias del costo social del juego y a los resultados individuales relacionados con la quiebra, la delincuencia, la deuda y la disminución de la productividad (Hilbrecht et al., 2020).

En resumen, el estrés laboral y el juego patológico están influenciados por una compleja interacción de factores tecnológicos, sociales y económicos. Es fundamental abordar este problema desde una perspectiva integral que tenga en cuenta estos factores y busque soluciones efectivas para prevenir y tratar el juego patológico. En este caso, bajo un enfoque cognitivo-conductual el cual analiza los patrones de pensamiento y comportamiento asociados al estrés laboral y juego patológico. Asimismo, la terapia cognitivo-conductual es utilizada como tratamiento para ayudar a las personas que llegan a desarrollar el juego patológico. Esta terapia ha sido mostrada como un tratamiento eficaz para reducir la ansiedad, estrés y trastornos de estrés agudo (Minian et al., 2022).

A partir de la revisión de la literatura surge la pregunta ¿Cuál es la relación entre el estrés laboral y juego patológico en trabajadores adultos? Cabe mencionar que es importante conocer la relación entre el estrés laboral y juego patológico para fomentar el bienestar emocional y salud mental en el trabajo.

Con respecto a la metodología, para analizar y evaluar las investigaciones existentes sobre un tema determinado las revisiones sistemáticas permiten una revisión más profunda y precisa en el contexto de la investigación científica. En la psicología, algunos artículos de revisión suelen incurrir en conclusiones contradictorias. Por ejemplo, en una investigación para entender mejor

el juego como herramienta de “escape” concluye que el juego es fuente de distracción, inmersión y evitamiento de estrés, por lo que sugiere que este contexto de “juego como escape” debe ser reconceptualizado (Bowditch et al., 2024). Por otro lado, hay un juego, el de azar, que puede traer graves problemas y consecuencias en un porcentaje significativo de personas y puede convertirse en una adicción. Convertirse en juego patológico.

El objetivo de este trabajo es conocer si existe una relación entre el estrés laboral y el juego patológico mediante la revisión de los estudios previos realizados en este ámbito. Finalmente se evalúa la calidad metodológica de los artículos científicos seleccionados tras realizar el reporte de revisión aplicada sobre estrés laboral y juego patológico en adultos que se encuentran laborando.

Material y método

Criterios de inclusión y exclusión

Fueron seleccionados los estudios que cumplieron con los siguientes criterios de selección: a) diseños experimentales y cuasi experimentales, b) estudios que relacionan el estrés con el juego patológico, c) estudios que evalúan el estrés laboral y el juego patológico, d) estudios que especifiquen números de participantes, e) estudios que especifiquen el uso de algún instrumento o cuestionario, f) escritos en castellano o inglés, g) abarcando el rango temporal del 2013 al 2025 de las bases de datos utilizadas.

Por otra parte, como criterios de exclusión se tuvo en cuenta que no sean investigaciones

descriptivas, informes de estudios epidemiológicos, revisiones sistemáticas o meta análisis, estudios cualitativos, estudios sin datos concluyentes, resúmenes, presentaciones a congresos, capítulos de libros, tesis, revistas de divulgación, manuales, posters académicos. No se estableció como criterio de exclusión el rango de edad.

Estrategia de búsqueda

La búsqueda se realizó en enero y febrero del 2025, en las bases de datos electrónicas Scopus, ScienceDirect y SciELO y se utilizaron las siguientes palabras claves: stress, work stress, estrés, estrés laboral, juego patológico, pathological gambling, ludopatía, ludopathy, gambling, compulsive gambling y juego compulsivo. Dichas palabras fueron combinadas de la siguiente manera: estrés laboral/juego patológico; estrés/juego patológico, estrés/ juego compulsivo, estrés/estrés laboral/ludopatía, stress/compulsive gambling, stress/ pathological gambling, work stress/ compulsive gambling. Se buscaron artículos publicados entre el 2013 y 2025. Finalmente, fueron revisadas las referencias de dichos estudios empíricos seleccionados.

El proceso de búsqueda sistemática siguiendo las indicaciones de la guía PRISMA (Page et al., 2021), dio como resultado un total de 319 referencias, que nos permitió seleccionar 10 artículos que cumplían con los criterios de inclusión (ver figura 1). En la figura 1 se muestra el diagrama de flujo en el que aparece sintetizado el proceso de selección de los trabajos analizados.

