

Cuando jugar no es divertido

Una Guía para conocer el Juego Patológico





Edita:

Diputación de Cádiz
Servicio Provincial de Drogodependencias

Autores:

Servicio Provincial de Drogodependencias
Carlos Javier Atienza Marmolejo

Diseño:

S. Sánchez

Imprime:

Línea Offset

Depósito legal:

F.33.456.435-8

I.S.B.N 84-933468-3-7

Cuando jugar no es divertido

Una Guía para conocer el Juego Patológico

INDICE

Una guía para conocer el Juego Patológico

1. Cuando jugar no es divertido	9
2. ¿Qué es el juego patológico ?	13
3. ¿Son ludópatas todas las personas que juegan?	21
4. La magnitud del problema: algunos datos epidemiológicos	25
5. ¿Cómo afecta el juego patológico a la vida del jugador?	29
6. Las máquinas recreativas con premio: las tragaperras. El juego más popular que más adictos y más ingresos genera	33
7. ¿Cuáles son los factores de riesgo implicados en el desarrollo de un trastorno de juego patológico?	37
8. ¿Qué factores explican el mantenimiento de la conducta de juego?	41
9. ¿Cómo saber si existe un trastorno de juego patológico?	49
10. ¿Qué puedo hacer si quiero dejar de jugar?	55
11. ¿Qué podemos hacer si algún familiar o allegado puede estar padeciendo una ludopatía?	61
12. Los adolescentes y el juego	69
13. Directorio de recursos	79
14. Bibliografía	85

1

El Juego Patológico

Cuando jugar no es divertido



Cuando jugar no es divertido

La conducta de jugar, propia del ser humano, e íntimamente relacionada con sensaciones de placer, puede convertirse en una conducta problemática de graves consecuencias. Lo que comienza siendo una simple apuesta de dinero para doblar su valor en una máquina, mientras tomamos el desayuno, en una vida tranquila y sin conflictos, puede derivar en un problema de salud, cada vez más importante en nuestros días.

En concreto, los llamados “juegos de azar”, llevan consigo un importante factor de riesgo, en relación directa a la capacidad adictiva de los mismos. Entre otras características, el juego como procedimiento para obtener algún bien (dinero, objetos materiales, etc) es el que mayores posibilidades tiene de generar conductas desadaptadas o patológicas. Así, juegos de reciente creación como las máquinas tragaperras o los bingos, han disparado las cifras de adultos y jóvenes adictos al juego.

De conductas saludables y normales como jugar, se pueden hacer usos anormales si la intensidad, frecuencia o la cantidad de tiempo y/o dinero invertida en ellas afectan negativamente las relaciones familiares, sociales y laborales de las personas afectadas. Son las llamadas adicciones psicológicas o adicciones sin droga que aparecen cuando la persona muestra una pérdida habitual de control al realizar dicha conducta, continúa con ella a pesar de las consecuencias negativas, se preocupa habitualmente por ello, se siente mal si no puede llevarla a cabo y pierde interés por otro tipo de actividades que antes le resultaban gratificantes.

El juego patológico o ludopatía forma parte de estas adicciones psicológicas. El jugador presenta un fracaso crónico y progresivo en su capacidad de resistir el impulso de jugar, generando interferencias en la consecución de objetivos personales, familiares y profesionales.

¿Quién nos iba a decir hace algunos años que podríamos acabar atrapados en un problema de salud mental por el simple hecho de jugar?

“De conductas saludables y normales como jugar, se pueden hacer usos anormales.”

Cuando jugar no es divertido

Una característica peculiar en la conducta adictiva no es la frecuencia con que se desarrolla, sino el grado de pérdida de control sobre la misma por parte del sujeto, estableciéndose una relación de dependencia. En estas circunstancias, el juego ya no divierte.

Esta guía está dirigida a la población general y más concretamente a afectados por el problema, profesionales de la salud, y a aquellas personas interesadas por conocer y profundizar sobre el juego patológico. Para ello, hemos procurado utilizar un lenguaje accesible, evitando en la medida los posibles tecnicismos y empleando un lenguaje cercano.

En esta guía encontrará información detallada sobre el Juego Patológico. En los primeros capítulos revisamos lo que conocemos sobre este trastorno, su incidencia, características, factores de riesgo, etc. Los capítulos finales pretenden informar y asesorar a todas las personas que pudieran padecer este problema y a su entorno más inmediato.

Esos capítulos podrán ayudar a salir de dudas sobre la existencia real de un problema y a conocer las maneras de afrontarlo por el propio afectado o por sus familiares o allegados.

También hemos visto necesario incluir un capítulo dedicado al juego en la adolescencia, debido al gran impacto que este problema está causando entre niños y jóvenes y a la preocupación que genera entre los padres y madres de adolescentes con conductas de riesgo como el uso de videojuegos y nuevas tecnologías.

Cuando jugar no es divertido

El uso mayoritario del género masculino en el contenido de esta guía tiene como objetivo facilitar la fluidez de la lectura, ya que hemos optado por evitar en todo momento duplicar el sujeto masculino y femenino al que hacemos referencia. El lector comprenderá que, salvo en los casos en que se especifique, el relato hace referencia a la persona, tanto mujeres como hombres.

2

El Juego Patológico

¿Qué es el juego patológico?



¿Qué es el juego patológico?

La ludopatía consiste en la incapacidad de la persona que juega para controlar el juego, de tal modo que su forma de hacerlo afecta a áreas significativas de su vida (familia, economía, salud, trabajo, relaciones personales, etc).

Conforme se implica en un juego sin control, la persona dedica cada vez más tiempo y más dinero y, poco a poco, aumenta la pérdida de interés por otras actividades, el aislamiento social, las deudas, etc. La persona que padece un trastorno de juego patológico es incapaz de dejar de jugar o controlar su juego, incluso teniendo la intención de hacerlo. Por todo ello, al igual que en otro tipo de adicciones (drogas, alcohol, etc.), los jugadores patológicos pueden llegar a necesitar ayuda de especialistas para resolver su problema.

Se incluyen dentro de las conductas adictivas a las dependencias producidas por el uso de sustancias psicoactivas (alcohol, heroína, cocaína, etc.) y a distintas conductas que no se derivan del uso de sustancias (juego patológico, internet, compras compulsivas, etc.). La persona con una conducta adictiva no tiene control sobre la misma y le produce dependencia, tolerancia, síndrome de abstinencia y una incidencia negativa en su vida. Las conductas adictivas, entre las que como decimos se incluye el juego, comparan por tanto una serie de características.

CARACTERÍSTICAS DE LA CONDUCTA ADICTIVA

- Pérdida de control al realizar una determinada conducta.
- Continuar con ella a pesar de las consecuencias negativas.
- Preocupación intensa, pensar a menudo en ella.
- Mostrarse desasosegado si no puede llevarla a cabo de inmediato.
- Pérdida de interés por otras actividades anteriormente gratificantes.

¿Qué es el juego patológico?

La adicción al juego y las consecuencias que se derivan de la misma, provocan un aumento importante de la sintomatología asociada. Desde una perspectiva psicopatológica, destacan la presencia de trastornos del estado de ánimo (depresión e hipomanía, fundamentalmente), niveles elevados de ansiedad y otras conductas adictivas (principalmente, abuso o dependencia alcohólica).

Asimismo, en los últimos años se ha puesto de manifiesto la presencia de trastornos de la personalidad asociados al juego patológico (los que aparecen con más frecuencia son el trastorno límite y el antisocial).

Fue a partir de 1980 cuando la Asociación Americana de Psiquiatría reconoció de manera formal la existencia del trastorno de Juego Patológico.

Desde esa fecha, se entiende como un fracaso crónico y progresivo en resistir los impulsos a jugar y en la aparición de una conducta de juego que compromete, rompe o lesiona los objetivos personales, familiares o profesionales del jugador.

Los criterios que se utilizan para el diagnóstico de Juego Patológico, pueden contemplarse en la siguiente tabla.

CRITERIOS PARA EL DIAGNÓSTICO DEL JUEGO PATOLÓGICO

A. Comportamiento de juego desadaptativo, persistente y recurrente, como indican por lo menos cinco (o más) de los siguientes ítems:

1. Preocupación por el juego (por ejemplo, preocupación por revivir experiencias pasadas de juego, compensar ventajas entre competidores o planificar la próxima aventura, pensar formas de conseguir dinero con el que jugar).
2. Necesidad de jugar con cantidades crecientes de dinero para conseguir el grado de excitación deseado
3. Fracaso repetido de los esfuerzos para controlar, interrumpir o detener el juego
4. Inquietud o irritabilidad cuando intenta interrumpir o detener el juego
5. El juego se utiliza como estrategia para escapar de los problemas o para aliviar la disforia
6. Después de perder dinero en el juego, se vuelve otro día para intentar recuperarlo (tratando de “cazar” las propias pérdidas)
7. Se engaña a los miembros de la familia, terapeutas u otras personas para ocultar el grado de implicación con el juego.
8. Se cometen actos ilegales, como falsificación, fraude, robo o abuso de confianza para financiar el juego.
9. Se han arriesgado o perdido relaciones interpersonales significativas, trabajo y oportunidades educativas o laborales debido al juego.
10. Se confía en que los demás proporcionen dinero que alivie la desesperada situación financiera causada por el juego.

B. El comportamiento de juego no se explica por la presencia de un episodio maníaco.



¿Qué es el juego patológico?

DEL JUEGO NORMAL AL JUEGO PATOLÓGICO

Hoy en día se conoce con bastante precisión el proceso que sigue un jugador patológico desde el inicio de la conducta de juego, en muchas ocasiones de manera casual, hasta llegar a serlo habiendo perdido el control de la misma.

Es un proceso que suele suceder de manera muy similar en todos los jugadores. En el mismo, cambia la manera en la que el enfermo juega, la frecuencia con que lo hace o el significado que para él tiene el juego, así como otros aspectos de su vida (las relaciones familiares, la situación laboral, el concepto que tiene de sí mismo y, por supuesto, la situación económica). Incluso se incorporan nuevas conductas o situaciones no contempladas con anterioridad como, por ejemplo, actividades delictivas.

El juego patológico suele iniciarse en la adolescencia, aunque también puede hacerlo a cualquier edad. Los expertos hablan de un período de unos 5 años desde que la persona se inicia en el juego hasta que se produce la pérdida de control.

Este período puede llegar a ser más corto, y se sabe que las grandes ganancias en los primeros episodios de juego, aceleran el proceso de adicción. Un autor llamado Custer describe 3 fases de desarrollo y progresión hacia el juego patológico.

Fase de ganancia

En este primer período se producen episodios de ganancias que conducen a una mayor excitación por el juego. La persona se siente un jugador excepcional ya que, además de creer ganar, el aprendizaje y el “dominio” de las técnicas propias del juego, aumentan su excitación y motivación por él. Los episodios de ganancias establecen en la mente del jugador que ello puede volver a suceder.

¿Qué es el juego patológico?

Sin embargo, la sensación de ganar parece estar relacionada con el hecho de “no perder”, ya que se invierte en el juego poco dinero y en pocas ocasiones el destinado a otros gastos (los jugadores no implican dinero destinado al pago de facturas, alimentos, necesidades básicas, etc).

Fase de pérdida

La primera fase genera una actitud optimista en el jugador que le lleva a invertir mayor cantidad de dinero en los episodios de juego. Esto le lleva a fuertes pérdidas económicas y es ahí donde, en ocasiones, la motivación para jugar no es ganar, sino recuperar lo perdido.