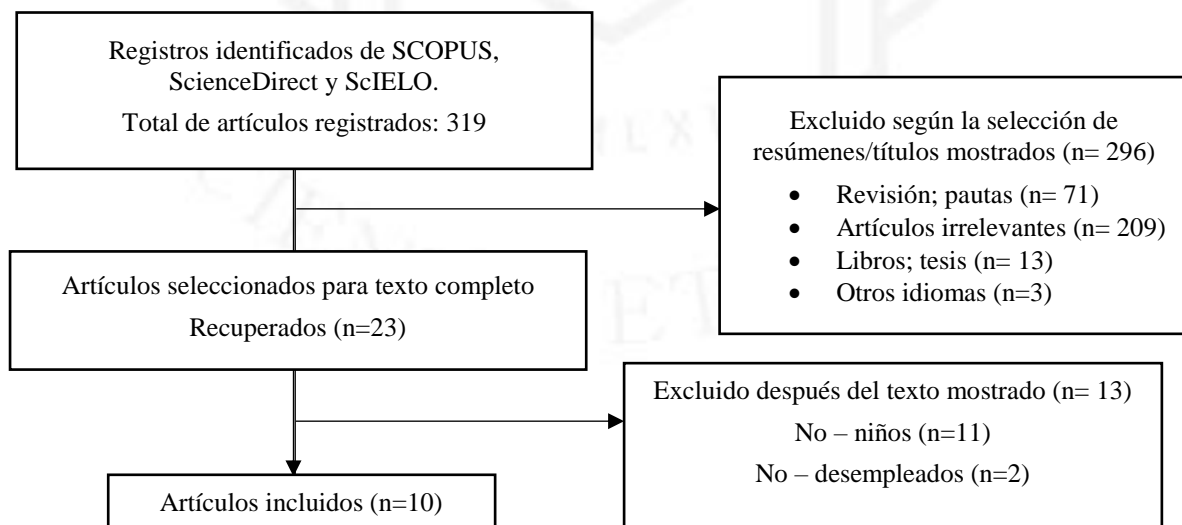


Figura 1. Diagrama de flujo

Resultados

Con respecto al análisis de los 10 artículos seleccionados se muestran en la tabla 1 y 2 los datos más relevantes de cada una de las investigaciones, destacando

los aspectos como el modelo que se tiene entre las variables del estrés laboral y juego patológico, hallazgos principales, la confiabilidad entre otros.

Tabla 1. Análisis de los estudios seleccionados

Autor	Año	Título del artículo	País de Origen	Modelo Teórico de estrés laboral y juego patológico	Participantes
Cristina Villalba-García, Mark D. Griffiths, Zsolt Demetrovics, Andrea Czakó	2025	The relationship between loot box buying, gambling, internet gaming, and mental health: Investigating the moderating effect of impulsivity, depression, anxiety, and stress	Gibraltar, Reino Unido, Hungría, Australia	Modelo disposicional	1,416 adultos
José Ignacio Ruiz-Pérez y José Antonio López-Pina	2016	Evaluación Psicométrica de una Escala de Distorsiones Cognitivas sobre los Juegos de Azar en una Muestra Nacional de Estudiantes Colombianos	Colombia	Modelo de distorsiones cognitivas	4300 universitarios
Snodgrass , Jeffrey G; Snodgrass, Michael G. Francois , Lacy , H.J; Dengah II, Eisenhauer ,Scarlett; Batchelder, Greg;Robert J. Cookson	2014	A vacation from your mind: Problematic online gaming is a stress response	Estados Unidos	Modelo disposicional	133 jugadores
Tulloch ,Catherine; Browne, Matthew; Rockloff, Matthew; Hing, Nerilee; Hilbrecht, Margo	2025	The roles of coping style and social support in the experience of harm and distress among people affected by another person's gambling	Australia	Modelo explicativo	1131 personas afectadas por el juego de otra persona
Bányai Fanni ; Griffiths ,Mark D; Demetrovics, Zsolt; Király, Orsolya	2019	The mediating effect of motivations between psychiatric distress and gaming disorder among esports gamers and recreational gamers	Hungría	Modelo disposicional	4284 jugadores
Aonso-Diego, Gema; González-Roz, Alba; Weidberg, Sara & Secades-Villa, Roberto	2024	Depression, anxiety, and stress in young adult gamers and their relationship with addictive behaviors: A latent profile analysis	España	Modelo disposicional	1209 jóvenes adultos

Bahamón Muñetoón, Marly Johana	2013	Relación entre esquemas inadaptativos, distorsiones cognitivas y síntomas en jugadores de casinos	Colombia	Modelo disposicional	27 jugadores de casino
Wu, Raymond; Clark Luke	2024	Impulse and reason? Justifications in problem gambling	Canadá	Modelo disposicional	154 adultos
Fernández-Sánchez, J.C; Pérez-Mármol, J.M; Santos-Ruiz, M; Pérez-García, M; Peralta-Ramírez, M.I.	2018	Burnout y funciones ejecutivas en personal sanitario de cuidados Paliativos: influencia del desgaste profesional sobre la toma de decisiones	España	Modelo disposicional	77 profesionales de la salud
Oropeza-Tena, Roberto; Ávalos- Latorre, María Luisa; Herrera- Díaz, Alfredo & Varela-Ramírez, Sergio	2016	Distorsiones cognitivas y búsqueda de sensaciones en adultos con ludopatía	México	Modelo disposicional	83 adultos

Tabla 2. Continuación del análisis de los estudios seleccionados

Autor	Instrumentos de evaluación empleados	Confiabilidad y validez de instrumento s	Diseño del estudio	Relación entre el estrés laboral y juego patológico	Hallazgos principales
Cristina Villalba-García, Mark D. Griffiths, Zsolt Demetrovics, Andrea Czakó	Risky Loot Box Index (RLI) Internet Gaming Disorder Test (IGDT-10) Problem Gambling Severity Index (PGSI)	Alfa de Cronbach de: RLI: $\alpha =$ 0.915 PGSI: $\alpha =$ 0.86	Estudio transversal basado en encuestas en línea	Se encontró que la compra riesgosa de loot boxes está positivamente asociada con el juego problemático y el gaming desordenado.	El uso de loot boxes comparte factores de riesgo con otras adicciones conductuales como el juego patológico.
José Ignacio Ruiz-Pérez y José Antonio López-Pina	Inventario de Pensamientos sobre el Juego (IPJ) de Echeburúa	Alfa de Cronbach del IPJ: 0.74.	Estudio cuantitativo, descriptivo, de corte transversal	Las distorsiones cognitivas contribuyen al desarrollo del juego patológico	Las distorsiones cognitivas están asociadas al estrés laboral
Snodgrass , Jeffrey G; Snodgrass, Michael G. Francois , Lacy , H.J; Dengah II, Eisenhauer ,Scarlett; Batchelder,	Perceived Stress Scale (PSS) / WoW Relaxing Escape / WoW Engagement Scale / Problematic WoW Play Scale.	(PSS): $\alpha =$ 0.66. / WoW Relaxing Escape Scale: $\alpha =$ 0.67./ WoW Engagement Scale: $\alpha =$ 0.80. / Problematic	Estudio cuantitativo, descriptivo	Mayor estrés reportan patrones más problemáticos de juego	El juego puede proporcionar alivio temporal pero también llevar a un abuso del juego como mecanismo de