Es propio en esta fase que el individuo comience a jugar solo. Ante las pérdidas se buscan nuevas fórmulas de obtener dinero para jugar (fórmulas rápidas de obtener dinero, préstamos principalmente). Los préstamos, las deudas, etc. aumentan la presión y la implicación en el juego. Dicha implicación provoca un deterioro de las relaciones familiares y laborales.

Tratando de ocultar su problema, aparecen engaños y excusas que van minando la relación de pareja. En el plano laboral se disminuye el rendimiento, llegando a perder horas de trabajo. Las “ganancias” que suceden en esta fase son siempre muy inferiores a las cantidades necesarias para cubrir las deudas. Es entonces cuando aumenta la presión que le hace seguir jugando y aumentar las cantidades de dinero apostadas.

Todo ello conduce a una situación financiera crítica. En ese momento el jugador debe confesarse a la familia, solicitando un voto de confianza y dinero para salir de los apuros.

¿Qué es el juego patológico?

Esta tregua dada por la familia y el entorno no favorece que el jugador asuma responsabilidades y lleva al optimismo propio de las primeras fases del juego, llevando a pensar al jugador que, en definitiva, nunca ocurrirá algo desastroso.

Fase de desesperación

El inicio de la tregua marca el paso a la fase de desesperación. La resolución de las deudas no elimina la verdadera adicción al juego y es normal que se produzcan, entonces, varios momentos de tregua, ya que el jugador, ante la nueva actitud optimista que presenta, repite episodios de juego que incrementan las pérdidas y las deudas.

Las sucesivas treguas dadas por la familia y el entorno del jugador acaban por minar la confianza de éstos en el interés sincero mostrado por el individuo. Surge entonces un estado de pánico provocado por la unión de diferentes factores:

- Las grandes deudas, la ansiedad por resolverlas rápidamente, el sufrimiento por el desgaste de familiares y amigos, el desarrollo de una reputación negativa y un deseo nostálgico por recuperar las agradables sensaciones de los primeros días de juego.
- La presión por el incremento de la conducta de juego y el aparente desentendimiento de familiares y amigos, multiplica el riesgo de buscar vías de préstamo ilegales o actividades delictivas.
- La intranquilidad, nerviosismo, irritabilidad, etc. afectan a conductas básicas como el sueño y la alimentación. Incluso algunos jugadores son incapaces de continuar en su empleo o negocios.

¿Qué es el juego patológico?

Como se observa, en el proceso hacia el juego patológico, se pasa de jugar para ganar o entretenerse (refuerzo positivo) a jugar para recuperar lo perdido o escapar de los problemas que el propio juego genera (refuerzo negativo).

3

El Juego Patológico

**¿Son ludópatas todas
las personas que juegan?**



¿Son ludopatas todas las personas que juegan?

Lógicamente no todas las personas que juegan pueden considerarse jugadores patológicos. Como ya hemos indicado, el juego es una conducta normal en el ser humano.

Con este argumento podríamos clasificar a las personas que juegan en tres tipos principalmente:

- **Jugadores sociales**
- **Jugadores Patológicos**
- **Jugadores problemáticos o en riesgo adictivo**

JUGADORES SOCIALES

Son el tipo más frecuente de personas que juegan. En ellos, el juego responde a motivaciones de placer, entretenimiento, diversión o sociabilidad. Tienen el control total sobre esta conducta y pueden abandonarla o dejar de realizarla cuando lo deseen. Participan en juegos legales o aceptados socialmente. Las pérdidas máximas están predeterminadas y son aceptables.

Esta capacidad de control parece ser una combinación de tres factores:

- El resultado de las apuestas no influye en la autoestima personal
- Otros aspectos de la vida son más importantes y más reforzantes que el juego
- Raramente experimentan grandes ganancias



¿Son ludopatas todas las personas que juegan?

JUGADORES PATOLÓGICOS

Como ya hemos explicado, presentan una dependencia emocional del juego, una pérdida de control con respecto a éste y una interferencia con el funcionamiento normal de la vida cotidiana.

Estas personas carecen de las habilidades para dejar de jugar. En ellos la frecuencia de juego y la inversión de tiempo y dinero son extremadamente altas, las apuestas de dinero son superiores a las planeadas y aparecen pensamientos y deseos de jugar persistentes.

Es característico de estos jugadores la necesidad de jugar para recuperar el dinero perdido y el fracaso en el intento de resistir el impulsu de jugar.



JUGADORES PROBLEMATICOS O EN RIESGO ADICTIVO

Son jugadores que llevan a cabo una conducta de juego frecuente, con un gasto excesivo de dinero que en alguna ocasión le acarrea problemas.

Cuenta con un menor control de sus impulsos que el jugados social. Suele atender a su familia, al trabajo y lleva una vida relativamente normal.

Sin embargo, el aumento de su implicación en el juego le lleva a un empobrecimiento de sus aficiones, pérdidas de relaciones sociales y al inicio de dificultades económicas.

Si la cantidad de dinero aumenta y está al límite de no poder hacer frente a sus deudas, puede convertirse en un jugador patológico.



¿Son ludopatas todas las personas que juegan?

Con todo ello, los límites entre los distintos tipos de jugadores no son precisos. Un buen número de jugadores podrían estar a caballo entre las tres categorías que hemos mencionado.

4 *El Juego Patológico*

La Magnitud del Problema:

Algunos datos epidemiológicos.



La magnitud del problema

Cuando nos acercamos a un problema de salud, es fundamental conocer a cuantos sujetos afecta y al tipo de población. Esto nos orientará en el diseño de programas de prevención e intervención.

La mayoría de los estudios coinciden en señalar que la disponibilidad y la accesibilidad de los juegos de azar incrementan el número de personas adictas al juego. Así, desde que en 1977 se legalizan los juegos de azar (casinos y bingos a los que se suman las máquinas recreativas y de azar en el año 1981) se ha venido observando un incremento progresivo y exagerado en el número de personas afectadas por ludopatía en España. Coincidiendo con esto, en aquellos países donde el juego no es legal o el acceso al mismo está más limitado, el número de personas con problemas con el juego es menor.

La disponibilidad y la accesibilidad de los juegos de azar incrementan el número de personas adictas al juego.

El juego patológico constituye un importante problema en los países desarrollados. España ocupa un lugar importante tanto en el gasto anual de juego como en las dificultades causadas por el mismo. Por ello, en nuestro país el juego patológico representa un serio problema, tanto en la población adulta como en niños y adolescentes, a pesar de que la edad legal para jugar sea a partir de los 18 años.

Es, por tanto, un hecho incuestionable que el crecimiento de la ludopatía está directamente relacionado con el aumento y difusión sin restricciones de la oferta de juego y que la indefensión ante esta avalancha afecta, especialmente, a los adolescentes y a las personas más vulnerables psicológicamente.

A modo informativo vamos a resumir los datos más destacados de los estudios epidemiológicos que se han venido desarrollando desde que se instauró como tal el trastorno de juego Patológico:

La magnitud del problema

- Se trata de un problema de gran relevancia social ya que la mayoría de los estudios obtienen cifras de Juego patológico en la población adulta que oscilan entre un 0,5 y 2,5%. En nuestro país, la media de jugadores patológicos está en torno al 1,8% de la población adulta, es decir, **casi 2 de cada 100 personas sufren el trastorno.**
- **Los jugadores problemáticos o jugadores con una conducta de riesgo adictiva**, es decir, aquellos que no cumplen los criterios para considerarlos jugadores patológicos pero que su conducta de juego es frecuente, con un gasto excesivo de dinero, aunque no les acarree problemas, y con elevado riesgo de convertirse en ludópatas, se elevan desde el **2,5 hasta el 4% de la población adulta en los diferentes estudios realizados.**
- Las cifras varían en función de la población sobre la que se haya realizado el estudio. En concreto, **es mayor la incidencia del juego patológico en núcleos urbanos**, en zonas donde hay una mayor oferta de juegos de azar y en las zonas más pobres.
- El problema **es más frecuente en hombres que en mujeres**, situándose éstas entre el 2 y el 30% en los diferentes estudios. Las cifras, sin embargo, no parecen mostrar la realidad ya que las mujeres son más reacias a buscar ayuda profesional y a confesar la verdadera implicación en ésta y en otras conductas adictivas (por ejemplo, alcohol).
- **La edad de acceso al juego ha descendido en los últimos años.** De esta forma el inicio del juego suele coincidir con la adolescencia, fundamentalmente en varones, siendo más tardío el inicio en mujeres. Un dato destacado es el 5% de jugadores patológicos entre la población joven (niños, adolescentes, universitarios), cifra mayor que en la población adulta.

Las mujeres son más reacias a revelar su problema y a buscar ayuda profesional.

La magnitud del problema

- El tipo de juego varía en los distintos países en función de la oferta social. Pero aquellos cuyo intervalo entre la apuesta y el premio es más corto tienen mayor poder adictivo y, por tanto, se presentan más casos de juego patológico. Otros tipos de juegos de azar con apuestas como loterías, quinielas, etc. tienen menor poder adictivo y son excepcionales los casos de jugadores patológicos con este tipo de juegos de forma aislada. **Los ludópatas en España muestran una mayor dependencia al juego de “máquinas tragaperras”**. En otros países la oferta social determina un mayor número de ludópatas a otros juegos como las apuestas de carreras de caballos en el Reino Unido o Australia.
- Los hombres y las mujeres presentan características diferenciadas. **Los varones suelen tener edades comprendidas entre los 20 y los 60 años** y tienden a jugar más en el casino, la lotería, las quinielas y las máquinas tragaperras. **Las mujeres tienden a presentar edades superiores a los 40 años** y se decantan por el bingo o los cupones.
- En nuestra provincia, los últimos estudios publicados sitúan en el 2,72% el porcentaje de jugadores patológicos en la población adulta. Es decir, **alrededor de 30.000 habitantes de la provincia de Cádiz padecerían el trastorno y en torno a 90.000 personas (el 8,82%) presentarían conductas de juego problemático o en riesgo de convertirse en una ludopatía**. Cádiz es una de las provincias con mayor tasa de jugadores patológicos en Andalucía debido, probablemente, a los grandes núcleos de población urbana existentes en la misma.

Los juegos cuyo intervalo entre la apuesta y el premio es más corto, tienen mayor poder adictivo.

5 *El Juego Patológico*

¿Cómo afecta el juego patológico a la vida del jugador?



¿Cómo afecta el juego patológico a la vida del jugador?

El Juego Patológico no sólo genera consecuencias económicas derivadas de las pérdidas y la implicación de dinero en la conducta de juego. Si nos acercamos con detenimiento a la historia de un jugador patológico podremos observar como la progresión hacia el juego va afectando de forma negativa a otras áreas importantes en la vida del mismo.

Personal:

Principalmente, la persona que juega ve deteriorado su equilibrio psíquico. Así, aparecen cambios en el carácter (irritabilidad, falta de concentración, etc) que pueden derivar en trastornos como ansiedad, depresión, abuso de alcohol y trastornos psicossomáticos (alteraciones gástricas, dolores de cabeza, etc). La autoestima del jugador se debilita a consecuencia de los conflictos familiares, los problemas relacionados, la pérdida de confianza de los familiares y amigos y, principalmente, la pérdida de confianza en uno mismo.

Economía:

La consecuencia más lógica del juego excesivo son las pérdidas económicas y las deudas. Ante ellas aumentan las peticiones de dinero prestado, siempre superiores a lo que puede hacerse frente a través de los ingresos con los que se cuenta. Esta situación puede llevar al jugador a desprenderse de objetos personales o familiares, “tomar dinero prestado” que no es suyo y a cometer conductas ilegales que acarreen problemas judiciales.

¿Cómo afecta el juego patológico a la vida del jugador?