Greg;Robert J. Cookson		WoW Play Scale: $\alpha = 0.94$.			afrontamiento
Tulloch,Catherine; Browne, Matthew; Rockloff, Matthew; Hing, Nerilee; Hilbrecht, Margo	Problem Gambling Severity Index (PGSI) / Gambling Harm Scale for Affected Others (GHS-AO / Kessler-6 (K6) /Multidimensional Scale of Perceived Social Support	PGSI: $\alpha = 0.848$ / GHS-AO: $\alpha = 0.905$ / K6: $\alpha = 0.920$ / MSPSS: $\alpha = 0.944$	Estudio cuantitativo, y descriptivo	Se encontró que los estilos de afrontamiento ineficaces estaban asociados positivamente con el daño y el malestar psicológico	Los estilos de afrontamiento ineficaces pueden agravar el bienestar de la persona que juega.
Bányai Fanni ; Griffiths ,Mark D; Demetrovics, Zsolt; Király, Orsolya	Brief Symptom Inventory (BSI) / Ten-Item Internet Gaming Disorder Test (IGDT-10) / Motives for Online Gaming Questionnaire (MOGQ)	Alfa de Cronbach BSI: $\alpha = 0.93$ / IGDT-10: $\alpha = 0.76$ / MOGQ (diferentes subescalas van de $\alpha = 0.78$ a 0.91).	Estudio cuantitativo y transversal	El juego sirve como mecanismo de afrontamiento de estrés.	El malestar psicológico tiene efecto directo en el juego patológico
Aonso-Diego, Gema; González-Roz, Alba; Weidberg, Sara & Secades-Villa, Roberto	Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21)/ Internet Gaming Disorder Scale (IGDS-9)/ Problem Gambling Severity Index (PGSI)	Alfa de Cronbach de DASS-21: $\alpha = 0.81$ a 0.89 en diferentes subescalas./ IGDS-9: $\alpha = 0.87$./ PGSI: $\alpha = 0.78$.	Estudio cuantitativo, descriptivo	El juego como mecanismo de afrontamiento y regulación del estrés	Los jóvenes adultos con 'alto malestar emocional' presentaron mayor severidad en el juego
Bahamón Muñetón, Marly Johana	Cuestionario de Juego Patológico de South Oaks (SOGS). / Young Schema Questionnaire Long Form – Second edition (YSQ).	SOGS (alfa de Cronbach = 0.97). / Young Schema Questionnaire (alfa de Cronbach = 0.91).	Estudio cuantitativo con diseño correlacional	Factores psicológicos pueden actuar como mediadores de otros factores estresantes en el contexto del juego problemático	Los jugadores patológicos presentan distorsiones cognitivas como la falacia de control y recompensa divina
Wu, Raymond; Clark Luke	Problem Gambling Severity Index (PGSI) / UPPS-P Impulsive Behavior Scale / Gambling-Related Cognitions Scale (GRCS)	Alfa de Cronbach PGSI: $\alpha = 0.87$ / UPPS-P: α entre 0.71 y 0.91 / GRCS: α entre 0.73 y 0.91	Estudio cuantitativo y descriptivo	El estrés puede llevar a la búsqueda de justificaciones como un medio de lidiar el juego patológico	Los jugadores impulsivos tienden a utilizar más justificaciones para satisfacer su deseo de jugar
Fernández-Sánchez, J.C; Pérez-Mármol,	Maslach Burnout Inventory (MBI-	MBI-HSS: $\alpha = 0.90$ (agotamiento	Estudio observacional transversal	El cansancio emocional y despersonalización	El burnout afecta negativamente

J.M; Santos-Ruiz, M; Pérez-García, M; Peralta-Ramírez, M.I.	HSS) / Test Stroop para medir la inhibición.	emocional), $\alpha = 0.79$ (despersonalización), $\alpha = 0.71$ (realización personal) / Stroop: correlaciones de test-retest 0.73 y 0.89		se relacionaron con un rendimiento deficiente en estas tareas	e a la memoria de trabajo y la toma de decisiones
Oropeza-Tena, Roberto; Ávalos-Latorre, María Luisa; Herrera-Díaz, Alfredo & Varela-Ramírez, Sergio	Cuestionario de Juego Patológico de South Oaks (SOGS) / Inventario de Pensamiento sobre Juego / Escala de Búsqueda de Sensaciones	SOGS: $\alpha = 0.98$ / Inventario de Pensamiento sobre Juego: $\alpha = 0.82$ / Escala de Búsqueda de Sensaciones: $\alpha = 0.90$	Estudio cuantitativo descriptivo transversal	La elección del tipo de juego puede estar asociada con el manejo del estrés.	Los jugadores en tragamonedas mostraron niveles altos de desinhibición en la búsqueda de sensaciones.

Las investigaciones seleccionadas y analizadas en el presente trabajo han abordado diversas relaciones entre el juego patológico y factores psicológicos asociados al estrés en el ámbito laboral se publicaron entre los años 2013 y 2025.

El estudio de Villalba-García, Griffiths, Demetrovics y Czakó (2025) analiza la relación entre la compra de loot boxes, el juego problemático, el trastorno de juego en internet y la salud mental, considerando el efecto moderador de la impulsividad, la depresión, la ansiedad y el estrés. Utilizando una muestra de 1,416 adultos de 17 países. Los resultados indicaron que la compra de loot boxes está significativamente asociada con el juego problemático y el gaming desordenado, lo que sugiere que este tipo de microtransacciones en los videojuegos podría compartir mecanismos de riesgo con otras adicciones conductuales. Además, se encontró que la impulsividad y la ansiedad moderaban la relación entre la compra de loot boxes y el juego problemático, mientras que la depresión e impulsividad influyeron en la relación entre las loot boxes y el gaming desordenado. Sin embargo, el estrés no mostró un efecto moderador significativo en ninguna de estas relaciones. Estos hallazgos refuerzan la idea de que las loot boxes pueden representar un comportamiento de riesgo similar al juego de azar, especialmente en individuos con mayores niveles de impulsividad y vulnerabilidad emocional. La investigación resalta la necesidad de mayor regulación en la venta de loot boxes y la importancia de considerar factores psicológicos en la prevención del juego problemático y el gaming desordenado

En "A Vacation from Your Mind: Problematic Online Gaming is a Stress Response" de Snodgrass et al. (2014), se exploró cómo los videojuegos en línea pueden actuar como un mecanismo de evasión frente al estrés cotidiano. Se evidenció que, mientras algunos jugadores experimentan el juego como una forma de relajación y distracción, aquellos con altos niveles de estrés tienden a involucrarse de manera compulsiva, exacerbando su malestar creando un ciclo de compulsión. Se identificaron dos vías principales que medían la relación entre el estrés y el juego: "escape relajante", como un medio para aliviar el estrés, pero cuando este es demasiado alto este puede llevar a un uso problemático y "compromiso positivo con el juego", donde los jugadores muy estresados se involucran más emocional y cognitivamente en el juego, lo que puede llevar a una inmersión excesiva y problemas en su vida cuando no juegan.

El estudio "The Roles of Coping Style and Social Support in the Experience of Harm and Distress Among People Affected by Another Person's Gambling" de Tulloch et al. (2024) aplicó el modelo de estrés–enfrentamiento–apoyo social en una muestra de 1,131 personas afectadas por el juego patológico de un tercero. Se encontró que el uso de estrategias de afrontamiento inadecuadas y la falta de apoyo social aumentaban significativamente el impacto negativo en la salud mental de los jugadores. Se utilizó el Problem Gambling Severity Index (PGSI) y el Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) para evaluar el impacto.

En "The Mediating Effect of Motivations Between Psychiatric Distress and Gaming Disorder Among Esport Gamers and Recreational Gamers" de Bányai et al. (2019), se analizaron las motivaciones de juego en una muestra de 4,284 jugadores (4709 recreativos y 205 de esports). Se halló que el escapismo fue el principal predictor del juego problemático en ambos grupos, sugiriendo que el juego se usa como mecanismo de afrontamiento ante el estrés. Se aplicó un modelo de mediación estructural para evaluar el impacto de las motivaciones de juego en el desarrollo de trastornos adictivos.

El estudio "Relación entre Esquemas Inadaptativos, Distorsiones Cognitivas y Síntomas de Ludopatía en Jugadores de Casinos" de Bahamón Muñeton (2013) identificó una fuerte relación entre los esquemas inadaptativos, las distorsiones cognitivas y los síntomas de ludopatía en una muestra de 27 jugadores de casinos (con edades entre 18 y 63 años donde el 81.5% eran hombre). Se encontró que el 66% de los participantes cumplían criterios de ludopatía, mostrando significativas correlaciones entre el esquema de abandono y distorsiones cognitivas, con esquemas como desconfianza y vulnerabilidad al daño altamente correlacionados con síntomas adictivos. Estos hallazgos sugieren la necesidad de enfoque de intervención que aborden tanto las distorsiones cognitivas como los esquemas inadaptativos en el tratamiento de problemas con el juego.

En "Impulse and Reason? Justifications in Problem Gambling" de Wu y Clark (2024), se analizaron las justificaciones cognitivas en el juego patológico teniendo 154 participantes con un promedio de edad de 38.9 años donde el 59% eran mujeres. Se identificó que las racionalizaciones como "puedo recuperar lo perdido" y "me lo merezco" refuerzan la conducta de juego compulsivo, exacerbando su persistencia. Los resultados mostraron que las justificaciones estaban asociadas con una mayor severidad del juego problemático, esto implica que las justificaciones pueden ser un camino hacia la recaída en aquellos que intentan abstenerse a jugar.