Laboral:

La situación laboral de un jugador patológico puede correr peligro. La primera consecuencia que provoca la implicación excesiva en el juego es la disminución del rendimiento en el trabajo. Los pensamientos recurrentes sobre el juego y las preocupaciones provocadas por el mismo generan pérdida de concentración.

El factor tiempo también se resiente. Así, a la disminución del rendimiento se unen las ausencias y los retrasos al puesto de trabajo. En ocasiones, cuando la persona que juega regenta su propio negocio, pueden darse cierres o quiebras por la situación financiera del mismo. Incluso, en profesiones donde se está en contacto con el dinero (comerciales, dependientes, vendedores, etc), se han cometido apropiaciones y robos que han desencadenado en pérdidas de empleo.

Familia:

Las familias de los jugadores progresan hacia el deterioro en las relaciones y la ruptura final. La familia comienza a notar las consecuencias del juego, en el tiempo que se dedica al mismo y no a ella. Cuando la familia detecta el problema suele actuar dando confianza y ocultando las consecuencias del mismo (pagando deudas, tapando las ausencias laborales, etc.). Sin embargo, la continuidad en el juego afecta a la confianza, ya minada por el engaño y la ocultación, y acaban generando una dinámica que puede terminar en ruptura.

Es habitual ver en la consulta de profesionales especializados en el tratamiento de la ludopatía a jugadores que deciden ponerse en tratamiento tras la separación o las amenazas por parte de sus parejas de proceder a éstas.

¿Cómo afecta el juego patológico a la vida del jugador?

Así, es frecuente el deterioro de la relación de pareja y la alta tasa de separaciones y divorcios entre los jugadores. Vivir con un jugador es una situación muy dura y en ocasiones los familiares requieren atención psicológica. Todo influye en la aparición de numerosa sintomatología del estado de ánimo en la pareja del jugador, fundamentalmente, la incapacidad para recuperar la confianza o en el desarrollo de constantes sentimientos de duda, en ocasiones obsesivos.

También los hijos sufren por la problemática de los jugadores y pueden verse afectados por problemas de índole personal e incluso ver aumentado el riesgo de desarrollar una conducta adictiva igual o similar a la de sus padres.

Vida social:

Dedicar tiempo a jugar o a conseguir dinero para ello provoca que, poco a poco, vayan reduciéndose las relaciones sociales y las actividades de ocio habituales en la vida del jugador. Además, es frecuente que las deudas estén relacionadas con amigos, vecinos o compañeros de trabajo y se eviten, por tanto, contactos con ellos por no poder afrontarlas. Esta situación profundiza más el aislamiento del jugador.

6 *El Juego Patológico*

Las máquinas recreativas con premio: Las Tragaperras.

El juego más popular que más adictos
y más ingresos genera.



**Las máquinas recreativas con premio:
Las tragaperras.**

Como hemos comentado en el epígrafe que hacía referencia a la magnitud del problema, en nuestro país, la adicción al juego de máquinas tragaperras genera un mayor número de demandas de tratamiento en los centros especializados.

¿Qué tiene este juego que tanto atrae y por el que tantos españoles pierden la cabeza?

Esta circunstancia no es casualidad, sino que obedece a una serie de principios relacionados con el propio juego y el contexto en el que éste se desarrolla. Como indicamos, la legalización en 1981 de este tipo de juegos ha contribuido a aumentar progresivamente el número de dependientes al mismo, de tal manera que los distintos estudios consultados sitúan **la prevalencia de adictos a las máquinas tragaperras entre el 67 y el 80% de los jugadores patológicos.**

Además, hay que añadir, que es frecuente observar que los jugadores que presentan una dependencia a otros juegos como loterías, quinielas, etc, tienen o han tenido una etapa anterior de abuso o dependencia del juego de máquinas tragaperras. Pero, ¿qué tiene este juego que tanto atrae y por el que tantos españoles pierden la cabeza? Repasemos algunos motivos:

Su difusión y accesibilidad.

Desde que se legalizó en España el juego de máquinas recreativas con premio, las populares “máquinas tragaperras”, el número de ellas ha ido incrementándose progresivamente en salas de juego y locales comerciales. De ahí que, hoy en día, sea poco usual encontrar bares donde no existan máquinas de este tipo.

Esta proliferación ha contribuido a que se conviertan en parte del paisaje cotidiano, a normalizar la percepción que tiene la población general sobre su uso y a facilitar el acceso a ellas a poblaciones como los adolescentes que, legalmente, no pueden hacer uso de ellas.

***Las máquinas recreativas con premio:
Las tragaperras.***

El importe bajo de las apuestas en relación a los premios.

Este hecho facilita el juego a un mayor número de personas así como en mayores ocasiones. La remota posibilidad de conseguir con una moneda de 20 céntimos un premio 200 o 300 veces mayor promueve, principalmente, el inicio de las conductas de juego. Es usual comprobar la coincidencia en la historia inicial de los jugadores: las primeras apuestas se realizan con las monedas sueltas que quedan tras la consumición en un bar.

El corto plazo entre la apuesta y el resultado.

Conocer en un breve espacio de tiempo el resultado de la apuesta favorece el interés por el juego y aumenta la rapidez en las apuestas que se realizan. Como hemos indicado, juegos con una mayor demora entre la apuesta y el resultado de la misma (loterías, quinielas, etc) tienen un menor poder adictivo.

La ilusión de control.

La manipulación de la máquina a través de sus botones y mecanismos y la dinámica propia de este juego generan en el jugador la ilusión de control. Los jugadores creen conocer las estrategias que tienen mayores posibilidades de acabar con premios. Esta distorsión de pensamiento genera mayores conductas de riesgo.

Los estímulos asociados a ella.

Como ya hemos indicado, las luces, los sonidos, el movimiento, etc, son factores primordiales en el desencadenamiento de tensión emocional en los jugadores habituales. A través de estos estímulos, las máquinas tragaperras son capaces de provocar en el jugador la activación neurofisiológica que aumenta las probabilidades de implicarse en conductas de juego.

**Las máquinas recreativas con premio:
Las tragaperras.**

Los sistemas de juego.

Muy relacionado con lo anterior. Las tragaperras han ido evolucionando en los últimos años hacia máquinas con contenidos más atractivos. Esto ha generado un mayor poder de atracción en poblaciones de jóvenes y adolescentes. Incluso existen máquinas tragaperras con estructura similar a máquinas recreativas sin premio que pueden ser utilizadas por menores (máquinas llamadas de “petaco” o “pinball”). Esta similitud favorece el paso hacia su uso.

Otro factor de importancia es la progresiva complicación que ha venido dándose en la dinámica de juego: acumulación de bonos, dos niveles de juego, avances, etc. Cada uno de estos factores, en mayor o menor medida, influyen en la capacidad adictiva.

Todos estos factores, como decimos, han propiciado que la máquina tragaperras sea el juego que más adictos provoca en nuestro país. **Las asociaciones que trabajan con jugadores patológicos vienen realizando distintas demandas que tienen como objetivo final la disminución de la capacidad adictiva de las tragaperras.** Entre estas medidas están la solicitud de un mayor control en el acceso a las mismas con la ubicación en locales específicos de juego, establecer un sistema de autoprohibición idéntico al existente en bingos y casinos, eliminación de los estímulos asociados a las máquinas tragaperras como la música que actúa como reclamo o el sonido de las monedas al caer al cajón de premios, el aumento del coste de las apuestas, la disminución de la cuantía máxima en premios o el aumento del intervalo entre la apuesta y el resultado de la misma. Unas reivindicaciones que chocan frontalmente con los intereses económicos de quienes las fabrican, las explotan y las permiten.

Ubicar las máquinas en locales específicos de juego, aumentar el coste de las apuestas y disminuir la cuantía de los premios, son algunas de las reivindicaciones de las asociaciones de afectados por la ludopatía.

7

El Juego Patológico

¿Cuáles son los factores de riesgo implicados en el desarrollo de un trastorno de juego patológico?



¿Cuáles son los factores de riesgo implicados en el desarrollo de un trastorno de juego patológico?

Cuando hablamos de causas en el desarrollo de trastornos adictivos, no podemos esperar respuestas concretas y simples. En realidad, tenemos que hablar de factores de riesgo, es decir, de aquellas condiciones, situaciones personales, familiares y ambientales que facilitan el desarrollo de dicho trastorno. La presencia de más o menos factores aumentará o disminuirá el riesgo de padecer el mismo. Los escasos estudios realizados hablan de una serie de factores que pudieran estar implicados en el desarrollo de un trastorno de juego patológico. Sin embargo, como decimos, de manera aislada no serían determinantes del mismo.

Entre otros, podríamos destacar los siguientes factores:

- Como ya hemos indicado, **la legalización del juego** es un factor de riesgo de gran importancia. Ello supone la duplicación de la prevalencia de jugadores patológicos entre los adolescentes y un incremento considerable de jugadores patológicos en la población adulta.
- **La participación en juegos de azar en edades tempranas y el contacto precoz con el juego** a través de figuras adultas, principalmente padres jugadores, se encuentran habitualmente entre los antecedentes personales de jugadores patológicos.
- En relación con lo anterior, **tener padres jugadores** también se considera un factor de riesgo. No está clara la relación, aunque parece que estén implicados factores tanto genéticos como ambientales. Lo más obvio es pensar que lo que más influye es el contacto precoz con el juego. Son numerosos los padres jugadores que lo hacen en presencia de sus hijos, incluso incitándoles a jugar (por ejemplo, dejándoles echar monedas en una máquina tragaperras).

¿Cuáles son los factores de riesgo implicados en el desarrollo de un trastorno de juego patológico?

- **La situación laboral precaria** puede ser causa del progreso hacia el juego patológico, a la vez que en numerosas ocasiones se convierte en consecuencia del mismo.
- **Algunos tipos de actividad laboral** donde existe poca supervisión, mucho tiempo libre en el trabajo, desarrollo del mismo en la calle o viajando, manejo de dinero, ser autónomo, etc., representan una oportunidad para involucrarse en el juego.
- **El alcoholismo paterno** aumenta el riesgo de padecer trastornos psiquiátricos, déficits cognitivos y abuso de sustancias.
- **El trastorno por déficit de atención e hiperactividad en la infancia** también es apuntado por diferentes autores como factor de riesgo implicado en el desarrollo del trastorno de juego patológico.
- **El aburrimiento o la intolerancia al mismo**, propio de personas con déficit de control de impulsos, también parece un factor relacionado.
- Como hemos indicado en otra parte de esta guía, **la existencia de ganancias en las primeras fases de juego** se convierte en un factor desencadenante o al menos coadyuvante en la aparición del trastorno. Aquellos episodios iniciales de juego en los que aparentemente han ganado dinero hacen creer a los jugadores va a suceder siempre. Algunos jugadores patológicos que acuden a tratamiento se quejan de la engañosa buena suerte que tuvieron la primera vez que jugaron y que, progresivamente, ha influido en el desarrollo del trastorno.

¿Cuáles son los factores de riesgo implicados en el desarrollo de un trastorno de juego patológico?

8

El Juego Patológico

¿Qué factores explican el mantenimiento de la conducta de juego?



¿Qué factores explican el mantenimiento de la conducta de juego?

Todos aquellos que miramos la ludopatía desde el punto de vista de la persona que no juega, nos hacemos algunas preguntas ante conductas que nos llegan a parecer absurdas:

¿Cómo podríamos explicar que la conducta de juego se mantenga, pese al deterioro que la misma comporta?

¿Cómo explicar que los jugadores de máquinas tragaperras, después de tantos episodios de pérdidas, continúen apostando monedas a un juego con nulas posibilidades de éxito?

¿Cómo es posible que los jugadores que dicen comprender el funcionamiento engañoso de la máquina, continúen arriesgando los escasos recursos con los que cuentan?

¿Cómo es posible que cuando un jugador “gana” algunas monedas en una máquina, se marche a la de otro local a seguir perdiendo?...

Seguramente, los familiares de las personas ludópatas escribirían un listado de preguntas extenso, provocado por el desconcierto de las conductas de los jugadores.

Sin querer limitar los motivos o las causas que darían respuesta a las preguntas formuladas, el mantenimiento de la conducta de juego podría explicarse a través de cuatro factores que en cada jugador tendrían un peso específico diferenciado:

FACTORES

1. El valor reforzante del juego.
2. La tensión emocional que suscitan los estímulos asociados al juego.
3. Las ideas no racionales en torno al juego y su desarrollo.
4. La activación que provoca el juego.

¿Cómo explicar que los jugadores de máquinas tragaperras, después de tantos episodios de pérdidas, continúen apostando monedas a un juego con nulas posibilidades de éxito?

¿Qué factores explican el mantenimiento de la conducta de juego?

1. EL VALOR REFORZANTE DEL JUEGO

La conducta de jugar se mantiene, básicamente, por el llamado reforzamiento intermitente, efectivo para mantener la conducta y más resistente a la extinción. **El reforzamiento intermitente es aquel en el que la conducta no siempre obtiene refuerzo (recompensa, beneficio, premio,...). Así, la conducta es más difícil de eliminar, ya que la persona que la desarrolla mantiene siempre la esperanza de obtener refuerzo, premio, etc.**

Las máquinas tragaperras funcionan de este modo, con un programa de reforzamiento intermitente (la conducta no siempre obtiene refuerzo, premio, consecuencias positivas...) de razón variable (el refuerzo no siempre llega después del mismo número de respuestas, del mismo número de jugadas, etc). Con esto, cuantas más monedas se echen en una máquina, más probabilidades tendrá de obtener premio, es decir, cuantas más respuestas demos, más posibilidades de obtener beneficio tendremos. Sin embargo, el jugador no adquiere una expectativa precisa acerca del número de respuestas emitidas para obtener una recompensa.

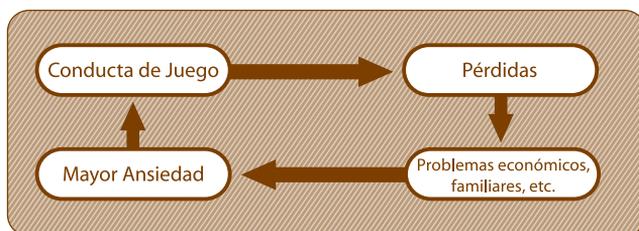
Además, las conductas iniciales en los jugadores se mantienen por refuerzo positivo. Es decir, estas personas juegan para obtener un beneficio (en este caso los premios, el dinero). Las personas que se inician en el juego de máquinas tragaperras suelen estar motivadas por la consecución de dinero, de premios.

Sin embargo, posteriormente, estas conductas se mantienen por refuerzo negativo, es decir, se recurre al juego para evitar un estado negativo de ansiedad o agobio por haber perdido y por los problemas económicos, familiares, etc. asociados al juego.

Los jugadores juegan al principio para obtener un beneficio y terminan jugando para aliviar la tensión y el malestar que les provoca las pérdidas y los problemas relacionados con el juego.

¿Qué factores explican el mantenimiento de la conducta de juego?

Como se refleja en el siguiente gráfico, esta circunstancia genera en la vida del jugador un círculo vicioso difícil de cortar:



2. LA TENSIÓN EMOCIONAL QUE SUSCITAN LOS ESTÍMULOS ASOCIADOS AL JUEGO

Cuando el jugador se expone o se enfrenta a situaciones o estímulos que habitualmente han estado presentes antes de jugar o durante el juego, así como cuando aparecen ideas o deseos de jugar, se genera cierta tensión emocional que aumenta las probabilidades de desarrollar una conducta de juego. Algunos jugadores lo describen como “no pienso en el juego habitualmente, pero cuando estoy delante de una máquina parece como si me llamara, me atrae”.

Este factor hace que muchos jugadores continúen haciéndolo a pesar de tener firmes intenciones de dejar de jugar.

Este hecho es provocado por el llamado mecanismo de ejecución conductual (MEC, a partir de ahora) que es una teoría que explica el mantenimiento de la conducta de juego y el desarrollo de la misma y que ha tenido una importante repercusión en las estrategias terapéuticas eficaces en el abordaje del Juego Patológico.

¿Qué factores explican el mantenimiento de la conducta de juego?

En resumen, esta teoría dice que en el Sistema Nervioso central se establece un mecanismo neurofisiológico de ejecución de una conducta cuando esta se convierte en habitual. Este mecanismo es activado cuando la persona está en presencia de los estímulos que preceden o precedieron al desarrollo de la conducta o cuando la persona piensa en desarrollarla. Si la conducta no se desarrolla cuando el sujeto es estimulado para llevarla a cabo, se produce un aumento de la activación y tensión emocional, tan desagradable en ocasiones, que fuerza al sujeto a llevarla a cabo, incluso aunque no desee hacerlo.

Las situaciones que originan tensión emocional en los jugadores son muy diversas y propias en cada caso, pero entre las más habituales se encontrarían:

La Máquina Tragaperras

Como hemos venido comentando están diseñadas con una potente capacidad para activar tensión emocional en un jugador. Las luces, el sonido que actuaba como reclamo y el de las monedas al caer en el cajón de recogida de premios, el movimiento, etc. son estímulos que para la mayoría de las personas pasan desapercibidos, pero que funcionan como importantes fuentes de activación neurofisiológica en los jugadores habituados a ellas. Algunos jugadores explican que hallarse en presencia de la máquina les genera un importante estado de ansiedad (incluso sudoración, taquicardias, etc) y un deseo que les lleva, irremediamente, a echar unas monedas para calmar dicho estado.

Cuando los jugadores se exponen a determinadas situaciones o estímulos se genera cierta tensión emocional que hace incrementar las posibilidades de llevar a cabo un episodio de juego.

Los sonidos, las luces, el movimiento y otros estímulos propios de la máquina tragaperras generan tensiones emocionales en los jugadores.

¿Qué factores explican el mantenimiento de la conducta de juego?

El dinero

Tener dinero suficiente para jugar o simplemente la posibilidad de disponer de él, promueve en los jugadores el deseo de jugar. Existen jugadores que, durante los días en los que no disponen de dinero, manifiestan no pensar en el juego ni sentirse preocupados por ello. Sin embargo, cuando lo tienen o pueden acceder a él se incrementan las posibilidades de desarrollar conductas de juego, piensan en el juego frecuentemente y se activan estados de ansiedad importantes que suelen desencadenar en episodios de juego. Son múltiples las historias de jugadores que cuando cobran el sueldo o los anticipos por su trabajo, gastan todo o la mayor parte del mismo en el juego.

Los circuitos de riesgo

Entre los estímulos asociados o que preceden al desarrollo del juego se encuentran los circuitos de riesgo, es decir, aquellas situaciones, hábitos, recorridos, locales, compañías, etc. que generan en el jugador un estado de activación que favorece la aparición de episodios.

Algunos estados emocionales

El aburrimiento, el vacío, el pobre estado de ánimo, la soledad, la depresión... generan la aparición de la tensión emocional. Jugadores expuestos a estos estados emocionales, ven aparecer la idea de jugar y la activación del impulso irresistible a desarrollar la conducta de juego. Este factor explica buena parte de los motivos por los que muchas mujeres recurren diariamente al juego (principalmente bingo) en situaciones crónicas de soledad.

¿Qué factores explican el mantenimiento de la conducta de juego?

Para terminar de entender como actúa el MEC en el mantenimiento de la conducta de juego, señalemos una situación característica de un jugador patológico en la que se muestra como la existencia y la confluencia de varias circunstancias, despertaron el deseo de jugar y el impulso irresistible.

“Antonio es un ludópata con una historia de dependencia al juego de máquinas tragaperras de más de 8 años. Su familia está sopor-tando en la actualidad deudas por valor de unos 3.000 euros aproximadamente. Antonio lleva 2 meses sin jugar y con firme propósito ante su familia de no volver a hacerlo. A pesar de su intención, acude diariamente al bar después de terminar la jornada y toma algunas cervezas con sus compañeros. Reconoce que en ocasiones le habían entrado ganas de echar unas monedas, pero su deseo de no jugar y la no disponibilidad de dinero le disuadieron. Sin embargo, hoy ha gastado 300 euros en una máquina y no se lo explica. Hace unos días, mientras se vestía, vio donde escondía su mujer la tarjeta de crédito. Ese mismo día no la cogió, pero presionado por el deseo y la ansiedad por jugar en días posteriores, tras despedirse de sus compañeros en el bar después de la jornada de trabajo, decidió tomar la tarjeta, sacar 30 euros y probar suerte. La ilusión y la creencia en la suerte le han llevado a gastar los 300 euros que tenía como límite la tarjeta de crédito. Hoy está abatido y sin comprender porqué, después de 2 meses, ha podido volver a jugar, a traicionar a su familia y a minar la confianza que habían depositado en él”

En esta historia confluyen claramente varias situaciones estímulares que despiertan con fuerza el inicio del MEC en el jugador: la máquina tragaperras, los circuitos de riesgo y los hábitos del jugador y la disponibilidad de dinero.

¿Qué factores explican el mantenimiento de la conducta de juego?

3. LAS IDEAS NO RACIONALES QUE TIENEN LOS JUGADORES EN TORNO AL JUEGO

Con el objetivo de incrementar las posibilidades de éxito cuando nos enfrentamos a un evento tan incierto como son los juegos de azar, las personas tendemos a buscar y confiar en una serie de principios, a utilizar el razonamiento en los cálculos lógicos o probabilísticos. Estos pensamientos, principios, reglas propias, etc. se convierten habitualmente en errores cognitivos o de pensamiento que llevan a tomar decisiones cuyos resultados no sólo no son óptimos, sino que pueden llegar a ser absurdos.

Confiar en la suerte o sobrevalorar la habilidad personal en los juegos de azar hace que los jugadores jueguen más.

Estos principios (reglas, pensamientos no racionales, etc.) habitualmente reducen la incertidumbre y el papel del azar en el desarrollo del juego. La participación regular en el juego erosiona la racionalidad, facilita el establecimiento de pensamientos irracionales (también llamados distorsiones cognitivas) y lleva a asumir más conductas de riesgo. De todas las distorsiones cognitivas o errores de pensamiento que se dan, podemos destacar las siguientes en el ámbito de los juegos de azar:

La ilusión de control

Está muy presente en jugadores de máquinas tragaperras, cartas, casino, etc. y hace referencia a la creencia de que las habilidades o destrezas propias pueden controlar o vencer el azar. **Es propio de los jugadores de máquinas tragaperras considerar que saben jugar y que son habilidosos.**

La manipulación del juego a través de botones genera en el jugador una mayor sensación de control sobre el juego. En este sentido, una de las motivaciones iniciales para continuar jugando es el aprendizaje de la dinámica del juego (sistema de juego, dobles, acumulación de premios, distintos niveles de juego, etc).

¿Qué factores explican el mantenimiento de la conducta de juego?

Los jugadores entonces empiezan a relacionar su forma de jugar con la obtención de premios y refuerzos positivos. Manifestaciones y pensamientos propios de esta distorsión cognitiva serían “en la máquina es mejor jugar arriba y no cobrar los premios”, “los chinos sí que saben jugar a las máquinas”, “yo tengo mi propio sistema para ganarle a la máquina”, etc.