El estudio "Depression, Anxiety, and Stress in Young Adult Gamers and Their Relationship with Addictive Behaviors" de Alonso-Diego et al. (2024) analizó a 1,209 jugadores jóvenes adultos (con un promedio de edad de 19.37 años) donde se encontró tres perfiles de jugadores según su nivel de estrés emocional: "bajo malestar emocional", "malestar emocional moderado" y "alto malestar emocional". Los perfiles con malestar emocional moderado y alto mostraron una mayor severidad en el juego y un mayor uso de sustancias, lo que refleja la

importancia de la regulación emocional en la prevención de comportamientos adictivos.

En "Distorsiones Cognitivas y Búsqueda de Sensaciones en Adultos con Ludopatía" de Oropeza-Tena et al. (2016), se examinó la relación entre la búsqueda de sensaciones y las distorsiones cognitivas en 83 adultos (59% hombres y 41% mujeres) todos con comportamientos de juego compulsivo relacionados con pelotas de gallos, juegos de cartas y máquinas tragamonedas; donde estos últimos presentaban puntuaciones significativamente más altas en búsqueda de sensaciones y desinhibición, lo que indica una mayor tendencia a la impulsividad.

El estudio "Burnout y Funciones Ejecutivas en Personal Sanitario de Cuidados Paliativos" de Fernández-Sánchez et al. (2018) evaluó el impacto del burnout en las funciones ejecutivas de 77 profesionales sanitarios. Se encontró que el 54.5% del personal sanitario presentaba burnout afectando su rendimiento en funciones ejecutivas evaluadas, especialmente en la toma de decisiones. Así mismo indica que el burnout afecta negativamente a la memoria de trabajo y la toma de decisiones. Los niveles altos de cansancio emocional y despersonalización se relacionaron con un rendimiento deficiente en su trabajo.

El estudio "Evaluación Psicométrica de una Escala de Distorsiones Cognitivas sobre los Juegos de Azar en una Muestra Nacional de Estudiantes Colombianos" de Ruiz-Pérez y López-Pina (2016) evaluó la prevalencia de distorsiones cognitivas en jugadores jóvenes en el cual participaron 4300 estudiantes técnicos y universitarios. Se encontró que aproximadamente el 50% de los participantes presentaban entre dos y siete distorsiones cognitivas relacionadas con el azar, teniendo creencias erróneas sobre la probabilidad de ganar y la ilusión de control.

Discusión

Las investigaciones sobre la relación entre el estrés laboral y el juego patológico son aún limitadas. No obstante, en los últimos años ha habido un creciente interés en su estudio, impulsado por el auge de los juegos en línea y la proliferación de centros de entretenimiento. En el presente trabajo, se identificaron algunas limitaciones, como la escasez de estudios en Latinoamérica y la falta de investigaciones que analicen específicamente la interacción entre el juego patológico y el estrés laboral, ya que la mayoría aborda el estrés de forma general. Además, se encontró que varios estudios empleaban instrumentos de medición con baja confiabilidad y validez, lo que limita la precisión de sus hallazgos.

Los estudios revisados demuestran que existe una clara relación entre el estrés laboral y el juego patológico y su implicancia en la salud mental. En el artículo "Burnout y Funciones Ejecutivas en Personal Sanitario" se evidencia que la sobrecarga laboral y el burnout afectan la toma de decisiones y la regulación emocional, lo que puede incrementar la vulnerabilidad al juego problemático.

Asimismo, las investigaciones "A Vacation from Your Mind" y "The Mediating Effect of Motivations" muestran que el escapismo es una motivación clave detrás del juego patológico en personas con altos niveles de estrés, esto es relevante ya que el juego puede ser utilizado como un mecanismo para combatir el estrés laboral; sin embargo, el poco control del juego puede conllevar a tener una patología, viéndose afectado la salud mental.

Desde una perspectiva de prevención e intervención, la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) ha mostrado ser efectiva para reducir la influencia de las distorsiones cognitivas y mejorar estrategias de afrontamiento en jugadores problemáticos por lo que se recomienda la implementación de programas basados en la TCC, el fortalecimiento de estrategias de afrontamiento adaptativas y la promoción de entornos laborales saludables para reducir la incidencia del juego problemático en poblaciones vulnerables.

Estudios como "Impulse and Reason?" y "Evaluación Psicométrica de una Escala de Distorsiones Cognitivas" refuerzan la importancia de abordar las creencias erróneas en el tratamiento. Además, las investigaciones "Relación entre Esquemas Inadaptativos" y "Distorsiones Cognitivas y Búsqueda de Sensaciones" sugieren que la impulsividad debe ser un enfoque prioritario en la intervención terapéutica.