La confianza en la suerte

Es otra distorsión cognitiva y se refiere a la sobrevaloración de las posibilidades de ganar, independientemente de las acciones realizadas por el jugador. En juegos donde sólo interviene el azar, recubrirse de un halo de suerte, aumenta la ilusión de obtener un premio y, por tanto, lleva a asumir mayores conductas de riesgo. Manifestaciones y pensamientos propios de esta distorsión serían “*hoy es mi día de suerte, tengo que apostar fuerte*”, “*nunca fui una persona con suerte*”, “*hoy voy con la sensación de que voy a ganar*”.

La percepción de los episodios de juego como sucesos relacionados entre sí, cuando en realidad son eventos independientes

Los jugadores presentan esa tendencia, fruto del contacto habitual con el juego. Tienden a establecer una relación de dependencia entre sucesos que son fruto del azar y que no tienen relación alguna. Un ejemplo claro de esta distorsión es que, si tiramos un dado, las posibilidades de que salga un 3 son de $1/6$ y si lo volvemos a tirar, la probabilidad seguirá manteniéndose en la misma medida. Los jugadores pensarán, sin embargo, que si la primera vez salió el número 3, en el segundo intento, la posibilidad de que salga el 3 será menor. Realmente, ambos sucesos son independientes. Las supersticiones también entrarían en este bloque de distorsiones cognitivas, llegando a establecer una dependencia entre determinados eventos y los resultados del juego.

¿Qué factores explican el mantenimiento de la conducta de juego?

Manifestaciones y pensamientos propios de este grupo serían “ayer salió el 90, hoy no lo compro”, “la máquina no ha dado premios esta mañana, así que estará a punto de caer”, etc.

La atribución flexible

Es la tendencia a imputar los éxitos a factores internos o propios de la persona, como la habilidad y el esfuerzo, mientras que los fallos se atribuyen a factores externos a la persona, como los obstáculos o la mala suerte. Además, aparece lo que llamamos evaluación sesgada, es decir, los jugadores tienden a recordar los éxitos con más frecuencia que los fracasos. Así, los éxitos en el juego tienden a aumentar las expectativas más que los fracasos a disminuirlas. Con ello, los jugadores sacan conclusiones poco objetivas sobre los resultados y la dinámica de juego. Manifestaciones y pensamientos propios de esta distorsión cognitiva serían: *“si juego más concentrado, ganaré con seguridad en la máquina”, “hoy la máquina no estaba para premios”, “tengo mucha habilidad jugando a las quinielas de fútbol”.*

4. LA ACTIVACIÓN QUE PROVOCA EL JUEGO

Cuando realizamos una actividad placentera, así como cuando se está inmerso en una situación amenazante o preocupado por algo, aumenta la activación psíquica, fisiológica y motora. Esa activación es un potente reforzador en sujetos “buscadores de sensaciones”, es decir, aquellas personas con ese rasgo de personalidad (impulsivos, con tendencia a las nuevas sensaciones, al riesgo) se encontrarían en una situación muy placentera cuando su nivel de activación estuviera elevado. El juego y la incertidumbre del mismo provocan, precisamente, una elevada excitación. La dependencia de este tipo de jugadores sería más a su propia excitación y activación psicofisiológica (llamada arousal) que a la consecución de una fortuna. Es propio de este tipo de jugadores observar conductas peculiares en su relación con el juego, como el interés que verbalizan por ganar en el juego para poder seguir jugando.

9

El Juego Patológico

¿Cómo saber si existe un trastorno de juego patológico?



¿Cómo saber si existe un trastorno de juego patológico?

¿Cree usted que tiene o ha tenido alguna vez problemas con el juego?, ¿Se ha sentido alguna vez culpable por jugar o por lo que le ocurre cuando juega?, ¿Ha intentado alguna vez dejar de jugar y no ha sido capaz de ello?, ¿Ha cogido alguna vez dinero de casa para jugar o pagar deudas?

Si dos de las anteriores preguntas se contestan de manera afirmativa, podríamos estar ante un probable jugador patológico. Las 4 preguntas corresponden a un cuestionario breve sobre juego patológico, diseñado para detectar probables casos.

Un análisis detallado de las siguientes cuestiones puede llevarnos a determinar si una persona jugadora puede estar padeciendo un trastorno de juego patológico. No todos los problemas de juego patológico son idénticos. Probablemente, existen tantos tipos de jugadores patológicos como jugadores hay.

Cada historia tiene sus características particulares. Las cuestiones que siguen pueden presentarse en cada caso o no hacerlo. En algunos, se presentarán algunas combinadas de alguna forma y, en otros casos, otras diferentes. No sería por tanto necesario que se dieran todas estas condiciones para cuestionar o plantear que exista un problema de juego patológico:

1. Los jugadores patológicos presentan **una moderada o intensa preocupación por el juego**. De tal manera que piensan a menudo en él, en experiencias de juego pasadas, planifican futuros episodios de juego, suele rondarles por la cabeza las formas de obtener dinero para jugar o pagar deudas de juego, etc. Esta preocupación en ocasiones deriva en cuadros de ansiedad, insomnio, pérdida de apetito, etc, que son observados, principalmente, por el entorno del jugador, a los que no se les identifica como consecuencia del juego.

¿Cómo saber si existe un trastorno de juego patológico?

2. Desde que se iniciaron las conductas de juego, probablemente hace algunos años, los jugadores patológicos **han ido incrementando progresivamente su implicación en el juego** (en tiempo y dinero), con la intención de sentirse satisfechos y obtener la excitación deseada.
3. Los jugadores tienen una **grave incapacidad para controlar, detener o interrumpir el juego**. Esto se traduce en la imposibilidad, en la mayoría de los casos, de jugar el tiempo y el dinero que previamente habían establecido y de detener el juego cuando el límite previsto se ha superado o las consecuencias del episodio de juego son perjudiciales. Estos episodios de pérdida de control son una de las principales características de los jugadores con trastorno de juego patológico.
4. En muchos jugadores patológicos aparece **cierta inquietud o irritabilidad cuando se intenta detener el juego o no se puede acceder a él por cualquier circunstancia** (quedarse sin dinero, tiempo, alguien lo impida, etc.).
5. Como hemos indicado en otra parte de esta guía, muchos jugadores utilizan **el juego como forma de escapar o aliviar los problemas emocionales (depresión, desesperanza, culpa, etc) y las tensiones cotidianas (conflictos conyugales, problemas laborales, consecuencias del juego, etc)**. Se da entonces la circunstancia de que suceden más episodios de juego con mayor probabilidad cuando aparecen dichos problemas.
6. Una característica básica, que nos hace determinar que existe un trastorno de juego patológico, es el desarrollo de **conductas de juego para recuperar las pérdidas** que el mismo juego ha provocado.

¿Cómo saber si existe un trastorno de juego patológico?

Cuando se acumulan deudas o se gasta dinero en el juego que estaba destinado a otra cosa, se juega con la esperanza de recuperar ese dinero, lo que desemboca en una mayor pérdida.

7. **El engaño, la ocultación, la negación y la minimización de la implicación verdadera en el juego**, son conductas relacionadas con el trastorno de juego patológico. Los jugadores tienden a engañar a familiares, amigos, compañeros y terapeutas sobre su verdadera implicación en el juego.
8. En una fase muy avanzada del Juego Patológico, los jugadores pueden cometer **actos ilegales** como falsificación, fraude, robo de dinero, etc. para financiar sus episodios de juego y/o abonar las deudas que han ido contrayendo.
9. El juego patológico genera la **pérdida progresiva de actividades** que venía realizando. Se abandonan aficiones, se ponen en riesgo relaciones interpersonales, oportunidades laborales y/o educativas, etc. Existe una tendencia a dar más importancia al juego en detrimento de otras actividades, incluidas las laborales, que desarrollaba el jugador.
10. Los jugadores patológicos suelen **confiar en los demás para aliviar la desesperada situación económica**. Es usual que en fases muy avanzadas hayan agotado numerosos recursos y tengan la impresión de que alguien o algo, incluida la suerte y el juego, les sacará del problema. Esta sensación es aún mayor cuando se inician los episodios de juego, situación en la que la razón no suele presentarse.

Como hemos indicado, estas 10 características son propias de los jugadores patológicos y **no son todas indispensables para determinar la existencia de una ludopatía**.

10

El Juego Patológico

¿Qué puedo hacer si quiero dejar de jugar?



¿Qué puedo hacer si quiero dejar de jugar?

Abandonar una conducta adictiva no es una tarea fácil, pero muchas personas lo han conseguido. Estas sencillas medidas pueden ayudarle a tomar la decisión:

1. Inicialmente, debe **encontrar motivos para cambiar**. Iniciar esta tarea sin convicción puede resultarle ciertamente frustrante. Probablemente existan tantos motivos como jugadores con problemas. Conocer las razones concretas que le van a llevar a dejar de jugar y recordarlas de vez en cuando en el proceso que va a comenzar, puede resultarle muy útil ya que le ayudarán a reafirmar su propósito. Anote esos motivos en una lista y téngala a mano:

Mis motivos para dejar de jugar

1.
.....
2.
.....
3.
.....
4.
.....

2. Antes de tomar otras medidas, el jugador debe **encontrar una persona de confianza** (familiar, pareja, amigos, etc) que verdaderamente tenga capacidad para ayudarle. La mayoría de los jugadores en su larga historia de juego han realizado múltiples intentos de abandonarlo solos con escaso éxito. Contar con esa persona le servirá de ayuda.

¿Qué puedo hacer si quiero dejar de jugar?

3. Una vez haya encontrado esa persona, el jugador debe concienciarse de **NO MENTIR**. Es muy importante contar el problema de juego sin engaños ni mentiras. Para el jugador resulta muy duro en ocasiones contar lo que le ocurre (recaídas, deudas, conductas ilegales, etc.), pero sólo si deja de mentir, cosa que el jugador suele realizar de manera automática, podrá conseguir dejar de jugar.
4. Conociendo como ya conocemos la ludopatía, **es obvio pensar que evitar la tentación puede ser un método eficaz para abandonar el juego**. Es decir, evitar aquellas situaciones, estímulos, etc, que pueden despertar el deseo de jugar y que aumentan las probabilidades de ello. **Revise su vida cotidiana y anote en una lista aquellas situaciones que considera de alto riesgo para jugar:**

Momentos o situaciones de alto riesgo

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....

¿Qué puedo hacer si quiero dejar de jugar?

5. Una vez haya realizado ese listado de situaciones difíciles o de alto riesgo, **anote qué puede hacer para afrontarlas adecuadamente o superarlas sin jugar:**

Maneras de afrontar las situaciones de alto riesgo

Situación 1

.....

Situación 2

.....

Situación 3

.....

Situación 4

.....

Situación 5

.....

Si entre las situaciones de alto riesgo ha anotado algunas que están relacionadas con **EL DINERO**, puede ayudarle a completar su listado de situaciones de riesgo y maneras de hacerle frente, lo siguiente:

Controlar y/o eliminar las fuentes de obtención del dinero:

Eliminar tarjetas de crédito y de compra, acceso a cuentas bancarias (realice cuentas mancomunadas), dinero metálico, fiadores o personas que fácilmente le prestan dinero, etc.

¿Qué puedo hacer si quiero dejar de jugar?

Controlar el gasto diario de dinero:

Pídale a la persona que le está ayudando, que le facilite una cantidad de dinero al día para sus gastos cotidianos (desayuno, ...), anote diariamente dicho gasto y justifique, por ejemplo con un ticket, los gastos extraordinarios que deba realizar. Si le sobra dinero, no lo acumule, devuélvalo. Poco a poco, estas medidas estrictas de control pueden ir relajándose conforme el jugador se sienta seguro. Una forma de ir haciéndolo gradualmente es pasar del control diario a un control cada 2 días y pasado un tiempo cada 3 días y así sucesivamente.

La siguiente tabla podría ayudarle a controlar y anotar el gasto diario. Las cifras que aparecen en ella son solo un ejemplo:

Día	Lunes 30	Martes 31	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3	Sábado 4	Domingo 5
Cantidad establecida	5 €	5 €	€	€	€	€	€
GASTOS	Desayuno 1,60 € Prensa 0,90 € Café 1,00 € 3,50 €	Desayuno 1,60 € Café 1,00 € Revista 2,20 € 4,80 €					
		Pantalón 35,00 € (ticket)					
Diferencia	+ 1,50 €	+ 0,20 €					

¿Qué puedo hacer si quiero dejar de jugar?

Siguiendo con la línea anterior, **debe evitar las situaciones peligrosas** que con mayor probabilidad pueden generar un episodio de juego: locales de juego, bares con máquinas tragaperras, recorridos donde aparecen locales (bingos, casinos, salones de juego, etc) donde juega habitualmente, compañías relacionadas con el juego, etc

6. Si su problema es con el juego del bingo, decídase a utilizar la medida más eficaz para evitar entrar y, por tanto, jugar: **LA AUTOPROHIBICION EN BINGOS Y CASINOS**. Esta medida consiste en solicitar a través de un sencillo impreso en el **Servicio de Juego de la Consejería de Gobernación de la Junta de Andalucía**, la autoprohibición de la entrada en bingos y casinos a nivel provincial, regional o nacional (nuestra recomendación es que el ámbito de autoprohibición sea el nacional). Tras su solicitud, entrará a formar parte de los listados de autoprohibidos que se facilitan a los bingos y casinos de todo el país. Si en la puerta de entrada de un bingo o casino se comprueba que su DNI figura en esas listas, le prohibirán la entrada al local de juego.
7. Lo habitual es que el juego le haya originado **DEUDAS**. La organización y devolución responsable de las mismas es un objetivo muy importante que ayuda a prevenir recaídas. Para ello, es recomendable organizarlas, hacer un listado de las mismas, compartir el mismo con la persona que le está ayudando a dejar de jugar y realizar un plan detallado de devolución de las mismas. En ese plan es importante priorizar las deudas e incluso comunicar a los acreedores su situación personal y acordar los plazos en que serán resueltas. **Es también imprescindible hacerse responsable de las deudas y evitar pedir dinero prestado para pagarlas.**

¿Qué puedo hacer si quiero dejar de jugar?

8. Con el objetivo de prevenir recaídas, es recomendable ocupar el vacío que ha dejado el juego en su vida con otras **actividades de ocio alternativas** que cumplan la función “positiva” que el juego ha desempeñado (hacer frente al aburrimiento, las tensiones, conflictos personales, etc).
9. El Juego Patológico es un trastorno adictivo y, como tal, con un alto riesgo de sufrir recaídas. Si transcurrido un tiempo después de la abstinencia le ocurre, no se desanime. **Procure analizar las causas de la recaída e incida en el control de las circunstancias que han provocado la misma.** Casi el 50% de las recaídas suelen ocasionarse por un manejo inadecuado del dinero. A esta causa le siguen los estados emocionales negativos como la tristeza, melancolía, aburrimiento, tensiones o conflictos con otras personas, etc. como los responsables del 25% de las recaídas.

Muchas personas que juegan han logrado de manera espontánea y con estas sencillas medidas dejar de hacerlo. Sin embargo, existen muchos jugadores que necesitan atención especializada. Indudablemente **buscar un recurso de tratamiento especializado** para su problema con el juego puede ser una buena opción, opción que en muchos casos, después de muchos intentos de abandono, termina convirtiéndose en la adecuada. En la provincia de Cádiz, entre otros recursos, existe una red de centros de tratamiento ambulatorio que pueden ayudarle. Al final de esta guía encontrará una relación de los mismos.

Muchas personas han logrado con estas sencillas medidas dejar de jugar. Sin embargo, existen muchos jugadores que necesitan atención especializada.

¿Qué puedo hacer si quiero dejar de jugar?

11

El Juego Patológico

**¿Qué podemos hacer
si algún familiar o allegado
puede estar padeciendo
una ludopatía?**



¿Qué podemos hacer si algún familiar o allegado puede estar padeciendo una ludopatía?

Detectar un problema de ludopatía no es una tarea sencilla para los familiares o personas cercanas al jugador. La negación de la enfermedad y la ausencia de síntomas claros o exclusivamente relacionados con el juego patológico, parecen ser los elementos que contribuyen a esta dificultad. Ante esto, los familiares suelen ser conscientes de los problemas derivados del juego patológico cuando la enfermedad está en una fase avanzada y la relación de dependencia con el juego es grave y consistente.

La negación de la enfermedad y la ausencia de síntomas claros o exclusivamente relacionados con el juego patológico dificultan la detección de la enfermedad por parte de los familiares

Además, la sintomatología que acompaña en ocasiones a la ludopatía podría también responder a diferentes problemas.

Así, es frecuente el aumento del consumo de alcohol y tabaco, que la persona esté más irritable, aparezcan problemas con el sueño, nerviosismo, dolores de cabeza, etc. También es usual que el jugador esté más aislado socialmente, abandone actividades anteriormente agradables o placenteras para él o para ella y que incluso presente alteraciones fisiológicas relacionadas con la tensión y la ansiedad (alteraciones gástricas, mareos, etc).

Sin embargo, como decimos, este tipo de alteraciones pueden tener su origen en otro tipo de problemas, por lo que **el descubrimiento por parte del entorno del jugador suele darse habitualmente por razones monetarias**. El impago de facturas, la petición de dinero para saldar deudas a través de créditos o a personas, etc. son circunstancias que en ocasiones de manera inesperada, descubren un problema de juego.

Ante tal descubrimiento, los familiares tienden a dar respuestas de protección al jugador, respuestas que pretenden minimizar las consecuencias negativas del juego. En su afán de ayudar, es habitual que la familia abone las deudas que el jugador ha contraído por miedo, encubrimiento del problema ante los demás, etc. Y, además, confíe en la promesa hecha por el jugador de no volver a jugar, promesa quizás improbable de mantener ya que, aunque

¿Qué podemos hacer si algún familiar o allegado puede estar padeciendo una ludopatía?

es real el deseo, el no control sobre su adicción se lo va a impedir tarde o temprano. Aunque parezca que no es así, el verdadero problema del jugador no es el económico, sino la falta de control en su conducta de juego.

Algo habitual en los jugadores es pensar que su adicción al juego concluye con la resolución de las consecuencias negativas (económicas, conflictos familiares, culpa, etc) y la firme voluntad de no volver a jugar. Sin embargo, resolver lo anterior, aunque es un paso importante, no elimina la adicción al juego. Esta reacción de los familiares se convierte, por tanto, en un error frecuente que no favorece la recuperación de la ludopatía sino que más bien la agrava. Entre otras, podemos destacar algunas pautas que pudieran seguir los familiares de jugadores:

Recuerde que en el desarrollo del trastorno de Juego Patológico, al igual que en cualquier conducta adictiva, **los jugadores suelen pasar por distintas fases en las que la motivación hacia el abandono del juego se va modificando**. Puede ser entonces que su familiar o allegado se encuentre en una situación en la que no contemple la existencia de problemas. Quizás sí sea consciente de la existencia de un problema con el juego pero no conoce las posibles soluciones para resolverlo, o, simplemente, no desea, tiene miedo a hacerlo o considera que con “fuerza de voluntad” logrará recuperarse. Ante todo esto, **lo más importante es saber detectar en que situación de las expuestas se encuentra el jugador para afrontar mejor el cambio**. En este punto, el familiar o allegado debe ayudar al jugador, mediante el diálogo, a ser consciente de su motivación para cambiar, a aumentarla en caso necesario (por ejemplo valorando las consecuencias positivas y negativas de su conducta) y a conocer las estrategias más eficaces para resolverlo que, como sabemos, van más allá de la mera voluntad.

¿Qué podemos hacer si algún familiar o allegado puede estar padeciendo una ludopatía?

El jugador debe hacerse responsable de las consecuencias del juego y también de su recuperación. Será imprescindible apoyar a la persona jugadora, pero la familia debe **condicionar ese apoyo a un intento real y válido de abandonar el juego.** Así, los familiares podrían presionar al jugador a buscar ayuda terapéutica en los distintos recursos disponibles en la comunidad y no quedarse conformes con los intentos y deseos personales, en la mayoría de los casos sinceros, de abandonar el juego.

Es imprescindible no dejarse convencer por los jugadores. La ludopatía es una enfermedad progresiva que, habitualmente, empeora con el paso del tiempo si no se ponen en práctica medidas adecuadas.

Es recomendable **no juzgar con dureza, amenazar, castigar o encolerizar cuando nuestra intención sea motivar a un jugador a recuperarse de su adicción.** Ayude al jugador a analizar las consecuencias negativas que el juego está provocando en él mismo y en el entorno familiar. Ayude al jugador a ser consciente de que sus deseos anteriores por abandonar el juego (probablemente cada vez que concluye un episodio de juego con una importante pérdida económica) nunca se han cumplido y que esto es debido a la existencia de una adicción que debe ser tratada con eficacia y, en último extremo, por especialistas.

Los familiares no deben asumir las consecuencias económicas que trae consigo la ludopatía. Pagar una deuda para evitar ser descubierto por allegados, amigos, etc. o por mantener la “reputación” personal del jugador, agravan el problema y le enseñan a evadir responsabilidades propias y a confiar en que siempre hay una solución para los problemas que vayan surgiendo.

¿Qué podemos hacer si algún familiar o allegado puede estar padeciendo una ludopatía?

Si el jugador manifiesta su deseo de dejar de jugar, la familia puede proponer ciertas medidas que aumenten las posibilidades de mantener la abstinencia. Entre otras, pueden destacarse:

- 1. Controle todas las fuentes de obtención del dinero** por parte del jugador. Lo más eficaz es que el jugador no disponga o pueda disponer de dinero para jugar. Retirar tarjetas y cartillas (incluso tarjetas de compra), crear cuentas mancomunadas donde sea necesaria la firma del cotitular para sacar dinero, cambiar números secretos, tener el dinero a buen recaudo, pueden ser algunas medidas.
- 2. Facilite diariamente el dinero justo para los gastos del jugador** y exíjale justificantes de gastos.
- 3. En un clima favorecedor del diálogo y la sinceridad, analice con el jugador todas las deudas** que tiene relacionadas, directa o indirectamente, con el juego. **Ayúdele a planificar una devolución lógica** teniendo en cuenta las posibles prioridades en cada una de ellas. Tenga en cuenta que mantener ocultas y/o no organizadas las deudas favorecen la aparición de recaídas en el juego. Promueva en el jugador la idea de que las deudas personales no deben solventarse asumiendo otras nuevas.
- 4. Si la ludopatía tiene que ver con el bingo o el casino, recomíéndele que utilice la AUTOPROHIBICIÓN EN BINGOS Y CASINOS** en el ámbito nacional, una medida eficaz para evitar la entrada en los locales de juego. Esta autoprohibición se realiza a través del Servicio de Juego de La Consejería de Gobernación de la Junta de Andalucía en sus delegaciones territoriales.

¿Qué podemos hacer si algún familiar o allegado puede estar padeciendo una ludopatía?