Nuestro reporte sugiere varias recomendaciones para investigaciones futuras en este campo. En primer lugar, es fundamental buscar instrumentos estandarizados y confiables para identificar consistentemente los factores que influyen en la relación entre el estrés laboral y los problemas con el juego patológico. Además, las futuras líneas de investigación deben proponer programas de intervención específicos en el contexto laboral que aborden la prevención del estrés y promuevan el bienestar integral de los colaboradores. Esto implica diseñar entornos laborales que fomenten la salud, relajación y motivación, mediante la implementación de programas de apoyo emocional, la creación de espacios de descanso y recreación y la fomentación de una cultura de colaboración y apoyo mutuo.

De acuerdo a lo mencionado, se pueden implementar talleres de gestión de estrés, mindfulness, proporcionar sesiones coaching y crear áreas de descanso. Al priorizar la calidad de vida de sus colaboradores, las organizaciones pueden brindarles oportunidades para crecer personal y profesionalmente, fomentando un ambiente laboral donde se valore la salud mental, lo que permitirá que estas personas, en caso de que deseen participar en juegos en línea o acudir a lugares de entretenimiento, lo hagan de manera recreativa y no como una necesidad de escape de su realidad laboral.

Conclusión

El objetivo de este trabajo fue realizar un análisis sobre los estudios científicos que relacionan las variables de estrés laboral y el juego patológico. A pesar de las limitaciones encontradas, los estudios revisados indican que existe una relación significativa entre el estrés laboral y la probabilidad de desarrollar problemas con el juego patológico.

El estrés laboral puede tener un impacto negativo en la salud mental, pero también puede ser utilizado como una herramienta de evasión momentánea. Sin embargo, el uso excesivo del juego como mecanismo de evasión puede tener consecuencias negativas para el bienestar mental del colaborador.

En conclusión, el estrés laboral y el desgaste emocional tienen un impacto significativo en el desarrollo del juego patológico por lo que es fundamental que las organizaciones promuevan entornos laborales saludables que fomenten la resiliencia y el bienestar de sus colaboradores.

Referencias

- Aonso-Diego, G., González-Roz, A., Weidberg, S., & Secades-Villa, R. (2024). Depression, anxiety, and stress in young adult gamers and their relationship with addictive behaviors: A latent profile analysis. *Journal of Affective Disorders*, 366, 254-261. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.08.203>
- Bahamón Muñetón, M. J. (2013). Relación entre esquemas inadaptativos, distorsiones cognitivas y síntomas de ludopatía en jugadores de casinos. *Pensamiento Psicológico*, 11(2), 89-102. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/801/80131178006.pdf>
- Bányai, F., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z., & Király, O. (2019). The mediating effect of motivations between psychiatric distress and gaming disorder among esports gamers and recreational gamers. *Comprehensive Psychiatry*, 94, 152117. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2019.152117>