No se deje convencer ante la negativa del jugador aduciendo diversos motivos (“quedaré registrado como ludópata”, “eso no sirve para nada, yo entro cuando quiera”, “¿y si algún día quiero entrar contigo?”, etc).

5. El familiar podría promover en el jugador **un alejamiento por parte de éste de las condiciones en las que habitualmente se ha desarrollado la conducta de juego**: bares, amigos jugadores, locales de juego, las máquinas tragaperras, recorridos o circuitos de riesgo. A la vez, sería recomendable facilitar y apoyar el desarrollo de conductas alternativas por parte del jugador que hagan frente al vacío que ha dejado el juego.
6. **No se desanime si en el proceso de abandono del juego sucede alguna recaída**. Es conveniente volver a recordar que la ludopatía es un trastorno adictivo y, como tal, con un alto riesgo de recaídas. El familiar debe facilitar un clima de diálogo para que el jugador sea capaz de verbalizar los episodios de juego que pudieran aparecer tras el intento de abandono del mismo.

12

El Juego Patológico

Los adolescentes y el juego



Los adolescentes y el juego

Un capítulo aparte merece la incidencia y las características específicas que el juego patológico presenta entre nuestros adolescentes. Como hemos indicado, todos los estudios coinciden en destacar que el sector de población más afectado por la ludopatía es el comprendido entre los 15 y los 29 años, y esto, a pesar de que la edad permitida para el acceso a los juegos de azar está situada en los 18 años. Un reciente estudio de la Junta de Andalucía destaca como **el 4,3% de la población adolescente ha usado máquinas tragaperras en el último año.**

Parece claro que la facilidad en el acceso al juego es un factor que, como ya hemos destacado, incrementa la incidencia del trastorno. Sin embargo, la legalización y el acceso al juego son factores que no explican por sí mismos el aumento considerable de la ludopatía entre los adolescentes, debiendo buscar otras causas más globales que inciden en ello. En primer lugar analicemos las características que presentan la participación en juegos de azar entre los adolescentes:

Las motivaciones de los adolescentes para iniciar y/o desarrollar conductas de juego. El juego es una conducta placentera, intrínsecamente ligada al ser humano, por lo que es obvio el interés que despierta el juego entre los niños y adolescentes. Principalmente **los adolescentes y los niños se inician en el juego de máquinas tragaperras por entretenimiento y motivados por el dinero.**

MOTIVACIONES	%
Entretenimiento	67,3
Dinero	38,2
Influencia de los demás	15,9
Sensaciones y conocimiento	14,5
Competir	5,6
Comunicación y relaciones	1,8

Fuente:
Los Jóvenes y los Andaluces ante
las drogas y las adicciones 2002.
Consejería de Asuntos Sociales.
Junta de Andalucía.

En los últimos años, ha descendido la edad de acceso al juego y la edad media de los jugadores patológico.

Los adolescentes y el juego

Como hemos indicado, a pesar de la prohibición del juego de máquinas tragaperras a menores de 18 años, **los adolescentes juegan en su mayoría en bares, cafeterías, discotecas** y, en menor medida en salones de juego. Son muchos los locales que disponen de máquinas tragaperras y no limitan su acceso a los menores.

ÁMBITO EN EL QUE JUEGAN	%
Bares, cafeterías y discotecas	88,7
Salones de juego	35,5
Cibercafés	3,3
Trabajo	2,8

Fuente:
Los Jóvenes y los Andaluces ante
las drogas y las adicciones 2002.
Consejería de Asuntos Sociales.
Junta de Andalucía.

El estudio refleja también como los adolescentes de 14 y 15 años y entre 25 y 29 años juegan preferentemente en bares y cafeterías, mientras que los adolescentes entre 16-24 años lo hacen en salones de juego mayoritariamente. Otro dato que no por cuantioso es llamativo, **es la nueva modalidad de juego que escapa al control adulto: el juego a través de la red Internet, en los salones virtuales**. El desarrollo de las nuevas tecnologías se convierte aquí en un arma de doble filo en tanto que facilita, entre otros logros, la comunicación y el acceso a la información, pero su fácil acceso puede generar usos perjudiciales en personas más vulnerables psicológicamente como los niños y los adolescentes.

ÁMBITO EN EL QUE JUEGAN MAYORITARIAMENTE POR EDADES	%	
de 14 a 15 años	Bares, cafeterías y discotecas	88,7
de 16 a 19 años	Salones de juego	35,5
de 20 a 24 años		3,3
de 25 a 29 años	Bares, cafeterías y discotecas	2,8

Fuente: Los Jóvenes y los Andaluces ante las drogas y las adicciones 2002. Consejería de Asuntos Sociales. Junta de Andalucía.

Los adolescentes y el juego

Los adolescentes suelen jugar con amigos a las máquinas tragaperras, pero un dato importante es el elevado porcentaje de adolescentes entre 15 y 29 años que lo hacen solos. Si recordamos, en el proceso del desarrollo del juego patológico, el hecho de “jugar solos”, nos hacía pensar que la conducta de juego empezaba a ser problemática en la medida en que perdía el contexto social en el que habitualmente se inicia.

CON QUIEN SUELEN JUGAR	%
Con amigos	70,1
Solo	51,9
Con mi pareja	9,9
Con compañeros de trabajo	8,0
Con algún familiar	6,8

Fuente:
Los Jóvenes y los Andaluces ante
las drogas y las adicciones 2002.
Consejería de Asuntos Sociales,
Junta de Andalucía.

De entre los adolescentes que juegan a máquinas tragaperras, también destacan los siguientes datos:

El entretenimiento (70%), la ganancia de dinero (42%) y el desarrollo de habilidades (10%) son los tres efectos agradables o positivos que observan los adolescentes cuando juegan a las máquinas tragaperras.

Las consecuencias negativas del juego que perciben los adolescentes son menos frecuentes. Entre ellas están la pérdida de tiempo (11%), el insomnio, el nerviosismo y la ansiedad (11%) y los problemas económicos (8%).

La mayor parte de nuestros adolescentes dedican menos de una hora semanal al juego (68.7%), existiendo un 10% que dedica más de 4 horas a la semana.

Los adolescentes y el juego

Los adolescentes entre 16-19 años que juegan gastan una media de unos 20 euros semanales, estando la media general de todos los adolescentes en los 12 euros semanales.

El índice de conductas problemáticas de juego estaría en un 17% de los adolescentes que juegan. Entre esas conductas destacan el volver a jugar para recuperar lo perdido, jugar más tiempo de lo previsto, haber pensado jugar menos o dejar de jugar y pensar de manera recurrente en el juego cuando no se está jugando.

EN RESUMEN, EL JÓVENES QUE JUEGA A LAS MÁQUINAS TRAGAPERRAS, MAYORITARIAMENTE REUNIRÍA LAS SIGUIENTES CARACTERÍSTICAS:

- Aproximadamente 1 de cada 25 adolescentes entre 15 y 29 años ha jugado a las tragaperras.
- Principalmente varón.
- Juega por entretenerse y en ocasiones por sacar dinero.
- Lo hace habitualmente en compañía, pero también solo.
- A pesar de la legislación existente los menores de 18 años juegan.
- Hasta los 25 años suele jugar en salones y a partir de esa edad es más frecuente el juego en bares.
- Son más los efectos positivos que los negativos los que observan los adolescentes en el juego de máquinas tragaperras.
- El juego cumple las expectativas de los adolescentes: les sirve para entretenerse y ganar dinero.
- De media suelen gastar unos 12 euros semanales, empleando algo menos de 2 horas en el juego.
- De los que juegan, 1 de cada 5 presentan conductas problemáticas en su relación con el juego.

Los adolescentes y el juego

Pero, ¿a qué puede deberse que la edad de inicio en el juego de máquinas tragaperras haya descendido en los últimos años? ¿Por qué la edad media de las personas con problemas de juego patológico se viene situando más cercana a la adolescencia a lo largo de la última década?

En el capítulo de esta guía donde hacíamos referencia a los factores de riesgo implicados en el desarrollo del juego patológico, se explicaba que no existen respuestas sencillas y simples a esa cuestión. Más bien, hablamos de factores de riesgo implicados que hacen más probable la aparición de la conducta de juego.

Repasemos algunos de estos factores. La siguiente tabla muestra algunos factores de riesgo en la esfera familiar, social, laboral e individual que pudieran tener una relación significativa con las conductas de juego de máquinas tragaperras. Al igual que los datos anteriores de este capítulo, estos están extraídos de un reciente estudio de la Consejería de Asuntos Sociales de la Junta de Andalucía con jóvenes de entre 14 y 29 años.

FACTORES DE RIESGO	
FACTOR FAMILIAR	Malas relaciones padres - hijos Malas relaciones con pareja
FACTOR SOCIAL	Conocimiento de consumidores de drogas Marginalidad en el barrio Uso de drogas en sus lugares de diversión
FACTOR PERSONAL	Insatisfacción en su vida actual Pérdida de confianza en sí mismo Sensación de no poder superar las dificultades
FACTOR LABORAL	Insatisfacción en la función o trabajo que realiza Trabajo a destajo o alto rendimiento Mala situación contractual en el trabajo o en paro

Los adolescentes y el juego

Como se puede observar, en líneas generales, **la insatisfacción y el descontento en las distintas áreas de la vida de un adolescente están presentes en el inicio y desarrollo de conductas de juego de máquinas tragaperras.**

De los datos obtenidos, podemos concluir que parece que el juego es una conducta placentera y los adolescentes podrían recurrir a él para escapar de situaciones displacenteras que suceden en su vida.

En la misma línea anterior, otro estudio habla de cuatro factores implicados en el inicio de los juegos de apuestas:

- **Los problemas en el hogar.** Apostar y jugar es una forma de escapar de los conflictos en la familia.
- **La baja autoestima.** En nuestra sociedad los “ganadores” están bien vistos. Apostar es una forma de sentirse importante, de buscar la aprobación de los iguales, de los amigos.
- **La emoción y el riesgo** de jugar y apostar.
- **La imitación del comportamiento de los adultos.** Principalmente del entorno familiar. Esto, evidentemente, unido a la familiaridad que tienen este grupo de adolescentes con este tipo de juegos.

Existe una tendencia a relacionar el uso de los videojuegos entre los adolescentes con el juego patológico de máquinas tragaperras y otros juegos de azar. No existen conclusiones claras sobre la relación entre los dos fenómenos. En este sentido, no podemos afirmar que aquellos adolescentes que utilizan habitualmente los videojuegos desarrollen posteriormente una ludopatía, o viceversa: que los ludópatas tengan tras de sí una historia de abuso de los videojuegos. Sin embargo, existen algunas afirmaciones que conviene tener en cuenta:

El uso de las nuevas tecnologías (videojuegos, Internet, móviles, etc.) está comenzando a generar cuadros de adicciones. Como hemos comentado, las adicciones no se limitan a las sustancias químicas y podemos hablar de adicciones sin drogas en aquellas conductas repetitivas que resultan placenteras para el sujeto al menos en sus primeras fases y que generan una pérdida de control en el mismo.

Un factor que parece evidente en la relación entre el uso/abuso de los videojuegos y el juego patológico es el contexto en el que pueden desarrollarse y la similitud en contenidos, dinámica, etc, que facilita el conocimiento de las mismas, la familiaridad y el uso.

Las máquinas tragaperras coinciden en espacio y tiempo con los videojuegos en los salones recreativos donde muchos niños, adolescentes y jóvenes pasan buena parte de su tiempo. Además, algunas máquinas tragaperras han tratado de imitar o parecerse a los videojuegos en cuanto a su estructura (máquinas de pin-ball por ejemplo) y en los contenidos de las mismas (automovilismo, piratas, etc.).