- Bowditch, L., Naweed, A., Signal, T., & Chapman, J. (2024). More than just a game: Understanding how internet games are used in times of stress. *Entertainment Computing*, 49, Article 100617. <https://doi.org/10.1016/j.entcom.2023.100617>
- Echeverría Echeverría, R., Castillo, M. T., Evia, N., & Carrillo, C. (2017). Representaciones sociales de líderes institucionales acerca del juego en casinos mexicanos. *Revista de Psicología*, 35(1), 1–20. <https://doi.org/10.18800/psico.201701.001>
- Fernández-Sánchez, J. C., Pérez-Mármol, J. M., Santos-Ruiz, A. M., Pérez-García, M., & Peralta-Ramírez, M. I. (2018). Burnout y funciones ejecutivas en personal sanitario de cuidados paliativos: influencia del desgaste profesional sobre la toma de decisiones. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 41(2), 171-180. <https://doi.org/10.23938/ASSN.0308>
- Gallup. (2023). State of the global workplace: 2023 report. Gallup. <https://www.gallup.com/workplace/349484/state-of-the-global-workplace.aspx>
- Hernández Cruz, M. E., & Bujardón Mendoza, A. (2020). Fundamentos teóricos para un estudio sobre la ludopatía. *Humanidades Médicas*, 20(3), 606–624. Recuperado el 26 de enero de 2025, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202020000300606&lng=es&tlng=es
- Hernández Tenorio, B. M. (2021). Estrés laboral y trastornos adictivos en empleados en trabajo desde casa: Una aproximación mediante el modelo JD-R. *RECAI Revista de Estudios en Contaduría, Administración e Informática*, 10(29). Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=637968300002>
- Hofmann, S. G., Asnaani, A., Vonk, I. J., Sawyer, A. T., & Fang, A. (2012). The efficacy of cognitive behavioral therapy: A review of meta-analyses. *Cognitive Therapy and Research*, 36(2), 103-110. <https://doi.org/10.1007/s10608-012-9476-1>
- Minian, N., Saiva, A., Gayapersad, A., Dragonetti, R., Proulx, C., Debergue, P., Lecce, J., Hussain, S., Desjardins, E., & Selby, P. (2022). Video game to attenuate pandemic-related stress from an equity lens: Development and usability study. *JMIR Formative Research*, 6(5), e36820. <https://doi.org/10.2196/3682>
- Oropeza-Tena, R., Ávalos-Latorre, M. L., Herrera-Díaz, A., & Varela-Ramírez, S. (2016). Distorsiones cognitivas y búsqueda de sensaciones en adultos con ludopatía. *Revista de Psicología*, 25(1), 1-15. <http://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2016.42435>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., ... & Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Robleda, G. (2019). Cómo analizar y escribir los resultados de una revisión sistemática. *Escola Superior de Enfermeria Mar (ESIMar), Universitat Pompeu Fabra*. <https://doi.org/10.1016/j.enfi.2019.09.001>
- Ruiz-Pérez, J. I., & López-Pina, J. A. (2016). Evaluación psicométrica de una escala de distorsiones cognitivas sobre los juegos de azar en una muestra nacional de estudiantes colombianos. *Revista Colombiana de Psicología*, 25(2), 203-219. <https://doi.org/10.15446/rcp.v25n2.45375>
- Snodgrass, J. G., Lacy, M. G., Dengah II, H. J. F., Eisenhauer, S., Batchelder, G., & Cookson, R. J. (2014). A vacation from your mind: Problematic online gaming is a stress response. *Computers in Human Behavior*, 38, 248–260. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.06.004>
- Tulloch, C., Browne, M., Rockloff, M., Hing, N., & Hilbrecht, M. (2025). The roles of coping style and social support in the experience of harm and distress among people affected by another person's gambling. *Addictive Behaviors*, 162, 108236. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2024.108236>
- Veloz, A., Sandín, B., & Ramos, F. (2020). *Manual de psicopatología* (3ra ed., Vol. 1, p. 514). McGraw-Hill/Interamericana de España.
- Villalba-García, C., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z., & Czakó, A. (2025). The relationship between loot box buying, gambling, internet gaming, and mental health: Investigating the moderating effect of impulsivity, depression, anxiety, and stress. *Computers in Human Behavior*, 166, 108579. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2025.108579>
- Wu, R., & Clark, L. (2024). Impulse and reason? Justifications in problem gambling. *Addictive Behaviors*, 157, 108072. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2024.108072>

Carlos Eduardo Flores Flores

RELACIÓN ENTRE EL ESTRÉS LABORAL Y EL JUEGO PATOLÓGICO EN TRABAJADORES ADULTOS

 Reporte de Revisión Aplicada

 Reporte de Revisión Aplicada

 Universidad de Lima

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::1:3173432032

Fecha de entrega

4 mar 2025, 8:59 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

4 mar 2025, 9:32 p.m. GMT-5

Nombre de archivo

ORGANIZACIONAL_BAUTISTA_FALEN_E_FINAL_-TURNITIN.docx

Tamaño de archivo

203.0 KB

10 Páginas

5,067 Palabras

29,121 Caracteres




6% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 20 palabras)

Fuentes principales

- 5%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 5%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 5% Fuentes de Internet
- 0% Publicaciones
- 5% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Trabajos del estudiante	
	Universidad de Lima	1%
2	Internet	
	hdl.handle.net	1%
3	Internet	
	eluniversalperu.blogspot.com	1%
4	Trabajos del estudiante	
	Universidad de Piura	<1%
5	Internet	
	pepsic.bvsalud.org	<1%
6	Internet	
	repositorio.ulima.edu.pe	<1%
7	Internet	
	rua.ua.es	<1%