Los adolescentes y el juego

Queda claro que el juego, en tanto actividad de ocio, es propenso a generar cuadros de abuso. Pero ¿por qué no todos los adolescentes terminan “enganchados” al juego?

La respuesta podríamos encontrarla en la persona, es decir, **aquellas personas con determinados problemas previos son las que más recurren al juego.** Así, personas introvertidas, muy impulsivas, con baja autoestima y poco equilibradas emocionalmente constituyen un grupo de riesgo que presentan cierta tendencia a encontrar en el juego un mundo virtual sustitutivo de las insatisfacciones de la vida cotidiana.

Personas introvertidas, muy impulsivas, con baja autoestima y poco equilibradas emocionalmente constituyen un grupo de riesgo que presentan cierta tendencia a encontrar en el juego un mundo virtual sustitutivo de las insatisfacciones de la vida cotidiana.

Los videojuegos pueden convertirse en el precedente de los jugadores de máquinas tragaperras: ciertos adolescentes automatizan e internalizan el mecanismo de convertir las conductas de juego en bálsamos o vías de escape ante los conflictos intra e interpersonales.

Ante todo esto, la labor de todos no debe confundirse con una “cruzada contra el juego”. El juego es una conducta beneficiosa para niños, jóvenes y adultos. A través del juego aprendemos, nos relacionamos, ... de lo que aquí hablamos es de la adicción a los juegos de azar.

Los padres y educadores tienen una seria labor en la detección precoz de posibles casos de juego patológico y otras conductas adictivas: conocer que hacen nuestros hijos y adolescentes, en que emplean su tiempo libre, atender aquellas conductas de intenso uso de los videojuegos, etc.

Los adolescentes y el juego

Si hablábamos de factores de riesgo que favorecen el desarrollo del juego de máquinas tragaperras por parte de adolescentes, es preciso conocer y comentar aquellos factores, condiciones o situaciones que influyen en sentido contrario, disminuyendo los riesgos: los llamados factores de protección.

Existen pocas conclusiones al respecto, pero los distintos estudios coinciden en señalar los siguientes factores de protección en relación con el juego entre adolescentes:

Frente a los factores de riesgo, la labor preventiva consistiría en fomentar aquellos factores de protección que disminuyen las posibilidades de desarrollo de conductas problemáticas de juego.

FACTORES DE PROTECCIÓN
Contar los problemas en casa y la existencia de diálogo general entre padres e hijos.
Haber participado en actividades de prevención en la escuela o haber oído o visto mensajes preventivos sobre las conductas adictivas.
Participar en actividades alternativas de carácter social o humanitario.
Tener actitudes favorables hacia la salud y el cuerpo.
Tener madurez, responsabilidad y seguridad personal.
Tener objetivos claros sobre lo que se quiere hacer.



Fomentar el desarrollo de estos y otros factores de protección va a promover la disminución de jugadores patológicos entre nuestros adolescentes y jóvenes.

13

El Juego Patológico

Directorio de recursos



Directorio de recursos

SERVICIO PROVINCIAL DE DROGODEPENDENCIAS DE CÁDIZ

Dirección Provincial de Drogodependencias de Cádiz

C/ Valenzuela, 1 - 11007 Cádiz

Tfnos: 956 22 80 18 - 956 22 86 04

Fax: 956 22 91 33

Email: drogodependencias@dipucadiz.es

Centro de Tratamiento Ambulatorio de Alcalá de Los Gazules

C/ Miguel Tizón, 5 - 11180 Alcalá de los Gazules

Tfno: 956 42 01 61

Fax: 956 42 01 61

Email: drogo.alcala@dipucadiz.es

Centro de Tratamiento Ambulatorio de Algeciras

C/ Miguel Hernández, 17 - 11207 Algeciras

Tfnos: 956 66 05 31 - 956 66 04 82

Fax: 956 66 03 24

Email: drogo.algeciras@dipucadiz.es

Centro de Tratamiento Ambulatorio de Algodonales

C/ Arcos, 29, bajo - 11680 Algodonales

Tfno: 956 13 81 81

Fax: 956 13 81 81

Email: drogo.algodonales@dipucadiz.es

Centro de Tratamiento Ambulatorio de Arcos

C/ Nueva, s/n. - 11630 Arcos de la Frontera

Tfno: 956 70 06 01

Fax: 956 70 23 03

Email: drogo.arcos@dipucadiz.es

Directorio de recursos

Centro de Tratamiento Ambulatorio de Barbate

C/ Valladolid, 2 - 11160 Barbate

Tfno: 956 43 31 35

Fax: 956 43 31 35

Email: drogo.barbate@dipucadiz.es

Centro de Tratamiento Ambulatorio de Cádiz

Avenida del Guadalquivir, s/n. (Barriada de la Paz)

11012 Cádiz

Tfnos: 956 28 12 61 - 956 28 11 07

Fax: 956 28 15 67

Email: drogo.cadiz@dipucadiz.es

Centro de Tratamiento Ambulatorio de Conil

Avda. del Río. (Casa de la Juventud)

11140 Conil de la Frontera

Tfno: 956 44 33 21

Fax: 956 44 33 21

Email: drogo.conil@dipucadiz.es

Centro de Tratamiento Ambulatorio de Chiclana

C/ Fraile, s/n. - 11130 Chiclana de la Frontera

Tfno: 956 49 02 15

Fax: 956 49 02 15

Email: drogo.chiclana@dipucadiz.es

Centro de Tratamiento Ambulatorio de El Puerto de Santa María

C/ Santo Domingo, 33 - 11500 El Puerto de Sta. María

Tfno: 956 54 29 55 - 956 54 28 34

Fax: 956 54 27 74

Email: drogo.puerto@dipucadiz.es

Directorio de recursos

Equipo de Apoyo en II.PP. de Algeciras

Carretera del Cobre, km. 4,5 - 11206 Algeciras

Tfno: 956 58 26 00 (Ext. 294)

Fax: 956 58 26 24

Email: drogo.iippalgeciras@dipucadiz.es

Equipo de Apoyo en II.PP. de Puerto I Y Puerto II

Carretera Jerez Rota, s/n. - 11500 El Puerto de Sta. María (Cádiz)

Tfnos: 956 54 93 11 - 956 54 92 00 (Ext. 307)

Fax: 956 54 93 02

Email: drogo.jerez@dipucadiz.es

Centro de Tratamiento Ambulatorio de Jerez

C/ Vicario, 18 - 11403 Jerez de la Frontera

Tfnos: 956 32 50 16 - 956 32 50 17

Fax: 956 34 79 58

Email: drogo.jerez@dipucadiz.es

Centro de Tratamiento Ambulatorio de La Línea

C/ Xauen, s/n. - 11300 La Línea de la Concepción

Tfnos: 956 17 13 22 - 956 17 15 44 - 956 17 57 60

Fax: 956 17 11 21

Email: drogo.lalinea@dipucadiz.es

Centro de Tratamiento Ambulatorio de Puerto Real

C/ San Alejandro, 2 - 11510 Puerto Real

Tfno: 856 21 30 44

Fax: 856 21 30 43

Email: drogo.sanfernando@dipucadiz.es

Directorio de recursos

Centro de Tratamiento Ambulatorio de Rota

Plaza Camilo José Cela, 1 - 11520 Rota

Tfnos: 956 84 01 39 - 956 84 09 39

Fax: 956 84 00 40

Email: drogo.rota@dipucadiz.es

Centro de Tratamiento Ambulatorio de San Fernando

Avda. Cornelio Balbo, s/n. Bda. Blas Infante

11100 San Fernando

Tfno: 956 94 90 18

Fax: 956 94 90 20

Email: drogo.sanfernando@dipucadiz.es

Centro de Tratamiento Ambulatorio de Sanlúcar

C/ Paloma, 26-28

11540 Sanlúcar de Barrameda

Tfno: 956 36 03 51

Fax: 956 38 20 41

Email: drogo.sanlucar@dipucadiz.es

Centro de Tratamiento Ambulatorio de Ubrique

C/ Ingeniero Ruiz Martínez, s/n.

11600 Ubrique

Tfnos: 956 46 31 55 - 956 46 31 05

Fax: 956 46 31 05

Email: drogo.ubrique@dipucadiz.es

Centro de Tratamiento Ambulatorio de Villamartín

C/ Ebro, s/n.

11650 Villamartín

Tfno: 956 73 05 29 - 956 73 09 45

Fax: 956 73 05 29

Email: drogo.villamartin@dipucadiz.es

Directorio de recursos

UNIDAD DE JUEGO PATOLÓGICO

Servicio Provincial de Drogodependencias de Cádiz

Diputación Provincial de Cádiz

Tfnos: 956 228 018 - 956 228 604 - 956 281 261

La Unidad de Juego Patológico es un recurso público y gratuito dependiente del Servicio Provincial de Drogodependencias de la Diputación Provincial de Cádiz. Desarrolla programas de atención individualizada y grupal de carácter ambulatorio y de internamiento. Está atendida por profesionales especializados.

SERVICIO DE JUEGO

Delegación Del Gobierno De La Junta De Andalucía

Plaza De España 19, 3a Planta. 11071 Cadiz

Tfno.: 956 008 157

Entre otras funciones, es el encargado de tramitar en la Provincia de Cádiz las solicitudes de autoprohibición de entrada en casinos y bingos.

INFORMACIÓN TELEFÓNICA

Dirección General Para Las Drogodependencias Y Adicciones. Junta De Andalucía.

Tfno: 900 845 040

Teléfono gratuito de información general sobre las drogodependencias y adicciones en Andalucía (recursos, programas, contactos, etc)

ASOCIACIÓN ESPECÍFICA

Jarca (Jugadores En Rehabilitación Del Campo De Gibraltar)

Algeciras - Cádiz Tfno: 956 663 809

Es una asociación sin ánimo de lucro de autoayuda y ayuda mutua dedicada a la atención de jugadores patológicos. Desarrolla actividades encaminadas a la rehabilitación de los jugadores a través de terapias de grupo dirigidas por jugadores rehabilitados, familiares de jugadores y psicólogo clínico. También participa en las distintas actividades que desarrolla la Federación Andaluza a la que pertenece.

14

El Juego Patológico

Bibliografía



Bibliografía

J. Manuel Zambrana Corrales y Pedro Seijo Ceballos.

Manual para padres de adolescentes.

Servicio Provincial de Drogodependencias de Cádiz. Cádiz, 2005.

Los Jóvenes Andaluces ante las drogas y las adicciones.

Consejería de Asuntos Sociales. Junta de Andalucía. 2003.

Estudio sobre la prevalencia de los jugadores de azar en Andalucía.

Comisionado para la droga. Consejería de Asuntos Sociales. Junta de Andalucía. FAJER. 1996.

Javier Fdez-Montalvo y Enrique Echeburúa.

Manual práctico del juego patológico.

Ayuda para el paciente y guía para el terapeuta.

Pirámide. Madrid, 1997.

Fernández-Alba, Ana y Labrador, Francisco Javier.

Juego patológico.

Síntesis Editorial, S.A., 2002

A. Ibáñez Cuadrado y J. Saiz Ruiz.

La ludopatía: una nueva enfermedad.

Masson. Barcelona, 2001.

Ochoa, E.; Labrador, F. J.; Echeburúa, E.;

Becoña, E. y Vallejo, M. A.

El juego patológico.

Plaza y Janés. Madrid, 1997.

González, A.

Juego patológico: una nueva adicción.

Tibidabo. Madrid, 1989.

